



„Arbeit & Psyche“

Präventive Projekte in Berufsschulen und Betrieben zur Förderung von Seelischer Gesundheit

Hintergrund: Erfahrungen mit Begegnungsprojekten zum Thema seelische Gesundheit/psychische Erkrankung hat der Verein „Irre menschlich“ seit über 20 Jahren. Sie dienen der Förderung von Sensibilität und Toleranz im Umgang mit sich selbst und anderen – beides elementare Voraussetzungen von Prävention.

Das Pilotprojekt „Arbeit & Psyche“ unterstützt seit Beginn des Jahres 2020 die Bemühungen, dialogische Begegnungs-, Fortbildungs- und Präventionsprojekte verstärkt in Berufsschulen durchzuführen sowie an die Auszubildenden in Betrieben heranzutragen, die nicht dem Gesundheitssektor nahe stehen.

Die Auseinandersetzung mit dem Thema seelische Gesundheit/psychische Erkrankung soll dabei insbesondere an Berufsschulen herangetragen werden, die aufgrund ihrer Ausrichtung und Zielgruppe besonders viel mit dem Thema psychische Krisen und psychische Erkrankungen zu tun haben.

Das ist mit der doppelten Zielsetzung verbunden, Inklusion und Prävention zu fördern.

- Zum einen sollen mit größerer Selbstverständlichkeit auch Menschen mit psychischer Beeinträchtigung bzw. mit Psychiatrieerfahrung in die berufliche Ausbildung und in den Berufsalltag integriert werden.
- Zum anderen soll die Beschäftigung mit dem Zusammenhang von Arbeitsbedingungen und seelischer Gesundheit (insbesondere die Reflexion arbeitsbedingter Stress- und Resilienz-Faktoren) die Achtsamkeit für die eigene Belastbarkeit und Gesundheit fördern.

Ein neuer Blick auf psychische Probleme und Erkrankungen in der Arbeitswelt kann vor allem dann entstehen, wenn die Sichtweisen von Betroffenen, Angehörigen und von Fachexpert*innen einbezogen werden. Die Diskussion von inklusiven Erfahrungen sowie von präventiven Möglichkeiten in der Arbeitswelt kann sich dann gegenseitig befruchten.

Kurzbeschreibung der Intervention

In unseren Begegnungsprojekten berichten wir, Betroffene und Angehörige, über eigene Erfahrungen und ermutigen die Schüler*innen/Auszubildenden, Fragen dazu zu stellen. Die professionellen Begleiter*innen moderieren das Gespräch und geben fachliche Auskünfte. In der Regel entsteht dabei eine vertrauensvolle Atmosphäre, die es den Schüler*innen/Auszubildenden auch ermöglicht, über ihre persönlichen Erfahrungen zu sprechen. Die Anregung von Respekt füreinander, Akzeptanz und Verständnis von Verhaltensweisen auch ungewöhnlicher Art, soll Inklusion für krisenerfahrene, psychisch beeinträchtigte Menschen erleichtern und Prävention fördern.

Im regulären Unterricht der Berufsschulen werden drei Doppelstunden (zur Vorbereitung/Begegnung/ Nachbereitung) zur Verfügung gestellt. (Alternativ sind auch ein Projekttag oder Sonderveranstaltungen möglich.)

Bausteine / Elemente der Intervention

1. Reflexion von Arbeitsbedingungen, die seelische Gesundheit fördern oder belasten können
2. Reflexion/Selbsterfahrung von Stigma-Risiken (z.B. eigenes Stigma-Potential, erlebte Diskriminierung)
3. Anthropologisches Verständnis psychischer Störungen als Ergänzung zur rein pathologischen Sicht („Es ist normal, verschieden zu sein“)
4. Begegnung mit Betroffenen, Angehörigen und Fachexpert*innen, die von eigenen Erfahrungen berichten (Betroffene = „Menschen wie andere auch“)

Ziele sind die Förderung von Sensibilität gegenüber sich selbst, von Toleranz anderen gegenüber, der Abbau von Vorurteilen, Informationsvermittlung bzgl. rechtzeitiger Hilfen wie auch Prävention manifester Erkrankungen. In diesem Kontext werden vier Aspekte an die Teilnehmer*innen herangetragen:

- Der fließende Übergang von gesund und krank (professionelle Perspektive)
- Arbeit stärkt und Arbeit kann krank machen (professioneller Input)
- Belastung und Empowerment durch Arbeit (Erfahrungsberichte von Betroffenen)
- mögliche Inklusion durch Arbeit (Erfahrungsberichte von Angehörigen)

Erfahrungen

Inzwischen kann jährlich eine große Anzahl von Begegnungsprojekten mit Lerngruppen und von dialogischen Fortbildungen für Berufsschullehrer*innen durchgeführt werden (inzwischen gefördert von der Behörde für Gesundheit und Soziales HH). An unseren Pilotschulen war das Interesse groß, und inzwischen sind unsere dialogischen Begegnungs- und Fortbildungsprojekte als Curriculum-Bestandteil von Gesundheitserziehung etabliert.

Perspektiven

Das Thema „Arbeit und Psyche“ soll weiterhin auch andere Projekte des Vereins Irre menschlich inspirieren - also auch die allgemeinen Schulprojekte und Fortbildungen für Lehrer*innen (mit dem LI Hamburg), für die Polizei (mit der Polizeischule) und für Sozialpädagog*innen (Sozialpädagogisches Fortbildungszentrum). Mit dem Projekt Seitenwechsel der Patriotischen Gesellschaft konnten wir einen weiteren Partner gewinnen, der uns einen doppelten Zugang erlaubt – zu Führungskräften und zu Auszubildenden mehrerer großer Hamburger Firmen. Das Projekt stößt dort auch auf große Akzeptanz und rege Nachfrage.

Ab 2024 unterstützt eine Basisförderung durch die Sozialbehörde die Fortsetzung und Weiterentwicklung der „Arbeit & Psyche“- Projekte. Ziel ist, das mit Unterstützung der DRV-Nord entwickelte, erprobte und eingeführte Projekt „Arbeit & Psyche“ in Berufsschulen und Betrieben regelhaft zu etablieren und standortspezifisch beteiligungsorientiert weiterzuentwickeln.

„Irre Menschlich Hamburg e.V.“

***Prof. Dr. Thomas Bock
Claudia Wetterhahn***