

Eine Mutter berichtet über verschiedene Wohnformen, die ihre psychisch erkrankte Tochter kennengelernt hat.

Ich möchte über meine Erfahrungen mit verschiedenen Wohnformen berichten, in denen meine psychisch kranke Tochter gelebt hat bzw. auch zurzeit lebt.

Auch und gerade weil mich dieses Thema emotional sehr berührt, werde ich es auf einer eher sachlichen Ebene behandeln, und zwar im Wesentlichen nach folgender Gliederung:

Vor- und Nachteile von verschiedenen Wohnmöglichkeiten, die mir im Einzelfall tatsächlich bekannt sind.

sowie

Wie sollte nach meiner Meinung eine passende Wohnform aussehen bzw. was brauchte es, damit die jeweilige Wohnform hilfreich ist für den Genesungsprozess des Betroffenen?

Nun erst noch eine Anmerkung: Ich werde bei meinen Ausführungen nur die jeweils männliche Form verwenden – lässt sich dies doch einfacher vortragen.

Grundsätzlich ist uns wohl allen klar, dass es "die" ideal passende Wohnform nur zufällig und im Idealfall geben kann – ist dies doch von vielen Faktoren abhängig:

- Diagnose der jeweiligen psychischen Erkrankung,
- dem Schweregrad und der individuellen Ausprägung,
- letztlich auch entscheidend die Persönlichkeit des Betroffenen und sein individuell soziales Verhalten, das durch die Erschütterung im psychischen Bereich zumeist sehr stark betroffen und gegenüber vorher verändert ist. In der Regel ist die Beziehungsfähigkeit stark beeinträchtigt, Angst und Scham wegen der erkrankungsbedingten Einschränkungen im Verhalten überwiegen. Dies wiederum hat Auswirkungen auf das Selbstbild und die Verhaltensausprägungen des Betroffenen, die uns allen bekannt sind – die ich hier auch nicht näher ausführen brauche.
- Weiterhin spielen die regionalen Faktoren eine Rolle – in Großstädten gibt es in der Regel eine große Palette verschiedener Wohnformen, die den Vorteil der großen Vielfältigkeit und kurzen Wege zur ärztlichen Versorgung sowie gute Möglichkeiten zur Teilnahme an anderen hilfreichen Angeboten bieten können.
Andererseits gibt es aber gerade auch in ländlichen Regionen viele Einrichtungen, zum Teil etwas abgelegen, die den Vorteil für die Bewohner bieten, ruhiger und damit ggf. auch stressfreier leben zu können.

Wenn ich nun im Folgenden näher auf verschiedene Wohnformen zu sprechen komme, versuche ich stets, die Vor- und Nachteile, wie sie mir bekannt sind, aufzuzeigen.

Ich glaube, für die meisten Betroffenen sagen zu können, dass das "eigene Zuhause" die beliebteste Wohnform darstellt oder zumindest in der Regel von den meisten als Ziel angestrebt wird, auch wenn es oft nur über eine längere Phase in fremdbestimmten Wohnformen bzw. nach evtl. längeren Klinikaufenthalten erreichbar ist.

Idealerweise verbleibt der Betroffene von vornherein in der eigenen Wohnung - entweder allein oder mit dem Ehepartner oder bei den Eltern. Diese gewohnte Umgebung gibt zumeist Sicherheit und trägt somit auch oft zur Genesung bei. Wenn von zu Hause aus idealerweise einer schulischen oder beruflichen Ausbildung oder einer beruflichen Tätigkeit nachgegangen werden kann bzw. alternativ Beschäftigung in einer Werkstatt stattfindet, ist dies doch die beste Möglichkeit. Auch wenn dies alles – noch – nicht möglich sein sollte, sollte es klappen, von zu Hause aus selbstständig den behandelnden Psychiater und evtl. einen Psychologen oder Psychotherapeuten, eine Ergotherapie-Praxis aufzusuchen oder auch an tagesstrukturierenden Maßnahmen teilzunehmen, wie z. B. in einer Tagesklinik oder Tagesstätte. Zumindest aber sollten Hilfsmöglichkeiten in Anspruch genommen werden, wie z. B. aufsuchende psychiatrische Pflege.

So erlebte auch meine Tochter das Wohnen in der elterlichen Wohnung ab 2005 zunächst als sehr angenehm und hilfreich. Mit 17 Jahren akut an Schizophrenie erkrankt, nach mehreren Klinikaufenthalten sowie einem längeren Aufenthalt in der geschützten Abteilung eines Kombinierten Wohn- und Pflegeheimes in Salzwedel wollte sie unbedingt wieder "nach Hause". Die notwendige Behandlung der Erkrankung geschah durch regelmäßige Psychiaterbesuche, Ergotherapie sowie wöchentlich 1 Stunde "ambulant betreutes Wohnen". Dass es auch die Möglichkeit gab, eine Verordnung vom Psychiater für psychiatrische Fachkrankenpflege zu bekommen, war uns als Eltern damals nicht bekannt und vielleicht in den Jahren um 2005 auch noch nicht so gängig?!

In den folgenden Jahren stagnierte aber ihre Entwicklung, fehlten vor allem schulische und berufliche Perspektiven, die wir als Eltern natürlich dringend gern angestrebt hätten. Auch eine Beschäftigung in einer Werkstatt wollte bzw. konnte sie nicht. Wir Eltern erkannten immer mehr, dass es nun zu einem Wechsel der Wohnform für unsere Tochter kommen müsste, damit sie sich weiterentwickeln kann, mehr Selbstständigkeit trotz allem erlangen kann und mit dieser Förderung auch ein Genesungsprozess eingeleitet wird. So besichtigten wir einige Wohnheime. Aber unsere Tochter hatte inzwischen große Ängste entwickelt und wollte nirgends anders hin. Auch und vor allem war inzwischen das Stimmenhören mit fast ständigen, auch laut geführten Stimmgesprächen, immer stärker geworden.

Es stellt sich für mich im Nachhinein als ein großer Nachteil des Wohnens im elterlichen Zuhause dar, wenn es nicht gelingt, durch die oben dargestellten Förder- und Hilfsmöglichkeiten einen Beitrag zu leisten zum Genesungsprozess des Betroffenen.

In unserem Falle tat sich immer drängender die Frage auf: Was soll werden, wenn ein oder sukzessive auch irgendwann beide Elternteile krank werden bzw. nicht mehr auf dieser Welt sind? So geschah es denn auch in unserem Falle – der Vater verstarb nach längerer Krankheit und ich hatte als alleinstehende Mutter nicht mehr die Möglichkeit, meine Tochter mit ihren inzwischen starken Rückzugstendenzen allein zu Hause zu betreuen, zumal ich auch noch berufstätig war.

So kam es dann nach einem erneuten Klinikaufenthalt zum derzeitig noch bestehenden Aufenthalt in einem psychiatrischen Pflegeheim. Dieses war zunächst durchaus hilfreich für meine Tochter nach der längeren Zeit zu Hause und dem praktisch hautnahen Erleben der schweren Erkrankung und längeren Pflegephase des Vaters.

Der anfänglich erlebte Vorteil einer besseren Betreuung durch zahlreicher vorhandene Pflegekräfte

wich allmählich immer stärker dem großen Nachteil, dass ein Pflegeheim nun eben nur eingeschränkt Wohntraining sowie Anleitung und Begleitung zu mehr Selbstständigkeit bieten kann.

Daher strebe ich für meine Tochter einen baldigen Wechsel in ein Wohnheim der Eingliederungshilfe an. Ihr Endziel ist das Leben in einer eigenen kleinen Wohnung bzw. – wahrscheinlich als Zwischenstation notwendig – in einer betreuten oder selbstbestimmten Wohngruppe. Bis dahin ist es wohl noch ein längerer Weg, den ich auf jeden Fall mit viel Engagement begleiten möchte. Vor allem betrachte ich das nicht nur als Aufgabe einer Mutter, sondern es ist auch "mein Job als Betreuerin".

Wie sollte meiner Meinung nach eine passende Wohnform aussehen bzw. was brauchte es, damit die jeweilige Wohnform hilfreich ist für den Genesungsprozess des Betroffenen?

Da ich zum Wohnen zu Hause bereits meine persönlich-individuellen Erfahrungen geschildert habe und ich mit der betreuten Wohnform noch keine Erfahrungen habe, möchte ich näher auf die Frage eingehen, wie ich mir für meine Tochter ein passendes Wohnheim der Eingliederungshilfe wünsche.

Ein passendes Wohnheim für den derzeitigen seelischen und sozialen Entwicklungsstand meiner Tochter müsste auf jeden Fall einen niedrigschwelligen Übergang vom Wohnen im Pflegeheim bieten können. Hier werden die Mahlzeiten nicht selbst bzw. gemeinsam zubereitet, es brauchen nicht die notwendigen Zutaten und Lebensmittel eingekauft werden, das Zimmer wird von einer Reinigungskraft gesäubert und vor allem auch: Beschäftigungen sind nicht verpflichtend für alle Bewohner. Es wird also für meine Tochter eine längere Eingewöhnungszeit in einem Wohnheim erforderlich sein – hin zu mehr gemeinsamem und selbstständigen Tun in den genannten Bereichen.

Und da tut sich für mich nun eine **Lücke** auf, die mir in den letzten Monaten sehr deutlich geworden ist: Viele Wohnheime, die mir in ihren Zielen für die Bewohner und ihren Methoden gut gefallen, haben oft einen höheren Anspruch hinsichtlich der bereits vorhandenen Selbstständigkeit und sozialen Kompetenz des Bewerbers um einen Platz. Es ist natürlich verständlich, dass die Arbeit des Wohnheims an diesen Zielen einfacher und erfolgreicher verlaufen kann, wenn der zukünftige Bewohner bereits recht gute Kompetenzen mitbringt.

Um nun wieder die allgemeine Ebene anzusprechen: Es wird bei den Betroffenen zumeist größere Unterschiede geben und es lässt sich nicht generell ein bestimmtes Wohnheim als gut oder schlecht beurteilen. Wie oben bereits gesagt, sind wir Menschen allgemein, so auch die psychisch Genesenden zu unterschiedlich und benötigen daher auch eine graduell unterschiedliche Ausrichtung hinsichtlich eines Wohnheims.

Oder anders gesagt: Was für den einen passt, passt für den anderen wiederum nicht!

Die meisten Wohnheim-Konzepte enthalten nachlesbare Ziele und Leitbilder. Zumeist werden weitere differenzierte Unterziele und Methoden zur Zielerreichung genannt. Gut, wenn der Betroffene einen Besichtigungs- und Gesprächstermin vereinbart und auch die Bewohner dort erlebt – evtl. auch mit ihnen kurz sprechen kann. Gut auch, einen Angehörigen sprechen zu können, der Sohn oder Tochter in dieser Einrichtung hat oder auch einen ehemaligen Bewohner.

Grundsätzlich sollte meiner Meinung nach in einem Wohnheim ein fester Strukturrahmen vorhanden sein mit klaren Regeln und Grenzen für die Bewohner, wodurch die so wichtige Verhaltenssicherheit gewährleistet wird. Gut ist auch ein individuell gemeinsam mit dem Bewohner erarbeiteter Wochenplan, der regelmäßig in einem Feedback-Gespräch überprüft und ggf. modifiziert wird. Die Förderarbeit sollte ressourcenorientiert sein, das Handlungsmotto der Betreuungskräfte: "Streng, aber freundlich!" Denn ein wichtiger Schlüssel für den Genesungsprozess ist der Aufbau einer stabilen Beziehung. Dies verlangt viel Geduld und auch Frustrationstoleranz. An dieser Stelle meine Hochachtung vor der wichtigen und zumeist guten Arbeit der Betreuungskräfte, die die genannten wichtigen Leitlinien professionell und zielführend für den Genesungsprozess der Bewohner umsetzen.

Darüberhinaus möchte ich aber noch einige Kriterien nennen, die **mir speziell für meine Tochter als sog. Stimmhörerin** sehr hilfreich erscheinen:

Für sie wäre mir besonders wichtig eine Hilfe und fachkundige Unterstützung, um einen besseren Umgang mit ihren Stimmen lernen bzw. einüben zu können.

Denn bei fast einem Viertel der Stimmhörer verschwinden die Stimmen nicht durch die Neuroleptika.

Als Beispiel nenne ich eine Einrichtung in Schleswig-Holstein, die St. Ansgar gGmbH, die in ihren Wohnheimen "begleitende Stimmenarbeit" anbietet. Dies ist übrigens die einzige mir bekannte Wohnheimereinrichtung in Deutschland, wo dies stattfindet. Die Stimmenarbeit wird dabei von Erziehern, Pädagogen, Pflegekräften und Psychologen durchgeführt, die in den Ansätzen und Methoden der erfahrungsfokussierten Beratung durch das efc-Institut geschult sind. Dieser Ansatz repräsentiert den individuellen Beratungs- oder Begleitungsansatz der internationalen Stimmhörerbewegung und geht zurück auf die Forschungen von Prof. Dr. Marius Romme und Dr. Sandra Escher (Maastricht, Niederlande).

Im deutschsprachigen Raum wird er durch das efc-Institut und die Selbsthilfeorganisation Netzwerk Stimmenhören verbreitet. Im Jahr 2009 referierte Herr Joachim Schnackenberg zum "Phänomen des Stimmenhörens" im Rahmen der AANB-Veranstaltung "Schizophrenie – Verstehen, Behandeln, Entlasten". In der Folgezeit nahmen auch etliche Anwesende an den Workshops des efc-Institutes teil.

Es ist mein größter Wunsch, ein derartiges Wohnheim oder eine selbstbestimmte Wohngruppe auch in Niedersachsen, am liebsten in oder bei Hannover, zu haben.

Ich will jetzt an dieser Stelle nicht so viel zum Stimmenhören sagen, da es ja auch wohl nur einen Teil von Ihnen als Anwesende bzw. einen Teil Ihrer Angehörigen betreffen wird, aber einige Sätze möchte ich schon noch zur Begründung meines Wunsches sagen:

Warum "begleitende Stimmenarbeit" in einem Wohnheim?

Für Menschen mit quälenden, oft sehr negativen Stimmen ist es sehr wichtig, wohl auch oft entscheidend, dass ihnen beim Umgang mit den Stimmen geholfen wird, um überhaupt den Weg in ein selbstständiges und erfülltes Leben finden zu können. Ich zitiere aus dem Buch

"Stimmenhören verstehen" (Romme/Escher):

"Die Stimmen scheinen ein sozial-emotionales Problem zu repräsentieren, das diese Menschen nicht geschafft hatten zu lösen.

Dies trägt zu ihrem Gefühl der Machtlosigkeit bei, das sie in Bezug auf ihre Stimmen haben, was dann wiederum sehr dominierend wird. Eine Reihe von Problemen folgt, eingeschlossen Konzentrationsverlust, ein Mangel an Gefühlen oder unangebrachte Gefühle, soziale Isolierung und Problemverhalten."

Eine Schlussfolgerung von den Autoren:

"...die Krankheit ist eine Folge der individuellen Umgehensweise mit den Stimmen und den dahinterliegenden Problemen."

Was liegt also näher, als den Betroffenen bei der Bewältigung zu helfen und das auch noch so "praktisch" und effizient im täglichen Geschehen eines Wohnheimes?!

Die geschulten Betreuungskräfte sind fähig, das teilweise unangepasste Verhalten der Bewohner (Stimmenhörer) unter dem Gesichtspunkt der für die Betroffenen belastenden Stimmenhör-Situation zu betrachten und zu reflektieren und bei ihren Reaktionen entsprechend zu berücksichtigen.

So fühlen sich die geschulten Mitarbeiter beispielsweise auch nicht verletzt und angegriffen, wenn ein Stimmenhörer in einer bestimmten Situation mal "eigenartig" und evtl. auch verbal unangepasst reagiert. Oft werden Stimmenhörer aber in meiner Erfahrung daraufhin unangemessen reaktiv behandelt und wegen ihres Verhaltens abgestraft, weil die Mitarbeiter nicht in einem mitfühlenden Ansatz wie dem efc-Ansatz geschult sind. Das vermehrt dann noch die Schwierigkeiten für Stimmenhörer und isoliert sie weiter. In einem Wohnheim wie oben dargestellt könnte z. B. im Anschluss an den Vorfall eine professionelle Konfliktklärung stattfinden – im Rahmen der begleitenden Stimmenarbeit, denn selbstverständlich muss dem Stimmenhörer das unangepasste Verhalten deutlich gemacht werden – aber in angemessener Form!

Auf diese Weise – im täglichen Alltag – würde den Stimmenhörern am besten geholfen werden können und lässt das Leben im Wohnheim für dieses Klientel auch wirklich zu einem Erfolg werden. Sie erinnern sich vielleicht, dass es viele Beispiele aus der internationalen Stimmenhörbewegung gibt von Menschen, die scheinbar chronisch ihr Leben mit den Stimmen verbringen mussten, aber mithilfe des Stimmenhöransatzes mittlerweile ein völlig eigenständiges Leben, auch ohne psychiatrische Unterstützung, leben. Natürlich ist dies im Regelfall auf harte Arbeit aller Beteiligten zurückzuführen und geht nicht über Nacht.

Ich freue mich über Interessierte, die wie ich ein solches Wohnheim in unserer Region gern hätten und mithelfen wollen bei der Realisierung. Es könnte sich ja auch um eine Abteilung in einem bereits bestehenden Wohnheim handeln, das man dafür gewinnen müsste. Wenn einige von Ihnen an einem derartigen Projekt interessiert sind und gemeinsam mit mir daran arbeiten wollen, sprechen Sie mich gern an zum Austausch unserer Kontaktdaten.