Zentralinstitut für
Seelische Gesundheit

Landesstiftung
des öffentlichen Rechts

Selbsthilfefreundliches Krankenhaus

Qualitätsbericht 2021

Vorwort

Ein "Selbsthilfefreundliches Krankenhaus" zeichnet sich dadurch aus, dass es sein ärztliches und pflegerisches Handeln durch das Erfahrungswissen der Selbsthilfe erweitert, den Kontakt zwischen Patientinnen und Patienten und Selbsthilfegruppen fördert und kooperationsbereite Selbsthilfegruppen aktiv unterstützt.

Die Unterstützung unserer Patienten durch Selbsthilfegruppen für Menschen mit psychischen Erkrankungen halten wir für ein wichtiges und förderungswürdiges Angebot. Mithin hat das ZI als erstes psychiatrisches Krankenhaus in Baden-Württemberg bereits im Oktober 2010 eine Kooperationsvereinbarung mit der damaligen Agentur Selbsthilfefreundlichkeit beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim zur Förderung selbsthilfefreundlicher Arbeit unterzeichnet. Die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe hat im ZI schon eine längere Tradition, insbesondere im Suchtbereich und in den außerklinischen Aktivitäten unseres Instituts. Die gegenseitige Unterstützung durch Menschen mit gleichen Erfahrungen, ihr Austausch untereinander und die sich daraus ergebende psychosoziale Kompetenz erleichtern nicht nur das Leben von Betroffenen und Angehörigen. Sie geben auch den Therapeuten wertvolle Anstöße zur Optimierung von Behandlungskonzepten.

Diese Kooperation wird nunmehr seit dem Jahr 2010 gestärkt, intensiviert und stetig verbessert. Im Juli 2012 wurde das ZI hierfür vom Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit im Gesundheitswesen als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ erstmals zertifiziert. Diese Auszeichnung wurde zweimal erneuert und steht nun wiederum zur Überprüfung an. Hierfür wird der nunmehr vierte ausführliche Qualitätsbericht Selbsthilfe in aktualisierter Form vorgelegt. Wir möchten darin die Besonderheiten des ZI vorstellen und einen Überblick über unsere umfangreichen Aktivitäten geben, die gerade auch durch die Covid-19-Pandemie vor besonderen Herausforderungen standen. Umso mehr freuen wir uns darüber, dass die Tradition der Selbsthilfefreundlichkeit am ZI auch in diesen schwierigen Zeiten aufrechterhalten werden konnte und sehen in der fortgesetzten Zusammenarbeit einen Eckstein unserer gemeinsamen Arbeit.

Prof. Dr. Andreas Meyer-Lindenberg
Vorstandsvorsitzender

Dr. Matthias Janta
Kaufmännischer Vorstand

Inhaltsverzeichnis

	Seite
1. Einleitung	6
2. Entwicklung des Projekts „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“	8
3. Der Qualitätsprozess Selbsthilfefreundlichkeit	10
4. Neue Aktivitäten zur Selbsthilfefreundlichkeit	14
a. Veranstaltung Abendakademie 2018	14
b. Selbsthilfetag 2019	16
c. Betroffenenbeirat Forschung	18
d. Projekt EX-IN-Mitarbeiter*innen	19
e. Initiative „Stark im Sturm“	21
f. „Grüne Schleife“ für mehr Akzeptanz psychischer Erkrankungen	22
5. Fazit und Ausblick	23

Erstellt im Dezember 2021 durch Dr. Jens Bullenkamp, Leiter der Abteilung Gemeindepsychiatrie und Selbsthilfebeauftragter des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit in Mannheim.

1. Einleitung

Das Zentralinstitut für Seelische Gesundheit in Mannheim wurde am 8. April 1975 als Landesstiftung des öffentlichen Rechts mit Mitteln des Bundes, des Landes Baden-Württemberg und der Stiftung Volkswagenwerk errichtet.

Seine vier Kliniken mit aktuell 296 Betten und 84 tagesklinischen Plätzen gewährleisten die psychiatrische Versorgung der Mannheimer Bevölkerung. Psychisch kranke Menschen aller Altersstufen können auf fortschrittlichste, auf internationalem Wissensstand basierende Behandlung vertrauen. Die Krankenversorgung des Zentralinstituts gliedert sich in vier Kliniken:

- Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
- Klinik für Abhängiges Verhalten und Suchtmedizin
- Klinik für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin
- Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters

Die Psychosomatische Klinik sowie die Kinder- und Jugendpsychiatrie sind überregional tätig, Suchtklinik und Psychiatrische Klinik versorgen überwiegend Mannheimer Bürgerinnen und Bürger. Über viele Jahrzehnte mussten dabei wegen der nicht ausreichenden Bettenkapazität des ZI immer wieder Patient*innen akutpsychiatrisch in das Psychiatrische Zentrum Nordbaden in Wiesloch verlegt werden. Durch umfangreiche Baumaßnahmen, die im Jahr 2022 vor dem Abschluss stehen, ist es aber bereits jetzt gelungen, dass die psychiatrische Vollversorgung der Stadt Mannheim fast vollständig durch das Zentralinstitut übernommen wurde.

Als weltweit anerkanntes Zentrum moderner Psychiatrie erbringt das ZI in Kooperation mit nationalen und internationalen Einrichtungen herausragende Leistungen in der Wissenschaft — mitten im Herzen der Quadrate. Neben der klinisch orientierten Forschung in den vier Kliniken des Zentralinstituts werden dabei nahezu sämtliche forschungsrelevante Themen der modernen psychiatrischen Neurowissenschaft abgehandelt, von der Neuropsychologie über die Psychopharmakologie bis zur bildgebenden, molekularbiologischen und genetischen Forschung. Mit dem 2019 eröffneten Zentrum für Innovative Psychiatrie- und

Psychotherapieforschung (ZIPP) verfügt das ZI über eine weltweit einzigartige Forschungsplattform, um die Effekte neuer Therapien auf das Gehirn, das Verhalten und auf vielfältige Biomarker zu untersuchen.

Die Struktur des Zentralinstituts bildet in ihrer Gesamtheit eine überaus effiziente und modellhafte Verknüpfung von Krankenversorgung, Forschung und Lehre. Das Institut nimmt an der Medizinischen Fakultät Mannheim der Universität Heidelberg die Aufgaben der Universitätskliniken seiner Fachgebiete wahr. Es vertritt Lehre und Forschung in den Fächern Psychiatrie, Suchtforschung, Psychosomatische Medizin sowie Kinder- und Jugendpsychiatrie. Die vier Klinikdirektoren sind zugleich Lehrstuhlinhaber ihres Fachs an der Universität Heidelberg. An der Fakultät für Philosophie, Psychologie und Erziehungswissenschaft der Universität Mannheim werden die Fächer Klinische Psychologie und Psychopathologie gelehrt.

2. Entwicklung des Projekts „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“

Die Zusammenarbeit mit Selbsthilfeorganisationen hat am Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI) eine lange Tradition. Dies betrifft sowohl die einzelnen Klinikbereiche wie auch die außerklinische Versorgung. Bundesweit einzigartig verfügt das ZI über eine eigenständige Abteilung Gemeindepsychiatrie, deren Hauptaufgaben in der psychosozialen Nachsorge und der engen Kooperation mit den zahlreichen außerklinischen, komplementären Einrichtungen und Diensten in der Stadt Mannheim liegen. So war die Abteilung Gemeindepsychiatrie u.a. an der Entstehung der ersten Selbsthilfegruppe von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen in Mannheim beteiligt und hat über viele Jahre maßgeblich zum Aufbau und der Durchführung des trialogischen Psychoseseminars (Patienten, Angehörige, Mitarbeiter) in Mannheim beigetragen.

In den verschiedenen Kliniken des ZI hat die Selbsthilfe vor allem in der Klinik für Abhängiges Verhalten und Suchtmedizin seit jeher einen angestammten Platz. Selbsthilfegruppen von Betroffenen mit Suchtproblemen sind fest in das therapeutische Programm zur qualifizierten Entzugsbehandlung von Alkoholabhängigen integriert. Es finden unter anderem regelmäßige Informationsgruppen für stationäre Patienten mit Einbeziehung der Selbsthilfe statt. In den übrigen Bereichen der Krankenversorgung besteht eine an individuellen Bedürfnissen orientierte Zusammenarbeit, während in der Forschung vor allem bei der Rekrutierung bestimmter Patientengruppen für wissenschaftliche Studien punktuell eine enge Kooperation mit einzelnen Selbsthilfegruppen aufgebaut wurde. Erwähnenswert ist außerdem, dass das ZI bereits seit Ende der 90er Jahre eine Patientenfürsprecherin angestellt hat. Diese war früher selbst Patientin im ZI und steht allen Patientinnen und Patienten des ZI als Ansprechpartnerin in Problemfragen zur Verfügung.

Nachdem im Juni 2009 das bundesweite „Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“ gegründet wurde, konnten mit Unterstützung durch den BKK Bundesverband erste Selbsthilfeagenturen in Berlin, Bielefeld, Hannover und Mannheim eingerichtet werden. Diese hatten den Auftrag, regionale Kooperationen von Selbsthilfekontaktstellen und ausgewählten Projektkrankenhäusern zu initiieren, um dort das Konzept der Selbsthilfefreundlichkeit in strukturierter Form zu etablieren. Schon Anfang des

Jahres 2010 kam es dabei zu einer ersten Kontaktaufnahme der Selbsthilfeagentur Mannheim mit dem Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI). In der Folge wurde daraufhin eine erste Kooperationsvereinbarung zwischen dem Gesundheitstreffpunkt Mannheim als der zentralen Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Mannheim und dem ZI abgeschlossen. Bereits im Frühjahr 2010 wurde der jetzige Leiter der Abteilung Gemeindepsychiatrie, Dr. Jens Bullenkamp, vom Vorstand des ZI mit der Aufgabe betraut, im Rahmen dieser Kooperationsvereinbarung die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen für Menschen mit psychischen Erkrankungen weiter voranzubringen. Dies mündete schließlich in dem Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“, wofür zunächst eine Bestandsaufnahme der damaligen Situation erfolgte.

Mit dem Projekt sollte Selbsthilfefreundlichkeit als zentrales Kriterium der Patientenorientierung am ZI etabliert werden und eine Intensivierung der bereits bestehenden Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe erfolgen. Weiterhin wurde in der Kooperationsvereinbarung festgelegt, dass dieser Prozess anhand der vom Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit formulierten Qualitätskriterien systematisch analysiert und überprüft werden soll. Hierfür wurde durch den Selbsthilfebeauftragten gemeinsam mit der Agentur Selbsthilfefreundlichkeit und allen beteiligten Selbsthilfegruppen ein „Qualitätszirkel Selbsthilfe am ZI“ etabliert. Dieser begleitet seitdem kontinuierlich das Projekt, initiiert neue Entwicklungen und bewertet die Erfüllung der vorgegebenen Qualitätskriterien.

Im weiteren Fortgang wurde das ZI dann im Juli 2012 als erstes und bis heute einziges psychiatrisches Krankenhaus in Baden-Württemberg durch das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ zertifiziert. Nachdem die Selbsthilfeagentur Mannheim ihre Arbeit beenden musste, wurde das ZI im Juni 2014 Mitglied des bundesweiten Netzwerks Selbsthilfefreundlichkeit im Gesundheitswesen. Die Zusammenarbeit zwischen ZI und Gesundheitstreffpunkt wurde kontinuierlich fortgesetzt und in einer neuen Kooperationsvereinbarung verankert. Im weiteren Verlauf konnte hierdurch in den Jahren 2016 und 2018 die Auszeichnung des ZI als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ jeweils erneuert werden.

3. Der Qualitätsprozess „Selbsthilfefreundlichkeit“

Die Umsetzung der vorgegebenen Qualitätskriterien zum Projekt „Selbsthilfefreundlichkeit im Gesundheitswesen“ erfolgte in mehreren Stufen. Am Anfang stand die Analyse der Ist-Situation, wie sie zuvor zusammengefasst wurde. In einem zweiten Schritt wurde anschließend über den Gesundheitstreffpunkt die Interessenlage der Selbsthilfegruppen aus dem Bereich psychischer Gesundheit in Bezug auf die Zusammenarbeit mit dem ZI sondiert. Diese stellte sich dabei recht heterogen dar. Beispielhaft wurden Wünsche nach Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit oder der Gewinnung neuer Gruppenteilnehmer formuliert, aber auch Interesse an fachlicher Information oder sogar an einer Zusammenarbeit im Rahmen von wissenschaftlichen Studien. In Anbetracht der großen Zahl interessierter Selbsthilfegruppen wurde eine repräsentative Auswahl von Personen gefunden, die gemeinsam mit der Agentur Selbsthilfefreundlichkeit und den Projektpartnern einen „Qualitätszirkel Selbsthilfe am ZI“ begründete.

Dieser Qualitätszirkel übernahm im weiteren Verlauf die Aufgabe, die Umsetzung der vorgegebenen Qualitätskriterien zum Selbsthilfefreundlichen Krankenhaus im Detail zu begleiten und zu prüfen. Er setzt sich aktuell aus Vertretern folgender Selbsthilfegruppen (SHG) zusammen:

- SHG Angehörige von Menschen mit depressiven Erkrankungen
- Angst SHG Mannheim
- SHG Borderline
- SHG Depression
- Freundeskreis Mannheim „Die Lotsen“ e.V.
- SHG Zwangsstörungen
- MIPE- Mannheimer Initiative Psychiatrie-Erfahrener

Inhaltlich orientierte sich der „Qualitätszirkel Selbsthilfe ZI“ in seiner Arbeit vor allem an der Umsetzung der von den Mannheimer Selbsthilfegruppen benannten Erwartungen an eine bessere Zusammenarbeit mit dem ZI. Die Qualitätskriterien, die im Rahmen eines Hamburger Modellprojekts zur Selbsthilfefreundlichkeit entwickelt wurden (Tabelle 1), dienten dabei als Leitfaden für die Festlegung eigener Schwerpunkte.

Tabelle 1 Qualitätskriterien Selbsthilfefreundlichkeit

- ***Selbstdarstellung wird ermöglicht.***
- ***Auf Teilnahmemöglichkeit wird hingewiesen.***
- ***Die Öffentlichkeitsarbeit wird unterstützt.***
- ***Ein Ansprechpartner ist benannt.***
- ***Der Informations- und Erfahrungsaustausch ist gesichert.***
- ***Zum Thema Selbsthilfe wird qualifiziert.***
- ***Partizipation der Selbsthilfe wird ermöglicht.***
- ***Kooperation ist verlässlich gestaltet.***

Die daraus entstandenen Aktivitäten und Unterprojekte werden im Folgenden nur kurz erläutert, für eine ausführlichere Darstellung kann auf die vorangegangenen Qualitätsberichte verwiesen werden. In *Kapitel 4. Neue Aktivitäten zur Selbsthilfefreundlichkeit* werden dann aktuelle Entwicklungen aus den Jahren 2018 bis 2021 referiert.

Die Möglichkeiten zur Selbstdarstellung der Selbsthilfegruppen erfolgte weiterhin über die bereits etablierten Maßnahmen wie Flyer-Auslagen an zentralen Anlaufpunkten im ZI sowie auf den Behandlungsstationen. Ebenso wurden zunächst die monatlichen Info-Stände für die Patient*innen und Mitarbeiter*innen des ZI fortgeführt. Im Zuge der umfangreichen Baumaßnahmen im ZI war hierbei ab 2018 aber eine neue räumliche Verortung notwendig geworden, die mit einer geringeren „Sichtbarkeit“ der Info-Stände verbunden war. Dies führte unter anderem zu einer geringeren Inanspruchnahme, gleichzeitig waren auch die äußeren Bedingungen durch die Bautätigkeit erheblich erschwert, z.B. durch mangelnde Heizbarkeit des zugewiesenen Bereichs. In Rücksprache mit den beteiligten Selbsthilfegruppen wurde daher beschlossen, für die Dauer der die Info-Stände direkt betreffenden Baumaßnahmen dieses Informationsangebot ruhen zu lassen.

Ab Mitte 2019 konnten dann die Info-Stände im neu gestalteten Foyer des ZI-Therapiegebäudes wieder durchgeführt werden. Parallel erfolgte in diesem Zeitraum im Rahmen des Qualitätszirkels aber auch eine Diskussion zu einer Neukonzeptualisierung der Info-Stände. Da bei der bislang vorgenommenen Besetzung mit jeweils zwei SHG kurzfristige Ausfälle kaum zu kompensieren waren, wurde nach Rücksprache mit dem Forum „Selbsthilfe in der Psychiatrie“ ab November 2019 eine Veränderung der Intervalle und der Standbesetzungen umgesetzt: Die Info-Stände wurden nur noch 2-monatlich geplant, wobei dann jeweils bis zu vier Gruppen Gelegenheit zu einer Darstellung ihrer Arbeit bekommen sollten. Dieses Konzept wurde gut angenommen und bewirkte u.a. einen intensiveren Austausch der beteiligten SHG. Im Zuge der Corona-Pandemie und der damit verbundenen Folgen für sämtliche Krankenhäuser in Deutschland mussten ab März 2020 dann aber umfangreiche Zugangsbeschränkungen für Besucher*innen auch im ZI erfolgen. Die bereits geplanten Informationsveranstaltungen wurden daher kurzfristig abgesagt. Im weiteren Verlauf konnten dann die Info-Stände nur an zwei Terminen durchgeführt werden, da zur Reduktion der Infektionszahlen ab November 2020 erneut bundesweit eine weitgehende Schließung der Kliniken notwendig wurde. Nachdem ab Mitte 2021 Lockerungen der lange Zeit gültigen Auflagen möglich wurden, konnten für die zweiten Jahreshälfte 2021 wieder Termine für die Info-Stände geplant werden. Einmalig fand dann im September 2021 auch eine Info-Veranstaltung unter strenger Beachtung der geltenden Auflagen statt, bevor die weiteren Termine nach einem erneuten Anstieg der Inzidenz wieder abgesagt werden mussten. Stand jetzt wird die weitere Entwicklung in Bezug auf die Corona-Pandemie abgewartet, erste Planungen für das Jahr 2022 wurden aber bereits vorgenommen.

Bezüglich der Hinweise auf Teilnahmemöglichkeiten an Selbsthilfegruppen erhielten weiterhin allen stationär im ZI aufgenommenen Patient*innen in der Aufnahmemappe die Informations-Flyer „Selbsthilfe am ZI“ und „Selbsthilfe für Angehörige am ZI“. Diese wurden jährlich überarbeitet und aktualisiert. Ebenso wie die bereits erwähnten Info-Stände dient dies gleichzeitig auch der Unterstützung der Öffentlichkeitsarbeit der SHG. Diese wurde zusätzlich unterstützt durch inzwischen insgesamt drei Info-Wände, die an verschiedenen gut zugänglichen Stellen im ZI installiert sind (Therapiegebäude, Ambulanzbereich, Abteilung Gemeindepsychiatrie). Hier haben alle SHG die Möglichkeit, Informations-Flyer ihrer

jeweiligen Gruppen auszulegen, was regelhaft in Anspruch genommen wird. Grundsätzlich besteht dabei auch weiterhin das Angebot einer Unterstützung bei der graphischen Gestaltung und dem Druck dieser Flyer, wofür zuletzt allerdings kein Bedarf mehr bestand.

Als Hauptansprechpartner im ZI für alle Selbsthilfegruppen fungiert seit inzwischen mehr als 10 Jahren kontinuierlich Dr. Jens Bullenkamp als vom ZI-Vorstand benannter Selbsthilfebeauftragter. Er wird dabei seit ebenfalls schon mehreren Jahren von seinem Stellvertreter, Herrn Tom Kampler, unterstützt. Dieser ist vor allem für die organisatorische Mithilfe bei allen Veranstaltungen zum Thema Selbsthilfe zuständig. Im Rahmen seiner Zugehörigkeit zum ZI-Referat Kommunikation und Medien verantwortet er auch die graphische Überarbeitung der verschiedenen Informationsmaterialien. Dr. Bullenkamp repräsentiert den Gesamtprozess der Selbsthilfefreundlichkeit nach außen, er moderiert den Qualitätszirkel und organisiert sonstige Veranstaltungen zum Thema Selbsthilfe, wie u.a. das jährliche „Forum Selbsthilfe in der Psychiatrie“, und ist die zentrale Kontaktperson zum Kooperationspartner Gesundheitstreffpunkt Mannheim (GTP). Zusätzlich zu dem regelmäßigen Austausch mit den SHG finden nach Absprache regelmäßige Treffen zwischen ZI und GTP statt, was auch trotz der Corona-Einschränkungen durchgehend erfolgen konnte. Aufgrund notwendiger personeller Veränderungen hat dabei die zuständige Ansprechperson im GTP in den letzten Jahren mehrfach gewechselt, seit September 2020 ist dies jetzt Frau Bettina Brandeis. Die Kooperation ist dabei unverändert in der bisherigen Form vertraglich fixiert und in das allgemeine Qualitätsmanagement des ZI integriert.

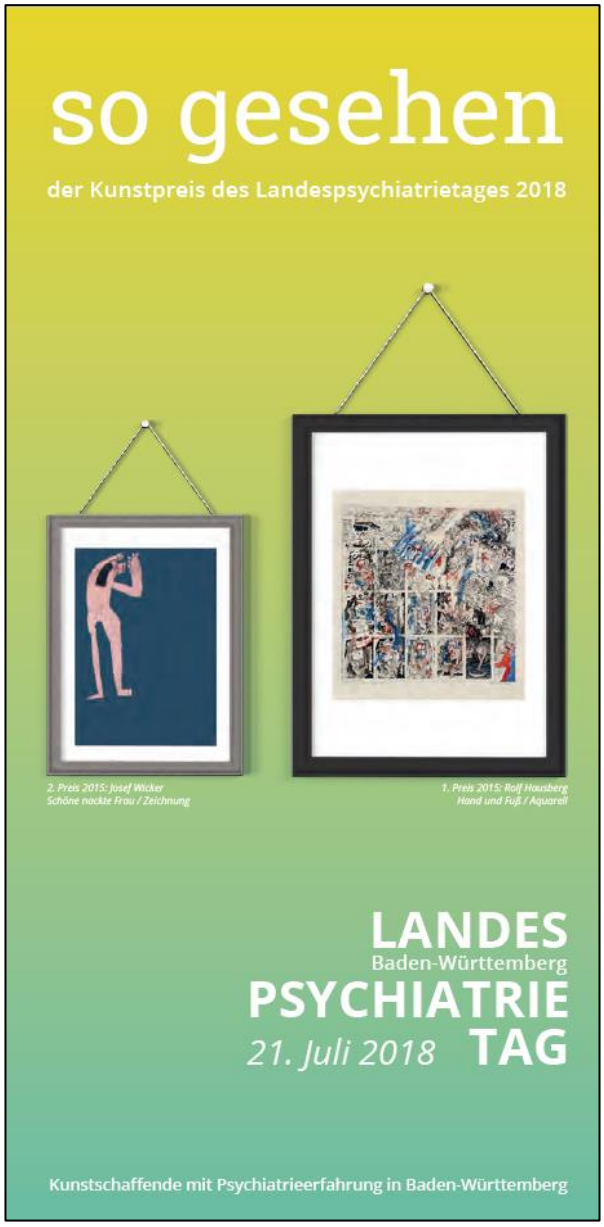
Die im Mai 2020 zur Qualifizierung zum Thema Selbsthilfe geplante Weiterbildung der ärztlichen Mitarbeiter*innen des ZI musste abgesagt werden, da aufgrund des Corona-Lockdowns keine Präsenzveranstaltungen mehr zulässig waren. Aufgrund der vorgesehen Beteiligung mehrerer Selbsthilfegruppen konnte auch nicht auf die kurzfristig zur Verfügung gestellte Möglichkeit einer Online-Präsentation ausgewichen werden. Ein Nachholtermin konnte wegen des festgelegten Curriculums der Weiterbildung noch nicht festgelegt werden, wird aber wahrscheinlich innerhalb des nächsten Jahres erfolgen.

4. Neue Aktivitäten zur Selbsthilfefreundlichkeit

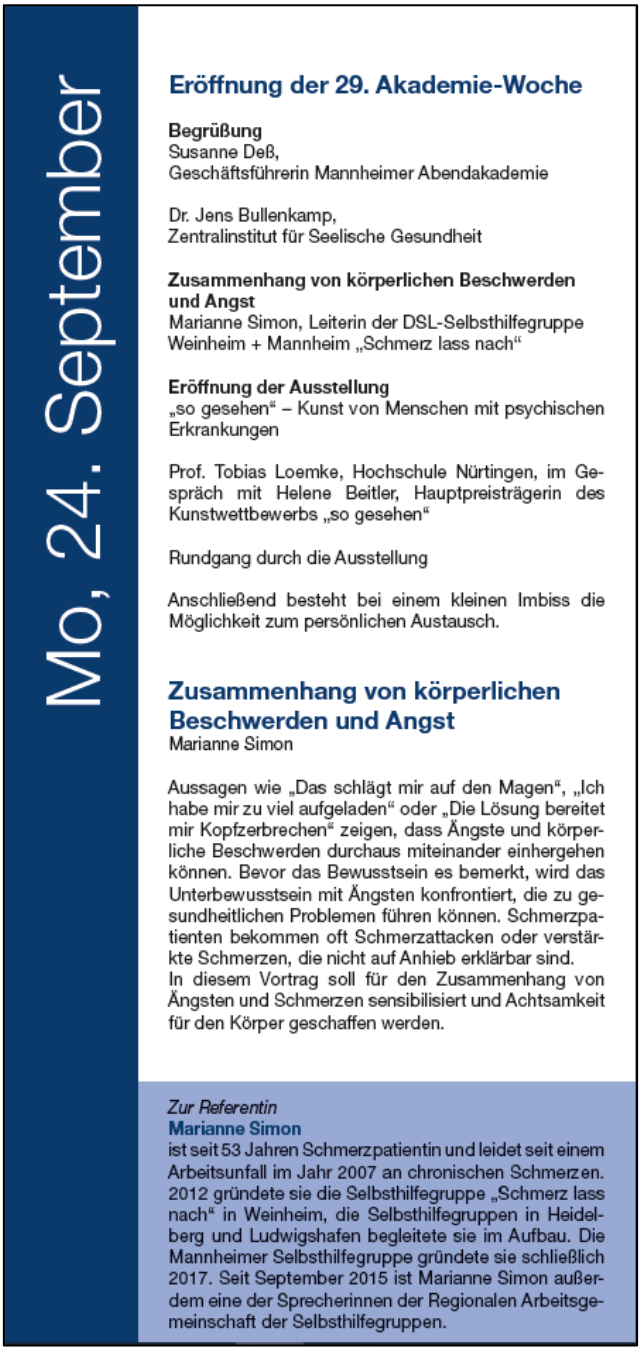
Im Folgenden soll im Detail dargestellt werden, welche zusätzlichen Maßnahmen das Zentralinstitut von 2018 bis 2021 ergriffen hat, um das Konzept der Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung in den verschiedenen Bereichen des Instituts verstärkt zu etablieren.

a. Veranstaltung Abendakademie 2018

Aufgrund des damit verbundenen hohen organisatorischen Aufwands war vom „Qualitätszirkel Selbsthilfe am ZI“ und dem „Forum Selbsthilfe in der Psychiatrie“ beschlossen worden, den zuvor jährlich stattfindenden „Tag der Selbsthilfe“ ab 2017 nur noch in einem 2-Jahres-Rhythmus zu veranstalten. Durch die Mitwirkung des ZI-Selbsthilfebeauftragten in der Organisationsleitung des Landespsychiatrietags Baden-Württemberg, der bundesweit größten trialogisch orientierten sozialpsychiatrischen Veranstaltung, die im Juli 2018 zum fünften Mal stattfand, ergab sich dann aber die Möglichkeit, eine Ausstellung des dazugehörigen Kunstpreises „so gesehen“ in Mannheim durchzuführen. Im Zusammenwirken mit dem Referat Kommunikation und Medien des ZI konnte hierfür eine Kooperation mit der Mannheimer Abendakademie hergestellt werden, die ihre Räumlichkeiten zur Verfügung stellte. Ab September 2018 wurden dann für einen Zeitraum von 3 Wochen etwa 50 Werke psychisch erkrankter Künstlerinnen und Künstler einer breiten Öffentlichkeit präsentiert. Die Vernissage der Kunstausstellung wurde dabei mit einer Veranstaltung verbunden, für die Frau Anke Simon,



Leiterin der Selbsthilfegruppe „Schmerz lass nach“, als Referentin gewonnen werden konnte. Im Rahmen der Eröffnung der 29. Akademie-Woche „Psyche“ trug Frau Simon zum Zusammenhang von körperlichen Beschwerden und Angst vor. Diese Veranstaltung fand mit mehr als 100 Teilnehmenden eine erfreulich große Resonanz, auch das zusätzlich eingerichtete allgemeine Informationsangebot über Selbsthilfegruppen im Bereich psychischer Erkrankungen wurde ebenso intensiv in Anspruch genommen wie der von professioneller Seite begleitete Rundgang durch die Ausstellung.



b. Selbsthilfetag 2019

Im Qualitätszirkel Selbsthilfe wurde aufgrund der positiven Erfahrungen mit der Veranstaltung in der Abendakademie im Herbst 2018 der Wunsch geäußert, den für 2019 geplanten Selbsthilfetag ebenfalls einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Die bisher unter diesem Motto durchgeführten Veranstaltungen fanden sämtlich in den Räumlichkeiten des ZI statt, da hierdurch eine größere Resonanz unter den Mitarbeiter*innen der Klinikbereiche erzielt werden konnte. Trotzdem hatte das Interesse an Selbsthilfethemen in dieser Gruppe eher nachgelassen, weshalb jetzt zusätzliche Zielgruppen erreicht werden sollten. Nicht zuletzt mussten auch die fortlaufenden Baumaßnahmen im ZI berücksichtigt werden, wodurch die dort verfügbare Auswahl an für ein größeres Publikum geeigneten Räumlichkeiten ohnehin gering war, was bereits beim Selbsthilfetag 2017 kritisch zurückgemeldet worden war. Der Qualitätszirkel beauftragte daher den Selbsthilfebeauftragten zu prüfen, ob der Selbsthilfetag 2019 in ähnlicher Weise in die Veranstaltungsreihe „Psyche“ eingebunden werden könnte, wie dies im Jahr mit der Kunstausstellung „so gesehen“ umgesetzt wurde. Im intensiven Austausch mit dem für die „Psyche“ hauptverantwortlichen Referat Kommunikation und Medien des ZI konnte schließlich das übergreifende Thema „Depression“ für die Akademie-Woche erarbeitet werden, in das dann auch die Selbsthilfe mit dem „4. Tag der Psyche und Selbsthilfe“ integriert wurde. Hierdurch

standen dann wie gewünscht auch wieder die Räumlichkeiten der Mannheimer Abendakademie zur Verfügung.

Im Detail wurde gemeinsam von allen Beteiligten ein trialogisch orientiertes Programm mit dem Titel „Mehr als Schatten und Licht: Die vielen Gesichter der Depression“ zusammengestellt, in dem Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und professionell in der Psychiatrie tätige Personen zu verschiedenen Aspekten depressiver Störungen referierten.

4. Tag der Psyche und Selbsthilfe

„Mehr als Schatten und Licht: Die vielen Gesichter der Depression“

Mittwoch, 25. September 2019 · 16:30-19:00 Uhr

Eine Kooperation zwischen dem Zentralinstitut für Seelische Gesundheit und dem Gesundheitstreffpunkt Mannheim.

Programm · Vorträge

Abendakademie Mannheim
Foyer und Vortragssaal
U 1, 16-19 · 68161 Mannheim

16:30 Uhr
Begrüßung
Raymond Fojkar, *Stadtrat,*
Vorsitzender Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Moderation und Rundgang Info-Stände
Linda Bielfeld, *Gesundheitstreffpunkt Mannheim*
Dr. Jens Bullenkamp, *Abteilung Gemeindepsychiatrie ZI*

17:00 Uhr
Theather-Performance
HABBA!-Theatergruppe, *Psychiatrie-Parodie, Heidelberg*

Depression – was steckt dahinter?
Vortrag mit anschließender Fragerunde
Dr. Sotiria Argiriou-Martin, *Abteilung Gemeindepsychiatrie ZI*

Zwischenspiel Achtsamkeit:
Praktische Einführung in eine Entspannungstechnik
Cornelia Haaf, *Ergotherapeutische Praxis Cornelia Haaf, Mannheim*

Was kann ich als Angehörige für mich selbst tun?
Erfahrungsbericht mit Darstellung der Möglichkeiten der Selbsthilfe
Bianca Beyer, *Selbsthilfegruppe Angehörige von Menschen mit Depression*

18:30 Uhr
Austausch bei Finger-Food-Buffet

19:00 Uhr
Veranstaltungsende

Informationsstände · 16:30 - 19:00 Uhr

Abendakademie Mannheim, Foyer
U 1, 16-19 · 68161 Mannheim

Es besteht durchgehend Gelegenheit, sich an den Informationsständen bei den Vertreterinnen und Vertretern der Selbsthilfegruppen,Verbände und Vereine zu informieren und beraten zu lassen.

Informationsstände

- „Al-Anon“ – Familiengruppen für Angehörige und Freunde von Alkoholikern
- Anonyme Alkoholiker
- Selbsthilfegruppe Bipolar für Betroffene und Angehörige Mannheim
- Selbsthilfegruppe Angehörige von Menschen mit Depression
- Selbsthilfegruppe Essstörungen bei Frauen Ludwigshafen
- Selbsthilfegruppen der Freundeskreise des BWLV
- Freundeskreis Mannheim „Die Lotsen“ e.V. mit „Rauschbrillen-Parcours“
- Gesundheitstreffpunkt Mannheim
- Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle Mannheim (IBB)
- (K)BC – (K)ein Burnout Café
- Kreuzbund e.V. Gruppe Mannheim
- Mannheimer Initiative Psychiatrie-Erfahrener (MIPE)
- Selbsthilfegruppe „Nova Vita“ mit „Rauschbrillen zum Ausprobieren“
- Selbsthilfegruppe PTBS – Posttraumatische Belastungsstörungen für Frauen
- DSL-Selbsthilfegruppe „Schmerz lass nach!“ Mannheim
- Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
- Selbsthilfegruppe Zwangserkrankungen

Parallel zu dem Vortragsteil gestattete die Mannheimer Abendakademie auch die Nutzung ihres öffentlich zugänglichen Foyers für den Aufbau zahlreicher Informationsstände der Selbsthilfegruppen. Aufgrund der erfreulich großen Beteiligung der SHG wurde schließlich der dort verfügbare Platz mit insgesamt 17 Informationsständen komplett in Anspruch genommen. Hierdurch konnte wie erhofft eine breite Öffentlichkeit erreicht werden, sowohl der Besuch der Vortragsveranstaltung mit mehr als 120 Teilnehmer*innen als auch das Interesse an den Informationsständen übertrafen die vorherigen Erwartungen der Veranstalter.

c. Betroffenenbeirat Forschung

Im Zuge der seit mehr als 10 Jahren bestehenden Selbsthilfeorientierung des ZI ist es gelungen, das Konzept der Selbsthilfefreundlichkeit in verschiedenen Bereichen der Krankenversorgung zu etablieren. Als Forschungseinrichtung von internationalem Rang zur Erforschung nahezu sämtlichen Themen psychischer Erkrankungen hat das ZI es sich in den letzten Jahren darüber hinaus zu einem Anliegen gemacht, die Sichtweisen, Erfahrungen und Anliegen von Betroffenen sowie deren Angehörigen auch in diesen Bereich stärker einzubeziehen. Bei etlichen Forschungsprojekten des ZI wurde die Betroffenenperspektive bereits seit langem intensiv einbezogen, beispielsweise im Bereich Autismus- oder Suchtforschung. Dies wurde nun auch institutionell verankert.

Hierzu wurde Anfang 2019 der „Betroffenenbeirat Forschung“ als neues Forum des Austauschs gegründet. Der Betroffenenbeirat ist ein Forum des regelmäßigen Austauschs und der Zusammenarbeit. Hier kommen Menschen, die persönlich Erfahrung mit psychischen Erkrankungen haben, und Forscherinnen und Forscher des ZI zusammen, um aktuelle Forschungsvorhaben zu diskutieren. Ziel ist es, partizipative Forschungsansätze von der Planung über die Durchführung bis zur Auswertung im ZI umzusetzen. So wurde auf diesem Weg eine erste Studie zum Unterstützungsbedarf von Angehörigen von Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen konzipiert, die jetzt Mitte 2021 begonnen hat. Auch ein Austausch zu weiteren Themen wie der Gestaltung neuer baulicher Strukturen oder der Entwicklung neuer klinischer Angebote am Übergang zwischen stationärer und ambulanter Behandlung in Verbindung mit den verschiedenen Beratungsangeboten kann in diesem neuen

Gremium erfolgen. Im Beirat sind dabei Psychiatrieerfahrene und Angehörige vertreten, die zum großen Teil auch in der Selbsthilfe engagiert sind und auf Vermittlung des Selbsthilfebeauftragten des ZI teilnehmen. Dazu wurde das Konzept des Betroffenenbeirats auch im Forum „Selbsthilfe in der Psychiatrie“ von der mit der organisatorischen Leitung beauftragten ZI-Mitarbeiterin Frau Privatdozentin Dr. Melanie Fritz den Mannheimer Selbsthilfegruppen M2019 vorgestellt.

d. Projekt EX-IN-Mitarbeiter*innen

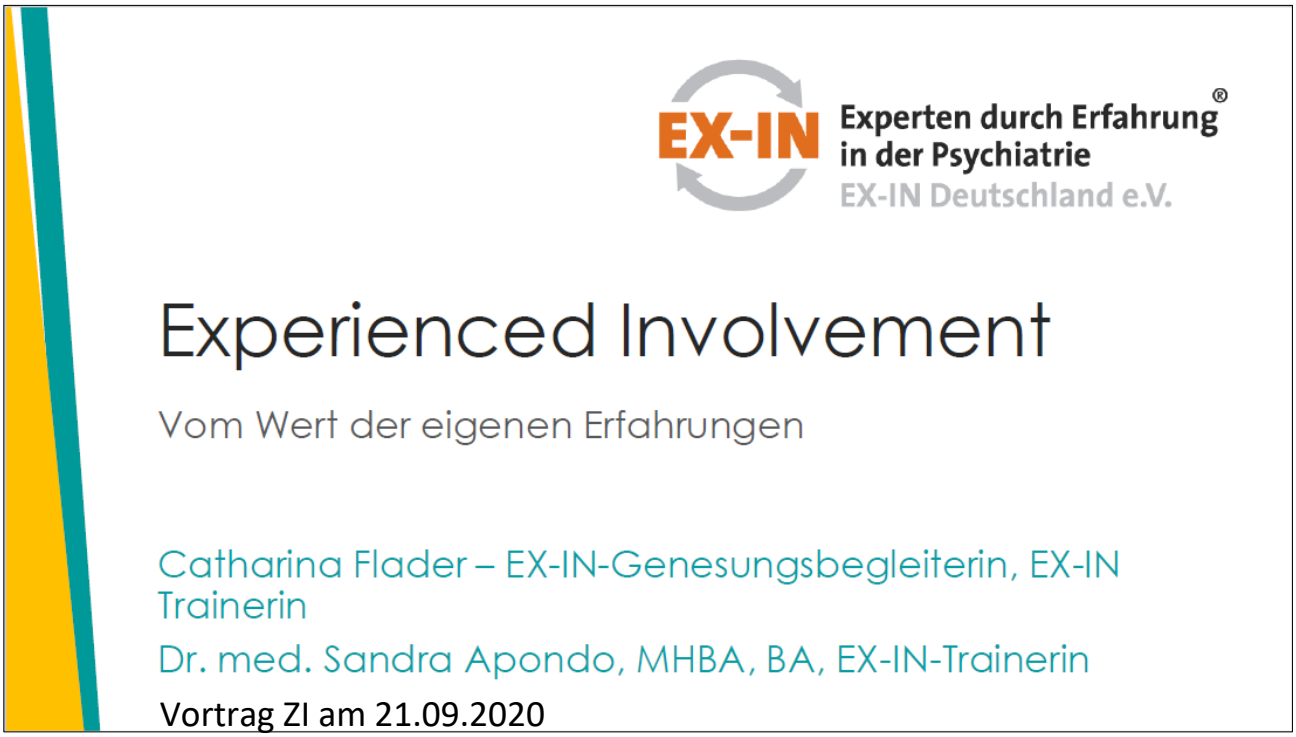
Parallel zur Gründung des Betroffenenbeirats wurden im ZI auch Bemühungen aktiviert, Personen mit Psychiatrie-Erfahrung verstärkt unmittelbar in die klinische Arbeit zu integrieren. Bereits sei den 90-er Jahren beschäftigt das ZI mit Frau Monika Wolff eine Mitarbeiterin als Patientenfürsprecherin, die früher selbst Patientin der Klinik war. Das Konzept, das Erfahrungswissen ehemaliger Patient*innen für das psychiatrische Hilfesystem nutzbar zu machen, wurde dann ab 2005 in Deutschland verstärkt durch sogenannte EX-IN-Kurse („**EX**perience-**IN**volvement“, d.h. „Erfahrung einbeziehen“) unterstützt, in denen eine Weiterbildung zu Genesungsbegleiter*innen erfolgt. Seit 2016 wird dies auch in Heidelberg angeboten, was zu einem Informationsaustausch mit dem ZI in Mannheim führte.

EX-IN Experten durch Erfahrung® in der Psychiatrie
EX-IN Rhein-Neckar e.V.

Hierüber entstand die Idee, EX-IN-Genesungsbegleiter*innen als feste Mitarbeiter*innen für das ZI zu gewinnen und hierüber der Patientenorientierung des ZI noch mehr Gewicht zu verschaffen. In der Vergangenheit war dies aufgrund des festgelegten Stellenschlüssels schwierig gewesen, da die EX-IN-Ausbildung (noch) nicht als Berufsabschluss anerkannt ist. Es waren daher immer nur Praktika möglich, die im Rahmen des EX-IN-Curriculums auch am ZI abgeleistet werden konnten. Dadurch, dass das Konzept des sogenannten „Peer-Supports“ in den letzten Jahren aber auch bundesweit immer mehr Aufmerksamkeit gefunden hatte,

entstanden in der jüngsten Vergangenheit aber neue Beschäftigungsmöglichkeiten für Genesungsbegleiter*innen in- und außerhalb psychiatrischer Kliniken.

Anfang des Jahres 2020 wurde daraufhin am ZI gemeinsam vom Institutsdirektor des ZI, der Pflegedirektion und der Abteilung Gemeindepsychiatrie des Selbsthilfebeauftragten das „Projekt EX-IN-Mitarbeiter*innen“ begründet. Ziel des Projekts sollte es explizit sein, neue Mitarbeiter*innen und Praktikant*innen für das ZI zu gewinnen, die in das EX-IN-Curriculum absolvierten. An erster Stelle wurde dazu Kontakt mit dem Verein EX-IN Rhein-Neckar aufgenommen, dessen Vorstandssprecherin früher als Ärztin am ZI tätig war. Eine weitere aktuelle ärztliche Mitarbeiterin des ZI engagierte sich darüber hinaus als Mitwirkende am EX-IN-Curriculum, was aber aufgrund der Auswirkungen der Corona-Pandemie bisher nicht konkret umgesetzt werden konnte. Es war aber hierdurch möglich, im Laufe des Jahres 2020 mehrere Informationsveranstaltungen für verschiedene Zielgruppen zum Thema EX-IN am ZI durchzuführen, unter anderem auch im Rahmen des Forums „Selbsthilfe in der Psychiatrie“ im September 2020. Der Wunsch des ZI wäre es, dass sich Mitwirkende aus der Mannheimer Selbsthilfe für die Teilnahme an einem EX-In-Kurs motivieren lassen, um dann zu einem späteren Zeitpunkt als Genesungsbegleiter*innen am ZI arbeiten zu können.



e. Initiative „Stark im Sturm“

Obwohl kein unmittelbarer Bezug zur Selbsthilfe am ZI besteht, soll an dieser Stelle auch kurz auf dir Initiative „Stark im Sturm“ eingegangen werden. Diese wurde 2020 am ZI ins Leben gerufen und dient dazu, innerhalb der verschiedenen Klinikbereiche des ZI ein besonderes Augenmerk auf die Kinder der hier behandelten Patient*innen zu richten. In Deutschland leben schätzungsweise drei Millionen Kinder psychisch erkrankter Eltern und 2,6 Millionen Kinder mit einer suchterkrankten Mutter oder einem suchterkrankten Vater. Fällt mindestens ein Elternteil zeitweise oder ganz als wichtige Bezugsperson aus, sind damit erhebliche Belastungen für die Kinder verbunden, die deren weiteres Leben stark beeinträchtigen können. Kleinere Kinder erhalten weniger emotionale Wärme und Zuneigung als Gleichaltrige aus intakten Familien. Ältere Kinder haben oft Schuldgefühle und übernehmen häufig ein Übermaß an Verantwortung, halten den Haushalt aufrecht und versorgen jüngere Geschwister. Die eigenen Bedürfnisse dieser Kinder müssen zurückstehen, ihr schulischer Erfolg leidet und der für die eigene Entwicklung wichtige Austausch mit Gleichaltrigen bleibt auf der Strecke. Daher wundert es nicht, dass Kinder psychisch erkrankter Eltern ein sehr hohes Risiko aufweisen, selbst eine psychische Erkrankung oder eine Suchterkrankung zu entwickeln.

Leider wird dieser wichtige Aspekt in der Behandlung psychisch erkrankter Menschen häufig vernachlässigt, insbesondere während der akutpsychiatrischen Behandlung. Im Rahmen der Initiative „Stark im Sturm“ wurden daher die verschiedenen Klinikbereiche des ZI für diese Thematik gezielt sensibilisiert. Es wurden „Kinderbeauftragte“ auf den Behandlungsstationen des ZI benannt, die als zentrale Ansprechperson für alle dazugehörigen Fragen fungieren. Die professionellen Helfer setzen sich für das Wohl der Kinder ein und fördern deren Resilienz. Sie suchen das Gespräch mit den erkrankten Eltern. Dabei können sie den Blick der Eltern für Überforderungssituationen schärfen und sie dazu ermutigen, Hilfsangebote für ihre Kinder anzunehmen. Die Kinderbeauftragten helfen den Kindern, die Situation der Eltern zu verstehen und damit umzugehen sowie die Folgen für ihr eigenes Leben abzuwenden. Auf diese Weise wird die Grundlage für ein besseres Familienleben gelegt.

Bei Bedarf ist darüber hinaus auch eine kurzfristige Vorstellung zur Beratung oder Behandlung in einem der Ambulanzbereiche des ZI möglich. Ausgehend von der Initiative „Stark im Sturm“

sollen in einem im Mai 2021 gestarteten Pilotprojekt, das von der Dietmar-Hopp-Stiftung gefördert wird, jetzt auch Kinder psychisch erkrankter Eltern in der erweiterten Rhein-Neckar-Region künftig effektiver unterstützt werden. In Kooperation mit dem Universitätsklinikum Heidelberg und der Klinik für Suchttherapie und Entwöhnung des Psychiatrischen Zentrums Nordbaden (PZN) in Wiesloch werden Kinderbeauftragte auf den Stationen der beteiligten Kliniken etabliert, die Vernetzung von Hilfseinrichtungen und Beratungsstellen intensiviert und so die Bereitschaft der Betroffenen, Hilfen anzunehmen, gestärkt. Das geförderte Projekt wird wissenschaftlich von der Abteilung Public Mental Health des ZI begleitet, um Erfolgsfaktoren und mögliche Hindernisse des Kinderbeauftragten-Systems zu analysieren.

f. „Grüne Schleife" für mehr Akzeptanz psychischer Erkrankungen

Psychische Erkrankungen und Krisen sind weit verbreitet und können jeden treffen. Oft können sie aber gut und wirksam behandelt werden. Wichtig ist, darüber zu sprechen und sich Hilfe zu holen. Für eine psychische Erkrankung muss man sich nicht schämen. Mit der Grünen Schleife möchten wir ein Zeichen für Akzeptanz und gegen Ausgrenzung setzen. Das sagen einige unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

5. Fazit und Ausblick

Nachdem das ZI 2018 bereits zum dritten Mal die Auszeichnung als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ erhalten hat, wurde der damit verbundene Prozess auch in der Folgezeit konsequent fortgesetzt. Dabei unterlag die Zusammenarbeit von ZI, Gesundheitstreffpunkt Mannheim und den zahlreichen Selbsthilfegruppen im Bereich der Psychiatrie in den vergangenen drei Jahren zahlreichen Höhen und Tiefen. Ein positives Highlight war sicherlich der „4. Tag der Psyche und Selbsthilfe“, der durch die Wahl eines neuen Veranstaltungsorts erstmalig einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich gemacht wurde. Die vorangegangenen Veranstaltungen richteten sich vorrangig an psychiatrische Facheinrichtungen und fanden im ZI selbst statt, wohingegen diesmal auch durch die Wahl des übergeordneten Themas „Depression“ alle interessierten Bürger*innen angesprochen wurden. Die große und positive Resonanz sowohl auf das Vortragsprogramm als auch auf die parallel durchgeführten Info-Stände der Selbsthilfegruppen hat uns darin bestärkt, diesen Weg weiter zu beschreiten und zukünftige Selbsthilfetage in einem ähnlichen Rahmen zu organisieren. Allerdings zeigte sich schon während der Vorbereitung, dass eine Veranstaltung dieser Größenordnung mit deutlich erhöhten Anforderungen für alle Beteiligten verbunden ist. So ließ sich die gewünschte trialogische Grundausrichtung des Selbsthilfetags schlussendlich nur dadurch realisieren, dass relativ kurzfristig eine Selbsthilfegruppe aus Heidelberg zur Mitwirkung gewonnen werden konnte, was allerdings schlussendlich im besonderen Maße zum Gelingen dieser Veranstaltung beitrug.

Seit 2020 bis zum heutigen Tage einschließlich war dann die Weiterentwicklung der Selbsthilfefreundlichkeit am ZI wie auch der Lebensalltag in Deutschland und auf dem gesamten Erdball wesentlich von den Auswirkungen der Corona-Pandemie bestimmt. So konnte zwar der jährliche Qualitätszirkel im Februar 2020 und im Juli 2021 in Präsenz durchgeführt werden, es waren aber hierbei jeweils nur wenige Vertreter*innen der Selbsthilfegruppen anwesend. Ebenso mussten die regelmäßigen Info-Veranstaltungen auf den Stationen und im Foyer des ZI abgesagt werden und konnten bis jetzt immer nur vorübergehend wieder stattfinden. Auch die Arbeit in den Selbsthilfegruppen selbst wurde und wird durch die Corona-Pandemie erheblich behindert. Gruppentreffen ließen sich nicht oder nur unter besondere Auflagen durchführen, und der Gesundheitstreffpunkt Mannheim

als zentrale Anlaufstelle der Selbsthilfearbeit musste mehrfach geschlossen werden. Einzelnen Selbsthilfegruppen gelang es, ihre regelmäßigen Treffen über Online-Meetings zu organisieren, was neue Kommunikationsstrukturen erforderlich machte, vielfach aber auch sehr positiv angenommen wurde. Es wird zu prüfen sein, ob diese neue Form der Selbsthilfe sich auch auf die weitere Entwicklung der Selbsthilfefreundlichkeit im ZI übertragen lässt. Aktuell wird hierzu gerade ein Angebot im Bereich der Suchthilfe durch die Anonymen Alkoholiker aufgenommen und erprobt. Als Vorbild könnte die 2021 wöchentlich neu etablierte virtuelle Selbsthilfesprechstunde der Universitätsmedizin Mannheim dienen.

Es ist momentan nicht abzusehen, wie und ob welche Selbsthilfegruppen nach dem Ende der Corona-Pandemie ihre Arbeit fortsetzen können. Dabei haben gerade die Erfahrungen mit dem Lockdown und den immer wieder notwendigen Quarantäne-Isolierungen gezeigt, wie wichtig ein soziales Miteinander für die Gesellschaft insgesamt und für die seelische Gesundheit im Besonderen ist. Erfreulicherweise finden sich - vielleicht sogar gerade vor diesem Hintergrund - immer wieder Mitbürger*innen, die bereit sind, sich trotz der immer noch schwierigen allgemeinen Bedingungen in der Selbsthilfearbeit zu engagieren. So haben sich in den letzten Monaten auch neue Selbsthilfegruppen zum Thema „Post-COVID“ gebildet, deren Online-Treffen einen regen Zulauf finden, und die unbedingt in die weitere Entwicklung der Selbsthilfefreundlichkeit am ZI integriert werden sollten. Es ist gleichzeitig leider davon auszugehen, dass einige der bewährten Mitstreiter*innen aus der Selbsthilfe bei dem nach einem hoffentlich baldigen Ende der Corona-Pandemie notwendigen Neustart des Projekts „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ nicht mehr zur Verfügung stehen werden. Auch wenn Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung in den Grundsätzen des ZI fest etabliert sind, kann dieser Prozess aber nur im Zusammenwirken mit den Selbsthilfegruppen weiter aktiv gehalten und vorangebracht werden. Es ist daher an dieser Stelle noch einmal ausdrücklich allen Vertreter*innen der Selbsthilfe für ihr engagiertes Wirken in schwierigen Zeiten zu danken, ebenso wie dem Gesundheitstreffpunkt Mannheim für die stets vertrauensvolle und fruchtbare Kooperation seit inzwischen mehr als 10 Jahren.