



Pflege

Wie Natur heilt



Natürliche Heilmethoden werden inzwischen auch in Kliniken, Altenheimen und der Psychiatrie angewendet. Beim Fachtag für Naturheilkundliche Pflege im AMEOS Klinikum Dr. Heines Bremen konnten die Teilnehmer selbst die Probe aufs Exempel machen und Yoga, Klopfakupressur, Eutonie, Hypnose oder Qi-Gong ausprobieren. Ebenfalls im üppigen Angebot: Ayurvedischer Tee (Foto: hrh). **Seite 10**

Psychiatrie

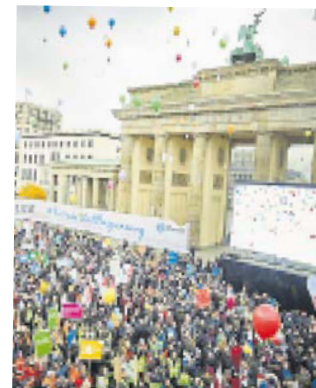
Premiere in Berlin



„Don't Panic 2030?!“ – Unter diesem Motto trafen sich im Oktober 140 junge, an der Sozialpsychiatrie interessierte Menschen zu einem eigenen Pre-Kongress, der der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie (DGSP) vorausging. Dabei wurden erstmals explizit Themen bearbeitet, die insbesondere neue, jüngere Mitarbeiter beschäftigen und ansprechen. **Seite 5**

POLITIK

Massenhafter Protest



Der Countdown läuft: Anfang Dezember soll der Entwurf für das neue Bundesteilhabegesetz im Bundestag zur Abstimmung gestellt werden. Opposition und ein breites Protestbündnis fordern weitreichende Änderungen. Am 7. November demonstrierten tausende Menschen bei einer Lebenshilfe-Demo (Foto: Lebenshilfe/Jan Pauls), bei der 150.698 Unterschriften überreicht wurden. Mehr zum Thema: **Seite 7**

Der Algorithmus der Gefühle

Psychiatrie 4.0.: Von Avatar bis Datenbrille

Datenbrillen zur Gefühlserkennung, Avatare, die Therapeuten spielen und Software, die einem das Wort im Munde umdrehen kann – die „schöne neue Welt“ ist da – und beunruhigt.

HAMBURG. Am Anfang war der Lügendetektor. Er zeichnete Blutdruck, Puls, Atmung und die elektrische Leitfähigkeit der Haut während einer Befragung auf. Gemessen wurde die Aktiviertheit einer Person – und nicht die reine Wahrheit. Heute, Zehntausende von Fitness- und Mental-Apps später, wird von einer Revolution „4.0.“ gesprochen – was irgendwas zwischen Roboter und Maschinen mit künstlicher Intelligenz, mit Digitalisierung und totaler Vernetzung beinhaltet – und sukzessive unsere Welt und unser Sein darin verändert. Psychiatrie und Psychotherapie sind in besonderem Maß mitbetroffen. Werden z.B. auch Therapeuten in Zukunft von vermenschlichten Maschinen ersetzt – oder ergänzt?

Psychiatrie 4.0 – Israel zeigt, wie sie aussehen könnte. Krankheiten erkennen, bevor sie überhaupt richtig auftreten, lautet das Ziel. „Lifegraph“ heißt eine an der Universität in Tel Aviv entwickelte App, die dazu dient, Verhaltensmuster zu beobachten: Wie oft und wie lange hat der Patient telefoniert, weist er Gespräche ab? Wie viel spricht er und in welcher Lautstärke? Wie viele SMS und E-Mails schreibt er. Wie oft verlässt er das Haus? Macht er das Licht im Zimmer mitten in der Nacht an? Innerhalb weniger Wochen ermittele das System die „individuelle Verhaltensnorm jedes einzelnen Patienten“, berichtete die Welt („Mobiler Psychiater“, 1.9.2016). Wenn diese „Basislinie“ etabliert ist, gebe die App Bescheid, wenn etwas beginnt, schiefzulaufen. Etwa wenn Depressive weniger Anrufe beantworten, selbst weniger Kontakte initiieren, das Haus seltener verlassen.

Auch an der Uniklinik Dresden wird mit Smartphones gearbeitet. Eine App für Patienten mit Bipolaren Störungen, die derzeit getestet wird, erinnert an Medikamente, wertet Bewegungspro-

file aus – und ruft zur Not den Arzt. Für jeden der Patienten wird ein persönliches Profil ermittelt. Wer davon abweicht, kriegt es mit seinem Arzt zu tun. In einer manischen Phase verschicke ein Erkrankter auch mal 500 SMS am Tag, erklärte Michael Bauer, Direktor der Dresdner Unipsychiatrie gegenüber welt24 die Erkenntnisdimension.

Das Zauberwort der 4.0-Welt lautet Algorithmus. Ein Computer wird mit Unmengen von Daten gefüttert, aus denen er ein System und eine Handlungsvorschrift entwickelt. So sollen dann künstliche Personen – Avatare – menschliche Intelligenz und gar Gefühle simulieren können. Gefühle erkennen und vermessen, über die Einspeisung unzähliger Mimiken echter Menschen in feinsten Abstufung – Affective Computing nennt sich dieser Forschungsbereich. Ulrich Schnabel hat

„Affective Computing“

ihn für die Zeit untersucht – arte sendete dazu den Filmbeitrag („Die Vermessung der Gefühle“, siehe Youtube.de). Darin ist zu sehen, wie „Elli“, die virtuelle Therapeutin und Avatarin, ein therapeutisches Gespräch mit einem an einer Traumastörung leidenden Ex-Soldaten führt. Dahinter stehen unzählige Daten zu Stimmlage, Verhalten, Ausdruck, Betonungen etc., auf die „Elli“ gelernt hat, passend zu reagieren. Kalt und klinisch habe sich das angefühlt, so der Ex-Soldat, aber das Erzählen sei einfacher gewesen. Er habe mehr erzählt. „Du fühlst Dich gezwungen zu antworten“. Keine Chance für Ausreden, oder zögern, das echte – empathische – Therapeuten zulassen.

Gesichtserkennungs-Apps sollen den Gefühlszustand des Handynutzers analysieren, wenn er auf sein Handy guckt. Wird künftig das Telefon Tipps geben, wann und mit welchem Therapeuten man reden soll, sorry, welche Therapie-App herunterzuladen ist? Datenbrillen mit Gesichtserkennungssoftware werden in Studien mit Autisten eingesetzt,

die Probleme haben, Gefühle zu erkennen und zu spiegeln. Immerhin: Besser funktioniert Tanz, hat Isabel Dziobek von der Humboldt Universität Berlin festgestellt. Tanz aktiviere intuitive Fähigkeiten, erklärt sie in dem arte-Beitrag. Rechner messen und berechnen, doch ein Ersatz für Austausch, das, „was uns zu menschlichen Wesen macht“, so Schnabel, seien sie nicht. Es fehle das „mitschwingen“ mit dem Gegenüber, sodass dessen Gefühl auch in uns eines erzeugt, weil wir die Emotion kennen.

Und doch ist die Dimension des Ganzen enorm und unterschätzt, so der Soziologe Professor Stefan Selk, Mitglied des Deutschen Ethikrats. „Die digitale Selbstvermessung verändert den Menschen“, warnte er in einem Interview mit der Ärztezeitung vor dem Trend zu einer assistierten Leben. Denn wo Daten erfasst werden, gibt es auch die Gefahr der Überwachung und Kontrolle. Nicht nur in ohnedies autoritären Staaten diene Selftracking zur potenziell totalen Kontrolle. In den USA gebe es eine private Uni, die von ihren Studenten fordert, eine bestimmte Menge Sport zu machen. Das werde über Fitnessarmbänder kontrolliert, die die Daten an die Uni senden. Wer nicht mitmacht und keine Daten liefert, dürfe nicht studieren.

Schließlich könnten Leistungsversprechen auch in destruktive soziale Prozesse umschlagen. So, wenn Eltern ihren Babys Datensocken anziehen können und Puls oder Atemfrequenz auf ihr Smartphone senden lassen. Der Sachverständigenrat für Verbraucherfragen habe darauf hingewiesen, dass solche Eltern immer ängstlicher würden. Perfektion sei nicht der Sinn des Lebens, so der Soziologe.

Dass die Forschung immer noch neue, bislang unvorstellbare Entwicklungen parat hat, zeigt eine Meldung über eine Neuentwicklung von Adobe: Eine Software kann Sprachaufnahmen so bearbeiten, dass ein Mensch etwas völlig anderes zu sagen scheint als im Original – da werden keine Lügen mehr enttarnt, sondern mit Finesse produziert. **Anke Hinrichs**



Nicht nur in der Sauna, auch in ihren improvisierten Paaresprächen kommen die Schauspieler ganz schön ins Schwitzen ... Foto: WDR/Bernd Spauke

Wo Paare ins Schwitzen kommen

Eine improvisierte Therapie-Komödie

Körperliche Wellness ist etabliert. Doch ein Wochenende im Wellness-Ambiente, aber mit professioneller Paartherapie ist ein (noch) ungewöhnliches Szenario. Jan Georg Schütte hat es sich ausgedacht, um mit zehn herausragenden Schauspielern eine „Beziehungskomödie mit Tiefgang“ zu drehen, die vor allem auf dem Improvisationstalent der Darsteller aufbaut und die die ARD am 23. November zeigt. Es ist nicht das erste Mal, dass der Regisseur

und Autor eine derart Schnittaufwändige Produktion wagt: Mit „Altersglühen – Speed Dating für Senioren“ heimste er Preise ein.

Ebenfalls mit viel Improvisation aber mit völlig anderem Setting geht der Dokumentarfilm „Beziehungsweisen“ der Frage nach, was es braucht, um Beziehungen auf die Sprünge zu helfen – und was es eigentlich ist, das Paare auch nach langen 30 Jahren noch zusammenhält... **Seite 3**

AUS DEM INHALT

MASSREGELVOLLZUG	SUCHT
Neue Gesetzeslage: „2000 Patienten vor Entlassung“	Flucht, Trauma und erhöhte Suchtrisiken
S. 4	S. 13
SCHLESWIG-HOLSTEIN	DROGEN
Kieler Fenster zeigte Recovery-Lebenswege	Kongress fordert Regulierung und kontrollierten Konsum
S. 8	S. 14
BREMEN	BETROFFENE
Mit Nachtcafé und Krisentelefon zur Psychiatriereform	Erfahrungen einer psychiatri- erfahrener Forscherin
S. 10	S. 16
NIEDERSACHSEN	BÜCHER
Niedersächsischer Aktionstag in Uelzen	Connie Palmen und die Tragik einer Künstlerliebe
S. 12	S. 17

Hilfe für kranke Häftlinge

NEUMÜNSTER (rd). Das Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH), vertreten durch das Zentrum für Integrative Psychiatrie (ZIP), bietet seit Oktober insgesamt 20 Plätze für psychiatrisch erkrankte Gefangene in einer Tagesklinik in der Justizvollzugsanstalt Neumünster an. Ziel des Modellprojekts sei es, die erkrankten Gefangenen durch die medizinische und psychotherapeutische Diagnostik und Behandlung weitgehend zu stabilisieren und somit die Voraussetzung zu schaffen, „damit die Unterbringung auf den regulären Vollzugsabteilungen der Anstalten wieder möglich ist und das Vollzugsziel, die Resozialisierung des Gefangenen, erreicht werden kann“, so Justizstaatssekretär Eberhard Schmidt-Elsaerber.

Nach Angaben des Justizministeriums werden vor allem Gefangene mit affektiven, erlebnisreaktiven, substanzbezogenen und psychotischen Störungen oder ADHS aufgenommen. Die Behandlung umfasst insbesondere die Psychopharmako- und Psychotherapie, störungsspezifische Behandlungsangebote, aber auch z.B. Entspannungsverfahren. Vergleichbare Abteilungen haben bislang nur die Länder Brandenburg, Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen.

IMPRESSUM

Verlagsanschrift:

Vitanas GmbH & Co. KGaA
Vitanas Sozialpsychiatrisches
Centrum Koog-Haus
Eppendorfer
Koogstraße 32
25541 Brunsbüttel
Telefon: (04852) 96 50-0
Telefax: (04852) 96 50-65
E-Mail: koog-haus@vitanas.de

Herausgeber:
Andreas Mezler
Vitanas Gruppe
Michael Dieckmann
AMEOS Gruppe (V.i.S.d.P.)
Internet: www.eppendorfer.de
www.kooghaus.de
www.vitanas.de
www.ameos.eu

Redaktionsleitung,
Layout und Satz
Anke Hinrichs (hin)
Redaktionsbüro NORDWORT
Große Brunnenstr. 137
22763 Hamburg
Tel.: 040 / 41358524
Fax: 040 / 41358528
E-Mail: ahhinrichs@aol.com

Mitarbeiter dieser Ausgabe: Sönke Dwenger, Ilse Eichenbrenner, Petra Eiden (pe), Michael Freitag (fg), Esther Geißlinger (est), Michael Götsche (gö), Annemarie Heckmann (heck), Dr. Verena Liebers, Jens Riedel (jri), Dr. Heidrun Riehl-Halen (hrh), (rd) steht für Redaktion, Agentur: epd

Druck: Boyens MediaPrint, Heide
Es gilt die Anzeigenpreisliste 2016.
Der Eppendorfer erscheint zehnmal im Jahr und kostet jährlich 39,50 Euro.
Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen.

Männer und Frauen sind gleichberechtigt – aber Texte müssen auch lesbar sein. Wegen der besseren Lesbarkeit hat sich die Redaktion entschieden, auf die zusätzliche Nutzung der weiblichen Form zu verzichten.

22 Millionen für Hamburg

■ Innovationsfonds fördert bessere Versorgung von psychisch Kranken

Es hat geklappt: Zwischenbescheiden zufolge soll Hamburg insgesamt 22 Millionen Euro für innovative Modelle zur gesundheitlichen Versorgung in der Hansestadt bekommen. Gefördert werden sollen drei Konzepte: ein Stadtteil-Versorgungsprojekt für Billstedt und Horn, ein Eimsbütteler Pilotprojekt zur Unterstützung älterer pflegebedürftiger Menschen in der eigenen Wohnung und schließlich die an die Universitätspsychiatrie Hamburg-Eppendorf angedockte Vergleichsstudie „Modell der sektorenübergreifend-kordinierten, schweregrad-gestufteten Versorgung psychischer Erkrankungen“ (RECOVER). Diese soll allein mit fast sieben Millionen Euro gefördert werden.

HAMBURG (rd). Damit ist der Innovationsausschuss allen Fördervorschlägen der Hamburger Landeskonferenz Versorgung gefolgt. Insgesamt werden so rund zehn Prozent des bundesweiten Fördervolumens von 225 Millionen Euro nach Hamburg fließen, teilte die Gesundheitsbehörde mit.

Im Rahmen des Projektes „Gesundheitsfördernde Stadtteilentwicklung in Billstedt und Horn“, das mit rund 6,3 Millionen Euro gefördert werden soll, sollen in den zwei Stadtteilen mit niedrigerem Versorgungsgrad ein innovatives Versorgungsmanagement aufgebaut, Gesundheitsförderung und Prävention etabliert, Ärzte entlastet und

die ambulante wohnortnahe Versorgung gestärkt werden. 8,9 Millionen Euro sollen in das „Netzwerk Leben-Plus“ (NWL) fließen, das im Bezirk Eimsbüttel durch Vernetzung von Hilfsangeboten sowie eine gezielte Beratung und Begleitung eine Versorgung zuhause als Alternative zum Umzug in ein Pflegeheim ermöglichen soll. Dabei sollen pflegende Angehörige unterstützt und technische Assistenzsysteme erprobt werden. Das Projekt wurde vom Albertinen-Krankenhaus und der Techniker Krankenkasse beantragt.

Mit weiteren 6,8 Millionen Euro schließlich soll im Rahmen von RECOVER die Versorgung für Menschen mit psychischen Erkrankungen verbessert werden. Unter anderem durch verkürzte Wartezeiten auf eine Behandlung, ein sprach- und kultursensibles Angebot für Migranten sowie neue Verknüpfungen ambulanter Versorgungsformen – mit dem Ziel, eine Klinikeinweisung möglichst zu vermeiden. Im Rahmen des Projektes, das unter Leitung von Prof. Martin Lambert steht, ist auch eine Sofortuntersuchung und eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung in akuten Krisenfällen geplant. Das Projekt ist als Vergleichsstudie angelegt und soll sowohl in Hamburg im Versorgungssektor des UKE wie auch in Itzehoe als einer ländlich-kleinstädtischen Region durchgeführt werden. Beteiligt sind ferner: die Verhaltenstherapie Falkenried MVZ GmbH, 14 Therapie- und Forschungseinrichtungen, die e-healthfirma Minddistrict sowie vier Krankenkassen.

Meldungen

Pädophilie-Therapie auf Krankenschein

BERLIN (rd). Vorbeugende Therapien für Männer mit pädophilen Neigungen könnten in Zukunft eine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) werden. Geplant sei noch in diesem Jahr eine Gesetzesänderung, sagte Lutz Stroppe, Staatssekretär des Bundesministeriums für Gesundheit. Knackpunkt ist bislang, dass therapieinteressierten Männern Anonymität zugesichert wird, was die Kassenabrechnung schwierig macht. Nach einer Gesetzesänderung könnte der GKV-Spitzenverband den Auftrag für ein Modellvorhaben erhalten. Hauptziel sei ein besserer Schutz von Kindern vor sexuellem Missbrauch. 2005 riefen die Forscher an der Berliner Charité das Präventionsprojekt „Kein Täter werden“ ins Leben, das es inzwischen in zehn weiteren Bundesländern gibt.

www.psychenet.de wird weiterentwickelt

HAMBURG (rd). Das Internetportal www.psychenet.de bietet bislang vor allem Infos über das Hilfesystem in der Hamburger Region und erreicht pro Monat mehr als 70.000 Benutzer. Nun wird die Plattform mit Hilfe der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) zunächst für zwei Jahre weiterentwickelt und bundesweit ausgeweitet.

Vom Werkstatt-Job zum Unidozenten

KIEL (epd). In Kiel haben fünf Menschen mit Behinderung einen regulären

Job im neu gegründeten Institut für Inklusive Bildung angetreten. Sie waren zuvor drei Jahre lang im gleichnamigen Projekt der Stiftung Drachensee zu „Bildungsfachkräften“ ausgebildet worden (der EPPENDORFER berichtete). Das Institut wurde nun der Christian-Albrechts-Universität (CAU) angegliedert. Die jungen Menschen werden in Zukunft in Vorlesungen, Workshops und Seminaren hauptberuflich ihre Erfahrungen im Alltag mit Behinderung an Studenten weitergeben. Es sei beispielsweise in Deutschland, dass Menschen mit Behinderung aus einer Werkstatt in die allgemeine Hochschulwelt wechseln, sagte Jan Wulf-Schnabel, Geschäftsführer des Instituts.

Neurologe: Nur 25.000 Euro nebenbei

HAMBURG (rd). Wie viel darf ein Medizinprofessor nebenbei verdienen? Maximal 25.000 Euro, legte die Medizinische Hochschule Hannover (MHH) fest. Begründung der Hochschule: Das Limit sei notwendig, um Korruption zu unterbinden und „eine übermäßige Beeinflussung der Mitarbeiter durch Privatfirmen auszuschließen“, berichtete die „Hannoversche Allgemeine Zeitung“. Das Arbeitsgericht Hannover entschied jetzt: Die Obergrenze ist rechts. Ein Neurologe, der für 43.000 Euro Jahreshonorar ein Pharmaunternehmen berät, hatte nämlich gegen die Begrenzung geklagt. „Unverständlich“ findet diese – laut Spiegel-online – sein Anwalt, zumal der Arzt kein Beamter sei, sondern ohnehin zu einem Großteil aus Drittmitteln des Unternehmens bezahlt werde: Von den 132.000 Euro Jahresgehalt würden 100.000 Euro aus den Kassen von Merz stammen.

Brief aus der Hauptstadt



Zentrum der Macht: der einst von Christo verpackte Reichstag.

Gut beraten

Die „Woche der seelischen Gesundheit“ ist für mich eine wunderbare Gelegenheit für ein Update in Sachen Psycho-Hauptstadt. Die Berliner Beschwerde- und Informationsstelle legte anlässlich ihres 5-jährigen Bestehens ihre Zahlen vor und ließ viele Nutzer zu Wort kommen. Längst ist dieses kleine aber äußerst feine Projekt zu einem Leuchtturm unserer Psycho-Landschaft geworden, und nun auch noch aufgelistet im neuen PsychKG. Wie argwöhnisch haben wir Profis die BIP anfangs begäugt, und wie sehr hat sich das kompetente Team unseren Respekt erarbeitet. Gratulation!

Die Berliner Kontakt- und Beratungsstellen (KBS) haben sich in der Woche der seelischen Gesundheit zu einem Fachtag getroffen, der sogar Gästen offenstand. Die stylische Altbauwohnung von PrenzlKomm war beinahe überfüllt. In mehreren Workshops wurde themenzentriert gearbeitet. Es ist wohl eine Besonderheit, dass in Berlin insgesamt 24 Stellen

BIP: „Leuchtturm unserer Psycholandschaft“

für die mobile Arbeit mit Flüchtlingen an den Kontakt- und Beratungsstellen aufgebaut und besetzt wurden. Diese neuen Kolleginnen und Kollegen haben in der Regel einen Migrationshintergrund und bieten Gruppen an oder beraten in den lokalen Unterkünften für Flüchtlinge. Gemeinsame Kriterien und Standards müssen nun erst erarbeitet werden, damit nicht jede KBS und jede Beraterin wildwüchsig und unkoordiniert vor sich hin werkelt.

Besonders spannend war für mich die Einführung in das Thema. Andrea und Fritz Kiesinger (Albatros) haben von September 2015 bis Mai 2016 zwei riesige Hallen im Olympiapark als Erstunterkunft betrieben. Gemeinsam mit ihrem Team berichteten sie von jenen inzwischen fast legendären Tagen, als an manchen Abenden abrupt 800 Flüchtlinge mit Bussen aus Bayern ankamen und aus dem Stand versorgt werden mussten. Eigentlich habe man alles erlebt: Geburten, Krankheiten, Todes- und Glücksfälle. Eindringlich meinten sie, dass nun die nächsten Schritte folgen müssen. Vor allem bei der Integration in Arbeit hofft man auf die vielen bezirklichen Träger und die mobilen KBS-Berater.

Das Konzept, dass Flüchtlinge andere Flüchtlinge coachen, wird von mehreren Projekten verfolgt. Bereits berichtet hatte ich von einer Zertifizierung zu Gesundheitslotsen von Komm-Rum/KHSB. Andreas Heinz, Chefarzt der Psychiatrie der Charité, stellte jetzt ein Peer-to-Peer-Projekt vor, das ganz ähnlich konzipiert ist. Ohne Charité stünde es schlecht um die psychosoziale

Versorgung der Flüchtlinge in Berlin. Mit zahlreichen Sprechstunden, aufsuchenden Angeboten und muttersprachlicher Beratung trägt die Charité die Hauptlast. Dass er und sein Team über die notwendige Expertise verfügen, zeigte er in seinem Vortrag bei der DGSP-Jahrestagung. Womit ich endlich bei meinem Stichwort wäre: Jahrestagung.

Wir haben sie mehr schlecht als recht überstanden, und nach der Vorbereitung kommt zwangsläufig die Nachbereitung. Mein Fazit ist sehr gemischt, und ich frage mich immer häufiger, ob das herkömmliche Format – Vorträge, Podiumsdiskussion, Arbeitsgruppen – noch zeitgemäß ist. Ich persönlich hatte mich auf die nächste Generation konzentriert. Berufsanfängerinnen und Studierende wollten wir mit der Prätagung „Don't panic“ erreichen; dass es gelungen ist könnte der Bericht von

Simon Oppel in dieser Ausgabe beweisen (s. Seite 5). Ein kurzer Film ist auf der Webseite der DGSP zu sehen; nach seiner Präsentation auf der großen Tagung meinte ein Vorstandsmitglied, er habe „Pipi in den Augen“ gehabt. Es ist wohl die Erinnerung an unsere eigene stürmische Zeit des Aufbruchs in die Sozialpsychiatrie, die uns so anrührt.

Wie könnte man Anfänger noch mit der Droge Sozialpsychiatrie anfixen? Wir haben insgesamt achtzehn junge Menschen als Reporter losgeschickt. Sie saßen als Tagungsbeobachter im großen Hörsaal, vor allem aber besuchten sie die vielen stationären und mobilen Workshops. Nun trudeln ihre Berichte ein; manche eher brav und korrekt, einige wenige gespickt mit konkreten Verbesserungsvorschlägen und Kritik. Die Berichte werden in Kürze auf der Webseite der DGSP zu lesen sein. Unsere neuen Strategien zur Aquis des Nachwuchses sind unbeholfen; aber ich denke wir sind gut beraten, den Löffel nicht ab- aber endlich weiter zu geben.

Ilse Eichenbrenner

Betrifft: Abs.:

Die Autorin arbeitete als Sozialarbeiterin im Sozialpsychiatrischen Dienst Berlin-Charlottenburg und ist seit Jahrzehnten der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie und ihrem Berliner Landesverband eng verbunden. Sie hat mehrere Bücher verfasst und ist Redaktionsmitglied der Zeitschrift „Soziale Psychiatrie“.

„Therapie“ ohne Drehbuch

■ Wenn Paartherapie auf improvisierende Schauspieler trifft ...

Liebe ist ... auch anstrengend. Zumindest, wenn man und frau es auf eine dauerhafte Beziehung abgesehen haben, vielleicht sogar mit lebenslänglich liebäugeln. Dauerhaftes Glück fällt nunmal nicht vom Himmel. Will auf Stand gehalten und regelmäßig mit dem Leben abgeglichen werden. Es müssen Nähe und Distanz immer mal wieder in ein neues Verhältnis gebracht werden. „Beziehungsarbeit“ heißt das anstrengende – Stichwort. Vielen gelingt es spielend, andere weichen aus – oder wechseln lieber gleich die Beziehung. Manche Konflikte münden in schwerwiegende Dauerkrisen, andere entpuppen sich im nachhinein als sinnvolle Weggabelungen. Paartherapie bietet, im besten Fall, nicht nur Auswege oder Lösungen, sondern auch Möglichkeiten zur Entwicklung der eigenen Persönlichkeit. Doch den Schritt zu tun und sich gemeinsam auf die Couch zu setzen ist das eine. Darüber offen zu sprechen das andere und auch in heutigen Zeiten häufig noch schambesetzt. Da kommen Filme gerade recht, um das Schammäntelchen ein wenig zu lüften. Das ARD-Spielfilm-Highlight „Wellness für Paare“ macht es mit einer First-class-Auswahl an deutschen Schauspielern höchst vergnüglich. Etwas trockener daher kommt der Dokumentarfilm „Beziehungsweisen“.

Man nehme: zehn herausragende Schauspieler, drei auch im echten Leben therapeutisch Aktive, buche sie allesamt für zwei Tage in ein Wellness-Schlösschen ein. Und halte bei verschiedensten – vorstrukturierten, aber ansonsten improvisierten – Paar-Therapeuten-Gesprächen einfach mit der Kamera drauf. Und lasse sich dann viele Monate Zeit, um aus 111 Stunden Material einen 90-Minüter zu schneiden. Operation in diesem Fall gelungen: „Wellness für Paare“ ist eine „Beziehungs-Komödie mit Tiefgang“, die ankommt – und anregt. Und durch die Improvisation soviel authentischer wirkt als es ein Film nach Drehbuch vermag. Lassen sich doch auch die besten Geschichten im echten Leben und eben nicht in mühsam austarierten Dialogen finden.

Mit ähnlichem Konzept gelang Regisseur Jan Georg Schütte schon einmal ein großer Wurf: In der Improvisations-Komödie „Altersglücken – Speed Dating für Senioren“ brillierten unter anderem Senta Berger, Matthias Habich und Mario Adorf. Für „Wellness für Paare“ konnte Schütte unter anderem Anke Engelke, Anneke Kim Sarnau, Bjarne Mädel, Michael Wittenborn, Martin Brambach und Devid Striesow gewinnen.

Die Darsteller wurden mit einer Rahmenbiographie beziehungsweise Rahmenstruktur „geimpft“. „Ich habe mich vorher mit Therapeuten unterhalten, und das sind alles Fälle, von denen sie wussten, die also einen wahrhaftigen therapeutischen Hintergrund haben“, erklärt der Regisseur und Autor im Presseheft zur Sendung. Zwei seiner Therapeuten haben auch schauspielerische Erfahrungen, der dritte, Jörg Panzenbäcker, ist nur Therapeut: „Ich kenne ihn, weil ich bei ihm selbst mal Klient war und er mir wahnsinnig geholfen hat“, so Schütte.

Die Paardialoge (bzw. -trialoge) selbst entwickelten sich spontan, improvisiert. Mit großem Wiedererkennungswert. Paartherapie? „Das ist doch was für Leute, die Schwierigkeiten haben“, sagt Heinz Peter Ellerbrook alias Michael Wittenborn. Der Gardinengroßhändler und seine unter Gewichtsproblemen leidende Michaela sind seit 25 Jahren verheiratet. Probleme? Die haben doch die anderen. Die gelernte Hausfrau und Mutter hat ihm stets den Rücken frei gehalten, nun sind die Kinder aus dem Haus und haben ihren Eltern das vermeintliche Wellness-Wochenende geschenkt. Die Erotik blieb auf der Strecke, aber sonst ist doch alles normal? Aber nein, natürlich liegt eine Leiche im Keller, in diesem Fall, das sei



Regisseur Jan Schütte (rechts) mit Anke Engelke und Sebastian Blomberg.

Foto : WDR/Bernd Spauke

verraten, handelt es sich um eine Affäre. Die ist zwar ewig her, dennoch eine tiefe Verletzung: „Es war so wichtig für mich, dass ich die Einzige bin“, sagt sie. Aber die Geschmäcker sind verschieden. Und ganz anders liegt der Fall bei Nina und Malte Hell (Anneke Kim Sarnau und Bjarne Mädel). Seit 26 Jahren sind sie ein Paar, ohne Kinder. Sie beichtet ihm an diesem Wochenende einen Seitensprung und wie gut ihr das getan habe – er ist wenig geschockt, kann sich sogar für sie freuen ...

Affären und Fremdbeziehungen dürfen das Kerngeschäft von Paartherapeuten sein. Aber auch das Thema Kinderwunsch und Schwangerschaft wird hier von mehreren Seiten beleuchtet. Das

Affären und Kinderwunsch

eine Paar bekommt es nicht hin mit dem schwanger werden, er fühlt sich unter Druck gesetzt und kann schon gar nicht mehr. Während das andere Paar altersmäßig zu sehr auseinander klafft, um, trotz des Kinderwunsches des Jüngeren, diesen noch realistisch umsetzen zu können. Was tun? Einfach trennen, wenn die eigenen Lebensträume nicht gemeinsam umzusetzen sind?

Auf ernsthafterer und trockenerer Ebene, aber ebenfalls mit Hilfe von schauspielerischen Improvisationen, spürte der Dokumentarfilmer Calle Overweg dem Thema nach. „Beziehungsweisen – Drei Paare kämpfen um ihre Liebe und gehen in Therapie“ heißt sein Film, den der Balance buch + medien Verlag 2014 als DVD ins Sortiment nahm. Das Setting hat Laborcharakter. Die Situation wirkt wie aus dem richtigen Leben, insbesondere die Therapeuten. Hier wird deutlich, wie wichtig die richtigen Fragen sind – für Profis und in der Partnerschaft. Alle

drei Paare sind typischerweise über Umbrüche in Krisen geraten. Regisseur Calle Overweg greift noch zu einem besonderen Stilmittel. Er „springt“ selbst zwischendurch ins Setting. Dort fragt er dann zum Beispiel eine Therapeutin danach, was es denn ist, was 30-jährige Beziehungen zusammenhält. Die Antwort ist ernüchternd: Liebe sei es nicht, das langfristig verbindet. Das sei meist etwas Drittes, meistens gemeinsame Kinder und Schulden. Schließlich sei nichts so flüchtig wie Gefühle, und da gebe es über die Jahre ja nicht nur Liebe, sondern auch noch anderes wie Hass, Verachtung, Eifersucht ... „Liebe ist das Kriterium, das am schwersten den Bestand einer Beziehung gewährleisten kann“, sagt die Beziehungsexpertin. **Anke Hinrichs**

„Wellness für Paare“, 23. November, 2015, ARD; Calle Overweg: „Beziehungsweisen“, DVD, ISBN: 978-3-86739-154-2, Köln: 2014, Balance buch + medien verlag, 19,95 Euro.

Was Beziehungen schwierig macht ...

■ ... und wie sie gelingen können: Ehemaliger Unipsychiatriecheff hilft Paaren auf die Sprünge – und nimmt auch psychiatrische Klippen in den Blick

KIEL. Was gibt es schöneres als die Liebe? Ein Rausch, ein Höhenflug. Alles scheint möglich. Wir wachsen förmlich über uns selbst hinaus. Das Dumme: Es bleibt nicht so. Liebe ist auch Arbeit. An sich selbst. An der Beziehung. Und manchmal ist es gut, einen Therapeuten mit einzubeziehen. Und ganz schmerzlich: Auch die Beziehung, die Liebe kennt ganz deutliche Grenzen. Klingt sehr weitreichend? Ja. Orientierung bietet Prof. Josef Aldenhoff (67), zwischen 1996 und 2012 Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie (ZIP) in Kiel, mit seinem Buch „Ich und du – warum? Was Beziehungen schwierig macht und wie sie gelingen können“.

Wenn der Verlag C. Bertelsmann auf dem Cover des Buches werbewirksam mit dem Aufdruck „Gebrauchsanweisung für die Liebe“ wirbt, dann hat das auch abschreckende Wirkung. Lässt sich ein so vielschichtiges Beziehungsgefüge auf eine „Gebrauchsanweisung“ reduzieren? Lassen Sie sich als Leser nicht davon abschrecken. Dieses Buch ist

wirklich eine empfehlenswerte Lektüre, weil dessen Inhalt für eigene Macken und Muster sensibilisiert, motiviert, bei Problemen aktiv zu werden – und damit ein reicheres und damit auch glücklicheres Leben zu führen. Praktisch: Es gibt verschiedene Leseebenen. Für die, die es schnell wissen wollen. Und für die, die Lust auf Hintergrundwissen und Details haben.

Aber wie ist es nun mit dem guten Gelingen der Liebe? Auch Aldenhoff betont, dass er nicht schlauer ist als wir. Er hat keine Wunderrezepte. Aber er weist Wege auf. Wir sollen die Liebe mit ihrem „beglückenden, aber auch zerstörerischen Potenzial ernst nehmen“, schreibt er. „Wenn Ihnen die Liebe widerfährt und Sie sich ihr unterwerfen, dann sollten Sie wissen, dass es vielleicht die tollste Erfahrung in Ihrem Leben sein wird. Aber auch die verwirrendste, die sie völlig aus der Spur bringen kann“. Und, ganz wichtig, Kommunikation ist der Schlüssel. Wir müssen miteinander reden, wenn die Beziehung schräg läuft, wenn es langweilig, routiniert

wird. Logisch, dass die anfangs „heißen“ Gefühle mit der Zeit durch eine Vertrautheit ersetzt werden. Aber auch die darf nicht mit dem Abgleiten in nicht hinterfragte Muster verwechselt werden. „Wir müssen reden, wenn die Realität und die Erwartungen überhaupt nicht mehr zusammenkommen“

„Wir müssen reden, wenn die Realität und die Erwartungen überhaupt nicht mehr zusammenkommen“

men“, schreibt Aldenhoff und schöpft dabei sowohl aus seiner Arbeit als Therapeut, als auch aus eigenen Erfahrungen. „Nehmen Sie sich Zeit. Setzen Sie sich zusammen. Deine Erwartungen, meine Erwartungen. Dein Investment in Ehe/Partnerschaft, Zeit und Kinder, mein Investment“. Und natürlich ist sehr hilfreich, etwas über die Prägung in der eigenen Kindheit zu wissen, über Beziehungsfähigkeit, Vertrauen und Verlässlichkeit, über ei-

gene Projektionen und die Wirkung von Hormonen – schlicht über die Biologie, die uns mehr steuert, als uns, vom Verstand aus gesehen, lieb ist. Aldenhoff führt den Leser in spannende Kapitel über Sex, Leidenschaft, die Fragen nach Elternschaft, einer gemeinsamen Wohnung, nach Karrierewünschen, Selbstoptimierung und eigenen Ängsten. Es geht aber auch um Trennung und Abgrenzung.

Ganz klare Worte findet der Neurobiologe, Psychiater und Psychotherapeut in jenem Abschnitt, wo es um Beziehungen und Sucht, Gewalt und Depressionen geht. Wer geschlagen wird, sollte gehen. Sofort gehen. Wer das nicht schafft, werde immer wieder geschlagen werden. Und nach einiger Zeit werde dieser Mensch „verängstigt und bar jeden Selbstgefühls sein und nicht mehr in der Lage, seinen schlagenden Partner zu verlassen.“ Wer schlage, sei schwer gestört, häufig auf Grundlage traumatischer Erfahrungen in der Kindheit. Und eine Therapie sei Schwerstarbeit, die Gefahr, abzuspringen, sehr hoch. Ein Partner könne

nicht stellvertretend eine Therapie machen und sei kein Therapeut. Was auch bei Alkohol/Suchterkrankungen gelte. Störungen, wie auch psychische Erkrankungen des Partners, könnten eine zerstörerische Wirkung auf Beziehungen haben. Chancen eröffne eine Therapie. Allerdings müssen, so Aldenhoff, beide offen für eine solche Therapiearbeit sein.

Liebe, mahnt er, sei beglückend, aber auch verstörend, unberechenbar, sie sprengt Konventionen und Beziehungen, könne gewaltsam oder zerstörerisch erscheinen. Liebe sei vor allem eine Chance. Und das sei etwas völlig anderes als ein Anspruch. Die Chance haben wir nur, wenn wir der Liebe mit Respekt und ruhig auch mit Demut gegenüber treten und sie als das nehmen, was sie ist: Ein Geschenk. Sie führe uns vor Augen, dass wir paradoxe, uns selbst widersprechende Wesen sind. **Annemarie Heckmann**

Josef Aldenhoff: „Ich und du – warum? Was Beziehungen schwierig macht und wie sie gelingen können“, Verlag C. Bertelsmann, 352 Seiten. 19,99 Euro.