



MAGAZIN
26/27



Teilnahme des Tageszentrums in Lübeck beim HanseKulturFestival 2026 (siehe Seite 25) · Foto: Marc-Oliver Kern

Reform der Sozialsysteme

Ein Blick aus Sicht von Leistungsanbietern

Lebensweg mit psychischer Erkrankung

Betroffene erzählen ihre Lebensgeschichte

Psychiatrie und Psychotherapie im Wandel

Im Allgemeinen, in Lübeck und innerhalb der BRÜCKE

Nicht überall, wo Brücke draufsteht, ...

... ist DIE BRÜCKE drin!

Inhalt



3	Editorial
4	Der Paritätische: Inklusion in Gefahr
5	Der BRÜCKE-Verein: Nicht überall, wo Brücke draufsteht, ...
6	Reform der Sozialsysteme
7	Gemeinsam laut für Teilhabe
8	Mein Lebensweg mit psychischer Erkrankung
14	„Angebunden“ – Mein Leben mit ADHS
15	Psychiatrie und Psychotherapie im Wandel
18	Diagnose als Lifestyle
20	Offene Angebote bei der BRÜCKE
21	Fußballgruppe: Einnetzen, netzwerken, Tore und Begegnungen
22	Jubel, Tore und Gänsehaut – Bewohner*innen beim HSV
23	Theatergruppe: Wie entsteht bei uns ein Theaterstück?
24	Offene Hilfen – Lotse durch den Hilfsdschungel
25	Tageszentrum Lübeck mitten im HanseKulturFestival
26	20 Jahre Tagesstätte für Ältere am Stadtpark
27	ZKPI – Für Vielfalt: Eine Erfolgsgeschichte
28	Tageszentrum Eutin: Neue Räume für das Miteinander
29	Projekt Psychose und Sucht: Ein Haus am See für neue Perspektiven
30	30 Jahre Kurzer Weg 9 – Ein Haus im Wandel
32	Bewohner*innenbeirat: Alle sollen gut zusammenleben
33	Ernährungsgruppe: Kulinarische Reise um die Welt
34	Psychische Gesundheit und die Herausforderungen der Adoleszenz
35	TIPInetz in Ostholstein – Hinschauen statt schweigen
36	WOHn-gut Ostholstein, Projekt für soziale Wohnraumvermittlung
38	Integra: Der Weg ins Arbeitsleben und Brücken in den Arbeitsmarkt
40	FoCuS Seminare
40	Fortbildungsreihe: Familie im Fokus
41	Fortbildungsausschuss: Qualitätssicherung in der Sozialen Arbeit
42	Von der Ausbildung bis heute – so sind wir im Unternehmen gewachsen
44	Betriebsrat: Miteinander lohnt sich – heute mehr denn je
45	Mitarbeiter*innen Jubiläen
46	Auf einen Kaffee mit ...
47	Kurzportrait: Bernd Kreuder-Sonnen, Vereinsvorstand
47	25 Jahre Engagement – Sieglinde Ohde
48	Nachrufe
49	Gern gelesen ...
50	Buchtipp Spezial und Rätsel
51	Sponsoren des BRÜCKE-Magazins

Impressum

Herausgeberin:
DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein gGmbH
Geschäftsführer: Frank Nüsse (Dipl.-Kfm.)
Sitz der Gesellschaft:
Engelsgrube 47 · 23552 Lübeck
Amtsgericht Lübeck · HRB 1326
Hauptgeschäftsstelle:
Schwartauer Allee 10 · 23554 Lübeck
Tel.: 0451 14008-48 · Fax: 0451 14008-40
Niederlassung Ostholstein:
Bahnhofstraße 18 · 23701 Eutin
Tel.: 04521 7094-0 · Fax: 04521 7094-29
www.die-bruecke.de

Gestaltung und Satz:
Stefanie Gollon, Öffentlichkeitsarbeit
ADiNet Digitaldruck · Marlstr. 114 · Lübeck
digitaldruck@die-bruecke.de

Redaktion:
Frank Nüsse (Leitung, V.i.S.d.P.),
Stefanie Gollon (Lektorat, Schlussredaktion),
Alexandra Bosselmann (Lektorat, Recherche),
Claudia Kühlen (Assistenz),
Catharina Baden, Thomas Witt,
Nicolaus Fischer-Brüggemann,
Matthias Göpfert, Hiltrud Kulwicki,
Sissy Wiedemann, Franz Edelmann
(BRÜCKE Nutzer*innen u. Mitarbeiter*innen);
Wilhelm Manegold und
Jörg Paul Schröder (BRÜCKE Verein)

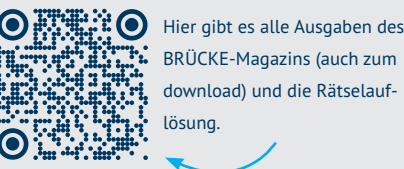
Kontakt zur Redaktion:
oeffentlichkeitsarbeit@die-bruecke.de

Beiträge von BRÜCKE Mitarbeiter*innen,
Nutzer*innen und weiteren Beteiligten.

Bildquelle (sofern nicht benannt):
DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein

Wir freuen uns über eingesandte Manuskripte
und Bilder. Der Umfang ist jedoch begrenzt,
daher müssen wir manchmal kürzen, um-
schreiben oder manches unberücksichtigt
lassen. Das Magazin erscheint jährlich.
Nachdruck ist nur mit Genehmigung erlaubt.
Alle Angaben erfolgen nach bestem Wissen,
jedoch ohne Gewähr.

© 2026 DIE BRÜCKE
Lübeck und Ostholstein gGmbH



Editorial

Liebe Leser*innen,

Veränderung gehört zu unserem Alltag. Sie prägt das Leben der Menschen, die wir begleiten, ebenso wie unsere Arbeit als Träger sozialpsychiatrischer Hilfen. Manche Veränderungen entwickeln sich langsam und fast unbemerkt. Andere treten plötzlich ein und verlangen uns allen viel ab. Wieder andere werden auf politischer Ebene diskutiert, lange bevor ihre Auswirkungen im Alltag spürbar werden. In diesem Jahresmagazin begegnet Ihnen das Thema Veränderung in ganz unterschiedlichen Facetten. Sie lesen von Menschen, die neue Wege gehen, von Einrichtungen und Angeboten, die sich weiterentwickeln, und von Mitarbeitenden, die mit Engagement und Kreativität Veränderungen gestalten. Dabei wird deutlich: Veränderung ist selten einfach. Sie fordert heraus, schafft Unsicherheit und verlangt Mut. Gleichzeitig eröffnet sie Chancen, neue Perspektiven und Begegnungen und führt, wenn sie gelingt, zu Verbesserungen.

Ein schönes Beispiel dafür ist unser Titelbild. Die Teilnahme des Tageszentrums am HanseKulturFestival hat eindrucksvoll gezeigt, wie Offenheit und Begegnung Berührungängste abbauen können. Viele Besucher*innen kamen mit der Arbeit der BRÜCKE erstmals unmittelbar in Kontakt. Es entstanden Gespräche, Interesse und ein lebendiger Austausch – genau das, was Teilhabe und Inklusion ausmachen (zu lesen auf S. 25). Auch die Erfolgsgeschichte unseres Zentrums für kulturelle und psychosoziale Integration (ZKPI) zeigt, was möglich wird, wenn fachliche Kompetenz, gute Zusammenarbeit und verlässliche Strukturen zusammenkommen. Gerade Menschen, die in einer neuen Heimat ankommen und gleichzeitig psychisch belastet sind, brauchen Unterstützung, die kulturelle Vielfalt berücksichtigt und Orientierung bietet (S. 27).

Veränderungen verlangen aber nicht nur konzeptionelle Weiterentwicklungen, sondern oft auch ganz praktische Lösungen. Die umfangreiche Sanierung unseres Sozialpsychiatrischen Wohnhauses im Kurzen Weg 9 war für Bewohner*innen und Mitarbeitende eine große Herausforderung. Dass sie gemeinsam bewältigt werden konnte, zeigt, wie viel durch Geduld, Organisation und gegenseitige Rücksichtnahme möglich wird (S. 30). Gleichzeitig beginnt für die Wohngruppe VAD (Vernetztes Angebot für Menschen mit Doppeldiagnose) mit dem Umzug in neue Räumlichkeiten ein neues Kapitel – mit passenden räumlichen Rahmenbedingungen und besseren Möglichkeiten für das gemeinschaftliche Leben (mehr dazu auf Seite 29).

Dass Kontinuität und Veränderung kein Widerspruch sind, zeigt auch unsere Tagesstätte für Ältere, die in diesem Jahr ihr 20-jähriges Bestehen feiert. Seit zwei Jahrzehnten bietet sie älteren Menschen mit psychischen Erkrankungen einen verlässlichen Ort der Begegnung, der Tagesstruktur und der Gemeinschaft – Werte, die gerade in einer sich stetig wandelnden Gesellschaft unverzichtbar sind (Seite 26).

Besonders berührt haben mich auch die persönlichen Geschichten in diesem Heft. Sie erzählen von Krisen und Neuanfängen,



Foto: Marc-Oliver Kern

von Diagnosen und Hoffnungen, von beruflichen Wegen und dem Wunsch, in unserer Gesellschaft gesehen und respektiert zu werden. Sie machen deutlich, dass Teilhabe kein abstrakter Begriff ist. Sie entsteht dort, wo Menschen einander begegnen, zuhören, unterstützen und gemeinsam Lösungen finden (Seite 8-13).

Während wir Veränderungen in unserer täglichen Arbeit gestalten, stehen auch die sozialen Sicherungssysteme vor weitreichenden Reformen. Natürlich müssen sich Strukturen weiterentwickeln und an neue gesellschaftliche Rahmenbedingungen anpassen. Entscheidend ist jedoch, dass dabei die Menschen im Mittelpunkt bleiben. Reformen dürfen nicht dazu führen, dass Unterstützung erst dann greift, wenn Krisen bereits eskaliert sind. Gerade Menschen mit psychischen Erkrankungen oder besonderen sozialen Belastungen brauchen frühzeitig verlässliche Hilfen, Beratung und Orientierungsgespräche, sodass Perspektiven für ein eigenständiges Leben erhalten bleiben oder neu entstehen (Seite 6).

Die Geschichten in diesem Magazin zeigen, wie vielfältig soziale Arbeit ist – und wie konkret ihre Wirkung sein kann. Sie zeigen Menschen, die Verantwortung übernehmen, Gemeinschaft ermöglichen und andere auf ihrem Weg begleiten. Sie machen Mut und erinnern daran, dass Veränderung dann gelingt, wenn sie gemeinsam gestaltet wird und die Bedürfnisse der betroffenen Menschen berücksichtigt. Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und danke allen, die mit ihrem Engagement dazu beitragen, dass Veränderung bei der BRÜCKE immer auch eine Chance bleibt.

Frank Nüsse
Frank Nüsse, Geschäftsführer

Der Paritätische

Inklusion in Gefahr: Wenn Brücken eingerissen werden



am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. Doch die geplanten Kürzungen ignorieren diese Verpflichtungen. Sie treffen genau die Projekte und Angebote, die Inklusion in Schleswig-Holstein erst möglich machen: Schulbegleitung, Kompetenzteams, barrierefreie Infrastruktur und Aktionspläne für Teilhabe. Statt über Kürzungen zu diskutieren, sollten wir darüber sprechen, wie wir Hilfesysteme besser, effizienter und gerechter gestalten können – und zwar gemeinsam mit den Wohlfahrtsverbänden, die tagtäglich vor Ort arbeiten und die Bedarfe der Menschen kennen. Der PARITÄTISCHE Schleswig-Holstein hat zahlreiche Ideen, wie Systeme verbessert und gleichzeitig kostendämpfend wirken können. Doch dazu muss man miteinander sprechen – und nicht über unsere Köpfe hinweg entscheiden.

Der PARITÄTISCHE Schleswig-Holstein erwartet von der Landesregierung ein unmissverständliches Bekenntnis zum Schutz der betroffenen Menschen. Ministerpräsident Daniel Günther und seine Regierung müssen garantieren, dass die Leistungen für Kinder, Jugendliche und Menschen mit Behinderungen in Schleswig-Holstein nicht angetastet werden. Doch das reicht nicht aus: Schleswig-Holstein muss sich im Bundesrat aktiv und mit Nachdruck gegen diese Pläne stellen. Wegducken ist keine Option, wenn es um die Würde der Schwächsten geht.

Inklusion ist eine Brücke – eine Brücke, die Menschen verbindet, Teilhabe ermöglicht und unsere Gesellschaft stärker macht. Doch Brücken brauchen Pflege, sie brauchen Investitionen und sie brauchen politischen Willen. Die geplanten Kürzungen sind kein Sparprogramm, sondern ein Rückbau dessen, was wir in den letzten Jahren mühsam aufgebaut haben. Sie gefährden nicht nur die Lebensqualität tausender Menschen in Schleswig-Holstein, sondern auch den Zusammenhalt unserer Gesellschaft. Der PARITÄTISCHE Schleswig-Holstein steht allzeit bereit, um konstruktive Lösungen zu entwickeln. Doch eines ist klar: Sparen darf nicht auf Kosten derer gehen, die unsere Solidarität am dringendsten brauchen. Statt Kürzungen brauchen wir einen transparenten, gesamtgesellschaftlichen Dialog über die Finanzierung des Sozialstaats – und zwar mit denen, die die Folgen dieser Politik direkt spüren. Denn am Ende geht es nicht um Zahlen, sondern um Menschenwürde, Teilhabe und Gerechtigkeit.

Michael Saitner
Geschäftsführender Vorstand
Tel.: +49 431 56 02 10
Mail: vorstand@paritaet-sh.org

Der PARITÄTISCHE Schleswig-Holstein
Zum Brook 4
24143 Kiel
www.paritaet-sh.org



Ein vertrauliches Kürzungspapier von Bund, Ländern und kommunalen Spitzenverbänden wurde im April dieses Jahres dem PARITÄTISCHEN Gesamtverband zugespielt – und hat für Entsetzen und Empörung in der Gesellschaft gesorgt. Die Pläne, massive Einschnitte bei sozialen Leistungen für Kinder, Jugendliche und Menschen mit Behinderungen vorzunehmen, sind mehr als nur ein Sparprogramm: Sie sind ein frontaler Angriff auf die Grundwerte unseres Sozialstaats und ein Verrat an den Prinzipien der Inklusion, für die unser Verband seit Jahrzehnten eintritt. Was hier diskutiert wird, ist keine notwendige Haushaltskonsolidierung, sondern ein gezielter Kahlschlag bei den Schwächsten unserer Gesellschaft – ein Kahlschlag, der die Grundfesten unserer Solidarität erschüttert und die Fortschritte der letzten Jahre zunichtemachen droht.

Die Antwort auf die Frage, wer hier eigentlich sparen soll, ist so einfach wie erschreckend: Diejenigen, die ohnehin schon am wenigsten haben und sich am wenigsten wehren können. Kinder und Jugendliche, die in Armut aufwachsen und auf Unterstützung angewiesen sind, um gleiche Chancen zu erhalten. Menschen mit Behinderungen, die auf Assistenz, barrierefreie Infrastruktur und inklusive Angebote angewiesen sind, um ein selbstbestimmtes Leben führen zu können. Arbeitnehmer*innen, die trotz Vollzeitjob kaum über die Runden kommen und deren Existenzminimum durch Kürzungen weiter infrage gestellt wird.

Soziale Teilhabe ist kein Luxus, den man streichen kann, wenn die Kassen leer sind. Sie ist ein Grundrecht, das in der UN-Behindertenrechtskonvention und der Landesverfassung Schleswig-Holsteins verankert ist. Inklusion bedeutet, dass alle Menschen – unabhängig von ihren Fähigkeiten, ihrer Herkunft oder ihrer sozialen Situation – die gleichen Rechte und Möglichkeiten haben,

Der BRÜCKE-Verein berichtet

Nicht überall, wo Brücke draufsteht, ist DIE BRÜCKE drin!

Am 19. März dieses Jahres erschreckte uns folgende Nachricht: „Polizei durchsucht gemeinnützigen Verein Brücke Rendsburg wegen des Verdachts der zweckwidrigen Verwendung von circa 1,5 Mio. Euro.“ Bislang gilt die Unschuldsvermutung. Die Staatsanwaltschaft bestreitet, dass es sich um Unterschlagung handelt. Dennoch sind solche Schlagzeilen nur schwer wieder aus der Welt zu schaffen und verursachen Vertrauensschäden.

Wir, DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein, befürchten, dass dadurch das Wort Brücke, das ebenfalls Bestandteil unseres Markennamens ist, in schlechtes Licht geraten könnte. Mich persönlich schockieren die Vorfälle in Rendsburg. Besonders, weil es schon der zweite Fall dieser Art ist. Seit fast einem halben Jahrhundert widme ich mein ganzes hauptberufliches und ehrenamtliches Dasein der BRÜCKE Lübeck und Ostholstein. Außerdem war ich Zeitzeuge der Entstehung verschiedener Organisationen, die sich ähnlich nannten wie wir.

Wegen seiner Symbolkraft taucht das Wort Brücke schon lange überall dort in der Wohlfahrtspflege auf, wo es gilt, „Brücken zu bauen“. In Lübeck war es 1974 unser Verein, der sich DIE BRÜCKE nannte, weil er Auswege für psychisch Kranke aus geschlossenen Anstalten zurück in ein selbstbestimmtes Leben schaffte.

Ehrenamtliche, damals noch Laienhelfer*innen genannt, holten die Langzeit-Patient*innen aus den Landeskrankenhäusern, wenn auch zunächst nur stundenweise, um sie auf kurzen Ausflügen zu begleiten. Den Betroffenen gab das Hoffnung: „Der Besuchsdienst der BRÜCKE kommt. Darf ich auch mit, und werde ich vielleicht sogar bald entlassen?“

Neue Organisationen mit ähnlicher Ausrichtung fragten bei uns an, ob sie sich ebenfalls als Brücke bezeichnen dürfen. Nach reiflicher Überlegung stand für uns fest: Da Patient*innen unter dem Begriff ein Konzept verstehen, das ihnen Perspektiven aufzeigt, sollte dieser Aspekt Priorität haben und den betroffenen Menschen gerne Orientierung bieten. So sind Brücken mittlerweile über die Landesgrenzen hinaus zu einem Synonym für gemeindepsychiatrische Versorgung geworden, aber nicht allen ist bewusst,



dass es sich regional um völlig unterschiedliche Träger handelt, die ähnliche Namen haben. Einige sind große Unternehmen geworden, so z. B. Brücke Schleswig-Holstein gGmbH und besagter Verein Brücke Rendsburg. Wie wir sind diese Organisationen rechtlich eigenständig. Verbunden hat uns aufgrund ähnlicher Ziele bisher unsere Mitgliedschaft im PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband Schleswig-Holstein. Im letzten Jahr allerdings ist Brücke Rendsburg e. V. aus dem Verband ausgetreten.

Lassen Sie uns weiterhin daran arbeiten und darauf hoffen, dass das Wort Brücke seiner Bedeutung gerecht bleibt und lassen wir vor allem nicht zu, dass negative Schlagzeilen eine so erfolgreiche Geschichte wie die der Gemeindepsychiatrie in Schleswig-Holstein in Zweifel ziehen. Ich jedenfalls möchte so etwas nicht lesen müssen. Es schmerzt!

Dirk Wäcken, Vorsitzender
DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein e. V.

Der Verein DIE BRÜCKE wurde 1973 von Lübecker Bürgern gegründet. Anlass war die menschenunwürdige Unterbringung schwer psychisch erkrankter Menschen in den „Anstalten“. Durch das Engagement des Vereins konnte die Situation der psychisch Erkrankten verbessert werden. Wegen des erheblich gestiegenen Arbeitsumfangs wurde eine andere Organisationsform notwendig und daraufhin 1980 die gemeinnützige GmbH gegründet, mit den Gesellschaftern des Vereins und des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes (heute Stiftung Parität).

In Schleswig-Holstein und auch bundesweit war dies eine anerkannte Pionierarbeit. Trotz der heute umfangreichen professionellen Hilfen hat der Verein seine Bedeutung nicht verloren.

Der Vorstand achtet bei seiner Arbeit konsequent auf die Einhaltung und Durchsetzung der Ziele, die er sich gesetzt hat: Eine gleichberechtigte und soziale Teilhabe am gesellschaftlichen Leben für psychisch kranke Menschen mit gegebenenfalls notwendigen ambulanten Hilfen. Dazu gehört u. a. auch die Vermittlung in Arbeit und für besonders Betroffene die Unterstützung durch Hilfen in beschützender Umgebung.

DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein e. V.
Gemeinnützige Hilfen für psychisch kranke Menschen
Engelsgrube 47 · 23552 Lübeck
Tel.: 0451 14008-0 · E-Mail: verein@die-bruecke.de

Reform der Sozialsysteme

Ein Blick aus Sicht von Leistungsanbietern

Alle Beteiligten, auch unsere Regierungen auf allen Ebenen, sind sich sicher: Der Sozialstaat ist ein wichtiges Fundament unserer Gesellschaft. Doch dieses Fundament steht unter Druck. Die Kosten für Gesundheit, Pflege, Teilhabe und soziale Sicherung steigen seit Jahren. Gleichzeitig geraten die Finanzierungsgrundlagen der Sozialsysteme zunehmend an ihre Grenzen. Deshalb wird immer häufiger über Einsparungen und Reformen diskutiert. Klar ist: Der Sozialstaat muss sich weiterentwickeln und verändern.

Menschen mit Erkrankungen erhalten ihre Behandlung über die Krankenkassen. Die Budgets der Krankenkassen werden von Arbeitnehmer*innen sowie Arbeitgeber*innen getragen. Menschen, die von Arbeitslosigkeit betroffen sind, werden von der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter unterstützt. Auch hier erfolgt die Finanzierung über Beiträge aus Beschäftigung und Unternehmen.

Viele Systeme sind mittlerweile mangelhaft finanziert. Krankenkassen verzeichnen Defizite. Die Agentur für Arbeit schöpft ihre Budgets aus. Kommunen, Länder und Bund stehen unter hohem finanziellen Druck. Die Ausgaben für Gesundheit und Soziales zählen auf allen Ebenen zu den größten Haushaltspositionen. Es ist somit notwendig, die Mittel aus den Sozialsystemen effizient einzusetzen.

Aus unserer täglichen Arbeit wissen wir, dass frühzeitige Unterstützung häufig verhindert, dass Krisen eskalieren. Menschen können dadurch selbstständiger leben, ihre Gesundheit stabilisieren und wieder stärker eigenständig am gesellschaftlichen Leben teilhaben.

Auf Beratung, Vorsorgeuntersuchungen, frühe Behandlung und frühzeitige Assistenz zu verzichten, bedeutet daher keine Entlastung der Sozialsysteme und auch keine Einsparung, sondern häufig nur eine Verschiebung von Problemen, was deutlich höhere soziale und finanzielle Kosten nach sich zieht.

Deshalb appellieren wir als Leistungserbringer an Politik und Verwaltung für ein klares Bekenntnis zu unseren Sozialsystemen und

unserem Sozialstaat. Ein klares Bekenntnis zu guter Beratung und zu Angeboten, die präventiv und niedrigschwellig assistieren und unterstützen. Das schafft Sicherheit und Zuversicht für alle Mitglieder unserer Gesellschaft und ist eine weitere Voraussetzung für Gesundheit und Wohlergehen. Und damit spart es Kosten.

Wir erkennen zugleich an, dass die Sozialsysteme finanziell an ihre Grenzen gestoßen sind. Die Kosten für Soziales und Gesundheit sind in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen. Pauschale Kürzungen nach dem Rasenmäherprinzip halten wir jedoch für den falschen Weg. Stattdessen sollten Angebote stärker nach ihrer Wirksamkeit und ihrem präventiven Nutzen bewertet werden.

Es braucht den Mut der Verantwortlichen, die Angebotslandschaft auf Basis dieser Kriterien zu überprüfen. Wer heute in Prävention, Teilhabe und wirksame Unterstützung investiert, verhindert deutlich höhere soziale und finanzielle Folgekosten in der Zukunft. Deshalb braucht es bei allen notwendigen Reformen den Mut, nicht nur auf kurzfristige Einsparungen zu schauen, sondern auf die langfristige Wirkung sozialer Leistungen für die Menschen und unsere Gesellschaft.

Zudem wäre es wichtig und auch hinsichtlich der Reduzierung der Kosten im Sozial- und Gesundheitssystem zielführend, dass wir uns alle als Gesellschaft nachhaltiger ausrichten. Die Schaffung eines Bewusstseins hinsichtlich Ernährung, Bewegung und sozialen Zusammenhalts könnte einen erheblich positiven Beitrag dazu leisten, dass Menschen gesünder durch ihr Leben kommen und damit weniger Behandlungs- und Unterstützungsbedarfe haben, wodurch die Sozialkassen merklich entlastet werden können.

Damit sich dieser Trend in der Gesellschaft durchsetzen kann, ist es notwendig, dass wir alle einen Beitrag dazu leisten: Positiv an Lebensaufgaben herangehen. Offen miteinander kommunizieren. Nachhaltig leben und das Wohlergehen im eigenen Umfeld fördern.

Frank Nüsse, Geschäftsführer
DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein gGmbH

Wer heute in Prävention, Teilhabe und wirksame Unterstützung investiert, vermeidet morgen höhere soziale und finanzielle Folgekosten.

Gemeinsam laut für Teilhabe

Zeichen setzen gegen Leistungseinschränkungen und Ausgrenzung

Dieses Jahr bot der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung besonderen Anlass, den Betroffenen Raum und Stimme zu geben: Wenige Tage zuvor hatte der PARITÄTISCHE ein Papier einer Arbeitsgruppe aus Bundes-, Länder- und Gemeindevertretungen an die Öffentlichkeit bringen können, in dem eine Vielzahl von Leistungseinschränkungen, wie sie künftig umgesetzt werden könnten, angeführt wurde.

Dies alarmierte umso mehr, als Leistungen aus dem Bundesteilhabegesetz – dem „Kerngesetz“ zur Sicherung von Teilhabe, das durch den Beitritt Deutschlands zur UN-Behindertenrechtskonvention auf die Stufe eines Menschenrechts erhoben wurde – infrage gestellt wurden.

Vielfach lässt die Umsetzung dieser Norm in der Praxis der Teilhabegewährung schon jetzt zu wünschen übrig – nun könnte z. B. auch noch an dem grundlegenden Prinzip des Wunsch- und Wahlrechts für Menschen mit Behinderung gerüttelt werden.

Umso erfreulicher war die Resonanz auf den vom Verein „Sozialelche“ initiierten Aktionsnachmittag am 7. Mai vor dem Lübecker Rathaus: Eine bunte Mischung aus Ehrenamtlichen, Fachkräften und vor allem Menschen mit Behinderung aus einer breiten Palette von Organisationen hatte sich versammelt. Sie demonstrierten nachdrücklich ihren Willen, dieser Entwicklung etwas entgegenzusetzen.

Die in der Breiten Straße flanierenden Menschen konnten sich über die vielfältigen Unterstützungsangebote informieren und bei einem Rollstuhl- und Blindenparcours eigene Erfahrungen mit Einschränkungen machen, wie sie Menschen mit Behinderung täglich erleben.

Mit schwungvollen Redebeiträgen und Sprechchören machten die Aktiven deutlich, dass all die Hilfsangebote kein „nice to have“ sind, sondern vielmehr die Grundlage für ein Leben inmitten der Gesellschaft – für gleichberechtigte Teilhabe in Bereichen wie Wohnen, Arbeiten, Mobilität, Bildung und Politik.

Von der zum Ausdruck gebrachten kreativen Leidenschaft der Aktiven zeigten sich die Umstehenden besonders bewegt und mitgerissen.

Auch DIE BRÜCKE hatte sich aktiv an der Vorbereitung und Durchführung beteiligt. So war Höhepunkt und Abschluss des Nachmittags die Errichtung einer „Mauer der Barrieren“ aus von Teilnehmenden beschrifteten Kartons. Sie versinnbildlichte die zahlreichen Einschränkungen im Alltag der Betroffenen.

Nach dem gemeinschaftlichen Einreißen wurde sie in eine „Brandmauer gegen Ausgrenzung“ verwandelt: Mit dem Blick auf die Rückseiten der Kartons wurden die Hilfen und Formate in ihrer Vielfalt sichtbar, mit denen Teilhabe im Alltag für Menschen mit Behinderung ermöglicht wird – in Umsetzung eines Menschenrechts.

Bei weiteren Aktionstagen in diesem Jahr – so waren sich alle Beteiligten einig – werden sie dies wieder in Erinnerung rufen. Wenn nötig, noch lautstärker und nachdrücklicher.



Passant*innen konnten sich an den Ständen informieren und mit den Akteur*innen ins Gespräch kommen.



Eine Kartonmauer zeigte eindrücklich, was die drohenden Kürzungen bedeuten würden.



Nach dem Einreißen machte die grüne Seite die Bedürfnisse der Betroffenen sichtbar.

Mein Lebensweg mit psychischer Erkrankung

Betroffene erzählen offen ihre Lebensgeschichten

DIE BRÜCKE als Beraterin, Behandlerin, Unterstützerin oder als Assistentin in schwierigen Lebensphasen, als Möglichkeit für einen anderen Lebens- und Wohnort, als stabiler Bestandteil des Alltags oder eine Mischung aus alledem. Die Angebote der BRÜCKE sind vielfältig. Die Menschen und ihre Geschichten sind es noch viel mehr. In dieser Ausgabe berichten einige unserer Klient*innen offen über ihre eigene Lebensgeschichte und erzählen, wie und aus welchen Gründen sie bei uns Unterstützung gesucht und gefunden haben.

Sichtbar. Stark. Selbstbestimmt.

Drei junge Menschen, welche unsere Tagesstätte in der Kerckringstraße (TS2) besuchen, erzählen von ihrem Lebensweg, ihren Herausforderungen und ihren Zukunftsplänen. Ausdrücklich wollen alle mit Namen genannt werden. Sie sehen darin eine Möglichkeit, Vorurteilen zu begegnen, sich nicht zu verstecken und damit auch eine Form der Öffentlichkeitsarbeit, die es braucht, um Menschen mit einer psychischen Erkrankung sichtbar und nahbar zu machen. Gleichzeitig möchten sie auch andere zu ermutigen, offen mit sich und anderen zu sein.

Antje (sie/ihr) mit ADS, Charley (en) mit einer posttraumatischen Belastungsstörung und Katha (sie/ihr) mit ADHS und Borderline verbinden bereits am Anfang ihrer Geschichte einige Gemeinsamkeiten. Es gibt Überschneidungen aus den ersten 18 Lebensjahren, insbesondere in Kindheit und Schulzeit.

Foto: Anne Hellwig



Antje berichtet, dass sie bereits in der Schule Schwierigkeiten mit der zwischenmenschlichen Kommunikation hatte, oft abgelenkt war und sich nicht gut konzentrieren konnte. „Ich hatte keine Freunde, weil ich das nicht konnte und nicht wusste, warum, und irgendwann nicht mehr hinterherkam.“ Sie beschreibt sich rückblickend als „still, leise, brav, aber nicht funktionsfähig.“

Charley berichtet über eine toxische Familiensituation und frühe Ausgrenzungserfahrungen in der Schule. Nach dem Tod des Vaters wurde es für en zunächst noch schwieriger.

Katha beschreibt ebenfalls ein instabiles Elternhaus, häufige Fehlzeiten in der Schule und Mobbing Erfahrungen. Ihre Ausbildung musste sie aufgrund einer längeren Krankheitsperiode abbrechen.

Unterstützung haben die drei zu unterschiedlichen Zeiten bekommen und sind auf unterschiedlichen Wegen in der Tagesstätte gelandet.

Für Charley war die Mutter der besten Freundin schon früh da; später wurde en in der Bugenhagenschule therapeutisch begleitet und es folgten für en hilfreiche Klinikaufenthalte. Charley lernte sich besser kennen und verstehen, vor allem im Umgang mit den Symptomen und der Auseinandersetzung mit dem Thema Nichtbinarität. Der gesetzliche Betreuer unterstützt en im Umgang mit behördlichen Angelegenheiten. Auf den Platz in der Tagesstätte hat Charley länger gewartet und ist jetzt seit Juli 2022 hier.

Für Antje gab es ein „Aha-Erlebnis“ durch die erstmalige Diagnose 2022 durch ihren Psychiater. In die Tagesstätte ist Antje über die Eingliederungshilfe gekommen.

Katha ist bei ihrem Therapeuten mittlerweile gut angebunden und setzt sich mit sich und ihren Symptomen sehr auseinander und lernt und übt sich im Umgang mit diesen. Über ihre ambulante Assistenz hat sie von der Tagesstätte erfahren. Seit einem halben Jahr ist sie nun hier und sagt: „Ich fühle mich jetzt richtig angekommen.“

Über ihre Wünsche meint Katha: „In der Tagesstätte möchte ich mich langfristig aufs Arbeitsleben vorbereiten und mir dafür erst einmal eine Alltagsstruktur aufbauen und einen Umgang mit den Symptomen meiner psychischen Erkrankung erarbeiten, sodass sie mich nicht mehr so weit einschränken, wie es mal war. Ich möchte üben, nicht alles so persönlich zu nehmen und verstehen, dass ‚alte Gefühle in neuer Situation‘ dafür sorgen, dass ich Kritik noch nicht so gut handhaben kann.“

Die eigenen Ziele beschreibt Charley mit: „Ich möchte lernen, ins Leben zu kommen und mir eine Struktur aufzubauen. Ohne Anspannung in die Öffentlichkeit gehen, mich frei zwischen Menschen bewegen können und das auch alleine machen können, ohne jemanden dabei zu haben, der mich zusammenhält. Langfristig möchte ich eine Ausbildung machen und damit die Realschulreife erwerben.“

Antje ist es wichtig: „Soziale Kompetenzen in der TS lernen, in meinem Tempo. Ich möchte üben, sichtbarer zu sein, Grenzen, Gefühle und Bedürfnisse kennenzulernen und zu äußern. Die Tagesstruktur gibt mir dabei Halt. Mein Ziel ist es, eine berufliche Reha in den Marli Werkstätten zu machen.“

Alle drei haben unterschiedliche Dinge, die ihnen helfen. Neben der Tagesstätte, den Ärzt*innen und Therapeut*innen sind das Hobbys wie Musik hören, Freundschaften pflegen und aufbauen, lesen, zeichnen,

Sport machen, die eigenen Tiere und kreativ sein. „Ich weiß, was ich will, und das hält mich auf Trab“, bringt es Katha für sich auf den Punkt.

In ihren Wünschen an die Gesellschaft sind sich die drei einig: Sie wünschen sich mehr

Verständnis und Akzeptanz für die Belange von Menschen mit einer psychischen Erkrankung. Sie finden, dass jeder Mensch Fähigkeiten mitbringt, die gebraucht werden. Außerdem wünschen sie sich eine stärkere Aufklärung über psychische Erkrankungen sowie mehr gegenseitige Ak-

zeptanz – verbunden mit dem Bewusstsein, dass niemand weiß, was im Leben der anderen Person gerade geschieht.

Und für das Gelingen dieser Wünsche haben die drei sich eingesetzt, indem sie hier einen Teil ihrer Geschichte erzählt haben.

Die Tagesstätte Kerckringstraße bietet Assistenzleistungen (Eingliederungshilfe nach dem Sozialgesetzbuch Neuntes Buch – SGB IX) für Erwachsene mit psychischen Erkrankungen, die Unterstützung bei der Gestaltung ihres Alltags und ihrer sozialen Teilhabe benötigen.

Die Angebote fördern den Aufbau einer verlässlichen Tages- und Wochenstruktur durch Beschäftigung, psychosoziale Begleitung sowie vielfältige Gruppen- und Einzelangebote. Im Mittelpunkt stehen die Stärkung von Selbstständigkeit, sozialen Kompetenzen und persönlicher Stabilität. Die Teilnehmer*innen können ihre

Tagesstätte Kerckringstraße
Sozialpsychiatrische Hilfen für Erwachsene
Kerckringstraße 9 · 23554 Lübeck
Tel.: 0451 486 86 98-0 · E-Mail: kerckringstr.ts@die-bruecke.de

Fähigkeiten in unterschiedlichen Bereichen wie Hauswirtschaft, Gartenarbeit, Fahrradwerkstatt, Ergotherapie oder psychosozialen Gruppenangeboten weiterentwickeln. Ergänzend werden individuelle Unterstützung bei Alltagsfragen, Krisen und Behördenangelegenheiten sowie die Einbeziehung von Angehörigen angeboten.

Meine Stimme wiedergefunden

Musik war schon immer ein wichtiger Teil meines Lebens. Nach der Schule begann ich ein Studium an der Musikhochschule Lübeck. Mein Ziel war es, meine Leidenschaft zum Beruf zu machen. Doch während des Studiums wurde meine seelische Beeinträchtigung zunehmend stärker. Die Belastungen des Alltags und die Anforderungen des Studiums beziehungsweise des Berufs als angehende Musikerin konnte ich trotz meines erfolgreichen Abschlusses irgendwann nicht mehr bewältigen. Diese Zeit war für mich sehr schwierig. Viele Pläne und Zukunftsvorstellungen schienen plötzlich nicht mehr erreichbar. Gleichzeitig wurde es immer schwerer, meinen Alltag selbstständig zu organisieren.

Nach einigen Umwegen in meinem Leben zog ich im Jahr 2020 in das Sozialpsychiatrische Wohnhaus Marlesgrube ein. Damit begann für mich ein neuer und sehr bedeutsamer Lebensabschnitt. Die festen Strukturen und die Assistenz durch die Mitarbeitenden haben mir sehr geholfen, wieder Stabilität in mein Leben zu bringen. Schritt für Schritt lernte ich, meinen Alltag besser zu bewältigen und neue Perspektiven zu entwickeln.

Besonders wichtig ist für mich die Art der Unterstützung. Ich fühle mich dort als Mensch wahrgenommen und ernst genommen. Meine Anliegen werden gehört und respektiert. Dadurch habe ich nie

das Gefühl, ein Mensch zweiter Klasse zu sein. Stattdessen werde ich dabei unterstützt, meine eigenen Ziele zu verfolgen und möglichst selbstständig zu leben.

Auch die Lage des Wohnhauses mitten auf der Lübecker Altstadtinsel bedeutet mir viel. Sie gibt mir das Gefühl, am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Geschäfte, Cafés, kulturelle Angebote und Veranstaltungen sind direkt erreichbar. Dadurch fühle ich mich nicht ausgegrenzt, sondern als Teil der Gemeinschaft. In den vergangenen Jahren konnte ich mir wieder ein soziales Umfeld aufbauen und nehme regelmäßig an kulturellen Angeboten in Lübeck teil. Besonders freut mich, dass die Musik wieder einen festen Platz in meinem Leben hat. Nach langer Zeit habe ich begonnen, wieder regelmäßig zu singen. Inzwischen trete ich sogar wieder vor Publikum auf.

Natürlich begleitet mich meine seelische Beeinträchtigung weiterhin und wird mein Leben vermutlich auch in Zukunft beeinflussen. Dennoch habe ich gelernt, besser mit den Herausforderungen umzugehen. Die Unterstützung des Wohnhauses gibt mir dabei Sicherheit, Selbstvertrauen und Orientierung.

Heute habe ich nicht nur mehr Stabilität in meinem Alltag gefunden, sondern auch einen wichtigen Teil von mir selbst wiederentdeckt: meine Stimme. Dafür bin ich sehr dankbar.

Das Sozialpsychiatrische Wohnhaus Marlesgrube liegt mitten in der Lübecker Altstadt. Es bietet Assistenzleistungen (Eingliederungshilfe nach SGB IX) für Menschen mit einer seelischen Beeinträchtigung, die aktuell keine Krankenhausbehandlung benötigen, jedoch intensive und umfassende Unterstützung.

Die Leistungen bestehen aus Assistenz im häuslichen Bereich und bei der Strukturierung des Tages, mit aktivierender Zielsetzung und als schützender Rahmen.

Die Assistenz knüpft an die vorhandenen Fähigkeiten der Klient*innen an. Sie soll ihnen ein Leben unter Förderung ihrer

Sozialpsychiatrisches Wohnhaus Marlesgrube
Marlesgrube 75 · 23552 Lübeck
Tel.: 0451 702 45-0 ·
E-Mail: wh.marlesgrube@die-bruecke.de

Selbstständigkeit, Selbstbestimmung und sozialen Kompetenz ermöglichen, unter anderem durch ihre Mitwirkung an der Gestaltung des Lebens im Wohnhaus.

Die Assistenz erfolgt an jedem Tag im Jahr. Nachts besteht eine Rufbereitschaft. Die psychiatrische Behandlung erfolgt durch niedergelassene Fachärzt*innen.

Zwischen Rückzug und Teilhabe



Manchmal kostet es mich viel Kraft, überhaupt die Wohnungstür zu öffnen. Dann ziehe ich mich lieber zurück und verkrieche mich vor dem Fernseher. Umso wichtiger sind für mich die Orte und Menschen, die mir Halt geben. Dazu gehören die Sozialpsychiatrischen Ambulanten Hilfen und die Tagesstätte in Bad Schwartau. Sie helfen mir dabei, Struktur in meinen Alltag zu bringen und immer wieder kleine Schritte nach draußen zu wagen.

Ich bin 65 Jahre alt und lebe alleine in meiner eigenen Wohnung. Meine Sozialarbeiterin unterstützt mich dabei, den Alltag zu organisieren, Gespräche zu führen, Amtswege zu erledigen oder einfach gemeinsam einen Kaffee trinken zu gehen.

Und auch mein Besuch der Tagesstätte mit meiner Tätigkeit im Secondhand-Buchladen Bücherwurm gibt mir Struktur, Freude und das Gefühl, gebraucht zu werden. Ich bediene Kund*innen und übernehme auch anspruchsvollere Aufgaben, zum Beispiel das Katalogisieren von Büchern. In der Tagesstätte mag ich besonders den Ergobereich: dekorieren, Kerzen herstellen oder mit Papierdraht arbeiten – Dinge, die ich mit meinen Händen schaffen kann. Es tut gut, kreativ zu sein und am Ende etwas Greifbares zu sehen. Das gibt mir Struktur, und der Kontakt zu anderen Menschen ist mir wichtig. Ich bin dort fünfmal in der Woche, und diese Routine hält mich stabil. Mein Leben war nicht immer leicht. Ich habe eine schizophrene Psychose, und meine psychische Gesundheit hat mich oft vor große Herausforderungen gestellt. Außerdem habe ich traumatische Erfahrungen gemacht, die mich bis heute begleiten. Im Alter von drei Jahren wurde ich sexuell missbraucht. Viele Jahre später drängten sich die Erinnerungen wieder in mein Bewusstsein. Mit Anfang 20 begann ich zu begreifen, was passiert war. Mit 22 machte ich eine weitere belastende Erfahrung. Später half mir eine Selbsthilfegruppe zum Thema „inneres Kind“, die alten Verletzungen besser zu verstehen. Die Erinnerungen und Gefühle waren oft überwältigend, und lange Zeit ging es mir sehr schlecht, weil ich mich selbst in diesem verletzten Kind wiedererkannte. Seit mehr als drei Jahrzehnten begleitet mich die BRÜCKE in unterschiedlichen Lebensphasen. Es gab Phasen, in denen ich

sämtliche Kontakte abbrach, weil ich psychotisch war und mit mir selbst kaum klar kam. Kontakte wieder aufzunehmen, war ein großer Schritt. Meine Sozialarbeiterin unterstützt mich in allem, was ich allein kaum bewältigen könnte – sei es beim Lesen und Bearbeiten meiner Post, bei Amtsangelegenheiten oder einfach bei kleinen Unternehmungen. Diese Momente bedeuten mir viel.

Neben der Beschäftigung im Bücherwurm besuche ich Kurse an der Volkshochschule, zum Beispiel Porträtzeichnen oder Basteln mit Papierdraht. Es gibt mir das gute Gefühl, dass ich Neues lerne und das auch in der Tagesstätte einbringen kann. Früher hatte ich außerdem ein Ehrenamt bei den Bücherpiraten in Lübeck. Dort konnte ich meine Freude an Büchern und am Kontakt mit Menschen einbringen. Diese Zeit hat mir sehr gefallen, auch wenn ich irgendwann das Gefühl hatte, dass das im Verkauf zu eintönig wurde.

Trotz aller Schwierigkeiten gibt es viele schöne Momente in meinem Alltag. Gemeinsame Busreisen mit einer Freundin, wie neulich zum Michael-Jackson-Musical nach Hamburg, lassen mich richtig aufleben. Musik höre ich sehr gern, auch wenn ich mich nicht besonders gut damit auskenne.

Mein Wunsch für die Zukunft ist eigentlich ganz einfach: Ich möchte lernen, mich selbst anzunehmen, zufriedener mit mir zu sein, die kleinen Dinge im Leben bewusster wahrzunehmen und mich an ihnen zu freuen.

anderen geeigneten Orten stattfinden. Darüber hinaus bieten Gruppen- und Begegnungsangebote Möglichkeiten zur sozialen Teilhabe, Freizeitgestaltung und zum Aufbau von Kontakten. Die Assistenz orientiert sich an den persönlichen Zielen, Ressourcen und Bedürfnissen der Klient*innen.

Das Team besteht aus Fachkräften aus den Berufsfeldern Sozialpädagogik/-arbeit, Ergotherapie sowie Gesundheits- und Krankenpflege. Grundlage der Unterstützungsleistung ist eine verlässliche und Vertrauen aufbauende Beziehung im Rahmen der Bezugsassistenz, bei Bedarf in Form einer Tandembegleitung.

Voraussetzung für die Hilfe ist eine erfolgte Teilhabe- und Gesamtplanung durch den Träger der Eingliederungshilfe. Über die Aufnahme wird nach einem Informationsgespräch gemeinsam entschieden.

Sozialpsychiatrische Ambulante Hilfen Bad Schwartau
Markttwiete 3 · 23611 Bad Schwartau
Tel.: 0451 290 09 34 · E-Mail: sah-schwartau@die-bruecke.de

Die Sozialpsychiatrischen Ambulanten Hilfen in Bad Schwartau bieten Assistenzleistungen zur Sozialen Teilhabe nach SGB IX für Erwachsene mit psychischen Erkrankungen. Die Unterstützung richtet sich an Menschen, die ihren Alltag möglichst selbstbestimmt gestalten möchten, dabei jedoch zeitweise oder dauerhaft Begleitung benötigen.

Die individuelle Assistenz unterstützt bei der Bewältigung lebenspraktischer, gesundheitlicher und persönlicher Herausforderungen. Ziel ist es, Selbstständigkeit, Lebensqualität und gesellschaftliche Teilhabe zu fördern. Die Unterstützung kann im eigenen Wohnumfeld, in den Räumen der BRÜCKE oder an

Schritt für Schritt nach vorn

Seit 4 Jahren besuche ich die Tagesstätte in Bad Schwartau und bin inzwischen überwiegend im Bücherwurm. Anfangs habe ich abgelehnt, weil ich eigentlich nichts mit Büchern am Hut habe, aber mittlerweile habe ich diese Aufgabe sehr zu schätzen gelernt. Es macht mir Spaß, Kund*innen zu beraten, ihnen zu zeigen, wo sie bestimmte Bücher finden, und den Kontakt zu Menschen zu haben.

Ich wohne allein mit meiner Katze in einer Zweiraumwohnung. Morgens fahre ich mit dem Bus zur Tagesstätte, bleibe dort über den Tag und fahre nachmittags wieder zurück. Um meine Tagesstruktur aufrechtzuerhalten und nicht zu viel Zeit allein zu Hause zu verbringen, nehme ich noch an einem Angebot der Gemeinde teil.

In meinem Leben habe ich viel durchgemacht. Ich war 30 Jahre verheiratet, habe zwei erwachsene Kinder, und mein Ex-Mann war Alkoholiker. Die Ehe war von Gewalt geprägt, und ich habe lange gebraucht, um mich daraus zu befreien. Dabei haben mir die Mitarbeiter*innen der BRÜCKE sehr geholfen. Auch als ich nach Lübeck gezogen bin, wurde ich unterstützt, wieder Fuß zu fassen. Ich habe gelernt, meine Tagesstruktur zu halten und kleine Tiefs zu überstehen, indem ich mich ablenke – z. B. mit Diamond Painting, bei dem man Bilder aus kleinen Perlen erstellt.

Meine Wohnung ist momentan ein Problem: Sie ist feucht, laut und hat keinen Balkon, sodass ich mich nicht wirklich erholen

kann. Ich habe mich schon mehrfach um eine neue Wohnung bemüht, bisher ohne Erfolg. Die BRÜCKE unterstützt mich bei Bewerbungen, doch es kam immer nur Absage auf Absage. Es ist schwer, etwas Passendes in Lübeck zu finden.

„Der Bücherwurm gibt mir Halt und Freude.

Ich möchte nicht untätig zu Hause sitzen.“

Dort treffe ich bekannte Gesichter, wie zum Beispiel meine Hausärztin, die auch regelmäßig kommt. Da ich nicht mehr regelmäßig jeden Tag arbeiten kann, hilft mir die Beschäftigung im Bücherwurm und bei der Gemeinde dabei, nicht in Grübeleien zu versinken.

Vor einigen Monaten habe ich eine Traumatherapie vorbereitet, um die Erlebnisse meiner gewalttätigen Ehe aufzuarbeiten. Es ist ein langer und schwieriger Prozess, aber ich bin froh, dass ich ihn begonnen habe. Ich habe gelernt, mit der posttraumatischen Belastungsstörung umzugehen, habe aber noch immer Momente, in denen ich mich überfordert fühle. Meine Therapie wird stationär durchgeführt, damit ich aufgefangen werde, und ich weiß, dass ich noch viel weinen und mich mit alten Erinnerungen auseinandersetzen muss.

Vor zwei Jahren habe ich dann auch noch einen Schlaganfall erlitten. Deshalb küm-



mere ich mich im Bücherwurm nicht um die Kasse, sondern übernehme Aufgaben, die keine komplizierte Mathematik erfordern. Ich habe auch eine gesetzliche Betreuung, die mir bei Finanzen und Schriftverkehr hilft, aber den Alltag bewältige ich größtenteils selbst: Haushalt, Einkaufen und Organisation.

Trotz allem versuche ich, mir ein gesundes Selbstbild zu bewahren. Ich möchte aktiv bleiben, mich weiterentwickeln und eines Tages auch wieder einen Lebenspartner finden. Meine Kinder sind dabei skeptisch, aber ich bin 63 Jahre alt und weiß, dass ich mein Leben nach meinen eigenen Vorstellungen gestalten darf.

Die Tagesstätte Bad Schwartau bietet tagesstrukturierende Fachleistungen zur Sozialen Teilhabe (SGB IX) für Erwachsene mit psychischen Erkrankungen, die Unterstützung bei der Gestaltung ihres Alltags, ihrer sozialen Teilhabe und ihrer persönlichen Entwicklung benötigen.

Mit vielfältigen Beschäftigungs-, Kreativ- und Gruppenangeboten unterstützt die Tagesstätte ihre Teilnehmer*innen dabei, eigene Stärken zu entdecken, soziale Kontakte zu knüpfen und eine verlässliche Tages- und Wochenstruktur aufzubauen. Ziel ist die Förderung von Selbstständigkeit, Selbstbestimmung, sozialer Kompetenz und psychischer Stabilität. Die Teilnehmerinnen erhalten einen unterstützenden Rahmen, in dem sie neue Perspektiven entwickeln und ihre Fähigkeiten im Alltag erproben und erweitern können. Zum Angebot gehören unter anderem Hauswirtschaft, Garten-

Tagesstätte mit Bücherwurm in Bad Schwartau
Markttwiete 3 · 23611 Bad Schwartau
Tel.: 0451 504 48 68 · E-Mail: ts-schwartau@die-bruecke.de

arbeit, kreative und handwerkliche Tätigkeiten, Bewegungsangebote sowie die Mitarbeit im Secondhand-Buchladen „Bücherwurm“. Ergänzend werden individuelle Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung, Krisenbegleitung und alltagspraktischen Fragestellungen sowie Hilfen zur Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe angeboten.

Voraussetzung für die Aufnahme ist in der Regel eine erfolgte Teilhabe- und Gesamtplanung durch den Träger der Eingliederungshilfe. Über die Aufnahme in die Tagesstätte wird nach einem Informationsgespräch und unverbindlichen Probetagen entschieden.

Die Wärme bringen die Menschen mit



Foto: Marc-Oliver Kern

Sie sind schon lange Zeit bei der BRÜCKE.

Oh ja, ich bin quasi ein Urgestein. Mein erster Kontakt mit der BRÜCKE muss wohl Mitte der 1990er-Jahre gewesen sein.

Ich kenne auch noch die Ergotherapie-Praxis am Mühlenteich und bin dann mit in die Moislinger Allee umgezogen. Ich muss aber zugeben: In der Moislinger Allee habe ich den idyllischen Blick auf den See, den wir am Mühlenteich hatten, schon sehr vermisst.

Auch in der Tagesstätte mit Beschäftigung in der Kerckringstraße habe ich eine Zeit lang verbracht und dort in der Fahrradwerkstatt gearbeitet.

**Tageszentrum mit Tagesstätte
Beratungsstelle · Begegnungsstätte
Übergangswohnen
Engelsgrube 47 · 23552 Lübeck
Tel.: 0451 140 08-70
E-Mail: tageszentrum@die-bruecke.de**

Das Tageszentrum (TZ) in der Engelsgrube vereint unter einem Dach verschiedene Unterstützungsangebote für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen. Dazu gehören eine Beratungsstelle, eine Begegnungsstätte, eine Tagesstätte mit 28 Assistenzplätzen sowie das Übergangswohnen.

Sie besuchen auch das Tageszentrum in der Engelsgrube. Welche Erinnerungen haben Sie an die Anfänge dort?

In der Tagesstätte bin ich ebenfalls schon seit den Tagen, als dort noch die Tagesklinik integriert war. Ich erinnere mich noch gut daran, wie wir damals mit bis zu 60 Personen beim Mittagessen saßen. Als die Tagesklinik in die Spillerstraße zog, fand ich sie anfangs, ehrlich gesagt, wenig gemütlich. Aber eine mittlerweile leider verstorbene Mitarbeiterin hat mir dort damals sehr geholfen, den Tod meines Vaters zu verarbeiten. Sie hat immer gesagt: „Die Wärme bringen die Menschen mit.“ Und so war es auch.

Neben der Tagesstätte nutzen Sie auch die Sozialpsychiatrischen Ambulanten Hilfen (SPK). Wie sieht diese Unterstützung im Alltag aus?

Die SPK ist für mich mein absoluter „Lebensmittelpunkt“, wenn es um Planung und Organisation geht. Die Mitarbeiter*innen versorgen mich mit meinen Medikamenten, bestellen sie für mich oder helfen beim Einlösen von Rezepten. Sie begleiten mich zu wichtigen Arztbesuchen und unterstützen mich bei der Terminvereinbarung. Auch bei besonders großen oder schweren Einkäufen und bei Überweisungen greifen sie mir unter die Arme. Und nicht zu vergessen: Sie begleiten mich auch einfach bei Unternehmungen, Gesprächen oder wir machen Spaziergänge.

Welche Bedeutung hat das Tageszentrum heute für Sie?

In sozialer Hinsicht ist es für mich von zentraler Bedeutung. Es ist unglaublich wichtig

für Gespräche und den Austausch mit anderen. Ich gehe dort täglich hin – auch, um ein warmes Mittagessen zu bekommen. Umso mehr bedauere ich es, dass am Wochenende dort nichts stattfindet. Glücklicherweise gibt es dafür gelegentlich Angebote von Ehrenamtlichen. Eine zum Beispiel bietet sonntags Kaffee und Kuchen an, das ist toll. Gerade an Feiertagen wie Ostern oder Weihnachten gehe ich in den Club im Tageszentrum, wo dann eine ehrenamtliche Helferin für uns aufschließt. Es ist nur schade, dass viele Ehrenamtliche mittlerweile aus Altersgründen ausgeschieden sind und so wenige nachrücken.

Gibt es aktuell Angebote, die Ihnen besonders viel Freude bereiten?

Ja, neuerdings haben wir eine Katzen-Kuschelgruppe! Wir besuchen jeden Dienstag das Tierheim und beschäftigen uns mit den Katzen dort. Das finde ich großartig. Es ist eine echte Win-Win-Situation: Es beruhigt und macht glücklich, eine schnurrende Katze auf dem Schoß zu haben, die Katzen lieben das ebenfalls. Und die Vielfalt der anderen Gruppen schätze ich sehr, sei es die Foto-AG, die Fremdsprachengruppen oder das Alltagstraining.

Wenn wir einen Blick zurück auf Ihre Biografie werfen: Welche Rolle spielten soziale Kontakte früher in Ihrem Leben?

Ich hatte leider bereits im Kindergarten soziale Schwierigkeiten. Ich war immer ein Einzelgänger und Außenseiter. Genau deshalb ist es für mich unendlich wichtig, dass mir die BRÜCKE einen Platz bietet, an dem ich mit Menschen reden und einfach um Hilfe bitten kann. Dabei habe ich eigentlich

same Mahlzeiten, Freizeitangebote und ein verlässliches Bezugspersonensystem. Die Tagesstätte bietet einen geschützten Rahmen, in dem persönliche Fähigkeiten gefördert, soziale Kontakte aufgebaut und individuelle Entwicklungsschritte begleitet werden.

Die Aufnahme erfolgt nach einem Informationsgespräch und nach einer Teilhabeplanung nach dem SGB IX durch Antrag bei der Eingliederungshilfe.

Siehe Seite 24 Offene Hilfen im TZ und S. 25 Teilnahme am HanseKulturFestival

einen soliden beruflichen Hintergrund. Ich habe eine Ausbildung im Berufsbildungswerk in Heidelberg zum staatlich geprüften Techniker abgeschlossen. Das darauf aufbauende Studium musste ich wegen meiner Depressionen abbrechen. Ich habe danach aber noch eine Weile im Reaktorschutz im Elektrobereich gearbeitet. Früher habe ich mich sozial engagiert und ich war kommunalpolitisch in verschiedenen Ämtern tätig. Auch heute noch halte ich mich über das lokale Geschehen auf dem Laufenden und informiere mich.

Wie geht es Ihnen aktuell gesundheitlich und wie erleben Sie Krisen?

Dank der BRÜCKE ist meine Psyche heute weitgehend stabil. Meine letzte schwere

Krise hatte ich vor anderthalb Jahren. Das lag an einer akuten, lebensbedrohlichen Herzerkrankung. Damals kam die Depression noch einmal massiv zurück, was einen zweiwöchigen stationären Aufenthalt im UKSH-ZIP nötig machte.

Haben Sie Wünsche zum Thema Teilhabe?

Ja, ich würde es sehr begrüßen, wenn es gezieltere Möglichkeiten zur Teilhabe am Bildungswesen gäbe. Meine Idee wäre eine feste Kooperation der Volkshochschule mit der BRÜCKE. Und ich wünsche mir, dass es Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen leichter gemacht wird, eine Beschäftigung auszuüben. Damit meine ich die Arbeitgeberseite, auf der starke Vorurteile bestehen, wie die Annahme, dass

wir häufiger wegen Krankheit ausfallen. Vor ein paar Jahren habe ich versucht, auf den Arbeitsmarkt zurückzukehren. Ich hätte gerne für ein paar Stunden im technischen Bereich gearbeitet, leider konnte Integra mich damals nicht vermitteln.

**„Mein Fazit ist ganz klar:
Die BRÜCKE bietet ganz,
ganz tolle Unterstützung
in schwierigen Zeiten – gerade dann, wenn man sich selbst zu überhaupt nichts mehr aufrufen kann.“**

Beatrix, aus der Isolation zurück ins Leben

Warum und wie kamen Sie zur BRÜCKE?

Ich kam durch meinen damaligen Therapeuten auf das Angebot der BRÜCKE, der auch alles dafür Notwendige in die Wege leitete. Der Grund dafür war, dass ich mich in meiner damaligen Wohnung aufgrund von Ängsten zurückgezogen hatte und sehr isoliert lebte. Zu der Zeit habe ich nur im Hellen das Haus verlassen, und nachts habe ich mich verbarrikadiert.

Was ist Ihre Diagnose und seit wann?

Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) mit dissoziativer Identitätsstörung. Ich bekam die Diagnose 2000 mit 28 Jahren.

Was sind die Ursachen und Auswirkungen Ihrer Erkrankung?

Die Ursache liegt in einem frühkindlichen Trauma. Die Erkrankung hat Auswirkungen auf meinen Alltag. Ich habe Chaos im Kopf und bin in bestimmten Situationen ängstlich und teilweise angespannt. Außerdem habe ich Schwierigkeiten mit Veränderungen und habe zeitweise Flashbacks.

Wie und wo haben Sie Hilfe erhalten?

Bei meinem damaligen Therapeuten. Zeitweise habe ich die mobile Betreuung und die Sozialpsychiatrische Fachkrankenpflege genutzt. Später dann die Wohngruppe in der Travemünder Allee sowie meine nachfolgende Therapeutin, meine Ergotherapeutin und Freunde.

Welche Angebote bei der BRÜCKE nutzen Sie? Wie hilft Ihnen das?

Ich lebe in einer Wohngruppe und nutze dort die Gespräche, die Spielerunde, den Abschlusskaffee und, wenn es meine Gesundheit zulässt, das Billardangebot. Diese Dinge bringen Freude in meinen Alltag und stabilisieren mich. Ich komme raus und habe Abwechslung und Kontakt zu anderen.

Was hilft Ihnen sonst, mit Ihrer Erkrankung umzugehen?

Mein damaliger Therapeut hat mir viel Handwerkszeug mit an die Hand gegeben, wodurch ich gelernt habe, mit mir und meinen Anteilen leben zu können. Auch bin ich medikamentös gut eingestellt und habe einen geregelten Tagesablauf durch meine

Arbeit im Kindergarten. Auch meine Ergotherapeutin, die mit meiner dissoziativen Störung gearbeitet hat und sich damit sehr gut auskennt, konnte mich gut unterstützen.

Wie geht es Ihnen im Moment?

Im Moment fühle ich mich stabil und konnte meine Arbeit im Kindergarten auf 25 Stunden pro Woche erhöhen und habe einen Arbeitsvertrag bekommen.

Was wünschen Sie sich am meisten vom Leben für die Zukunft?

Noch mehr Offenheit unter den Menschen, keine weiteren Kürzungen der Politik im sozialen Bereich, eine Anerkennung meiner Erkrankung und dass mehr für Kinder und Jugendliche getan wird. Für mich persönlich wünsche ich mir, dass es so bleibt, wie es gerade ist.

**Sozialtherapeutische Wohngruppe
Travemünder Allee 10 · 23568 Lübeck
Tel.: 0451 323 13 · E-Mail: wg.ta@die-bruecke.de**

Die Sozialtherapeutische Wohngruppe Travemünder Allee bietet Assistenzleistungen zur Sozialen Teilhabe nach SGB IX für Erwachsene mit psychischen Erkrankungen. In verschiedenen Wohngemeinschaften erhalten die Bewohner*innen Unterstützung dabei, ihren Alltag möglichst selbstständig zu gestalten und persönliche Perspektiven zu entwickeln.

Die Assistenz orientiert sich an den individuellen Fähigkeiten, Bedürfnissen und Zielen der Bewohnerinnen. Sie umfasst die Begleitung im Alltag, die Förderung sozialer Kontakte sowie Unterstützung bei der Tagesgestaltung und Krisenbewältigung. Ziel ist es, Selbstständigkeit, Eigenverantwortung und soziale Teilhabe zu stärken sowie Krankenhausaufenthalte möglichst zu vermeiden. Die Bewohner*innen leben in einem unterstützenden Umfeld, das Sicherheit bietet und gleichzeitig Raum für persönliche Entwicklung und ein selbstbestimmtes Leben schafft.



„Angebunden“

– selbst auferlegte Einschränkungen

Mein Leben mit ADHS zwischen Anpassung, Erschöpfung und Selbstzweifeln

In meiner frühen Kindheit wusste meine Oma sich nicht anders zu helfen, als mich wie eine „grasende Ziege“ anzubinden. Sie musste im Garten arbeiten und gleichzeitig aufpassen, dass das kleine, neugierige Mädchen mit den flinken Beinchen nicht auf die Straße rannte und verunglückte. „Ich band ihr das Ende eines Seils um den Bauch und das andere an einen Baum“, offenbarte sie meiner Mutter und mir in einem Gespräch über mein ADHS und meine Hyperaktivität. Denn als ich laufen lernte, konnte man gar nicht so schnell gucken, wie ich weg war, weil irgendetwas meine Aufmerksamkeit erregt hatte.

„Rückblickend scheine ich mich in meinem weiteren Leben jahrelang selbst „angebunden“ zu haben. Statt das Seil zu lösen, lernte ich immer mehr, mich einigermaßen anzupassen, mich zusammenzureißen und irgendwie zu funktionieren.“

Sogar die ADHS-Diagnose einer Fachklinik und die erste Auseinandersetzung damit war für mich keine Befreiung. Das lag unter anderem an der Erfahrung, dass ADHS und die daraus resultierenden Schwierigkeiten von meinem Umfeld nicht ernst genommen wurden. Dadurch wurden meine eigenen Zweifel („Ich erfülle gar nicht alle Kriterien, also bin ich doch nur faul und/oder eine Blenderin.“) befeuert.

Vor rund 20 Jahren war noch wenig darüber bekannt, dass ADHS auch im Erwachsenenalter weiter bestehen kann. Sogar ein Facharzt meinte zu mir: „Ich dachte, das sei eine Kinderkrankheit.“ Und in der Öffentlichkeit hieß es oft, dass ADHS eine Modeerscheinung oder eine Erfindung der Pharmaindustrie sei. Deshalb lag in der Zeit der Fokus mehr auf meinen psychischen Begleit- und Folgeerkrankungen (unter anderem chronische Depression). So versuchte ich, meine über Jahre entwickelten und gefestigten Strategien zum irgendwie Funktionieren weiterzuführen und parallel an den allgemein akzeptier-

teren psychischen Problemen zu arbeiten. Aber so einfach war und ist das nicht. Viele Abläufe und Tätigkeiten im Alltag, die für andere selbstverständlich und unproblematisch sind, erfordern bei Menschen mit ADHS ein deutlich höheres Maß an Planung, Motivation und Energie. Mit zunehmendem Alter verstärkten sich bei mir die Schwierigkeiten. Zusätzlich spielen bei Frauen hormonelle Schwankungen wie zum Beispiel die Wechseljahre eine Rolle.

Ich entwickelte neue Ängste und bestehende verfestigten sich. Zunehmend fühlte ich mich meinen Stimmungsschwankungen und Gefühlsausbrüchen, die ich lange einigermaßen im Griff hatte, hilflos ausgeliefert. Mein inneres und äußeres Chaos schien wieder unüberwindbar zu werden. Dazu ließen mich meine sozialen Ängste vermehrt Kontakte zu anderen Menschen vermeiden oder abbrechen.

Und dann hörte und las ich plötzlich, dass ADHS angeblich eine „Superkraft“ sei. Im Internet kursierten und kursieren immer noch zahlreiche Videos zum Thema ADHS. Man findet zweifelhafte Selbsttests, „lustige“ Missgeschicke und Beiträge von attraktiven Menschen, die ADHS als chic und eine erstrebenswerte „Neurodiversität“ erscheinen lassen. Natürlich ist es gut und wichtig, dass das Thema öffentliche Aufmerksamkeit erfährt. Viele Betroffene, besonders weibliche, müssen sich jahrelang unter erschwerten Bedingungen durchs Leben kämpfen, weil sie unter anderem wegen fehlender Diagnose keine adäquate Unterstützung erhalten.

Aber es gibt auch viele ADHSler*innen, die im passenden Job und im richtigen sozialen Netz mit ihren speziellen Fähigkeiten ihr Umfeld bereichern und ein „normales“ Leben führen. Diese besonderen Stärken sind, genauso wie die Schwierigkeiten, nicht gleichermaßen verteilt – ADHS ist ein Spektrum. Über diese Vielfalt und die unterschiedlichen Ausprägungen wird in den Videos meistens nicht aufgeklärt. Und

der teilweise extreme Leidensdruck Betroffener wird nicht thematisiert. Oft geht es nur um große Reichweite..

*ADHSler*innen, die bei sich keine „Superkraft“ entdecken oder deren ständige Missgeschicke keinen „klickenswerten“ Social-Media-Content abgeben, fühlen sich dadurch womöglich noch unzulänglicher.*

Teilweise beobachte ich, dass dieser Internet-Hype, auch wegen dadurch verbreiteter Fehlinformationen, dazu führt, dass ADHS wieder nicht ernst genommen wird. So wie ich es vor 20 Jahren schon mal erlebte. Das macht das Leben Betroffener unnötig noch schwerer.

Menschen, die glauben, sich in den Videos wiederzuerkennen, und die das Gefühl haben, unter diesem Anders-Sein zu leiden, sollten erst mal ernst genommen werden. Ob es sich wirklich um ADHS handelt, muss dann durch qualifizierte Diagnostik festgestellt werden. Dabei werden auch mögliche andere Ursachen für bestehende Probleme ausgeschlossen. Das ist wichtig, um Betroffenen passende Hilfen anbieten zu können. Dazu zählen gegebenenfalls auch Medikamente.

Leider muss man mittlerweile oft monate- bis jahrelang auf einen Platz für eine ADHS-Diagnose warten. Dann auch Unterstützung bei der Problembewältigung zu bekommen, dauert entsprechend länger.

Betroffenen kann es besonders anfangs helfen, Spezialist*in für die eigene Störung zu werden. Neben der therapeutischen Behandlung sind für mich der Austausch mit anderen Betroffenen und Bücher zum Thema ADHS eine wichtige Unterstützung. **(Siehe Seite 50 Buchtipp Spezial)**

Und bitte hört endlich auf, ADHSler*innen zu sagen, sie müssten sich „nur“ anstrengen oder zusammenreißen!

Claudia Kühlen

Psychiatrie und Psychotherapie im Wandel

»In einem wankenden Schiff fällt um, wer stillsteht und sich nicht bewegt.«

Ludwig Börne, deutscher Schriftsteller

In den letzten Jahren hat sich im Bereich der psychiatrisch-psychotherapeutischen Behandlung viel verändert. Als Psychiaterin, Psychotherapeutin und Sozialmedizinerin bei der BRÜCKE erlebe ich Trends und Entwicklungen sehr unmittelbar. In diesem Artikel möchte ich auf Veränderungen in Lübeck, innerhalb der BRÜCKE und im Allgemeinen blicken. Dies ist keine wissenschaftliche Abhandlung. Meine Darstellung ist nicht objektiv, sondern speist sich aus meinen Erfahrungen.

Behandlungsmöglichkeiten für Menschen mit psychischen Erkrankungen in Lübeck – was hat sich entwickelt?

Ambulanter Bereich

Als ich bei der BRÜCKE begann – vor über 25 Jahren – gab es in Lübeck ein Behandlungsangebot, das ambulant aus psychiatrischen und psychotherapeutischen Einzelpraxen, Ergotherapie und psychiatrischer Krankenpflege bestand. Stationär gab es die universitäre Psychiatrie, heute das Zentrum für Integrative Psychiatrie (UKSH ZIP), und die Klinik in Neustadt (jetzt Ameos). Dazu kam eine Tagesklinik, nämlich die der BRÜCKE.

Erst allmählich kamen Institutsambulanzen, weitere Tageskliniken und Medizinische Versorgungszentren hinzu. Mittlerweile gibt es in Lübeck bei allen drei großen psychiatrischen Anbietern (Ameos, UKSH, BRÜCKE) psychiatrische Institutsambulanzen, teilweise sogar mehrere. Institutsambulanzen bieten für Menschen mit besonders schweren psychischen Erkrankungen Behandlung an. Sie sind gehalten, über die rein psychiatrische Behandlung hinaus je nach Bedarf auch andere Leistungen wie psychiatrische Pflege, Sozialarbeit, Ergotherapie und Psychotherapie zu erbringen. Neben den „typischen“ Behandlungsangeboten wie Klinik, Psychiater*in oder Tagesklinik entwickelten sich

zahlreiche weitere Angebote, z. B. Ergotherapiepraxen, die sich auf spezifische Gruppen von Menschen ausrichteten (ADHS, DBT, Arbeitsdiagnostik). Mittlerweile ist ergänzend eine Fülle von Krankenkassenbezugsstellen präventiven Angeboten zu Themen wie Entspannung, Achtsamkeit, Stressbewältigung und Resilienz entstanden.

Der Behandlungsbereich der BRÜCKE ist im Laufe der Jahre ebenfalls erheblich gewachsen. Dazu gehören die Vergrößerung der Tagesklinik in Lübeck (von 24 auf 37 Plätze), die bauliche Erweiterung der Tagesklinik und Institutsambulanz in Neustadt, die Arbeitsdiagnostik in der Ergotherapiepraxis, die Behandlung von Kindern im Bereich der KJP der Institutsambulanz sowie das Angebot von Soziotherapie in Lübeck und Ostholstein.

Insgesamt ist das ambulante Behandlungsangebot in Lübeck größer und vielfältiger geworden.

Stationär

Eine deutliche Veränderung im stationären Behandlungsbereich der Stadt war die Eröffnung der Ameos-Klinik in der Kahlhorststraße. Damit einhergehend war auch die geteilte Pflichtversorgung für Aufnahmen zwischen Ameos und dem ZIP. Davor wurden fast alle Menschen, die gegen ihren Willen stationär behandelt wurden, in Ameos Neustadt behandelt.

Jetzt werden Lübecker Bürger*innen, die nach PsychHG eingewiesen werden, in der Regel in Lübeck behandelt. Die Pflichtversorgung teilen sich die Ameos-Klinik und das ZIP, aufgeteilt nach geraden und ungeraden Kalendertagen.

Heute erscheint die Vor-Ort-Versorgung dieser Notfallaufnahmen nach dem PsychHG nahezu selbstverständlich. Menschen bleiben auch in schweren psychischen Krisen in einer Klinik am Wohnort. Eine wirkliche Verbesserung.

Was nicht mehr geworden ist, ist die Zahl der Klinikbetten – wahrscheinlich auch



Foto: Marc-Oliver Kern

nicht weniger. Was sich deutlich verändert hat, sind die Verweildauern in Kliniken. Wo es früher den Vorwurf gab, dass Menschen zu lange stationär behandelt wurden, ist jetzt manchmal das Gegenteil der Fall. Liegezeiten stationär sind kurz, manchmal zu kurz. Dies kann zu der Notwendigkeit von Wiederaufnahmen und schlechteren Übergängen zwischen Klinik und nachfolgenden Angeboten führen.

Auch die Bereitschaft der Patient*innen, sich stationär behandeln zu lassen, ist gesunken. Häufig besteht ein Wunsch nach ambulanter oder teilstationärer Behandlung. Mögliche Gründe dafür sind die Versorgung von Hund oder Kindern, Schlafen im eigenen Bett, Autonomiewahrung. Ich kann diesen Wunsch gut nachvollziehen.

Sektorübergreifend

Was bedeutet sektorenübergreifend im Sprachgebrauch von medizinischer Behandlung? Sektorenübergreifende Behandlung meint Behandlungsangebote, die stationäre und ambulante Behandlung miteinander verknüpfen.

Bei genauer Betrachtung ist mir in Lübeck kein Angebot bekannt, das sektorenübergreifend und trägerübergreifend tätig ist. Die beiden großen Akteure UKSH ZIP und Ameos Lübeck bieten stationäre, tagesklinische und ambulante Behandlung an. Die BRÜCKE hält tagesklinische und ambulante Behandlung vor.

Keiner der Akteure arbeitet gezielt trägerübergreifend. Stationär in der Ameos-Kli-

nik behandelt zu werden, bedeutet häufig auch die Empfehlung, die Tagesklinik bei Aneos im Anschluss wahrzunehmen. Die Schnittstellenproblematik insbesondere zwischen ambulanter und stationärer Behandlung ist vorhanden, ebenfalls ist die Überleitung zwischen unterschiedlichen Trägern häufig mit Reibung verbunden. Einige Klinikentlassungen werden kaum mit der nachfolgenden Hilfe abgestimmt. Trotz der Zunahme an Einrichtungen und Angeboten scheint bei keinem Behandlungsangebot Mangel an Patient*innen zu bestehen. Insbesondere im Bereich Psychotherapie gibt es sowohl ambulant als auch stationär lange Wartelisten.

Fazit:

Der Trend geht deutlich zur Ambulantisierung der Behandlung, was zu befürworten ist. Ambulant ist im städtischen Bereich eine dichte, vielfältige Behandlungslandschaft aufgebaut worden. Das sieht auf dem Land anders aus. Hier mangelt es an Behandlungsangeboten. Stationäre Betten sind weiterhin in manchen Situationen dringend nötig, nicht für lange psychotherapeutische Behandlungen, sondern für die akute psychiatrische Intervention. Die Schnittstellenproblematik an den Sektorengrenzen ist trotz intensiver Bemühungen (Gesetz zum Entlassmanagement, Verträge über integrierte Versorgungsleistungen, spezialfachärztliche Behandlung) deutlich ausbaufähig.

Welche Erkrankungen haben die Menschen, die wir behandeln? Nehmen psychische Erkrankungen an Häufigkeit zu?

Sicherlich hat die mediale Präsenz psychischer Erkrankungen deutlich zugenommen. Viele Prominente berichten mehr oder weniger offen über eigene Erfahrungen mit psychischen Beschwerden. Psychische Erkrankungen sind kein Tabu mehr. In der BRÜCKE wurden lange Jahre viele Menschen mit Schizophrenien behandelt. In den letzten Jahren haben die Menschen, die an einer Schizophrenie erkrankt sind, in der Tagesklinik der BRÜCKE deutlich

abgenommen. In der Institutsambulanz sehen wir weiterhin viele Menschen, die eine Diagnose F2 haben. Menschen mit AD(H)S und Autismus oder Verdacht auf Autismus sehen wir erheblich häufiger als vor 10–20 Jahren. Bei AD(H)S und Autismus im Erwachsenenalter wird wahrscheinlich lediglich die Diagnose häufiger gestellt. Früher blieben diese Fälle unerkannt. Der Beginn beider Erkrankungen liegt in der Regel schon im Bereich der Kindheit.

Auch die Inanspruchnahme von Behandlungsangeboten hat sich verändert. Die Entstigmatisierung führte zu einer höheren Bereitschaft, Hilfen in Anspruch zu nehmen. Vielleicht nimmt nicht die Zahl der Erkrankten zu, sondern die Zahl der Hilfesuchenden. Durch häufigere Diagnosestellung bei Kindern kommen manchmal auch Eltern auf die Idee, sich testen zu lassen und erhalten eine Diagnose. Was sich auf jeden Fall verändert hat, ist folgendes Phänomen: Einige Menschen fordern Diagnostik und bestimmte Diagnosen geradezu ein und drängen auf das Stellen von Diagnosen, insbesondere im Bereich Autismus. Es gibt unter den Behandler*innen einen Trend zu größerer Offenheit gegenüber bestimmten Krankheitsbildern, was die Wahrscheinlichkeit einer Diagnosestellung erhöht.

Deutlich mehr Menschen zeigen Verhaltenssüchte wie Internet- oder Mediennutzungsstörung. Menschen mit der Diagnose Transgender oder Geschlechtsinkongruenz sehen wir deutlich häufiger als noch vor einigen Jahren. Viele Menschen leiden an einer depressiven Erkrankung und nehmen deshalb Hilfen in Anspruch, ähnlich verhält es sich mit den Angsterkrankungen.

Fazit:

Vielleicht gibt es nicht so viel mehr Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden. Die Anzahl der diagnostizierten Erkrankungen und der Inanspruchnahme von Behandlungsleistungen hat sicherlich zugenommen. Mehr Kinder und Jugendliche mit psychischen Erkrankungen nehmen Hilfen in Anspruch. Außerdem hat das Thema psychische Gesundheit durch mediale Präsenz enorme öffentliche Aufmerksamkeit bekommen.

Erkrankungskonzepte

Im Laufe der Jahre verändern sich Konzepte von Erkrankungen. Frühere Konzepte von Neurosen und Psychosen sind weitgehend überholt. Das neue Klassifikationssystem (die ICD-11, die zwar veröffentlicht ist, im Alltag der Arbeit allerdings noch kaum Einzug gehalten hat) beschreibt veränderte Konzepte psychischer Erkrankungen durch einen dimensionalen Ansatz statt rein kategorialer Diagnosen.

Als Beispiel dienen die Persönlichkeitsstörungen: Die ICD-11 nutzt anstelle der kategorialen Einteilung eine dimensionale Diagnostik der Persönlichkeitsstörungen, die auf Schweregraden von Funktionsbeeinträchtigungen (aufgeschlüsselt in drei Schweregradgruppen: leicht, mittel, schwer) sowie der Beschreibung von übergeordneten prominenten Persönlichkeitsmerkmalen (Negative Affektivität, Distanziertheit, Dissozialität, Enthemmung und Anankasmus) beruht. Dies ermöglicht eine nuanciertere Einschätzung und macht auch leichte Ausprägungen, die den Schweregrad einer vollen Störung noch nicht erreichen, erfassbar. Das Stabilitätskriterium, einst ein basales Merkmal von Persönlichkeitsstörungen, entfällt. An dessen Stelle tritt das Kriterium einer Mindestdauer von zwei Jahren, in der die Symptomatik bestehen soll. Das heißt, bei Vorliegen der Diagnose einer Persönlichkeitsstörung wird jeweils der Schweregrad angegeben und die charakteristischen Persönlichkeitsmerkmale werden dimensional erfasst.

Außerdem bemüht sich die ICD-11 um Entstigmatisierung und Präzisierung:

- „Münchhausen-Syndrom“ wird durch „Artifizielle Störung“ ersetzt, um das Stigma zu reduzieren.
- „Geschlechtsidentitätsstörung“ wird zu „Geschlechtsinkongruenz“ (im Kapitel zu verwandten Zuständen), was die Pathologisierung reduziert.
- Suizidalität wird präziser kodiert: Selbstverletzung, Suizidversuche und Suizidgedanken können getrennt erfasst werden.

Die Betrachtung von Funktionsdiagnosen hat in den letzten Jahren enorme Bedeu-

tung gewonnen. Die ICF (Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit) ist in aller Munde: Rentenversicherung, Eingliederungshilfe, Schwerbehindertenrecht.

Entscheidender als die Diagnose selbst sind in der ICF die Funktionsstörungen, die durch Erkrankung entstehen. Bei der Einschätzung eines Hilfebedarfes ist diese Betrachtung sehr nützlich.

Therapien

Der Bereich Psychotherapie hat sich in den letzten Jahren rasant weiterentwickelt. Die Anerkennung der systemischen Therapie neben der Verhaltenstherapie und der Tiefenpsychologie als eigenständiges Verfahren mit Abrechnungsmöglichkeit über die Kassenärztliche Vereinigung ist eine hervorragende Ergänzung. Die deutliche Anhebung der Vergütung ambulanter Gruppenpsychotherapieangebote führt zu einer großen Vielfalt von ambulanten Gruppenpsychotherapieangeboten.

Als Verhaltenstherapeutin kann ich sagen, dass die Verhaltenstherapie eine enorme Entwicklung gemacht hat. Zu Beginn meiner Ausbildung gab es kognitive Verhaltenstherapie (VT), Exposition, Psychoedukation und DBT. Die dritte Welle der VT integriert Achtsamkeit, Akzeptanz und Werte, um Denken nicht zu kontrollieren, sondern anders mit ihm umzugehen. Moderne Konzepte wie u. a. Dialektisch Behaviourale Therapie (DBT), Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT), Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy /Kognitiv-Verhaltenstherapeutisch-Analytisches Psychotherapie-System (CBASP) und Metakognitives Training (MKT) bieten vielfältige therapeutische Interventionsmöglichkeiten, die wissenschaftlich fundiert sind.

Neben dieser inhaltlichen Weiterentwicklung der Psychotherapie gibt es auch Veränderungen in der Darreichung. Therapiesitzungen können über eine Videosprechstunde erbracht werden und es gibt zahlreiche digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA), die per App nutzbar sind. Das Bundesinstitut für Arzneimittel und

Medizinprodukte hat 78 DiGA auf seiner Website. Für mannigfache Beschwerden: Inkontinenz, Tinnitus, Depression, ADHS usw.

Themen der Menschen

Die Themen, mit denen Menschen in Behandlung kommen, haben sich verändert. Häufig spielt Identität eine große Rolle, insbesondere im Bereich des Geschlechts. Identität [engl. identity; lat. idem = derselbe] beschreibt die Art und Weise, wie Menschen sich selbst aus ihrer biografischen Entwicklung heraus in der ständigen Auseinandersetzung mit ihrer sozialen Umwelt wahrnehmen und verstehen. Einige, insbesondere junge Menschen, zeigen eine sehr intensive Auseinandersetzung mit der Geschlechtsidentität, die manchmal weitere identitätsstiftende Aspekte zurückdrängt. Die Werte, die Menschen mitbringen, verändern sich. Früher war z. B. beruflicher Erfolg ein häufiger Wert. Jetzt sind es eher Werte wie Selbstbestimmung, Genuss und Zeit für mich.

Verbindlichkeit

Der Wunsch nach Hilfe und Therapie ist sehr groß. Allerdings sinkt die Bereitschaft, verbindlich zu sein und kontinuierlich teilzunehmen. Es gibt Wünsche nach Autonomie, weniger Toleranz und Anpassungsfähigkeit. Viele Menschen haben ein großes Bedürfnis, genau die richtige Therapie zu finden. Wichtiger, als die richtige Therapie zu finden, ist es manchmal, einfach anzufangen. Im Behandlungsbereich spielt das Thema Verbindlichkeit eine enorme Rolle. Bezahlte Therapie wird geleistet. Spät oder gar nicht abgesagte Termine, Fehltag in der Tagesklinik oder RPK führen schnell zu wirtschaftlichen Herausforderungen und der Notwendigkeit, Verbindlichkeit einzufordern oder Therapie zu beenden.

Sprache

Unsere Sprache verändert sich. Das tut sie ständig, ob wir wollen oder nicht. In der psychiatrischen und psychotherapeuti-

schen Behandlung ist die Sprache zentral. Der Trend geht zu beschreibender, weniger wertender, weniger stigmatisierender Sprache. Der Einsatz von Bildern und Geschichten in der Therapie ist deutlich mehr geworden. Das Bemühen um einfache Sprache ist deutlich angestiegen. Bezeichnungen haben sich verändert: Begriffe wie „der psychisch Kranke“, „Alkoholiker“ tauchen nicht mehr auf. Die Achtsamkeit in der Sprache ist deutlich gestiegen. Auch in der Dokumentation spielt wertschätzende gendersensible Sprache eine große Rolle.

Zusammenfassung

Sicherlich ist in Lübeck und innerhalb der BRÜCKE ein breites, vielfältiges Behandlungsangebot für Menschen mit psychischen Erkrankungen entstanden. Die Ergänzung durch Spezialisierung und DiGA ist nützlich. Psychiatrische und psychotherapeutische Behandlungen sind gesellschaftlich akzeptiert. Psychische Erkrankungen treten bereits im Kindes- und Jugendalter auf.

Die Inanspruchnahme von Behandlung, insbesondere Psychotherapie, nimmt zu. Die ICD-11 trägt dem mit einer dimensional Betrachtung von Erkrankungen zu veränderten Krankheitskonzepten bei. Die ICF hilft, Funktionseinschränkungen zu benennen. Themen in den Therapien, Sprache in der ICD und Werte verändern sich.

Die Menschen, für die wir unser Unternehmen betreiben, haben überwiegend schwerwiegende Erkrankungen aus dem Bereich der Psyche. Sie sind selbst für ihren Weg im Leben verantwortlich. Wir können uns bemühen, unsere Rahmenbedingungen, unsere Therapiemethoden und unsere Sprache so auszurichten, dass unsere Patient*innen und Rehabilitand*innen diese hilfreich nutzen können.

„Ich wünsche auf dem wankenden Schiff der Veränderungen gutes Gelingen. Damit wir nicht umfallen, sollten wir uns viel bewegen, uns fortbilden, uns vernetzen.“

Dr. Antje Burfeind

Diagnose als Lifestyle

Wenn psychische Erkrankungen zu Alltagsbegriffen werden

In der psychiatrischen Welt beschäftigen wir uns mit Verrücktheiten – immer dann, wenn etwas den Ort verlässt, an dem es richtig, wertvoll und angemessen ist, rückt es in andere sprachliche Zusammenhänge und soziale Räume. Seit einigen Jahren verrücken sich Begriffe, die teilweise dem psychiatrischen und psychotherapeutischen Gebrauch dienen oder dienten, in ein fröhliches Durcheinander mit Inhalten aus spirituellen Disziplinen und alltäglicher Umgangssprache. Dazu gehören auch Worte, die im Rahmen eines diagnostischen Prozesses Anwendung finden können. Dabei gibt es wenig zu gewinnen und viel zu verlieren.

Der größte Verlust berührt die lebendige Vielfalt menschlichen Lebens, in dem es wechselnde Zustände und Befindlichkeiten gibt, die fern von jeglicher Erkrankung sind und dennoch leidvoll empfunden werden können. Zur persönlichen Entwicklung gehört stets zu prüfen, worin ich mich verwickelt habe oder ob mich vielleicht jemand eingewickelt oder gar in etwas verstrickt hat. Unsere Ahnen kannten die drei Nornen, die sich um diese Stricke und Bindungen kümmerten: Werdandi, die den Lebensfaden spinnt und von der unser Wort „werden“ stammt, Urd, deren Kürze deutlich macht, dass sie den Lebensfaden durchtrennt und dann alles Erlebte zur Vergangenheit wird, und dazwischen Skuld, die dafür sorgt, dass Lebensfäden verbunden, verknotet und verwoben werden. Unser Wort „Schuld“ bezeichnet solche Verbindungen und bei Bedarf den Wunsch, sie wieder zu lösen.

Zum Leben gehören Reifungskrisen, in denen innere Zerrissenheit, Selbstzweifel, Weltschmerz, Trauer, Orientierungslosigkeit und das Erkennen von Fehlentscheidungen unsere Gedanken und Gefühle durcheinanderwirbeln können. In diesen Phasen sind wir besonders verletzlich, aber nicht krank. Wenn diese Zustände innerlich abgelehnt und ausschließlich leidvoll erlebt werden, suchen wir Unterstützung – und das ist auch gut so. Denn wenn schwierige Situationen nicht bewältigt werden, können wir krank werden. Natürlich wird Rat und Hilfe auch in allen Medien gesucht, weil es oft an Unterstützungspersonen im privaten Umfeld fehlt und nicht überall niedrigschwellige und kostenfreie Hilfen erreichbar sind. Wo es einen Bedarf gibt, entsteht oft ein Markt, und wenn dieser lukrativ zu sein verspricht, werden über den Bedarf hinaus künstlich Bedürfnisse geweckt, um den Markt zu erweitern. Dieser Markt wird dadurch genährt, dass übliche menschliche Zustände pathologisiert werden.

Damit das funktioniert, brauche ich einen „Umbrella Term“. Ja, der Markt kommt – trendy – mit englischen Versatzstücken aus den USA. Dieser Begriff heißt „Mental Health“ und umfasst nicht nur die geistige Gesundheit, sondern wird unter neoliberalen Wirtschaftsbedingungen zum Boom.

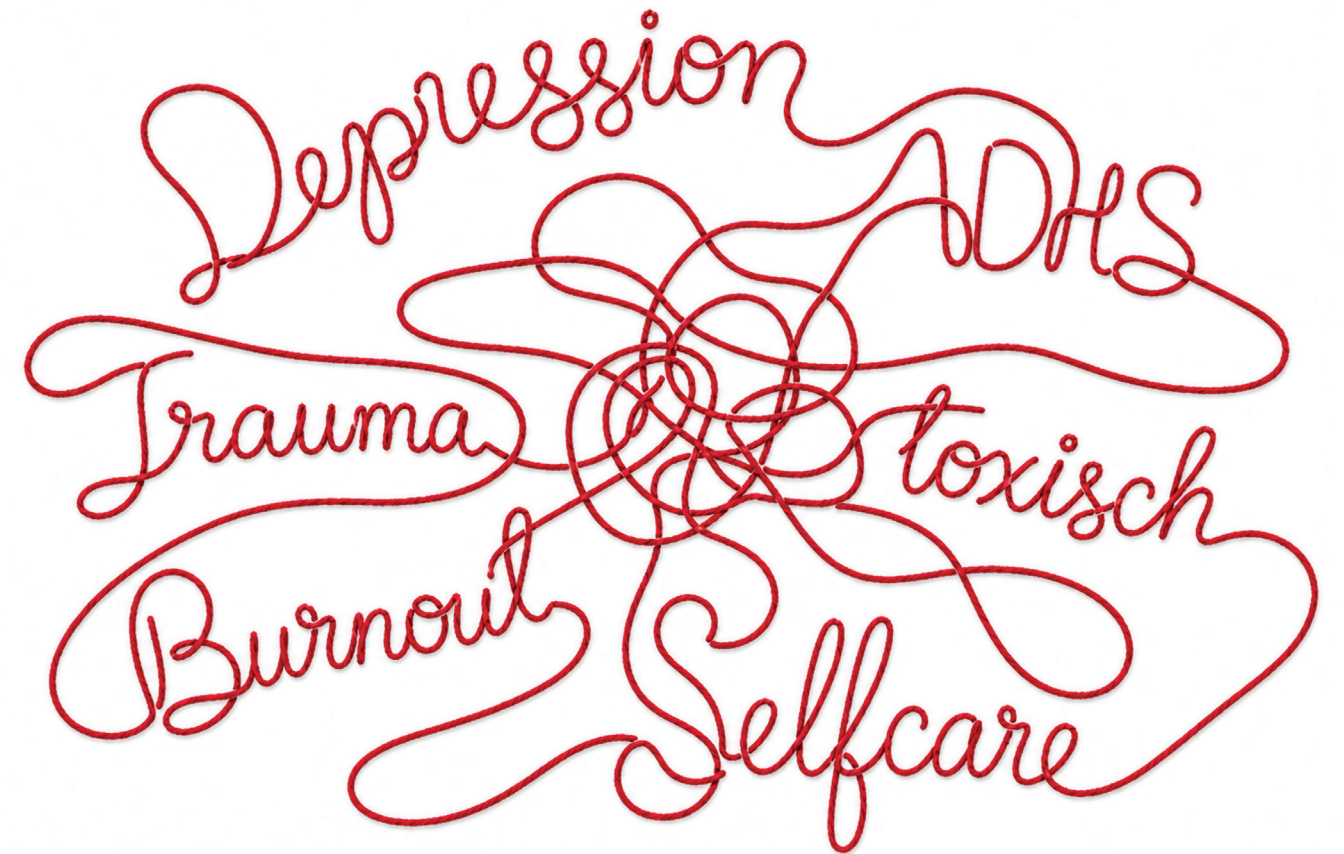
Grundlage ist eine Idealvorstellung des geistig und seelisch gesunden Menschen: ausgeglichen, positiv gestimmt, leistungsbereit, belastbar und an stetiger Optimierung der eigenen Person interessiert, um den Standard zu halten und beruflich wie privat erfolgreich zu sein.

Wie wird das verkauft? Es funktioniert zunächst unter „Selbstfürsorge“ (Selfcare, Work-Life-Balance, Quality Time, Me-Time ...). Es ist sinnvoll, sich der eigenen Person empathisch und liebevoll zuzuwenden, ohne egozentrisch zu werden. Wenn das gesunde Maß dabei überschritten wird, kommt es zur dauerhaften Selbstoptimierung, die viel Lebenszeit und Energie verschlingt und häufig dazu führt, dass soziale Beziehungen und die Anpassungsfähigkeit an andere Menschen in den Hintergrund treten.

Isoliert, unter Stress, gefangen zwischen unendlich vielen To-do- und Bucket-Lists, Challenges und der permanenten Aufforderung, bitte die angeblich erholsamen Komfortzonen zu verlassen, um die „beste Version des eigenen Selbst“ zu werden, bleibt das Gefühl zurück, versagt zu haben, weil ich immer noch einfach ich selbst bin – mit allen Ecken und Kanten. Vermutlich bin ich inzwischen die schlechteste Version meiner selbst. Dann greift der Markt. Zur Entlastung und zum Verständnis werden Diagnosen und Selbsttests angeboten – in Social Media, Podcasts und Printmedien. „Wenn Sie diese fünf Symptome haben, leiden Sie unter ...“ Das bringt Erleichterung und ich kann mich mit der Diagnose rechtfertigen und mein Verhalten entschuldigen.

Bei innerer Unruhe, Unzuverlässigkeit, Zerstreuung und Leistungsschwankungen greift AD(H)S, bei Reizüberflutung und Rückzugsbedürfnis bin ich wahlweise hypersensitiv oder autistisch oder deute an: „Ich gehöre zum Spektrum ...“. Wenn ich erschöpft vom Optimierungsstress keine Lust mehr habe, bin ich bestimmt depressiv. Wer mich beleidigt, betreibt „Hate Speech“, meine „Boundaries“ werden missachtet und ich bin bestimmt traumatisiert, wenn mich alle ständig triggern. Bei meinem schlechten Selbstwertgefühl habe ich inzwischen ein „Imposter-Syndrom“ und mein inneres Kind erlaubt mir nicht, mich erwachsen und verantwortlich zu verhalten. Natürlich muss ich bevormundet werden – Filme und Bücher warten inzwischen mit Triggerwarnungen auf.

Wie ist mir zu helfen? Vielleicht, indem ich andere diagnostiziere? So werden machtvoll agierende Personen in Politik und Wirtschaft schnell zu „Psychopathen“ und „Narzissen“, Menschen, mit denen ich Konflikte habe, sind „toxisch“. Ich selbst bin höchstens neurodivergent. Der Markt bietet Aufmerksamkeit, Zuwendung und Verdienstmöglichkeiten. Das kann ich zur Einflussnahme nutzen und meine Befindlichkeiten und persönlichen Lösungsansätze als Influencer*in posten. Ich kann mich zum selbsternann-



ten Mental-Health-Trainer oder Coach für alles erklären und mit Heilsversprechen zahlungskräftige Kundschaft in ihrer Selbstbespiegelung anziehen und möglichst lange binden. Natürlich macht die Pharmaindustrie mit und hält viele Mittel bereit, die scheinbar selbstverständlich verfügbar sind. Ernährungscoaches preisen Mikronährstoffe an, Fitnessstudios boomen, Yoga ist kein Einweihungsweg mehr, sondern „Entspannungsgymnastik“. Selbst im Discounter werden Lebensmittel mit Zusatzvitaminen, Proteinen und Gesundheitsversprechen beworben, Teemischungen erhalten blumige Namen für mehr „Wellness“. Es gibt Kleidung, Schmuckstücke und Dekoartikel, um Gesundheit in die eigenen vier Wände zu tragen.

Schwierig ist es, in diesem bunten Markt die Spreu vom Weizen zu trennen und sinnvolle Angebote zu nutzen, ohne unnötig Geld zu verschwenden. Denn alle eben benannten Angebote und Produkte gibt es durchaus auch in seriöser und hilfreicher Form. Die Verbraucherberatung kann dabei unterstützen.

Worin besteht der Schaden für psychisch kranke Menschen?

Manche Diagnosen werden romantisiert, gelten als „cool“ und „hip“ – das echte Leiden wird verharmlost und bagatellisiert; die Diagnostik wird erschwert. Unter der Flagge des „own your stigma“ wird mit Diagnosen auf T-Shirts („Borderline Babe“, „Klappenbeste“) geworben. Dann bin ich dankbar, zur „Gemeinschaft der Leidenden“ zu gehören. Die eigene Alltagsbelastung kann stolz vor sich hergetragen werden – es ist immer noch attraktiver, unter „Burnout“ zu leiden, als depressiv erkrankt zu sein, obwohl „depressive Störungen“ inzwischen fast schon ein „normales“ Persönlichkeitsmerkmal geworden sind („normal“ bezieht sich auf die statistische Häufigkeit, nicht das Befinden).

Neben der erforderlichen Enttabuisierung wirklicher psychischer Erkrankungen werden durch den überbordenden Markt die nicht romantisierten Erfahrungen wie schizophrene und wahnhaft oder auch schwere Zwangsstörungen weiter in die „Schmuddel-ecke“ gedrängt. Betroffene bekommen deutlich weniger Psycho-

therapie angeboten und finden schwerer Zugang zu adäquaten Hilfen, stehen auf dem Wohnungsmarkt schlecht da, sind häufiger arm und landen oft in der Obdachlosigkeit.

Für diesen Personenkreis und auch für suchtkranke Menschen ist der Versuch, sich ausschließlich selbst zu helfen, oft nicht ausreichend. Weder Social Media noch Selbsttests und auch nicht Gespräche mit „Gemini“ oder „ChatGPT“ ersetzen eine qualifizierte psychiatrische Diagnostik und Behandlung. Es braucht nach wie vor einen Abbau der Hemmung, sich psychiatrisch diagnostizieren zu lassen und dabei auch neurologische und körperliche Erkrankungen sicher auszuschließen oder beides gemeinsam behandeln zu lassen.

„Nicht alles, was unsere Persönlichkeit verändert und uns selbst und andere stört, ist eine psychische Störung und niemand ist „selbst schuld“ an einer Erkrankung und müsste sich dessen schämen. Es gibt allerdings auch keinen Grund, auf eine Erkrankung stolz zu sein. Wertschätzung und Respekt gelten nicht der Erkrankung, sondern den Menschen, die diese Erfahrung bewältigen.“

Hiltrud Kulwicky,
Dipl.-Sozialpädagogin und Psychotherapeutin HPG

Offene Angebote bei der BRÜCKE

LÜBECK

Dabei-Sein-Treff

Termine auf www.die-bruecke.de
Kontakt: Ingrid von Schönfeldt-Kohnke
Tel.: 0451 58 34 49-80

Fußballgruppe

Mittwochs 16:00–17:30 Uhr
Kunstrasenplatz Lohmühle
Kontakt: Thomas Witt
Tel.: 04521 70 94-22

Volleyballgruppe

Dienstags 20–22 Uhr
Sporthalle Marienschule
Langer Lohberg 6–8
Kontakt: Matthias Göpfert
Tel.: 0451 140 08-46

Ambulant

Betreutes Wohnen

Sozialpsychiatrische Assistenz
Roedestraße 19a · Lübeck
Tel.: 0451 48 09 90-0
betreuteswohnen@die-bruecke.de

Denken, Bewegen, Erleben

Erhalt und Stärkung der kognitiven Fähigkeiten bei psychischen Erkrankungen oder im Alter, soziale Kontakte knüpfen, ...
Jeden 2. Mittwoch im Monat um 14 Uhr

Frauennachmittag

Mittwochs 14:30–17:00 Uhr
Kontakt: Michelle Wenzel
Mobil: 0151 53 90 26 50

Offene Kaffee- und Spielerunde

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
14:15–15:45 Uhr

Ambulantes Zentrum

Moisling

Oberbüssauer Weg 4 · Lübeck
Tel.: 0451 12 01 22-0
E-Mail: az-moisling@die-bruecke.de

Gesprächsgruppe

Jeden 2. Do. im Monat 14:00–15:30 Uhr
Vernetzen Sie sich mit desorganisiert lebenden Menschen, lernen Sie Schamgefühle und soziale Isolation abzubauen.

Folgende Angebote stehen dem Sozialraum, sprich allen Bürger*innen, offen. Für die offenen Treffpunkte ist keine Anmeldung nötig, für alle anderen ist ein erster Kontakt erforderlich. Wir freuen uns auf neue Teilnehmende.

Tageszentrum Lübeck

Engelsgrube 47 · Lübeck
Tel.: 0451 14008-70
E-Mail: tageszentrum@die-bruecke.de

Angehörigengruppe

Jeden ersten Mittwoch im Monat.
Weitere Infos und Voranmeldung:
Thorsten Gertulla und Annelene Düwel

Querweganschluss für junge Erwachsene (18 bis 30 Jahre)

Anlaufstelle für Krisengeplagte, Austausch,
Kickern, Darten, Musik, Spieleabend
Donnerstags 18–20 Uhr
Kontakt: J. Ahrens, L. Bartsch, O. Schulz

Chor

Dienstags 18:00–19:30 Uhr

Trommeln

Mittwochs 17:00–18:45 Uhr

Theatergruppe

Mittwochs 19:00–20:30 Uhr

ZKPI · Zentrum für kulturelle u. psychosoziale Integration

Elmar-Limberg-Platz 4 · Lübeck
Tel.: 0451 12 01 96-0
E-Mail: zkpi@die-bruecke.de

Deutsch lernen mit Kaffee

Dienstags u. mittwochs 14:30–16:30 Uhr

Gesprächsgruppe für Frauen

Montags 14:00–15:30 Uhr

Männergruppe

zum psychischen Wohlbefinden
Montags 14:30–16:00 Uhr

Sport im Park „Fit mit Musik“

Dienstags 14:30-15:30 Uhr

Koch- und Backgruppe

Donnerstags 14:30 bis 16:30 Uhr

Und weitere wechselnde Angebote ...

OSTHOLSTEIN

Tageszentrum Eutin

Albert-Mahlstedt-Straße 39a · Eutin
Tel.: 04521 79 09 85
E-Mail: ts-eutin@die-bruecke.de

Handarbeitstreff

Mittwochs 14–16 Uhr
Tel.: 04521 79 09 85

Offenes Frühstück

Freitags 9:30–11:00 Uhr · Kosten 2,50 €
Anmeldung bis donnerstags 14 Uhr
Kontakt: Annett Japp · Tel.: 04521 79 86 59

TZ Bad Schwartau

Tagesstätte · Markttwiete 3 (1. Stock)
Tel.: 0451 504 48 68
E-Mail: ts-schwartau@die-bruecke.de

Offener Treffpunkt

Kreativ-, Spiele- und Kaffeerunde
Dienstags und donnerstags 14–16 Uhr

TZ Neustadt i. H.

Bahnhofstraße 4 · Neustadt
Tel.: 04561 44 47
E-Mail: ts-neustadt@die-bruecke.de

Nähecafé – Offener Treff

Kreativ-, Spiele- und Kaffeerunde
Mittwochs 14–16 Uhr

TZ Heiligenhafen

Bergstraße 10 · Heiligenhafen
Tel. 04362 50 88 06
E-Mail: ts-heiligenhafen@die-bruecke.de

Offener Treffpunkt

Di. 14–16 Uhr und Do. 13–15 Uhr

Einnetzen, netzwerken, Tore und Begegnungen

BRÜCKE-Fußball-Gruppe berichtet über ihr Fußballjahr



Gruppenfoto beim inklusiven Turnier während der Woche der Seelischen Gesundheit.

Fußball bringt Menschen zusammen. Wer in einer festen Gruppe spielt, knüpft Kontakte außerhalb des gewohnten Umfelds. Unsere Sportgruppe lebt hier Inklusion: Menschen mit und ohne Behinderung spielen hier ganz selbstverständlich und ungezwungen bei Turnieren mit- und gegeneinander. Dabei entstehen Teamgeist, Gemeinschaft und das Erleben, gemeinsam zu gewinnen und gemeinsam zu verlieren. Das schweißt zusammen und vermittelt das Gefühl, dazuzugehören und ein wertvoller Teil eines Teams zu sein.

Darüber hinaus fördert Fußball Motorik und Gesundheit. Koordination, Gleichgewicht, Ausdauer und Beweglichkeit werden trainiert. Gleichzeitig stärkt der Sport das Selbstbewusstsein, vermittelt Regeln und Fairness und unterstützt den Umgang mit Frustration. Vor allem macht Fußball Spaß – und das BRÜCKE-Fußballjahr hatte auch diesmal wieder viele besondere Erfahrungen und Begegnungen zu bieten.

Höhepunkt des Jahres ist in der Regel der Kalle-Stawikowski-Cup in Lübeck. Im vergangenen Jahr gingen wir mit zwei Mannschaften an den Start und erreichten dort einen starken dritten Platz in der Champions League sowie den ersten Platz in der Euro League. Weiter ging es im Juli nach Oldenburg in Holstein. Dort findet seit vielen Jahren einmal jährlich der Inklusionscup statt. Neun Mannschaften nahmen teil, und auch dort konnten wir bis ins Finale vorstoßen. Am Ende reichte es zwar nicht ganz zum Turniersieg, doch der hervorragende zweite Platz war ein großer Erfolg.

Im Oktober, im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit, veranstalteten wir ein kleines inklusives Turnier auf dem Kunstrasenplatz des VfB Lübeck auf der Lohmühle. Mit dabei waren die befreundete Mannschaft der Diakonie Nord Nord Ost sowie Spieler der Mannschaft Bananenflanke. Außerdem trat der VfB Lübeck mit einer Mitarbeitermannschaft um Kapitän Sven Theißen, Leiter Marketing/Sponsoring, an. In bunt gemischten Teams stand vor allem der Spaß im Mittelpunkt. Alle erlebten gemeinsam eine schöne Zeit mit sehenswertem Fußball. Als Dankeschön an den VfB Lübeck für die Nutzung des Platzes gab es, unterstützt vom BRÜCKE-Verein, im Anschluss noch einen gemütlichen Ausklang mit tollen Gesprächen bei Stadionwurst und Getränken.



v. l. Sven Theißen, Frank Nüsse, Dr. Dieter Gudel, Wilhelm Manegold, Thomas Witt

Seit März 2025 trainiert unsere Mannschaft – vom Team liebevoll auch „BRÜCKE FC“ genannt – auf der Lohmühle. Der VfB Lübeck war so freundlich, uns einen Trainingsplatz zur Verfügung zu stellen. Zunächst fand das Training donnerstags statt, seit April trainiert die Mannschaft nun jeden Mittwoch von 16 bis 17:30 Uhr unter der Leitung unseres Sportwissenschaftlers Raphael Tani, der als studentische Hilfskraft tätig ist.

Neben Nutzer*innen der BRÜCKE-Angebote und Mitarbeitenden spielen regelmäßig auch Jugendliche, die gerade vor Ort sind, oder Freunde der Mannschaft mit. Meist beginnt das Training mit einer Aufwärmereinheit, gefolgt von Schuss- und Eckentraining sowie einem abschließenden Trainingsspiel.

Raphael Tani beschreibt die Entwicklung so: „Es ist schön zu sehen, wie wir in den vergangenen zwei Jahren als Fußballfamilie zusammengewachsen sind. Das Team hat sich durch das Training stark verbessert. Im Vordergrund steht jedoch immer der Spaß. Beeindruckend ist, mit wie viel positiver Energie alle dabei sind, wenn wir kicken. Durch die lockere Stimmung blühen viele auf. Das macht Inklusion in unserer Gruppe so selbstverständlich. Neue Spieler*innen werden mit offenen Armen empfangen.“

„Ob jemand besonders gut Fußball spielt oder nicht, ist zweitrangig. Unsere Mannschaft bringt Menschen zusammen – und ich bin stolz, sie begleiten zu dürfen.“
BRÜCKE-Trainer Raphael Tani

Nach den Spielen unter freiem Himmel ging es in der Halle weiter. Am 14.12.2025 erreichten wir in der Carl-Maria-von-Weber-Halle in Oldenburg i. H. einen guten vierten Platz. Dort wird sehr intensiv gespielt, auch weil immer wieder Vereinsspieler*innen mit auf dem Feld stehen. Außerdem gab es im Dezember eine Weihnachtsfeier, bei der man das Jahr bei Softgetränken und Pizza gemeinsam ausklingen ließ. Die Winterpause dauerte von Ende Dezember bis Ende Januar.

Im Februar fand das Training dann in der Soccerhalle in Bad Schwartau statt. Dort kam es auch zu einem Spiel zwischen Mitarbeitern und Bewohnern, das die Bewohner knapp für sich entscheiden konnten.

Am 9.2.2026 stand erneut ein kleines Turnier in Oldenburg auf dem Programm, und am 23.2.2026 nahmen wir zum zweiten Mal am Inklusionscup in Eutin teil. In Eutin hatten wir leider keinen guten Tag, es wollte nur wenig gelingen. Am Ende konnten wir immerhin Platz sieben für uns entscheiden. Aber auch solche Tage gehören zum Sport dazu. Der Zusammenhalt steht jedoch immer an erster Stelle.

*„Wir sind Herrn Witt und Herrn Tani sehr dankbar für ihre Arbeit. Sie stärken den Teamgeist auf besondere Weise. Jede*r bringt Fähigkeiten mit, die nicht nur auf dem Platz, sondern auch darüber hinaus wichtig sind und uns als Mannschaft stark machen. Dieser Zusammenhalt bedeutet uns sehr viel. Wir hoffen, dass uns der*

Sport auch weiterhin die Möglichkeit gibt, Teilhabe und Gemeinschaft zu erleben.“ Kapitän Jonas Riebesel

Dann war es am 27. Mai wieder so weit: Der Kalle Cup 2026 stand an. Anlässlich des fünfjährigen Jubiläums des Turniers konnte diesmal sogar direkt im Stadion an der Lohmühle gespielt werden – ein ganz besonderes Highlight für alle Beteiligten. Beflügelt von dieser Atmosphäre spielte unsere Mannschaft ein starkes Turnier: Sechs Siege und ein Torverhältnis von 17:0 sprechen für sich. Lediglich eine 0:1-Niederlage in der Zwischenrunde kostete uns den Einzug ins Finale. Mit dem dritten Platz waren wir dennoch sehr zufrieden, genau wie schon im Jahr zuvor. Auch die nächsten Turniere sind bereits in Planung. Ein großes Ziel ist es, wieder am internationalen EASI-Cup teilzunehmen,

der in diesem Jahr leider zu weit entfernt ausgetragen wurde.

Zum Schluss möchten wir uns herzlich bei allen bedanken, die diese Erlebnisse möglich machen: bei den engagierten Ausrichtern der Turniere, bei Volkmar Herbst und dem TSV Göhl, bei Martina Scheel und dem OSV Oldenburg, bei der Diakonie Nord Nord Ost, bei der OHGG, bei der BSG Eutin und bei „Wolle“ Thielemann. Unser Dank gilt natürlich auch allen Spielerinnen und Spielern, die uns unterstützt und mit ihrem Einsatz, ihrer Offenheit und ihrer Begeisterung zu diesen besonderen Begegnungen beigetragen haben.

Wer Interesse hat, in einer inklusiven Fußballmannschaft mitzuspielen, kann sich bei Raphael Tani und Thomas Witt melden. Tel.: 04521 70 94-22

Jubel, Tore und Gänsehaut Wi middenmang in't Volksparkstadion

beim Stand von 1:1, die Stimmung war zum Zerreißen gespannt. Als dann Fábio Vieira in der 94. Minute tatsächlich noch den 2:1-Siegtreffer erzielte, gab es auf den Rängen kein Halten mehr. Wildfremde Menschen lagen sich in den Armen, und mittendrin unsere Bewohner*innen, die Teil dieses kollektiven Freudentaums waren. Das Gefühl, Zeuge eines solchen „Last-Minute-Wahnsinns“ zu sein, verbindet.

Und als wäre das nicht genug, folgte Ende Januar das Duell gegen den Rekordmeister Bayern München. Normalerweise eine klare Sache für die Münchner, doch an diesem Tag war alles anders. Wir sahen einen kämpferischen HSV. Das 2:2-Unentschieden fühlte sich am Ende fast wie ein Sieg an – besonders der Ausgleich durch Vučković sorgte für Ekstase. „Wir haben den Bayern einen Punkt abgetrotzt!“, war der stolze Tenor auf der Rückfahrt.

Bei aller Begeisterung über die positiven Ergebnisse: Der wahre Gewinn fand auf den Rängen statt. Solche Ausflüge sind für unsere Bewohner*innen keine Selbstverständlichkeit. Großveranstaltungen sind oft schwer zugänglich – sei es aus finanziellen, organisatorischen oder persönlichen Gründen. Diese Hürden zu überwinden,

ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Teilhabe. Im Stadion spielt es keine Rolle, wer man ist, woher man kommt oder welche Geschichte man mitbringt. Wenn das Tor fällt, sind alle gleich. Diese Erfahrung der Zugehörigkeit, Teil einer riesigen, positiv gestimmten Masse zu sein, stärkt das Selbstwertgefühl.

Zudem erfordert es enormen Mut, sich in ein Stadion mit 57.000 Menschen zu wagen. Für jemanden, der im Alltag oft Ruhe braucht, bedeuten Lärm, Enge und die unzähligen Eindrücke viel Stress. Sich dieser Reizfülle bewusst zu stellen und die eigene Komfortzone so radikal zu verlassen, ist ein beeindruckender Sprung über den eigenen Schatten.

Für unsere Bewohner*innen war es eine Chance, aus der Routine auszubrechen und neue Eindrücke zu sammeln, die noch wochenlang Gesprächsthema waren.

„Wir möchten uns herzlich für die Möglichkeit und die Freikarten beim HSV bedanken.

Solche Gesten ermöglichen Inklusion dort, wo sie am schönsten ist: mitten im Leben, mitten im Jubel.“

Jonas Voß, WG Eutin

Wie entsteht bei uns ein Theaterstück?

Kleiner Einblick in große Vorhaben der Theatergruppe

In diesem Jahr besteht die Theatergruppe der BRÜCKE 20 Jahre – ein guter Zeitpunkt für eine Rückschau. Die Gruppe trifft sich einmal wöchentlich unter der Leitung von Torsten Haberjoh, Theaterpädagoge und Schauspieler. Dabei gibt es immer Phasen, in denen die Gruppe offen ist. Es wird im Rahmen der theaterpädagogischen Arbeit viel improvisiert, mit Bewegung, Sprache und Ausdruck gearbeitet und alle Teilnehmenden können sich in unterschiedlichen Rollen und Konstellationen ausprobieren. Oberste Absicht: Spielfreude und vergnügliches Experimentieren.

Dann wird gefragt, wer von den Teilnehmenden wirklich mit einem Stück öffentlich auftreten möchte. Das wollen nicht alle; für die Wildentschlossenen ist dann die Gruppe „dicht“, die Teilnahme verbindlich und es wird – mit derselben Spielfreude – gearbeitet.

Und es gibt viel zu tun. Die Gruppe schreibt ihre Stücke selbst. Dazu brauchen wir Spielideen und die Entscheidung für ein Genre. Damit entwickelt die Gruppe einen groben Plot. Wenn der äußere Rahmen feststeht – der Ort des Geschehens, der ungefähre Inhalt mit einem Spannungsbogen und einem abschließenden Höhepunkt –, erarbeiten wir, wer wir in dem Stück sein wollen, legen die Rollen fest und auch, wer welche Rolle spielt. Dabei muss etliches berücksichtigt werden: viel oder wenig Text, Wünsche an Art und Umfang von Bewegung, sportliche und Tanzeinlagen, mehr oder weniger Körperkontakt ... Die Figur, die gespielt wird, muss lebendig werden. Wer die Rolle übernimmt, gibt der Figur einen Namen, eine Biografie, persönliche Besonderheiten in Sprache, Bewegung und Gewohnheiten, Kleidung und Auftreten und erarbeitet mit allen gemeinsam, wie die eigene Figur in Beziehung zu den anderen steht. Das wird locker improvisiert und eifrig mitgeschrieben von denen, die im Moment nicht auf der Bühne sind. Das Beste dieser Notizen (Was bringt das Stück inhaltlich voran? Was wollen wir transportieren? Haben wir eine Botschaft oder wollen wir nur unterhalten? Was ist lustig? Was ist spannend?) wird zu Szenenentwürfen ausgearbeitet und ganz allmählich kristallisiert sich eine

Reihenfolge für die Szenen heraus. Das Stück nimmt langsam Form an. Die Szenen bekommen einen Ort, Auf- und Abgänge werden klar, und es wird geprüft, welche Szenen noch gebraucht werden, damit der Inhalt schlüssig und für ein Publikum verständlich ist. Dabei darf der zeitliche Rahmen von ca. 75 Minuten möglichst nicht überschritten werden. Wenn alle Szenen „stehen“, gibt es „Durchlaufproben“ – wir arbeiten mit dem Skriptentwurf und feilen an der Ausgestaltung herum, bis das Skript fertig geschrieben ist. Das braucht seine Zeit und auch wenn die Teilnahme verbindlich ist, gibt es Unterbrechungen durch Urlaub, Erkrankungen und gelegentlich überraschendes Ausscheiden mit der Notwendigkeit zur Neubesetzung. Die Gruppe besteht aus Personen mit und ohne Psychiatrieerfahrung und es braucht Rücksichtnahme und Verständnis füreinander und vor allem Geduld, auch wenn es herausfordernde Situationen gibt. Oft ist es auch nicht einfach, Termine für die Wochenendaufgaben und den Auftritt zu finden. Wir sind zurzeit zehn Personen in der Gruppe und es muss für alle passen.

Ist das Stück geschrieben, geht es richtig los! Die Rollen müssen gelernt werden, und zwar nicht nur der Text, sondern jede Bewegung, jeder Gang auf der Bühne, jedes Spiel mit Requisiten, die die Figur zu einer aktiven Person machen. Jede Figur muss ihre Beziehung zu den anderen verkörpern, emotional berühren können, glaubhaft wirken und sich stets bewusst sein, auf einer Bühne zu stehen. Die Privatperson leiht ihre Qualitäten an die Figur aus und verschwindet möglichst in der Rolle. Das bedeutet, sich selbst zurückzunehmen und sich auch mal so zu verhalten, wie man es im wirklichen Leben nie wollen oder gar tun würde oder eine still gehegte Sehnsucht öffentlich zum Ausdruck zu bringen. Nebenbei wird sich um Bühnenbild und Requisiten gekümmert. Das ist der Moment, in dem wir um finanzielle Unterstützung bitten, denn nicht alles können wir aus dem persönlichen Fundus nehmen. Deshalb an dieser Stelle ein großes Dankeschön an die Geschäftsführung, die das Projekt fördert, an alle Kolleg*innen, die Räume und Fahrzeuge zur Verfügung stel-

len, an die AMEOS Klinik in Heiligenhafen, die uns die Bretter, die die Welt bedeuten, ausleiht, und an alle, die Flohmärkte und Kleinanzeigen durchforsten, damit wir gut ausgestattet sind.

Vor der Premiere gibt es ca. zwei Wochenendworkshops, um gründlich in die Tiefe arbeiten zu können. Einer davon ist eine Werkstattaufführung vor Personen, die kritisch auf das Stück schauen und uns sowohl positive Rückmeldungen als auch konstruktive Vorschläge zur Verbesserung schenken. Und natürlich kommt der Techniker dazu – Beleuchtung und Ton müssen stimmen (Dankeschön, Marcell!). Endspurt: Aufführungstermine festlegen, Plakat entwerfen und mit den Eintrittskarten in der Druckerei herstellen lassen (Dankeschön an ADiNet!), Werbung machen. Am Freitag vor der Premiere: Bühne holen, aufbauen, Generalprobe. Dann sind in der Regel fast zwei Jahre von der ersten Idee bis zur Premiere vergangen. Premierenfeier und dann: Abbau, Aufräumen, Abschied vom Stück. Die Gruppe ist wieder offen.

In 20 Jahren – unterbrochen durch die Einschränkungen während der Pandemie – haben von sehr vielen Theaterbegeisterten 23 Frauen und 14 Männer in verschiedensten Stücken mitgewirkt und auf der Bühne gestanden. Unsere Stücke waren:

- „Alles Grimm oder was? Eine Märchen-collage“
- „Shakespeare und Champagner“ mit Anleihen an Romeo und Julia
- Weihnachtssketch zur Weihnachtsfeier im Tageszentrum
- „Beziehungsweise“ – eine szenische Collage
- „Wahnsinnig hübsch“ – eine lustig-kritische Auseinandersetzung mit einer Schönheitsklinik
- „Abserviert auf Norfolk Manor“ – ein Kriminalstück mit Mord und Happy End

Unser aktuelles Stück wird zum Jahresende aufgeführt werden – bitte achten Sie auf unsere Werbung.

Hiltrud Kulwicki
Offenes Angebot „Theatergruppe“
Tel.: 0451 140 08-70

Lotse durch den Hilfedschungel

Offene Hilfen im Tageszentrum in der Engelsgrube 47

Im Tageszentrum gibt es neben der Tagesstätte den großen Bereich der Offenen Hilfen. Dazu gehören die Beratung von Lübecker Bürger*innen, Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften sowie die Begleitung in der Übergangsphase zu passenden Hilfsangeboten. Zu den Offenen Hilfen zählen außerdem die Begegnungsstätte mit ihren Gruppen- und Gesprächsangeboten, die wöchentlichen Clubs (Dienstag- und Donnerstagclub, Querweganschluss für junge Erwachsene und Club Verholer) sowie die offenen Gruppen in den Abendstunden, etwa Trommeln, Chor, Theater oder Schach. Der Dienstag- und Donnerstagclub wird unter anderem von Ehrenamtlichen begleitet. Zudem gibt es den Frauennachmittag im Ambulant Betreuten Wohnen in der Roekstraße und die Gruppe der Stimmhörer*innen. Zum Angebot gehört auch noch das Übergangswohnen für von Obdachlosigkeit bedrohte Menschen mit psychischer Erkrankung.

In Zahlen bedeutet dies, dass 2025 neben den Besucher*innen der Tagesstätte (ca. 40) über 660 Einzel- oder Mehrfachberatungen stattgefunden haben. Zudem gab es über 550 Telefonate im Rahmen der Lotsenfunktion zur Vermittlung passender Hilfen anderer Angebote. Rund 200 Menschen haben die Clubs, die Begegnungsstätte und die offenen Gruppen besucht. Hier gibt es eine enge Verzahnung mit der Tagesstätte, sodass in beide Richtungen Übergänge gut gestaltet werden können.

Geschichtlich entstanden die Offenen Hilfen in Form von niederschwelligen Kontakt- und Beratungsstellen bundesweit in den 1970er Jahren zu Beginn der sozial-psychiatrischen außerklinischen Arbeit. Es hat sich rasch herausgestellt, dass für die oft sehr komplexen psychosozialen Problemlagen Fachkräfte benötigt werden. Diese bahnen in Kooperation und Ergänzung mit den ehrenamtlich Tätigen einen Pfad durch den Dschungel von materiellen Rechtsansprüchen, Informationen über Zusammenhänge der Erkrankung mit unbewältigten Alltagssituationen und damit entstehenden Angst- und Stresssymptomen. Auf diesem Weg ist eine unterstützende und verlässliche Begleitung wichtig,

damit die hilfesuchende Person an die richtige Adresse kommt, wenn die Krisenintervention vor Ort nicht ausreicht (Lotsenfunktion).

Getragen wurden diese Angebote auf dem Weg zu einer psychiatrischen Versorgung in der Gemeinde im Rahmen der kommunalen Daseinsvorsorge. Damit wurde deutlich, dass betroffene Personen für die Solidargemeinschaft wertvoll und wichtig sind und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben gefördert wird.

Die Gründe für das Aufsuchen der niederschwelligen Hilfen sind vielfältig. Hilfesuchende suchen erst einmal entlastende Gespräche, um die aktuelle Notlage zu untersuchen, zu verstehen und eigene Lösungswege zu entwickeln (präventiver und eigenverantwortlicher Aspekt).

Andere Menschen stehen dem medizinisch-psychiatrischen Hilfesystem kritisch gegenüber. Das beruht oft auf Angst und Vorurteilen, die rasch korrigiert werden können (Informationsaspekt), aber auch auf schmerzlichen Erfahrungen und Enttäuschungen, Angst und fehlendem Vertrauen. Hierzu zählen z. B. der Schock über die Erstbehandlung auf einer geschlossenen Aufnahme- und Kriseninterventionsstation, der Vorrang von medikamentöser Behandlung und kaum vorhandene psychotherapeutische Hilfen, Ausfälle von an sich guten Angeboten im Therapieplan, fehlende Nachsorge, zu wenig Zeit des Personals für die gewünschten Einzelgespräche, rascher Personalwechsel, Konflikte mit anderen behandelten Personen, Abweisung von psychiatrischen Praxen, zu lange Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz, Ausschluss von Behandlung durch ein begrenztes Diagnosespektrum etc.

Angebote, die im Einzelfall über die Eingliederungshilfe (EGH) beantragt und bewilligt werden, benötigen einen klärenden Vorlauf. Dazu gehören unter anderem der Antrag auf EGH-Leistungen, ein Bedarfsermittlungsverfahren im Rahmen des Gesamtplans, eine fachärztliche Notwendigkeitsbescheinigung sowie eine finan-

zielle Prüfung der Anspruchsberechtigung. Zudem gibt es längere Bearbeitungszeiten, und Auflagen erhöhen teilweise die Schwelle des Zugangs.

Bei diesem Vorgehen fallen viele Menschen durch alle Raster und brauchen Soforthilfe und Entlastung, um dann allmählich Schritte zu entwickeln, die ins Hilfesystem hineinführen. Für manche Menschen bleibt das jedoch undenkbar. Sie suchen eine „Nische“ in der Gesellschaft, in der sie so, wie sie sind, akzeptiert und begleitet werden, ohne dem ständigen Entwicklungs-, Besserungs- und Befähigungsanspruch genügen zu müssen, weil sie wissen, dass ständig erneutes Scheitern droht.

Ein niederschwelliger, kostenfreier Zugang zur Soforthilfe trägt dazu bei, dass das Hilfesystem insgesamt entlastet wird. Den hilfesuchenden Menschen ist bewusst, dass ihre psychische Belastung im Zusammenhang mit sehr realen Alltagserfahrungen steht. Wenn diese komplexen Lebenslagen dort bearbeitet werden, wo sie entstanden sind, kann die Psychiatriesierung des seelischen Leids vermieden werden. Oft ist nicht die leidende Person „krank“, sondern sie lebt unter hoch belastenden Umständen, z. B. mit Verlusterfahrungen, Erkrankungen von Angehörigen, finanziellen Einbußen und drohender Armut, möglichem Wohnungsverlust, Überlastung und schlechtem Betriebsklima im Arbeitsleben, Isolation und dem Eindruck, einer immer „verrückter“ werdenden Welt ausgeliefert zu sein. Wenn dann eine Erkrankung diagnostiziert wird, verschiebt sich das Erleben: „Die Umstände sind es nicht – mit mir stimmt etwas nicht, ich brauche Behandlung“ bis hin zu Selbstvorwürfen, versagt zu haben.

Die Offenen Hilfen mit ihren niederschwelligen, vielfältigen Angeboten treten dieser Selbststigmatisierung entgegen und sorgen für eine Entlastung des Hilfesystems. Kürzungen in diesem Sektor sind daher vollkommen kontraproduktiv und würden eine Verschlechterung der unterstützenden Versorgung Lübecker Bürger*innen bedeuten.

Mitten im HanseKulturFestival

Volles Haus im Tageszentrum auf der Lübecker Altstadtinsel



Ein riesiges Dankeschön an alle, die vor und hinter den Kulissen mitgewirkt haben.



Fotos: Marc-Oliver Kern

Ein kreativer Hingucker, der von der Ergotherapiegruppe gestaltete Traversebogen.

Am 6. Juni 2026 öffnete das Tageszentrum im Rahmen des HanseKulturFestivals von 11 bis 19 Uhr seine Türen – und wurde zu einem echten Besuchermagneten. Irgendwann war das Zählen nicht mehr möglich, schätzungsweise haben weit über 3.000 Menschen das Haus in der Engelsgrube 47 in Lübeck besucht.

*„Ein solcher Tag gelingt nur gemeinsam. Neben dem gesamten Team engagierten sich mehrere unserer Tagesstätten-Besucher*innen beim Abwasch, Abräumen oder am Infotisch. Unsere Ergotherapiegruppe gestaltete die Dekoration für das Haus sowie den Traversebogen am Hansemuseum. Ehrenamtliche, Angehörige und zahlreiche Angebote der BRÜCKE unterstützten uns mit Kuchenspenden.“*

Oliver Schulz, Leitung Tageszentrum Lübeck

Mehr als 30 Kuchen standen bereit, viele davon selbst gebacken. Am Ende des Tages war nahezu alles verkauft. Auch am Grill herrschte Hochbetrieb: Über 250 Würste gingen über die Theke. Für das kulturelle Programm sorgten ein Chor der Tagesstätte für ältere Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung und des Zentrums für kulturelle und psychosoziale Integration, die Schlaggruppe sowie ein Poetry-Slam-Beitrag einer Tagesstätten-Besucherin. Die Auftritte fanden großen Anklang und machten das Tageszentrum zu einem lebendigen Ort der Begegnung.

Unterstützung bot zudem die Spirit 9 GmbH, welche uns kostenlos einen Gastronomekühlschrank für die Getränkeversorgung zur Verfügung stellte. Der ADiNet-Gartenservice und die Gartengruppe hatten das Außengelände im Vorfeld hervorragend vorbereitet und damit den perfekten Rahmen für die vielen Gäste geschaffen.

Der Tag war für alle Beteiligten anstrengend, aber vor allem ein großer Erfolg. Die zahlreichen Begegnungen, Gespräche und das enorme Interesse an der Arbeit der BRÜCKE haben gezeigt, wie wichtig es ist, als sozialpsychiatrischer Träger sichtbar zu sein und mit Menschen ins Gespräch zu kommen. Mehr Öffentlichkeitsarbeit ging kaum – und schöner hätte dieser Tag nicht verlaufen können.

Tageszentrum mit Tagesstätte
Beratungsstelle · Begegnungsstätte · Übergangswohnen
Engelsgrube 47 · 23552 Lübeck
Tel.: 0451 140 08-70 · E-Mail: tageszentrum@die-bruecke.de

20 Jahre Tagesstätte für Ältere am Stadtpark

Teilhabe, Gemeinschaft und Schutz vor Isolation



Das multiprofessionelle Team für die komplexen Bedürfnisse der älteren Tagesstätten-Besucher*innen.

Am 13.12.2006 begann die Geschichte der Tagesstätte für ältere Menschen mit psychischer Beeinträchtigung – mit ihrer ersten Besucherin. Das Gebäude, in der späten Weimarer Republik als großzügiges Einfamilienhaus erbaut, wurde von der BRÜCKE zur Tagesstätte umgestaltet. Es entstanden neue sanitäre Anlagen, eine moderne Küche und der rückwärtige Gemeinschaftsraum erhielt eine großzügige, bodentiefe Fensterfront mit Terrassentür zum idyllischen Hinterhof. Das Haus liegt in der von japanischen Kirschbäumen gesäumten Curtiusstraße. Der einladende Vorgarten, der Blick ins Grün des Stadtparks und die besondere Atmosphäre des Hauses bieten älteren Menschen einen Ort, um seelischen Halt zu finden und den Tag in Gemeinschaft sinnvoll zu gestalten.

Aktuell leitet Nicolaus Fischer-Brüggemann die Tagesstätte. „Unsere Besucher*innen leiden meist an einer psychischen Erkrankung, die aufgrund des Alters in vielen Fällen bereits chronifiziert ist“, erklärt der Angebotsleiter. „Oft geht das mit Vereinsamung einher. Erhalten Betroffene nicht rechtzeitig angemessene Unterstützung, kann soziale Isolation je nach Krankheitsbild zu Suizidgedanken, Verwahrlosung, Suchtrübfällen oder auch zu Obdachlosigkeit führen. Alle Besucher*innen möchten aber so lange wie möglich selbstständig in ihrem eigenen Zuhause leben. Damit das möglich ist, unterstützen wir sie darin, die nötigen Fähigkeiten zu

erhalten oder wieder zu aktivieren.“ Wie dringend notwendig dieser Schutzraum ist, zeigt die Lebensgeschichte von Doris G. Die heute 66-Jährige arbeitete früher als Altenpflegehelferin und Einzelbetreuerin. Nach einem Herzstillstand wurde ihr Lebensgefährte zum Pflegefall. Sie kümmerte sich mehrere Jahre lang Tag und Nacht um ihn, vergaß sich selbst dabei völlig und funktionierte nur noch. Nach seinem Tod ging sie jeden Tag zum Friedhof. Erst allmählich merkte sie, wie sehr sie das Geschehen mitgenommen hatte und dass mit ihr etwas nicht mehr stimmte: Sie entwickelte eine schwere Depression und Angstzustände. Nach einem Aufenthalt in einer Tagesklinik hörte sie von der Tagesstätte der BRÜCKE. Seit fast fünf Jahren kommt sie nun täglich hierher und engagiert sich mittlerweile als Besucherbeirätin. In der Tagesstätte fühlte sie sich sofort wohl – als wäre sie schon immer da gewesen. Neben dem Besuch der Einrichtung lebt sie weiterhin selbstständig in ihrer eigenen Wohnung.

Eine Seniorin betont: „Ich gehe hierhin, weil ich mich hier wohlfühle, und ich könnte mir gar nicht vorstellen, ohne die Tagesstätte zu sein.“ Eine andere ergänzt: „Ich bin hier nicht allein.“

Während psychisch erkrankte Menschen in der Gesellschaft weiterhin Diskriminierung und Stigmatisierung erfahren, bietet die Tagesstätte einen Rahmen für gegen-

seitiges Verständnis und Unterstützung. Das zeigt auch die Reaktion einer Dame, die zum ersten Mal für einen Probetag da ist. Sie nickt beipflichtend und gesteht: „Genau das wünsche ich mir. Ich neige nämlich dazu, überall immer nur das Negative zu sehen. Vorhin im Bus zum Beispiel habe ich nur hektische und unfreundliche Menschen wahrgenommen, das hat mich gestresst. Auch die Tagespresse zieht mich regelmäßig vollkommen runter.“ In der Tagesstätte lernen die Besucher*innen, solche Krisen abzufedern. Einer Besucherin helfen dabei besonders die Gruppenangebote: „Mir sind die Frauengruppe, die Ressourcengruppe und die Verarbeitung des Tages- und Zeitgeschehens sehr wichtig.“

Stand 2026 hat die Tagesstätte bis zu 25 Nutzer*innen. Einige bleiben nur vorübergehend und schlagen später andere Wege ein. Für viele andere ist sie eine längerfristige Unterstützung am Tag. Das multiprofessionelle Team arbeitet in den Bereichen Sozialpädagogik/Sozialarbeit, Ergotherapie, Altenpflege, Gesundheits- und Krankenpflege sowie Hauswirtschaft, die sich auch um die Reinigung kümmert. Hinzu kommen ein stundenweise beschäftigter Hausmeister, ehrenamtliche Aushilfen und eine FSJlerin. Da bei Menschen über 55 zusätzlich zur psychischen Erkrankung häufig körperliche Einschränkungen hinzukommen, holt der hauseigene Kleinbus einen Teil der Besucher*innen von zu Hause ab. Bei spontanen gesundheitlichen Verschlechterungen wird spezielle Alten- und Krankenpflege notwendig.

Schon die tägliche warme Mahlzeit und ein konstanter Tagesrhythmus tragen erheblich zur psychischen und physischen Gesundheit bei. Den Tag sinnvoll und in Gemeinschaft zu gestalten, stärkt die Selbstheilungskräfte und liefert das nötige Rüstzeug, um mit seelischen Krisen umgehen zu können.

„Wir unterstützen die Menschen dabei, ihre vorhandenen inneren Lebensquellen aufzuspüren und anzuzapfen“, erläutert Fischer-Brüggemann. „Dies gelingt am besten durch positive Sinneserfahrungen wie

die (Wieder-)Entdeckung kreativer Fähigkeiten, die Beschäftigung mit Musik, Aufenthalt in der Natur, leckeres Essen und auch positive Zuwendung und Aufmerksamkeit durch Gespräche.“

Die Freude am Tun entsteht durch Gemeinschaft, Erfolgserlebnisse und vor allem durch Freiwilligkeit. Das kreative Arbeiten in der Ergotherapie ist für viele ein fester Anker im Alltag. Auf Basis des mit dem Leistungsträger ausgehandelten Gesamtplans legt das Team gemeinsam mit den Besucher*innen in Einzelgesprächen regelmäßig individuelle Ziele fest, die den Wochenplan mit wechselnden Gruppenangeboten füllen. Die Bandbreite reicht vom Umgang mit Mitmenschen über die angstfreie Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel bis hin zur Verarbeitung schlechter Nachrichten, der Nutzung von Tablets und

„Die Gemeinschaft und der Halt in der Tagesstätte geben uns die Kraft, die wir in Lebenskrisen brauchen.“

Doris G., Besucherbeirätin

Smartphones, besseren Ernährungsgewohnheiten und Fitness.

All dies bildet die Grundlage für ein menschenwürdiges Leben und soziale Teilhabe – beides rechtlich im SGB IX verankert – und ermöglicht den Besucher*innen der Tagesstätte das große gemeinsame Ziel, das auch nach 20 Jahren unverändert bleibt: So lange, wie es individuell machbar ist, eigenständig im eigenen Zuhause zu leben.



Tagesstätte für ältere Menschen
mit einer psychischen Beeinträchtigung
Curtiusstraße 29 · 23568 Lübeck
Tel.: 0451 502 76 19
E-Mail: gerontopsych-ts@die-bruecke.de

Für Vielfalt: Eine Erfolgsgeschichte

Zentrum für kulturelle und psychosoziale Integration (ZKPI)

Wenn aus einer Vision messbare Erfolge werden, entsteht echte Veränderung. Das Zentrum für kulturelle und psychosoziale Integration (ZKPI) der BRÜCKE beweist nach über zwei Jahren intensiver Arbeit, wie unverzichtbar passgenaue Beratung, Unterstützung und Hilfen für Menschen mit Migrationsgeschichte sind – und warum diese Arbeit gerade heute wichtiger ist denn je.

In Zeiten von gesellschaftlicher Polarisierung, politischer Spaltung und spürbarem Rechtsextremismus braucht es starke Institutionen, die sich dieser Entwicklung aktiv entgegenstellen. Das ZKPI der BRÜCKE hat sich genau diesem gesellschaftlichen Auftrag verschrieben. Es steht für Vielfalt, Inklusion und Demokratie. Nach über zwei Jahren im Projekt zeigt sich: Das ZKPI ist weit mehr als ein Projekt – es ist eine Erfolgsgeschichte.

Ziele vorzeitig übertroffen

Die Bilanz ist beeindruckend. Bereits ein ganzes Jahr vor dem offiziellen Projektende hat das ZKPI sämtliche Sollzahlen im Projekt für die Begegnungsstätte, die Tagesstätte und die Beratungsstelle vollständig erfüllt. Für unzählige Menschen mit einer Migrationsgeschichte ist das

Zentrum zum Anker geworden. Hier erhalten sie genau die Unterstützung, die sie in ihrer individuellen Lebenslage benötigen. Von Fragen zur psychischen Gesundheit, Teilhabe an Arbeit, Umgang mit Behörden, ... alle Bereiche des Lebens sind Thema.

Dieser Erfolg basiert auf einem starken Fundament: Über die Zeit hat sich das Team eine immense, spezifische Expertise zu komplexen Themen wie Flucht, Migration, Gesetzgebung und Krankheitsbildern erarbeitet. Zudem agiert das ZKPI nicht isoliert. Es verfügt über ein breit gefächertes Netzwerk mit Partner*innen und Institutionen – sowohl in Lübeck als auch weit über die regionalen Grenzen hinaus.

Wissen, das weiterhilft

Der Nutzen des Zentrums reicht dabei weit über die direkte Begleitung Betroffener hinaus. Das ZKPI teilt sein Fachwissen aktiv und bietet maßgeschneiderte Fortbildungsangebote für externe Fachkräfte und Institutionen an. Die Bandbreite reicht von der konkreten Fallberatung über interkulturelle Themen bis hin zu Schulungen über psychische Krankheitsbilder und Traumata, die mit Fluchterfahrungen verbunden sind. Damit stärkt das Projekt die gesamte soziale Landschaft der Region.

Blick nach vorn:

Auf dem Weg zur Verstetigung

Nach zwei intensiven Jahren beginnt nun die nächste spannende und entscheidende Phase für das ZKPI: die Transformation. Das Ziel ist es, den Status einer zeitlich begrenzten Projektfinanzierung zu verlassen und in eine dauerhafte Regelfinanzierung überzugehen. Dieser Schritt ist essenziell, um die dringend benötigten Hilfen für die Menschen, die das Zentrum täglich aufsuchen, langfristig aufrechtzuerhalten. Denn feststeht: Eine Institution, die Vielfalt lebt und sich der Spaltung entgegenstellt, wird auch in Zukunft unverzichtbar sein.



Finanziert von der
Europäischen Union



Hansestadt
LÜBECK

POSSEHL
Stiftung

ZKPI
Elmar-Limberg-Platz 4 · 23554 Lübeck
Tel.: 0451 12 01 96-0 · 0160 619 08 12
E-Mail: zkpi@die-bruecke.de

Neue Räume für das Miteinander

Tageszentrum Eutin hat die Straßenseite gewechselt



Direkt hinter dem Bücherwurm befindet sich nun das Tageszentrum Eutin.



Einer der frisch sanierten Räume der Tagesstätte.



Die moderne, helle Küche kommt gut an.

Tageszentrum Eutin
Tagesstätte mit Bücherwurm
Beratungsstelle · Begegnungsstätte
Albert-Mahlstedt-Str. 39a · 23701 Eutin

Tagesstätte mit Bücherwurm
Tel.: 04521 79 86 59
E-Mail: ts-eutin@die-bruecke.de
Beratungsstelle · Begegnungsstätte
Tel.: 04521 79 09 85
E-Mail: beratung-eutin@die-bruecke.de

Wer das Tageszentrum Eutin kennt, muss seit einiger Zeit nur die Straßenseite wechseln: Nach mehr als 20 Jahren am bisherigen Standort ist das Angebot direkt gegenüber in neue Räume gezogen – nur wenige Meter entfernt und doch mit dem Gefühl eines neuen Kapitels. Notwendig wurde der Umzug, weil das bisherige Gebäude verkauft werden sollte.

Im Haus Nr. 32 befand sich die Sozialpsychiatrische Tagesstätte Eutin seit 2001. Schrittweise wurden alle Etagen, die Garage sowie der Garten angemietet und für die Bedürfnisse des Angebots umgebaut. Schließlich konnte die BRÜCKE, damals noch BRÜCKE Ostholstein gGmbH, ab 2007 das gesamte Haus nutzen. Im Erdgeschoss und im ersten Obergeschoss war die Sozialpsychiatrische Tagesstätte mit 20 Plätzen untergebracht, im zweiten Obergeschoss eine Wohngruppe für Menschen mit einer psychischen Erkrankung.

Das Haus bot zahlreiche Möglichkeiten für Gruppenangebote unterschiedlichster Art – von Gesprächsgruppen über Bewegungsangebote bis hin zum gemeinsamen Kochen der Mittagsmahlzeiten. Der durch seinen alten Baumbestand etwas urige Garten eröffnete vielfältige Möglichkeiten zum Entspannen, aber auch für Spiel, Sport und gemeinsame Aktivitäten.

2022 wurde die Tagesstätte zum Tageszentrum. Das bedeutet, dass die Tagesstätte, die Begegnungsstätte, die Beratungsstelle und der gegenüberliegende Bücherwurm organisatorisch zusammengeführt wurden. Ein Grund dafür waren unter anderem die Nachwirkungen der Corona-Pandemie. Viele Gruppenangebote wurden deutlich zurückhaltender oder teilweise gar nicht mehr genutzt.

Die Mitteilung des Hauseigentümers, dass das Haus verkauft werden sollte, brachte neben der Enttäuschung, das vertraute Gebäude aufgeben zu müssen, auch die Chance, nach kleineren und besser passenden Räumlichkeiten Ausschau zu halten.

Mit viel Glück konnte eine direkt gegenüber und gleich hinter dem Bücherwurm gelegene Immobilie angemietet werden. Das Gebäude wurde passgenau für die Bedürfnisse des Tageszentrums saniert und konnte zum 15.11.2025 bezogen werden.

Die deutlich geringere Größe und Anzahl der Räume waren sowohl für die Nutzer*innen als auch für das Team zunächst gewöhnungsbedürftig. Gleichzeitig machte es allen Freude, die frisch sanierten Räume einzurichten und mit Leben zu füllen. Die neue Situation erfordert und fördert zudem mehr Mobilität. Die Kochgruppe und der gemeinsame Mittagstisch finden montags bis donnerstags im Haus Bahnhofstraße 18 statt. Dort wird auch freitags das offene Frühstück angeboten. Für Spiel, Sport und andere Freizeitaktivitäten werden Grünflächen und öffentliche Orte im Stadtgebiet Eutins genutzt.

Mittlerweile sind sowohl die Nutzer*innen als auch die Mitarbeitenden des Tageszentrums Eutin gut in den neuen Räumlichkeiten angekommen. Die kleineren, näher beieinanderliegenden Räume sowie die täglichen Spaziergänge zum Mittagstisch haben zu mehr Nähe, verbindlicheren Absprachen und mehr Aktivität geführt. Gleichzeitig hat sich die Sozialraumorientierung im Alltag des Tageszentrums weiter verstärkt.

Der Umzug auf die andere Straßenseite bedeutete somit nicht nur einen Abschied von einem langjährigen Standort, sondern auch die Chance auf neue Entwicklungen und Impulse für das gemeinsame Miteinander.

Ein Haus am See für neue Perspektiven

Projekt Psychose und Sucht

Vernetztes Angebot für Menschen mit Doppeldiagnose

Ein Umzug bedeutet immer Veränderung. Für die Bewohner*innen und Mitarbeitenden war die Nachricht Ende 2025 deshalb ein ganz besonderer Moment: Nach langer Suche wurden neue Räumlichkeiten für das Angebot gefunden. Bei den bisherigen Räumen in der Schwartauer Allee zeigte sich mit der Zeit immer deutlicher, dass das Gebäude ursprünglich nicht als Wohnraum konzipiert worden war. Die Zimmer waren sehr hellhörig, und das Zusammenleben von zehn Menschen mit komplexen Lebensgeschichten stellte alle Beteiligten immer wieder vor Herausforderungen. Die Suche nach geeigneten Räumlichkeiten gestaltete sich auf dem angespannten Lübecker Immobilienmarkt jedoch schwierig. Umso größer war die Freude, als feststand, dass die Wohngruppe in ein ehemaliges Hotel direkt am Mühlenteich umziehen würde.

Die Lage des neuen Hauses begeistert Bewohner*innen und Mitarbeitende gleichermaßen. Direkt am Wasser gelegen und dennoch zentral auf der Altstadtinsel, bietet das Gebäude eine besondere Mischung aus Ruhe und Stadtnähe.

Mit der Zusage begann die intensive Vorbereitung auf den Umzug. Es wurde ausgemistet, Kartons wurden gepackt, Zimmer vermessen, Möbel geplant und neue Abläufe entwickelt. Gleichzeitig entstanden viele Gespräche über das zukünftige Zusammenleben und die Möglichkeiten, die das neue Haus bietet. Besonders die deutlich verbesserten Wohnbedingungen sorgten für Vorfreude. Die neue Wohngruppe umfasst nun neun Plätze und bietet den Bewohner*innen mehr Rückzugsmöglichkeiten. Für viele ist das weit mehr als nur ein Ortswechsel – es ist die Chance auf einen neuen Abschnitt in ihrem Leben. Die Aufregung stieg von Woche zu Woche. Inzwischen liegen der Umzug und auch die Sperrmüllaktion schon hinter ihnen. Der Umzug hat sogar schneller geklappt als geplant. Und die Freude über den Neustart ist groß.

Eine Bewohnerin berichtet stellvertretend für die Gruppe, wie sie das Zusammenleben, die Unterstützung durch das Team und den Umzug in die neuen Räumlichkeiten erlebt:

„Unser Zusammenleben ist geprägt von Herausforderungen, ehrlichem Interesse, gegenseitigem Respekt und einem starken Zusammenhalt – sowohl untereinander als auch, aus unserer Sicht, im Team. Besonders hervorzuheben ist, dass das Team weit über seine eigentlichen Verpflichtungen hinausgeht. Es zeigt nicht nur fachliches Engagement, sondern auch echtes menschliches Interesse. Es wird genau geschaut, wer gut in die bestehende Gruppe passt und die aktuelle Konstellation ergänzt. Dadurch entsteht ein Umfeld, in dem man sich verstanden und aufgehoben fühlt.“

Wenn Probleme auftreten, wird man nicht allein gelassen – weder im Kontakt mit dem Team noch innerhalb der Gruppe. Der Austausch auf Augenhöhe, das Gefühl gegenseitigen Verständnisses und die gemeinsame Stabilisierung spielen eine große Rolle. Gleichzeitig wird viel Wert auf Privatsphäre gelegt.



Der Blick über den Mühlenteich auf das „Haus am See“.

Jede*r hat ein eigenes, abschließbares Zimmer, das nur in Not-situationen betreten wird. Das gibt uns das Gefühl von Sicherheit, das jede und jeder von uns braucht. Regelmäßige Gespräche und verbindliche Gruppenangebote geben unserem Alltag Struktur. Da wir alle von einer Suchterkrankung betroffen sind, helfen uns regelmäßige Urinkontrollen und Atemalkoholtests dabei, auf dem richtigen Weg zu bleiben. Mit dem Umzug in das neue Haus am Mühlenteich, das wir liebevoll „Haus am See“ nennen, verbessert sich unsere Wohnqualität spürbar. Jede*r hat ein eigenes Bad, und die Lage am südlichen Rand der Altstadtinsel bietet mehr Ruhe und Natur.“

„Insgesamt bietet diese Wohnform einen geschützten Rahmen, in dem Entwicklung möglich ist – ohne Druck, aber mit viel Rückhalt. Wir sind dankbar, dass wir hier so angenommen werden, wie wir sind, und gleichzeitig die Möglichkeit haben, uns weiterzuentwickeln.“

Vernetztes Angebot für Menschen mit Doppeldiagnose
Mühlenbrücke 6 · 23552 Lübeck
Tel.: 0451 30 49 89-94 · E-Mail: wg.psv@die-bruecke.de

30 Jahre Kurzer Weg 9 – Ein Haus im Wandel

Jubiläum, Sanierung und viele neue Erfahrungen

Im Jahr 2025 feierte das Sozialpsychiatrische Wohnhaus Kurzer Weg 9 sein 30-jähriges Bestehen – das allein wäre schon ein guter Grund für einen Bericht. Das Jubiläumsjahr und das Jahr danach wurden jedoch noch intensiver: Das Haus musste nun, nach 30 Jahren, einmal gründlich „baulich aufgefrischt“ werden.

In den vergangenen Jahrzehnten waren immer mal wieder Erhaltungsarbeiten und bauliche Erneuerungen durchgeführt worden, aber keine substanziellen Maß-

nahmen. Nach drei Jahrzehnten der intensivsten Benutzung durch ungefähr 45 Bewohner*innen (33 im Haupthaus, 12 in den Außenwohnungen) und durchschnittlich 40 Mitarbeitende war so einiges zusammengekommen. Zu den Maßnahmen gehörten die Sanierung der Küchen, Bäder und Fußböden in den acht Wohngemeinschaften und sechs Einzelzimmern, das Streichen aller Fenster, die Erneuerung der Beleuchtung in verschiedenen Gebäudeteilen sowie der Austausch sämtlicher Schließzylinder und Drückergarnituren.

Das war eine echte „Challenge“. Nämlich gleichzeitig das Bauen, das Jubiläum und natürlich den Alltag eines Wohnhauses zu bewältigen.

Im April 2025 ging es nach einer sehr langen Planungsphase los. Die ersten fünf Bewohner*innen einer WG zogen für ca. sechs Wochen aus dem Haupthaus aus und in ein Einfamilienhaus ein, das etwa 500 m entfernt liegt. So lief es nun im Abstand von ca. sieben bis zehn Wochen. Eine WG nach der anderen zog aus und dann wieder ein.

Bewohner*innen, Beirat und Mitarbeitende berichten, wie sie diese Zeit erlebt haben.



Was fällt Ihnen als Erstes ein, wenn Sie an den Umbau denken?

Bewohner*innenbeirat

Frau R.: Ein bisschen wie Urlaub, eine Erprobung, wie es sich anfühlt, allein zu wohnen. Die Spaziergänge zwischen dem Struckbach (Ersatzwohnquartier) und dem Wohnhaus habe ich sehr genossen. Am Ende war ich froh, wieder in das Wohnhaus zurückkehren zu können.

Frau W.: Der Hin- und Rückweg war oft lausig kalt. Ich war froh, oft mit meiner Mitbewohnerin zusammen gehen zu können. Eine gute Erfahrung – wie Urlaub. In Ruhe auf der Terrasse rauchen zu können im Einfamilienhaus. Es waren nicht ständig Assistent*innen in der Nähe. Das hat die WG mehr zusammengeschweißt, das Gefühl, als ginge man in seine eigene Wohnung. Auch das Abschlussessen war sehr schön. Ich habe Besuch von Freundinnen bekommen.

Frau L.: Lärm, Handwerker, Schmutz.

Frau R.: Manchmal hieß es: „Die Handwerker kommen“ – das Wasser wurde abgestellt ... dann kam keiner. Die Aufregung war also „umsonst“. Die Handwerker wurden dann später aktiv, also alles von vorn – ärgerlich.

Bewohner*innen

Frau L.: Einige fanden das Hin und Her wegen des Winters sehr lästig.

Frau W. und Frau R.: Einmal kamen wir nach Hause ins Wohnhaus und kamen nicht gleich in unsere Zimmer hinein:

Während unserer Abwesenheit fand der Einbau der neuen Türschlösser statt – wir haben dann aber gleich die neuen Schlüssel bekommen.

Mitarbeiter*innen

S.: Laut, sehr viele Leute, wuselig, lustig.

K.: Wie bei einer Geburt: währenddessen schrecklich – danach ist alles toll.

Mit den Handwerkern auf Du und Du sein – die gehören jetzt schon richtig zum Wohnhaus dazu.

M.: Teilweise sehr chaotisch, im Herbst gab es viele Krisen bei Bewohner*innen.

A.: Lautstärke, viele Fragen.

M.: Viiiil Putzen, viiiil Aufräumen, einige Planänderungen.

*„Nicht so belastend wie gedacht, unfassbar gut vorbereitet, alles ging Hand in Hand, klappte zu 99 % gut. Die Bewohner*innen haben sich gut auf alles eingelassen. Dabei haben einige Menschen ganz neue Ziele für ihr Leben entdeckt.“*

H.: Planen, loslassen, Spaß haben. Sich intensiv planerisch mit der Thematik ausein-

andersetzen. Zum Beispiel: Was muss alles für das Ausweichquartier eingekauft werden, wie machen wir die Kontaktgestaltung und Besprechungen mit den im Ausweichquartier lebenden Personen. Dann die Dinge loslassen – es wird schon – und dann Spaß haben bei der neuen Art der Lebensgestaltung der Bewohner*innen vor Ort. Schwierig war es manchmal, alle immer in dem Prozess mitzunehmen.

Was ist jetzt nach dem Umbau anders als vorher für Sie?

Bewohner*innenbeirat

H.: Alles heller und irgendwie ein wohligeres Wohngefühl. Bewohner*innen waren stolz auf sich: Es war ein Türöffner, unkonventionellere Vorgehensweisen auszuprobieren, mehr Fehlerfreundlichkeit.

A.: Die Küchen sind sehr schön geworden.

M.: Keine Bodenabflüsse mehr in den Bädern – hoffentlich geht das gut.

K.: Alles, was unangenehm war, war aushaltbar, und wir hatten immer Ausweichmöglichkeiten und Alternativen.

S.: Die Bauarbeiter waren nett und man sieht, dass etwas Gutes dabei herauskam.

Bewohner*innen

Frau R.: Die Flure sind jetzt heller, wir haben nun einen Backofen, das gab es vorher nicht ... die erste Zeit habe ich ihn jeden Tag benutzt. Früher hatten wir eine kleine Badewanne, in der wir auch duschen mussten, nun eine tolle „riesige“ Dusche! Ein Genuss!

Frau W.: Es sieht alles toll aus, aber irgendwie mehr Plastik – wer weiß, wie lange das hält? Das Bad ist schön, aber ich vermisse die alten Töpfe und Tassen und so. Die haben mir besser gefallen, es war alles irgendwie wertiger. Die grüne Farbe an den Wänden hatten wir uns gewünscht, die ist sehr schön.

Frau R.: Es ist alles super renoviert und es war toll, mal sechs Wochen mehr auf sich gestellt zu sein – aber sechs Wochen haben gereicht.

Mitarbeiter*innen

A.: Es sind neue Verbindungen zu Bewohner*innen entstanden, man hat sich besser kennengelernt, z. B., dass einige sich nicht allein in den Keller hinunterzugehen trauen.

A.: Schön, aber anspruchsvoll für die Hauswirtschaft.

M.: Nun sieht man wieder ein positives Ergebnis nach dem Reinigen, welches nach dem Umbau wieder erreicht werden kann.

*Zwei letzte Fragen an die Bewohner*innen: Haben Sie sich durch die Assistenz gut unterstützt gefühlt?*

Die drei Damen sind sich einig: Uns wurde immer Mut gemacht. Einmal haben wir im Ausweichquartier sogar unser Gruppenangebot „Strick-Café“ gemacht.

Es war kein Nachtdienst vor Ort – wie haben Sie das erlebt?

Frau R.: Ich habe es nur geschafft, weil mein Mitbewohner die ganze Nacht Musik angemacht hatte und laut schnarchte. Da wusste ich, es ist jemand da, ich bin nicht allein, und das hat mich sehr beruhigt.

Frau L.: Die meisten haben die Erfahrungen, die sie gemacht haben, als positiv erlebt, und die meisten finden es jetzt, nach der Sanierung, sehr gut.



Hell, modern und barriereärmer: So sehen die neuen Bäder nach der Sanierung aus.



30 Jahre WHKW9: Gefeierte wurde im Garten bei bester Stimmung – mit selbstgebackenem Kuchen, Pizza direkt aus dem Ofen und einem Quiz rund ums Wohnhaus.

Sozialpsychiatrisches Wohnhaus Kurzer Weg 9
Kurzer Weg 9 · 23556 Lübeck
Tel.: 0451 499 65-0
E-Mail: wh.kurzerweg@die-bruecke.de

Alle sollen gut zusammenleben

Bewohner*innenbeirat des Wohnhauses Oldenburg i. H.



Was ist ein Bewohner*innenbeirat?

Ein Bewohner*innenbeirat ist die gewählte Interessenvertretung von Menschen mit Teilhabeeinschränkungen, die in besonderen Wohnformen der Eingliederungshilfe leben. Er dient als Bindeglied zwischen der Bewohnerschaft und der Angebotsleitung, um Mitwirkung und Mitbestimmung im Alltag sicherzustellen.

Die Mitglieder werden von den Bewohner*innen in geheimer Wahl für die Amtszeit von in der Regel vier Jahren gewählt. In den Beirat können hierbei nicht nur Nutzer*innen selbst, sondern je nach Landesrecht auch Angehörige, gesetzliche Betreuer*innen oder andere Vertrauenspersonen gewählt werden. Die Arbeit im Bewohner*innenbeirat erfolgt ehrenamtlich. Da viele Mitglieder Unterstützung benötigen, um ihre Rechte wahrzunehmen, steht ihnen oft eine Vertrauensperson oder Assistenz zur Seite. Diese unterstützt bei der Vorbereitung von Sitzungen oder hilft bei Bedarf dabei, komplizierte Sachverhalte zu erläutern und organisatorische Fragen zu klären.

Rechtliche Grundlagen

Die rechtlichen Grundlagen für den Bewohner*innenbeirat in der Eingliederungs-

hilfe sind auf drei Ebenen festgeschrieben: im Bundesrecht, im jeweiligen Landesrecht und in ergänzenden Verordnungen.

1. Landesrecht: Jedes Bundesland hat seit der Föderalismusreform 2006 ein eigenes Gesetz verabschiedet, das die Mitbestimmung regelt. In Schleswig-Holstein ist dies das Selbstbestimmungsstärkungsgesetz (SbStG). Dieses Landesgesetz legt fest, dass eine Bewohner*innenvertretung gebildet werden muss und welche Rechte sie hat.

2. Ausführungsregel zum SbStG: Die konkreten Details der Ausgestaltung, zum Beispiel Anzahl der Mitglieder, Ablauf der Wahl und Amtszeit, finden sich oft in Rechtsverordnungen der Länder.

3. Bundesrecht: SGB IX: Das Sozialgesetzbuch Neuntes Buch (SGB IX) bildet den Rahmen für die Leistungen der Eingliederungshilfe.

Durch das Bundesteilhabegesetz (BTHG) wurde die Selbstbestimmung gestärkt.

In § 1 SGB IX ist das Ziel der „umfassenden Teilhabe“ und „Selbstbestimmung“ verankert. Auf internationaler Ebene ist die UN-Behindertenrechtskonvention, die in Deutschland seit 2009 verbindlich ist, eine wesentliche Grundlage. Die Artikel 3 und 19 fordern die volle Teilhabe und Selbstbestimmung. Damit stärken sie die rechtliche Stellung von Bewohner*innenbeiräten als Instrument der Partizipation.

Wer sind wir?

Wir sind der Bewohner*innenbeirat des Wohnhauses in Oldenburg in Holstein. Bei uns wohnen 35 Bewohner*innen. Es gibt auch noch zwei Außenwohngruppen mit zusammen 12 Bewohner*innen.

Die Bewohner*innen haben uns am 11. Juli 2025 zu ihrer Vertretung gewählt.

Was machen wir? Was ist uns wichtig?

Der Bewohner*innenbeirat setzt sich für ein gutes Zusammenleben im Haus ein. Wichtig ist uns, dass alle respektvoll und wertschätzend miteinander umgehen. Bei Konflikten unterstützen wir dabei,

Lösungen zu finden, und wirken an der Weiterentwicklung der Regeln für das Zusammenleben im Haus und in den Gruppenangeboten mit. Ebenso liegen uns Ordnung und Sauberkeit im Wohnhaus am Herzen.

Als Sprachrohr der Bewohner*innen bringen wir Ideen für Aktivitäten ein und geben diese an die Mitarbeitenden sowie die Angebotsleitung weiter. Darüber hinaus nehmen wir Wünsche, Anregungen und Beschwerden auf und leiten sie an die zuständigen Assistent*innen oder die Leitung weiter. Damit sind wir aktiv am Beschwerdemanagement beteiligt. Dazu gehört beispielsweise auch das regelmäßige Leeren des Beschwerdekastens und die Besprechung der eingegangenen Anliegen. Der Bewohner*innenbeirat beteiligt sich außerdem an wichtigen Entscheidungen im Wohnhaus. So wirken wir bei Anschaffungen, etwa für die Teeküche, ebenso mit wie bei Veränderungen von Regeln. Auch Umfragen zu Themen, die das Wohnhaus betreffen, organisieren wir regelmäßig, damit alle Bewohner*innen ihre Meinung einbringen können. Ein Beispiel dafür war die gemeinsame Entscheidung über das Motto unseres Sommerfestes.

Eigene Ideen setzen wir ebenfalls um. So haben wir uns einen Erste-Hilfe-Kurs gewünscht und diesen mit Unterstützung unserer Assistent*innen organisiert. Für die Zukunft planen wir außerdem ein Patenschaftsprojekt für neue Bewohner*innen. Ziel ist es, dass neue Mitbewohner*innen von Beginn an eine feste Ansprechperson haben, die ihnen Orientierung gibt und den Start im Wohnhaus erleichtert.

Wie kann man uns erreichen?

Wir haben einmal im Monat eine Sprechzeit. Alle Nutzer*innen können dann mit ihren Fragen, Wünschen und Problemen zu uns kommen. Einmal in der Woche gibt es eine Besprechung für alle Bewohner*innen: das Plenum. Im Plenum haben wir Redezeit und können Informationen an alle Mieter*innen weitergeben.

Stefan, Volker, Jessica, Claudia

Kulinarische Reise um die Welt

Ernährung in der Wohngruppe Travemünder Allee in Lübeck

Vor etwa zwei Jahren hatte unsere Hauswirtschafterin die Idee, die Gruppe „Gesunde Ernährung“ anzubieten. Ziel war es, allen Interessierten das Thema gesunde und ausgewogene Ernährung in einem regelmäßig stattfindenden Gruppenangebot näherzubringen.

Die Gruppe beginnt mit einem theoretischen Teil. Dort gibt es Informationen zu ausgewählten Schwerpunkten im Bereich Ernährung. Dies geschieht durch unsere Hauswirtschafterin oder auch durch das eingebrachte Wissen der Teilnehmenden. So haben wir beispielsweise in einer Gruppe den Gesamtenergiebedarf eines Menschen pro Tag besprochen und gelernt, wie dieser berechnet wird. Dieser Teil bietet außerdem immer Raum für Fragen der Teilnehmenden sowie für den gegenseitigen Austausch.

Im praktischen Teil probieren wir viele verschiedene Rezepte aus. Wir arbeiten mit frischen, möglichst regionalen Lebensmitteln und achten auf saisonale Produkte. Dabei vermeiden wir Fertigprodukte und berücksichtigen Unverträglichkeiten sowie besondere Ernährungsformen, beispielsweise die vegane Ernährung. Ideen für Rezepte und Themen sammeln wir gemeinsam in der Gruppe.

„Die Gruppe wird in mehrere Einheiten unterteilt, die sich jeweils über mehrere Wochen erstrecken. Unsere letzte Einheit stand unter dem Motto „Reise um die Welt“. Dabei lernten wir verschiedene kulinarische Spezialitäten ausgewählter Länder und Kontinente kennen. So haben wir beispielsweise gemeinsam Sushi zubereitet. Anschließend beschlossen wir gemeinsam, welchen Teil der Welt wir als Nächstes kulinarisch bereisen möchten.“

Wir konnten feststellen, dass die verschiedenen Rezepte, die Informationen zum Thema Ernährung und der gegenseitige Austausch auch einen positiven Einfluss auf unsere alltäglichen Ernährungsgewohnheiten haben. Wir alle haben viel Spaß in und an der Gruppe und konnten unser Wissen im Bereich der Nahrungszubereitung erweitern.



Die Ernährungsgruppe entdeckte gemeinsam Rezepte aus aller Welt – von Deutschland über Österreich, Italien, Ungarn und die Türkei bis nach Indien und weitere Regionen Asiens.

Nadine Schewe (Hauswirtschafterin) und Pauline, Katrin, Robin und Lucas (Teilnehmende der Ernährungsgruppe)

Sozialtherapeutische Wohngruppe
Travemünder Allee 10 · 23568 Lübeck
Tel.: 0451 323 13 · E-Mail: wg.ta@die-bruecke.de

Sozialpsychiatr. Wohnhaus Oldenburg
Schuhstraße 90 · 23758 Oldenburg i. H.
Tel.: 04361 41 82
E-Mail: wohnhaus-old@die-bruecke.de

Psychische Gesundheit und die Herausforderungen der Adoleszenz

»Der Mensch wird am Du zum Ich.«

Martin Buber, Philosoph

Die Phase des Übergangs vom Kind zum Erwachsenen ist von tiefgreifenden Veränderungen geprägt. Für junge Menschen ist sie eine Zeit voller Chancen, aber auch eine Phase erhöhter psychischer Vulnerabilität. Wie verändern gesellschaftliche Krisen das Aufwachen? Warum nehmen Diagnosen zu? Und wie muss ein professionelles Hilfesystem darauf reagieren? Ein Blick auf die psychischen Besonderheiten der Adoleszenz und die sozialpsychiatrische Arbeit mit jungen Menschen in dieser Lebensphase.

Das Zitat des Philosophen Martin Buber bringt menschliche Entwicklung auf den Punkt: Identität entsteht nicht im Vakuum, sondern in der Begegnung mit dem Gegenüber, auch in der Adoleszenz und in der anschließenden Phase des jungen Erwachsenenalters. Diese Phase ist geprägt von Identitätssuche, Flexibilität und Beeinflussbarkeit, aber auch von Instabilität – etwa in Bezug auf Gefühle, Lebensentwürfe und äußere Rahmenbedingungen. Der Übergang ins Erwachsenenleben verlangt jungen Menschen komplexe Entwicklungsaufgaben ab: die schrittweise Ablösung von der Herkunftsfamilie und die Verselbstständigung, die Entwicklung der Persönlichkeit, tragfähiger Bindungen außerhalb der Familie, von Körperbewusstsein und sexueller Identität sowie den Aufbau einer beruflichen Perspektive. Treffen diese Aufgaben auf Belastungen wie Identitätskrisen, familiäre Instabilität, Schulversagen oder chronische körperliche Erkrankungen und fehlt die Perspektive, kann das emotionale Gefüge leicht ins Wanken geraten.

Die Statistiken der Kinder- und Jugendpsychiatrie zeichnen ein ernstes Bild. Etwa ein Fünftel aller Kinder und Jugendlichen in Deutschland gehört zur Risikogruppe für psychische Auffälligkeiten, rund sechs Prozent der Minderjährigen gelten als behandlungsbedürftig psychisch erkrankt. Viele psychische Erkrankungen beginnen bereits im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter. Zudem wachsen in Deutschland rund drei Millionen Kinder mit mindestens einem psychisch erkrankten Elternteil auf – ein Umstand, der ihr eigenes Erkrankungsrisiko statistisch erhöht. Das Spektrum psychischer Erkrankungen in dieser Altersphase ist vielseitig und komplex. Es umfasst unter anderem Depressionen, Angststörungen, soziale Phobien, ADHS, posttraumatische Belastungsstörungen, Suchterkrankungen und Internetnutzungsstörungen, Autismus-Spektrum-Störungen, Persönlichkeitsentwicklungs- und Essstörungen, Belastungen im Zusammenhang mit der Geschlechtsidentität sowie Psychosen.

Warum scheinen psychische Krisen heute präsenter denn je? Junge Menschen wachsen derzeit in einer gefühlten „Polykrise“ auf, geprägt von Pandemieerfahrungen, Kriegen, politischen

Spannungen, Klimawandel sowie Digitalisierung und KI. Hinzu kommen Leistungs- und Selbstoptimierungsdruck, Individualisierung und eine sinkende Akzeptanz für negative Erfahrungen und schmerzhaftes Gefühl alltägliches Leiden wird schneller psychologisch gedeutet. In der Wissenschaft werden dazu verschiedene Erklärungsmodelle diskutiert: bessere Erkennung und Aufklärung, weiter gefasste Krankheitsdefinitionen sowie mediale Nachahmungseffekte. Zugleich können Diagnosen wie ADHS, Autismus oder Geschlechtsinkongruenz jungen Menschen Entlastung bieten, weil sie das eigene Erleben erklären, das Gefühl des Andersseins einordnen helfen und Identität stiften.

Für die Praxis bedeutet dies eine Gratwanderung. Präventionsprogramme sind zur Aufklärung und Entstigmatisierung richtig und wichtig, dürfen aber nicht ins Pathologisierende kippen. Eine zu schnelle Psychiatrisierung normaler Reifungskrisen ist für die Entwicklung nicht hilfreich. Die Begleitung adoleszenter Klient*innen erfordert von Fachkräften eine professionelle und reflektierte Haltung. Im Zentrum steht eine kontinuierliche und verlässliche Beziehungsarbeit, geprägt von Klarheit, Geduld und dem professionellen Umgang mit negativen Gefühlen, Krisen und Rückfällen. Ziel muss immer die Förderung von Resilienz, Ressourcen und Selbstwirksamkeit sein.

Psychiatrie, Jugendhilfe und Eingliederungshilfe dürfen keine Parallelwelten sein. Nur eine gelebte gemeinsame Verantwortung ermöglicht eine möglichst lückenlose Versorgung. Dafür braucht es verlässliche Ansprechpersonen, ein gemeinsam erarbeitetes Fallverständnis, gegenseitigen Respekt, transparente Kommunikation, regelmäßige Fallgespräche, Supervisionen sowie abgestimmte Kriseninterventionen und Notfallpläne. Wird Unterstützung nicht gut verzahnt oder greift sie zu spät, drohen eine Chronifizierung des Störungsbildes und gegebenenfalls auch der Hilfen. Im schlimmsten Fall definiert sich der junge Mensch zunehmend über sein Krankheitsbild. Ziel sind dagegen gelingende Verselbstständigung, neue Lebensperspektiven, flexible Hilfen und die Überleitung in ein selbstbestimmtes Erwachsenenleben.

Der Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter braucht gestaltete Übergangsräume – und damit die Zusammenarbeit der unterschiedlichen Hilfen. Notwendig sind Institutionen und Fachkräfte, die sich der besonderen Risiken und Chancen dieser Lebensphase bewusst sind, Beziehungen authentisch gestalten und Begegnungen ermöglichen, die ein „... und trotzdem“ als Grundhaltung vermitteln. Wenn Hilfesysteme jungen Menschen als verlässliches Gegenüber begegnen, können sie Halt geben und Entwicklung ermöglichen. So kann der Weg zu einem selbstbestimmten „Ich“ auch unter psychischer Belastung gelingen.

Anna Maria Tauchert
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Kinder- und jugendpsychiatrische Institutsambulanz
Hüxtertorallee 41 · 23564 Lübeck
Tel.: 0451 30 09 37-40 · E-Mail: kjp@die-bruecke.de

TIPInetz in Ostholstein

Psychische Erkrankungen in Familien: Hinschauen statt schweigen

Kinder psychisch oder suchtblasteter Eltern stehen häufig vor besonderen Herausforderungen. Das TIPInetz, eine Initiative des Kreises Ostholstein, setzt sich seit 13 Jahren dafür ein, diese Kinder und ihre Familien zu unterstützen, Hilfen sichtbar zu machen und ein tragfähiges Netzwerk aufzubauen.

Die Arbeit der TIPInetz-Koordinatorinnen besteht insbesondere in der Aufklärung, Sensibilisierung, Schulung und Enttabuisierung des Themas, damit den betroffenen Kindern entsprechende Hilfen ermöglicht werden und somit stärkende Faktoren für eine gesündere und stabilere Entwicklung gefördert werden können.

Im letzten Jahr war TIPInetz in vielerlei Hinsicht präsent und hat auf die Lebenswelten von Kindern aus psychisch oder suchtblasteten Familien aufmerksam gemacht, sensibilisiert und Unterstützungsmöglichkeiten für Institutionen, Mitmenschen im Sozialraum sowie andere Fachkräfte, die Kinder in ihrem Alltag begleiten, aufgezeigt.

Im März 2025 und im Februar 2026 wurden Workshops im Rahmen der DKSB-Fachtage organisiert. Im Austausch mit pädagogischen Fachkräften wurde deutlich, wie wichtig es ist, im Gespräch zu sein und gemeinsam nach Ressourcen und Möglichkeiten zu schauen, wie Kinder und ihre Eltern an passgenaue Hilfen kommen können, welche Handlungsmöglichkeiten für Mitarbeiter*innen aus dem Kinder- und Jugendhilfebereich sowie aus der Lebenswelt Schule bestehen und wie relevant es ist, als wichtige Vertrauenspersonen für die Kinder da zu sein.

Erzieher*innen, Familienhelfer*innen, Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter*innen begegnen in ihrem Berufsalltag oftmals Hindernissen und Problemlagen von Kindern, deren Ursprung im häuslichen Umfeld liegt. Im Schul- und Kita-Alltag werden diese sichtbar, beispielsweise in mangelnder Lebensmittelversorgung, mangelnder Körperhygiene oder nicht wetterangepasster Kleidung. Dieser Erfahrungsaustausch macht deutlich, wie wichtig es ist,

wegweisende Impulse zu erhalten, um aus Perspektivlosigkeiten Hoffnungsschimmer entstehen zu lassen und Ressourcen freizusetzen. Der ressourcenbasierte Blick ist entscheidend, um Kindern einen hoffnungsvolleren und entwicklungsfördernden Alltag ermöglichen zu können.

Wichtige Medien zur Heranführung an das Thema psychischer Erkrankungen der Eltern und die damit einhergehenden Bedürfniskonflikte können Kinderbücher, Gefühlskarten oder Fangfragenbälle sein, die dem Austausch und der Aufklärung dienen. Kinder bekommen die Möglichkeit zu verstehen, ihre eigenen Gefühle und Gedanken zu erkennen, zu besprechen und zu erfahren, dass sie die Verantwortung für die Erkrankung ihrer Eltern und das Aufrechterhalten des Familiensystems nicht übernehmen und tragen müssen.

Es ist hilfreich für Kinder und ihre Eltern zu wissen, dass es Menschen gibt, die stützend zur Seite stehen können, damit das gesamte Familiensystem entlastet wird und betroffene Kinder die Chance haben, ihre Kindheit unbeschwerter leben zu können.

Ein weiteres Hilfsmittel, das die Kooperationspartnerinnen des TIPInetz für Institutionen, Interessierte und Betroffene entwickelt haben, ist der „Kompass“. Er bündelt Adressen und Kontaktdaten von Hilfen und Anlaufstellen im Kreis Ostholstein für Eltern, Kinder und Fachleute.

Weiterhin hat TIPInetz von August bis September 2025 in Kooperation mit der Stadtbücherei der Kultur GmbH einen Themenraum gestaltet, der für alle Interessierten offen zugänglich war.

Ziel war es dabei, Kinder und ihre Lebenswelten sichtbar zu machen. Psychische Erkrankungen, Abhängigkeit und Sucht müssen weiter enttabuisiert werden. Nur so kann eine anerkennende und unterstützende Gesellschaft entstehen. Kinder müssen Gehör finden und ihre Gefühle leben können. Sie sollten dabei auf starke Schultern sowie aufmerksame Augen und Ohren stoßen.

Lasst uns für Kinder und Jugendliche kontinuierlich ein tragendes, gesamtgesellschaftliches Netz spannen und Räume schaffen, die ihnen eine schützende, tragende, entwicklungsfördernde und freie Entwicklung und Entfaltung ermöglichen. Eltern sind dabei nicht außer Acht zu lassen. Sie sind die engsten und entscheidenden Bezugspersonen. Daher ist eine Begegnung mit ihnen auf Augenhöhe wichtig.

Eltern brauchen oftmals professionelle Hilfe zur persönlichen Stabilisierung. Sie benötigen Entlastung im Alltag und wegweisende Impulse, um ihre Kinder angemessen auf ihrem Weg begleiten und ihre Elternrolle ausüben zu können.

Die TIPInetz-Koordinatorinnen stehen für Informations-, Beratungs- und Schulungsangebote zur Verfügung und arbeiten kontinuierlich daran, das stärkende Netzwerk für junge Menschen und ihre Familien in Ostholstein auszuweiten und passgenaue Hilfen zu ermöglichen.

„Kinder [...] haben dann gute Entwicklungschancen, wenn sie eine altersangemessene Aufklärung über die elterliche Erkrankung erfahren, die ein Verstehen der Verhaltensweisen und der Auswirkungen auf das Familienleben ermöglichen und wenn Eltern lernen, in sinnvoller und angemessener Weise mit der Krankheit umzugehen.“ (Lenz/Brockmann 2013)

Fachberatung TIPInetz
DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein
Malgorzata Wika-Heinrich
Schuhstraße 90 · 23758 Oldenburg i. H.
Tel.: 0151 19 49 35 41
E-Mail: m.wika@die-bruecke.de

TIPInetz ist eine Initiative des Kreises Ostholstein in Kooperation mit Institutionen aus Suchthilfe und Sozialpsychiatrie.

WOHn-gut Ostholstein

Projekt für soziale Wohnraumvermittlung, Beratung und Unterstützung für Menschen mit besonderem Hilfebedarf

WOHn-gut Ostholstein, so heißt ein Projekt des Kreises Ostholstein, das Menschen mit einem besonderen Hilfebedarf auf dem heiß umkämpften Wohnungsmarkt zur Seite stehen will. Angesprochen sind in erster Linie Menschen mit Bezug von Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch VIII und IX, also Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe bzw. der Eingliederungshilfe. Die Umsetzung des Projektes begann Anfang 2024 in Kooperation mit der BRÜCKE Lübeck und Ostholstein, dem Kinderschutzbund Kreisverband Ostholstein, der Lebenshilfe Ostholstein und den Sozialrehabilitative Dienstleistungen – Die Ostholsteiner. Das Konzept basiert auf erfolgreichen Vorbildern wie „WohnEck NF“ in Eckernförde und Nordfriesland. Der Kreis Ostholstein finanziert das Projekt zunächst bis Anfang 2028.

Die Idee und die Herausforderungen

Mathias Griesche, der das Projekt seit Mitte November 2024 als Geschäftsführer leitet, erklärt die Kernmotivation: „Wohnen ist ein zentrales Element im Leben.“ Oft bedeutet ein von unserem Projekt initiiertes Um- oder Auszug den Beginn eines neuen Lebensabschnittes. Das ist für die Betroffenen meistens eine bedeutsame Veränderung im Leben, denn Wohnen und der Weg in eine neue Selbstständigkeit bestimmen maßgeblich die Lebensqualität.“ Inzwischen wurden mit etwa 370 wohnungssuchenden Haushalten – insgesamt rund 470 Personen – Erstgespräche geführt. Die Vermittlung von Wohnraum für diese Zielgruppe ist jedoch komplex. „Wir begleiten Menschen mit sehr unterschiedlichen Unterstützungs- und Teilhabebedarfen. Das Spektrum reicht hier von der kinderreichen Familie mit Familienhilfe über junge Volljährige, die aus einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung ausziehen, bis zu Menschen, die in einer besonderen Wohnform leben und in eine eigene Wohnung ziehen möchten. Unsere Verantwortung besteht auch darin, zu prüfen, welche Rahmenbedingungen selbstständiges Wohnen erfolgreich ermöglichen. Die Herausforderung besteht darin, passende Wohnverhältnisse zu schaffen, die sowohl für Mietende als auch Vermietende langfristig funktionieren.“

Das Vorgehen und die Vorteile für Vermieter*innen

WOHn-gut agiert als Bindeglied zwischen den Wohnungssuchenden und den Vermieterinnen und berücksichtigt bei der Wohnungssuche auch die persönlichen Anforderungen der Interessentinnen auf der einen Seite sowie den Sozialraum des Wohnumfeldes auf der anderen Seite. „Wir vermitteln Wohnungen. Wir werden zum Beispiel von solchen Personen angesprochen, die aus einer Wohngruppe ausziehen wollen und bei der Wohnungssuche Hilfe benötigen“, so Mathias Griesche. Oftmals haben diese Menschen bereits selbstständig versucht, Wohnungen zu finden, und wurden dabei mehrfach abgelehnt. Um Vermieter*innen Sicherheit zu bieten, arbeitet WOHn-gut teilweise mit Zwischenmietmodellen: „Es kommt auch vor, dass wir die Wohnung zunächst selbst anmieten und anschließend mit dem Mieter oder der Mieterin einen Untermietvertrag schließen. So haben Untermieter*innen und Vermie-

ter*innen die Möglichkeit, einander kennenzulernen“, erklärt Herr Griesche. „Das Ziel ist es, ein ausreichend gefestigtes Mietverhältnis entstehen zu lassen, sodass sich WOHn-gut perspektivisch zurückziehen kann“, erklärt Herr Griesche. „Viele Vermieter*innen sehen in unserer Begleitung eine zusätzliche Sicherheit – sowohl bei der Vermietung als auch im Hinblick auf stabile und verlässliche Mietverhältnisse“, fügt die Kollegin hinzu. Ein großer Vorteil aus Sicht der Vermieter*innen: Unsere Klient*innen können meist sofort einziehen, da sie keine oder nur kurze Kündigungsfristen haben. Wir erstellen zudem schon vorab Bewerbungsmappen und können bei Angeboten schnell passende Interessent*innen vorschlagen, was diesen einen wichtigen Zeitvorsprung auf dem Wohnungsmarkt verschafft. Aktuell hat WOHn-gut 23 der 40 vermittelten Wohnungen zunächst selbst angemietet und 17 Wohnungen direkt vermitteln können.

„Bislang arbeitet WOHn-gut vor allem mit größeren Wohnungsgesellschaften zusammen, die über umfangreiche Wohnungsbestände verfügen. Künftig möchte das Projekt jedoch verstärkt auch private Vermieterinnen und Vermieter sowie Investoren ansprechen und diese mit seinen Leistungen unterstützen“, erläutert Mathias Griesche. Die ersten Mietverhältnisse laufen nun seit etwa einem Jahr, was die erfolgreiche Arbeit unterstreicht.

Das Team und die Realität der Klient*innen

Das Team von WOHn-gut bringt vielfältige Expertisen mit. Mathias Griesche ist Immobilienkaufmann und Immobilienökonom. Seine Kollegin hat Soziale Verhaltenswissenschaften studiert. Ein weiterer Kollege, der aus dem intensivmedizinischen Bereich kommt, Heilerziehungspfleger und Fachkraft für außerklinische Beatmung ist, leitete zuvor eine vollstationäre Wohngruppe. Er ist überrascht von der hohen Anzahl psychisch erkrankter Menschen, die sich an das Projekt wenden: „Ich hätte nicht gedacht, dass sich bei WOHn-gut so viele Menschen mit psychischen Erkrankungen melden. Es sind weitaus mehr als die mit körperlichen Einschränkungen.“

Herausforderungen und Best-Practice-Beispiele

Eine große Herausforderung ist die mangelnde Infrastruktur auf dem Land, insbesondere für Menschen mit körperlichen Einschränkungen, da oft nur einmal täglich ein Bus fährt. Die Hauptnachfrage konzentriert sich auf die großen Städte wie Eutin, Heiligenhafen, Oldenburg, Neustadt und Malente. Der KdU-Satz (Kosten der Unterkunft) beträgt in Eutin brutto rund 461 € kalt. Dies stellt die Miethöhe dar, die das Jobcenter bzw. das Amt für soziale Dienste bei der Mietpreisübernahme akzeptiert. Wohnungen in diesem Preisbereich sind rar. Manchmal müssen die Klient*innen daher mit der Realität der Möglichkeiten konfrontiert werden. „Nicht immer lassen sich die Vorstellungen vom selbstständigen Wohnen unmittelbar mit den vorhandenen Möglichkeiten vereinbaren“, erklärt das Team von WOHn-gut. „Hier braucht es an mancher Stelle eine gute Kommunikation und verbindliche Bezie-



Das WOHn-gut Team von links: Mathias Griesche, Michaela Blanck und Jonathan Wirth.

hungsarbeit, die alle gemeinsam auf die realen Bedingungen vorbereitet. Wir arbeiten konkret an der Akzeptanz und daran, mehr Verständnis für die Schwierigkeiten auf dem Wohnungsmarkt und für die damit verbundene Schnelllebigkeit zu entwickeln. Es gibt auch ermutigende Erfolgsgeschichten: Herr M., fast 60 Jahre alt, lebte 20 Jahre in einer WG und konnte mit Unterstützung von WOHn-gut in eine eigene Wohnung ziehen. Ein junges Paar, 17 und 18 Jahre alt, das aus schwierigen Verhältnissen kam, konnte ebenfalls erfolgreich vermittelt werden, nachdem es den „Wohnführerschein“ des Projekts „Jugend stärken“ absolviert hatte. „Diese Menschen erfahren durch den Wohnungswechsel deutlich mehr Selbstständigkeit“, sagt der Kollege. Auch mehrere alleinerziehende Elternteile mit Kind haben durch WOHn-gut einen Neustart erleben dürfen. Mathias Griesche gesteht ein, dass die Arbeit bei WOHn-gut für ihn zunächst ungewohnt herausfordernd war: „Es gibt viele Hürden, so viel zu beachten, und nicht selten glaubt man, es laufe nun endlich alles, und dann kommt auf den letzten Zentimetern doch noch etwas dazwischen.“

Ein persönlicher Antrieb und Visionen für die Zukunft

Mathias Griesches persönlicher Antrieb für seine Arbeit bei WOHn-gut ist tiefgreifend: „Ich habe lange Zeit beruflich auf der ‚Vermieter-Seite‘ gesessen und selbst um die 200 Wohnungen pro Jahr vermietet. Später habe ich ein großartiges Team geleitet, in dem wir gemeinsam rund 2.500 Wohnungen im Jahr vermietet haben. Irgendwann hatte ich das Bedürfnis, die Seite zu wechseln und mit meiner langen Erfahrung aus der professionellen Vermietungspraxis etwas zum Gemeinwohl beizutragen.“ Er beschreibt auch seine wohnungspolitischen Vorstellungen: „Wenn ich politischen Einfluss hätte, würde ich mehr Anreize für die Schaffung von Wohnraum bieten wollen.“ Er kritisiert, dass Altbauten zu oft durch Neubauten ersetzt werden, was den Wohnraum häufig verteuert, statt zusätzlichen zu schaffen. Die Kollegin hat ebenfalls eine Vision: „Wir fänden es toll, wenn wir einen Investor fänden, mit dem wir gemeinsam mal ein rich-

tig cooles Wohnraumprojekt umsetzen könnten.“ Hohe gesetzliche Auflagen und massiv gestiegene Baukosten schrecken jedoch viele Investoren ab. Selbst das Bauen auf einfachem Niveau ist dadurch so teuer, dass die Mietpreise der Wohnungen nicht in den KdU-Satz fallen. Mathias Griesche plädiert für die Schaffung von mehr Wohnraum durch die öffentliche Hand und sieht kleine, günstige Appartements von 25 bis 30 m², z. B. in Modulbauweise, als eine mögliche Lösung, um den Wohnungsmarkt zu entspannen und alleinstehende Personen unterzubringen. „Es braucht hauptsächlich kleine Wohnungen.“ Er weist darauf hin, dass viele Menschen gerne aus ihren großen Wohnungen in kleinere Wohnungen ziehen würden, die wenigen verfügbaren Wohnungen für Einpersonenhaushalte jedoch oft teurer sind als größere. Dadurch entstehen auf dem Wohnungsmarkt Fehlbelegungen, weil passende kleinere Wohnungen fehlen. Anreize zum Umzug aus Ballungsgebieten in Regionen mit entspannterem Wohnungsmarkt könnten ebenfalls helfen, dem entgegenzuwirken.

*WOHn-gut ist mehr als ein Vermittlungsprojekt.
Es ist ein engagiertes Team, das auch unter schwierigen
Bedingungen versucht, kreativ alle Möglichkeiten des
Wohnungsmarktes umzusetzen.*

WOHn-gut Ostholstein gGmbH

Elisabethstraße 72 · 23701 Eutin

Tel.: 04521 84 59 17 12 · anfrage@wohngut-ostholstein.de

Gesellschafter:

DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein gGmbH

Der Kinderschutzbund Kreisverband Ostholstein e.V.

Lebenshilfe Ostholstein e.V.

Sozial-rehabilitative Dienstleistungen – Die Ostholsteiner gGmbH

www.wohngut-ostholstein.de

Einfach ausprobieren

Der Weg ins Arbeitsleben

Herr M. (34) berichtet von seinem Weg, geprägt von Höhen und Tiefen, vielen beruflichen Erprobungen und dem großen Wunsch, einen festen Platz im Arbeitsleben zu finden. Seine berufliche Entwicklung begann bereits während der Schulzeit. Nach dem Besuch der Regelschule wechselte er an das Förderzentrum Kastanienhof. Aufgrund einer Lernbehinderung erhielt er besondere Unterstützung beim Übergang von der Schule in den Beruf. Dort entstand auch der erste Kontakt zur integra gGmbH. Als Bildungsträger und Träger des Integrationsfachdienstes (IFD) unterstützt Integra außerdem junge Menschen mit sonderpädagogischem Förderbedarf beim Übergang von der Schule in den Beruf.

Schon früh sammelte Herr M. praktische Erfahrungen: in der Küche, im Arbeitsbereich einer Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) und in einem Supermarkt. Dabei zeigte sich, dass er offen für Neues ist und verschiedene Tätigkeiten ausprobieren möchte. Zu seinen Stärken zählen Zuverlässigkeit, Freundlichkeit und die Bereitschaft anzupacken. Nach der Schulzeit erprobte er sich zunächst im Bereich Lagerlogistik. Über das Projekt „Arbeitsassistent“ bei integra folgten weitere Praktika, unter anderem im Einzelhandel sowie im Fliesen- und Dachdeckerhandwerk. Vieles wurde ausprobiert, doch der passende Arbeitsplatz war zunächst nicht dabei. Anschließend wechselte Herr M. in den Arbeitsbereich der WfbM bei Die Ostholsteiner gGmbH. Auch dort sammelte er weitere Erfahrungen, unter anderem als Maurer, als Maler und im Lagerbereich. Der entscheidende Schritt kam schließlich mit einer Tätigkeit als Hausmeisterhelfer. Hier konnte er seine Stärken besonders

gut einbringen. integra unterstützte Herrn M. beim Wechsel in das Budget für Arbeit. So entstand ein Arbeitsplatz im Hausmeisterbereich eines Kindergartens. Der Wechsel aus der WfbM auf den allgemeinen Arbeitsmarkt gelang mit Unterstützung erfolgreich. Besonders schätzt Herr M. die Vorteile einer Festanstellung: eigenes Einkommen, mehr persönliche Freiheit und die Möglichkeit, sich beruflich weiterzuentwickeln. Eine sozialversicherungspflichtige Arbeit war von Beginn an sein Ziel.

Sein Rat an andere lautet: „Einfach ausprobieren, machen! Denn man kann nicht viel verlieren, man kann nur gewinnen.“

Seit rund sieben Jahren arbeitet er nun im Rahmen des Budgets für Arbeit. Gleichzeitig weiß er die begleitende Unterstützung durch den Integrationsfachdienst zu schätzen. Regelmäßige Gespräche geben Sicherheit. Wichtig ist auch das Rückkehrrecht in die WfbM, das als Bestandteil des Budgets für Arbeit erhalten bleibt. Nebenbei hat Herr M. an einer Qualifizierung bei integra als Arbeitsexperte erfolgreich teilgenommen und gibt nun seine Erfahrungen und sein Wissen versiert an Interessierte weiter.

Seine Geschichte zeigt, dass berufliche Wege nicht immer geradlinig verlaufen müssen. Unterschiedliche Angebote können sich sinnvoll ergänzen und Schritt für Schritt zu einer passenden Perspektive führen. Durch das Teilen seiner Erfahrungen möchte er anderen Menschen Mut machen und zeigen: Es gibt einen Weg.

Ann-Kathrin Zeuner, Integra

integra – Beratung und Unterstützung rund um Arbeit und Beruf

Im Auftrag des Integrationsamtes Schleswig-Holstein bietet integra gGmbH den Integrationsfachdienst u. a. in Lübeck und Ostholstein gemäß § 192 ff. SGB IX an. Darüber hinaus ist integra Trägerin verschiedener Maßnahmen, unter anderem der Agentur für Arbeit und der Jobcenter. Zudem engagiert sie sich in bundesweiten Projekten.

Für Menschen mit Behinderungen oder gesundheitlichen Beeinträchtigungen ist Integra eine wichtige Anlaufstelle bei Fragen zu Arbeit, Ausbildung und Beruf. Gemeinsam mit den Klient*innen entwickelt das Team individuelle berufliche Perspektiven und Lösungen. Die Beratung berücksichtigt stets die persönliche Lebenssituation

und richtet sich sowohl an Menschen mit Behinderungen und Beeinträchtigungen als auch an Arbeitgeber*innen und kooperierende Institutionen. Integra ist eine gemeinnützige Gesellschaft mit einem langfristig gewachsenen Netzwerk. Seit dem 01.01.2025 ist DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein gGmbH alleinige Gesellschafterin.

Kontakt und Standorte

integra Lübeck

Fünfhäusen 1 · 23552 Lübeck
Tel.: 0451 70 7 57-0 · info@integra-sh.de

integra Eutin

Elisabethstraße 72 · 23701 Eutin
T.: 04521 79 67 21 5 · eutin@integra-sh.de

integra Oldenburg i. H.

Schuhstraße 61 · 23758 Oldenburg i. H.
Tel.: 04361 55 59 00-310
E-Mail oldenburg@integra-sh.de

www.integra-sh.de

Budget für Arbeit

Das Budget für Arbeit (BfA) unterstützt Menschen mit Behinderungen dabei, auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt tätig zu sein. Es richtet sich an Personen, die grundsätzlich Anspruch auf einen Platz in einer Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) hätten, aber stattdessen in einem regulären Betrieb arbeiten möchten.

Arbeitgeber erhalten einen Lohnkostenzuschuss und können bei Bedarf zusätzliche Unterstützung am Arbeitsplatz in Anspruch nehmen. Begleitet werden Beschäftigte häufig durch den Integrationsfachdienst (IFD).

Ein wichtiger Bestandteil des Budgets für Arbeit ist das Rückkehrrecht in die WfbM. Dadurch können Menschen neue berufliche Wege ausprobieren, ohne ihre bisherige Absicherung zu verlieren.

Brücken in den Arbeitsmarkt

Wie personenzentrierte Teilhabe gelingen kann

Brücken baut man nicht allein. Das gilt auch für den Weg in Arbeit. Übergänge auf den allgemeinen Arbeitsmarkt entstehen selten am Reißbrett, sondern durch Gespräche, Herausforderungen, Hoffnung, Bürokratie, gute Ideen und Menschen, die bereit sind, gemeinsam neue Wege zu gehen. Vielleicht passt dieses Bild gerade deshalb so gut zu Lübeck: Die Stadt hat nicht nur eine, sondern über 210 Brücken.

Am 1. Mai 2025 startete das vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales geförderte Modellprojekt „Qualität im Betrieb – personenzentrierte und betriebliche Teilhabe in Betrieben des allgemeinen Arbeitsmarktes“ der Bundesarbeitsgemeinschaft für Unterstützte Beschäftigung. Beteiligt sind verschiedene Projektpartner aus ganz Deutschland, darunter integra Lübeck und die Diakonie Nord Nord Ost in Holstein. An den Standorten kooperieren jeweils andere Leistungsanbieter und Werkstätten für behinderte Menschen. Diese Vielfalt macht das Projekt praxisnah und besonders wertvoll.

Der zentrale Gedanke des Projekts lautet: Wie können berufliche Teilhabe und Übergänge in Arbeit personenzentriert gelingen? Obwohl betriebliche Teilhabe seit Jahren diskutiert wird, gibt es bislang nur wenige systematisch aufbereitete Erkenntnisse darüber, welche Angebote nachhaltig wirken und welche Bedingungen erfolgreiche Übergänge unterstützen. Genau hier setzt „Qualität im Betrieb“ an. Erfahrungen aus der Praxis sollen sichtbar gemacht, weiterentwickelt und bundesweit zugänglich werden.

Für integra bedeutet das vor allem Austausch, Vernetzung und gemeinsames Lernen. Dazu gehören Beiratssitzungen, Arbeitsgruppen, Qualitätsworkshops sowie Fachforen mit der Diakonie Nord Nord Ost in der Region. Dort kommen Perspektiven aus Praxis, Schule, Beratung, Betrieben und von Leistungsträgern zusammen. Gleichzeitig werden Methoden und Materialien erprobt, die betriebliche Inklusion unterstützen. Aktuell werden fünf Teilnehmende in der Maßnahme Anderer Leistungsan-

bieter (aLA) von den beiden Kolleg*innen begleitet. Für integra ist das ein wichtiger Schritt, um berufliche Teilhabe individueller zu gestalten und Menschen mehr Möglichkeiten auf ihrem Weg in Arbeit zu eröffnen.

In der täglichen Arbeit zeigt sich deutlich, dass sich die Zielgruppen verändern. Während früher häufiger Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen begleitet wurden, steigt heute der Anteil von Menschen mit psychischen Erkrankungen. Viele bringen Schulabschlüsse, Berufserfahrung oder Ausbildungen mit, zugleich aber auch Brüche in der Erwerbsbiografie, Krisenerfahrungen oder psychische Belastungen. Damit verändern sich die Anforderungen an Teilhabeangebote: Gefragt sind Stabilisierung, verlässliche Beziehungen, flexible Begleitung und Arbeitsplätze, die Entwicklung ermöglichen.

Personenzentrierte Teilhabe bedeutet, den Menschen mit seinen individuellen Bedürfnissen, Wünschen und Zielen in den Mittelpunkt zu stellen. Die Unterstützung muss sich der Person anpassen – nicht umgekehrt. Beziehung, Stabilität und Selbstbestimmung sind keine Extras, sondern Voraussetzungen dafür, dass berufliche Teilhabe langfristig gelingen kann.

Teilhabe darf nicht davon abhängen, wie belastbar oder ‚verwertbar‘ ein Mensch gerade erscheint.

Die Begleitung von Übergängen auf den allgemeinen Arbeitsmarkt ist seit jeher ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit. Erfolgreiche Übergänge gelingen dort, wo Werkstätten, andere Leistungsanbieter, Integrationsfachdienste, Leistungsträger und Betriebe gemeinsam Verantwortung übernehmen und verlässlich zusammenarbeiten.

Um den regionalen Austausch zu stärken, wird integra künftig zwei bis drei Fachfo-

ren pro Jahr anbieten. Einen erfolgreichen Auftakt bildete das Regionalforum „Brücken in den Arbeitsmarkt“ am 10.12.2025. Dort diskutierten Vertreter*innen aus Praxis, Schule, Beratung, Betrieben, Leistungsträgern sowie Peers und Arbeitsexpert*innen über gute Übergänge in Arbeit und nachhaltige Teilhabe. Moderiert wurde die Veranstaltung von Prof. Dr. Stefan Doose. Veranstaltungsort des Regionalforums waren die Lübecker Stadtwerke. In mehreren Arbeitsgruppen entstanden konkrete Ideen, offene Fragen und praxisnahe Lösungsansätze. Besonders sichtbar wurden die Bedeutung personenzentrierter Begleitung, verlässlicher Zusammenarbeit und regionaler Vernetzung.

Das Projekt wird kontinuierlich evaluiert und weiterentwickelt. Ziel ist es, fördernde und hemmende Faktoren sichtbar zu machen und daraus Empfehlungen für personenzentrierte und betriebliche Teilhabe abzuleiten. Die Ergebnisse, Materialien und Handlungsempfehlungen sollen langfristig öffentlich zugänglich gemacht werden.

„Vielleicht entstehen gute Übergänge genau dort, wo Menschen beginnen, gemeinsam Brücken zu bauen. Denn gelingende Teilhabe entsteht selten allein – sondern dort, wo Verbindungen zwischen Menschen, Ideen und Möglichkeiten entstehen.“

Susanne Stoll, Integra

Informationen über das Modellprojekt:

Qualität im Betrieb – personenzentrierte und betriebliche Teilhabe in Betrieben des allgemeinen Arbeitsmarktes
Antragstellerin und Projektverantwortliche ist die Bundesarbeitsgemeinschaft für Unterstützte Beschäftigung e.V. Gefördert wird das Projekt durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales aus Mitteln des Ausgleichsfonds nach § 161 SGB IX. Die Laufzeit beträgt vier Jahre und läuft von Mai 2025 bis April 2029.

www.qualitaetimbetrieb.de

FoCuS • Seminare

Datum • Referent*in

Grundkurs psychische Gesundheit

07.09.2026 • Dr. med. Antje Burfeind

Umgang mit Rechtsextremismus

15.09.2026 • Saskia Conradi • Johannes Marhold

Freude – Zufriedenheit – Dankbarkeit

21.–22.09.2026 • Paul Stammeier

Recovery – das Konzept persönlicher Genesung

29.09.2026 • Dagmar Gertulla • Birgit Lütten

Motivierende Gesprächsführung mit Schwerpunkt Sucht

01.–02.10.2026 • Dr. phil. Dipl.-Psych. Gallus Bischof

Familie im Fokus I

05.10.2026 • Dagmar Gertulla • Wiebke Sonnenberger

Umgang mit (Substanz-)Konsum

27.–28.10.2026 • Christoph Straub

Work-Freetime-Balance

29.–30.10.2026 • Nicole Wendisch

Wenn Eltern psychisch erkrankt sind

02.11.2026 • Dagmar Gertulla

Posttraumatische Belastungsstörung

06.11.2026 • Peter Köhler

Autismus bei Erwachsenen

09.11.2026 • Dr. Daniel Alvarez Fischer • Dr. Veronika Thorns

Basiswissen Systemische Therapie

20.11.2026 • Antonia Billerbeck • Nele Hildebrandt

Medikamente in der Psychiatrie

27.11.2026 • Dr. med. Katja Trillenberger-Krecker

Familie im Fokus II

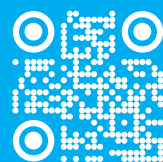
08.12.2026 • Dagmar Gertulla • Wiebke Sonnenberger

Verbales Deeskalationstraining

14.–15.12.2026 • Udo Gerigk



FoCuS
Fortbildung, Coaching und Seminare
Katharinenstraße 11 • 23554 Lübeck
Tel.: 0451 140 08-61
E-Mail: info@bildungimfocus.de
Bürozeiten: Mo. bis Fr. von 9 bis 13 Uhr
www.bildungimfocus.de



Familie im Fokus

Fortbildungsreihe zur Unterstützung psychisch erkrankter Eltern und ihrer Kinder

Wenn Eltern psychisch erkrankt sind, betrifft dies oft die gesamte Familie. Fachkräfte aus Sozialpsychiatrie, Jugendhilfe, Kita und Schule stehen dabei vor besonderen Herausforderungen: Wie können Eltern wertschätzend begleitet, Kinder gestärkt und Risiken frühzeitig erkannt werden?

Mit der dreiteiligen Fortbildungsreihe „Familie im Fokus“ bietet FoCuS in Kooperation mit der BRÜCKE Lübeck und Ostholstein praxisnahe Weiterbildungsmöglichkeiten für Fachkräfte, die Familien mit psychisch belasteten oder erkrankten Eltern begleiten.

Den Auftakt bildet am 5. Oktober 2026 die Fortbildung „Familie im Fokus I – Begleitung psychisch erkrankter Eltern und ihrer Kinder“. Im Mittelpunkt stehen die Auswirkungen elterlicher psychischer Erkrankungen auf Kinder, die Stärkung familiärer Ressourcen sowie Handlungsmöglichkeiten im beruflichen Alltag.

Am 2. November 2026 folgt die Fortbildung „Wenn Eltern psychisch erkrankt sind – Elternarbeit wertschätzend und reflektiert gestalten“. Sie beschäftigt sich mit Zugangswegen zu betroffenen Eltern, der Förderung kindlicher Resilienz sowie der Reflexion der eigenen professionellen Rolle.

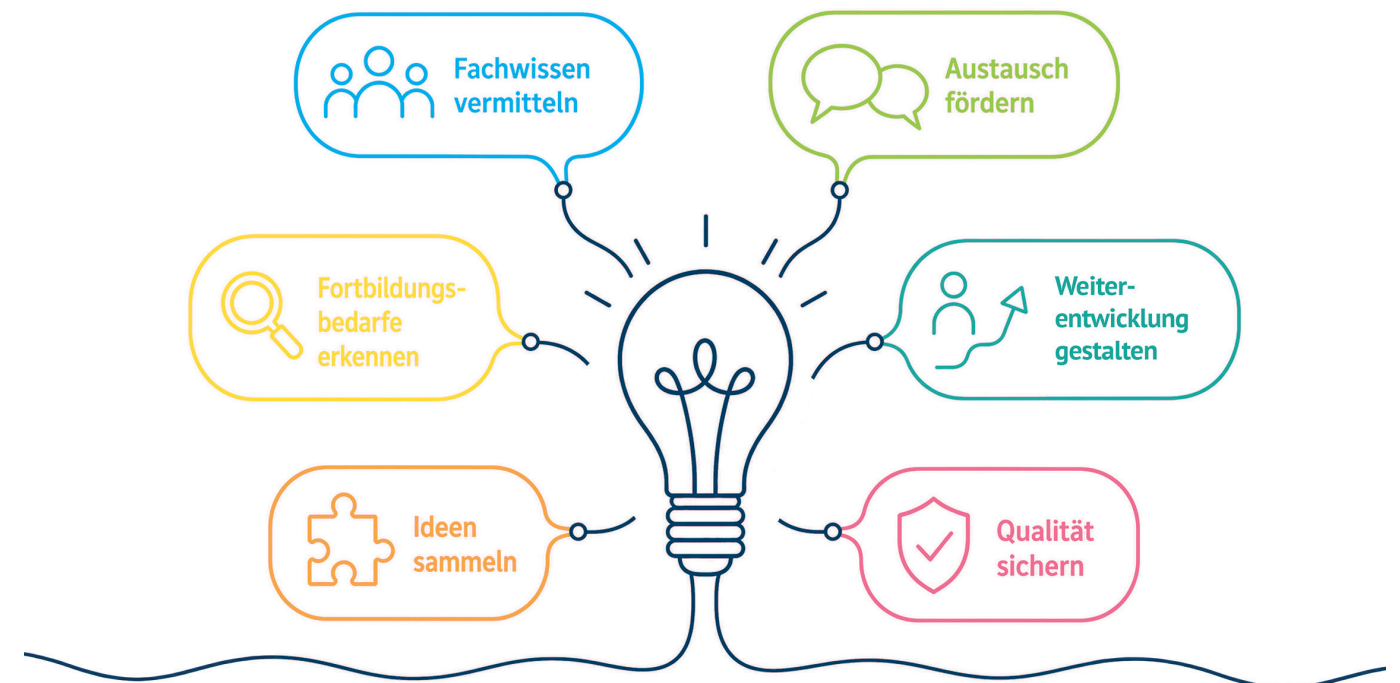
Den Abschluss der Reihe bildet am 8. Dezember 2026 die Veranstaltung „Familie im Fokus II – Die Sicherung des Kindeswohls in der Begleitung psychisch erkrankter Eltern und ihrer Kinder“. Hier stehen die Einschätzung von Kindeswohlgefährdungen, Handlungssicherheit im Schutzauftrag sowie die Zusammenarbeit im Hilfenetzwerk im Fokus.

Die Fortbildungen werden von Dagmar Gertulla und Wiebke Sonnenberger durchgeführt, die über langjährige Erfahrungen in der sozialpsychiatrischen Arbeit mit Familien verfügen. Neben fachlichen Impulsen bieten alle Veranstaltungen Raum für Praxisbeispiele, Fallbesprechungen und den Austausch mit anderen Fachkräften.

Weitere Informationen und Anmeldemöglichkeiten finden Interessierte bei FoCuS.

Qualitätssicherung in der Sozialen Arbeit

Fortbildungsausschuss



Der Fortbildungsausschuss der BRÜCKE, auch Fobiausschuss genannt, bildet die Schnittstelle zwischen der BRÜCKE Lübeck und Ostholstein und dem Fortbildungsinstitut FoCuS.

Im Leitbild des BRÜCKE-Fortbildungsinstituts FoCuS heißt es unter anderem: „Als Fortbildungsinstitut der BRÜCKE Lübeck und Ostholstein gGmbH bieten wir seit 2013 passgenaue Fortbildungen für den Bereich Sozial- und Gemeindepsychiatrie sowie das Thema Gesunde Arbeit an. Das Kerngeschäft von FoCuS ist die Analyse der Bedarfe der Branchen im Bereich Gesundheit und Soziales sowie die Organisation adäquater Fort- und Weiterbildungsangebote. Für die Umsetzung werden externe Expert*innen aus den jeweiligen Fachgebieten beauftragt. Auf diese Weise kommt FoCuS der Nachfrage nach Angeboten der Qualifikation vor Ort im Bereich Gesundheit und Soziales nach und vermittelt Fachwissen bezogen auf Anforderungen an qualifizierte Fachkräfte...“

Der Fortbildungsausschuss hat die Aufgabe, die ihm zugetragenen und ermittelten Fortbildungsbedarfe und -ideen aus den Teams der BRÜCKE sowie aus externen

Fachgremien zu erörtern, zu bewerten und für die weitere Planung vorzubereiten. Auf dieser Grundlage kann FoCuS passende Fortbildungen entwickeln, ausschreiben und durchführen.

Mit aktuellen Fortbildungsangeboten für Fachkräfte in der sozialen und sozialpsychiatrischen Arbeit leisten wir einen wichtigen Beitrag zur Qualitätssicherung und Weiterentwicklung unserer Angebote.

Das Gremium tagt in der Regel alle zwei Monate. Ihm gehören aktuell die Leitung des Fobiausschusses als Beauftragte der Geschäftsführung, die FoCuS-Hauptkordinatorin, die Fachleitung Eingliederungshilfe, eine Mitarbeiterin aus dem Bereich Behandlung und Rehabilitation, eine Angebotsleitung der Besonderen Wohnformen, eine Hauswirtschaftsleitung sowie zwei Mitglieder des Betriebsrats an.

Die Themen, mit denen sich der Fobiausschuss beschäftigt, spiegeln die Vielfalt der sozialen Arbeit wider. Sie reichen von Psychiatrie und Sucht über Inklusion und Sozialraumarbeit bis hin zur Kinder- und Jugendhilfe. Ebenso werden fachübergreifende Fragestellungen, Gesundheitsprävention, Stressbewältigung, Zeitma-

nagement sowie die Qualifizierung von Mitarbeiter*innen und Führungskräften aufgegriffen.

Aus diesen Bedarfen sind in den vergangenen Jahren zahlreiche Fortbildungen entstanden. Dazu zählen Angebote zu Autismus im Erwachsenenalter, posttraumatischen Belastungsstörungen und stoffungebundenen Süchten ebenso wie Seminare zu Partizipation, Teilhabe und Inklusion oder zur ressourcenorientierten Sozialraumarbeit. Weitere Schwerpunkte liegen in der Begleitung psychisch erkrankter Eltern und ihrer Kinder, der Kommunikation in kritischen Situationen, der motivierenden Gesprächsführung, dem Recovery-Gedanken sowie der Gesundheitsförderung, dem Selbst- und Zeitmanagement und dem Umgang mit Mitarbeiter*innen mit psychischer Erkrankung.

Wer Ideen oder Anregungen für den Fortbildungsausschuss hat, kann diese gerne per E-Mail einreichen.

Fortbildungsausschuss der BRÜCKE
E-Mail: fobi@die-bruecke.de
Leitung Christiane Sommer
E-Mail: c.sommer@die-bruecke.de

Von der Ausbildung bis heute – so sind wir im Unternehmen gewachsen



Ein Kaffee, zwei Kolleginnen und viele Erinnerungen: An einem ruhigen Nachmittag sitzen wir, Lisa und Lorena, zusammen und blicken auf unseren Werdegang bei der BRÜCKE zurück.

Uns verbindet die Ausbildung zur Kauffrau im Gesundheitswesen. Was uns unterscheidet? Unsere Berufswege danach – die am Ende doch zum gleichen Ziel geführt haben: in die Personalabteilung.

Lisa: Wenn man heute so darüber spricht, unsere Wege waren schon ziemlich unterschiedlich, oder?

Lorena: Auf jeden Fall! Für mich stand eigentlich schon während des Ausbildungsabschnitts in der Personalabteilung fest, dass ich nach der Ausbildung dort arbeiten möchte.

Lisa: Das finde ich immer noch beeindruckend. Ich hatte damals überhaupt noch keine konkrete Vorstellung davon, wohin meine Reise einmal gehen soll. Warum warst du dir so sicher, dass du nach der Ausbildung in die Personalabteilung möchtest?

Lorena: Mir haben die Abwechslung und die Vielfältigkeit sehr gut gefallen. Kein Tag ist wie der andere, aber trotzdem hast du immer wiederkehrende Aufgaben wie z. B. die monatliche Lohn- und Gehaltsabrechnung. Es ist eine Dienstleistungsabteilung, man hat viel Kontakt zu den Kolleg*innen und außerdem sehr viel Verantwortung. Das hat mir gefallen. Wie ging es denn bei dir nach der Ausbildung weiter?

Während Lorena ihr Ziel klar vor Augen hatte, fand Lisa ihren Weg Schritt für Schritt.

Lisa: Ich wurde nach der Ausbildung in der Psychiatrisch-psychotherapeutischen Praxis übernommen und war dort am Empfang

und in der Abrechnung der ärztlichen Leistungen tätig.

Lorena: Wie hast du die erste Zeit nach der Ausbildung erlebt?

Lisa: Der Arbeitsalltag war von Anfang an sehr vielseitig. Am Empfang ist man oft die erste Anlaufstelle für Patient*innen, aber auch für organisatorische Themen. Dadurch lernt man schnell, den Überblick zu behalten und flexibel auf unterschiedliche Situationen zu reagieren. Durch die Abrechnung bekommt man einen sehr genauen Einblick in die Abläufe im Gesundheitswesen. Gerade die Kombination aus direktem Kontakt und administrativen Aufgaben hat meinen Arbeitsalltag besonders abwechslungsreich gemacht. Du bist ja nach der Ausbildung als Mitarbeiterin in der Personalabteilung übernommen worden. Wie war der Einstieg für dich?

Lorena: Durch die Ausbildung war mir die Tätigkeit natürlich vertraut, aber es war trotzdem umfangreich vor allem im Hinblick auf gesetzliche Themen und die große Vielfalt an Aufgaben. Ich habe trotzdem schnell gemerkt, dass es genau die richtige Entscheidung war und habe immer noch sehr viel Freude an der Arbeit hier. Du warst parallel ja auch noch in anderen Angeboten eingesetzt, oder?

Lisa: Genau. Ich war zusätzlich in der RPK (Rehabilitationseinrichtung für Menschen mit psychischen Erkrankungen) tätig und habe dort ebenfalls die Leistungsabrechnung übernommen. Besonders spannend war, dass ich in den Prozess eingebunden war, den Datenträgeraustausch mit verschiedenen Kostenträgern einzurichten.

Ein weiterer Schritt brachte Lisa näher an die Personalarbeit.

Lorena: Und wie bist du dann zum BEM (Betriebliches Eingliederungsmanagement) gekommen?

Lisa: Ich habe mich intern auf die ausgeschriebene Position beworben, um neue Erfahrungen zu sammeln und mein Wissen zu erweitern. Seitdem führe ich als Fallmanagerin Gespräche mit Mitarbeitenden.

Lorena: Wann hast du gemerkt, dass du in die Personalabteilung möchtest?

Lisa: Das war ein schleichender Prozess. Durch das BEM und den Kontakt mit den Mitarbeitenden habe ich gemerkt, wie sehr mich diese Themen interessieren.

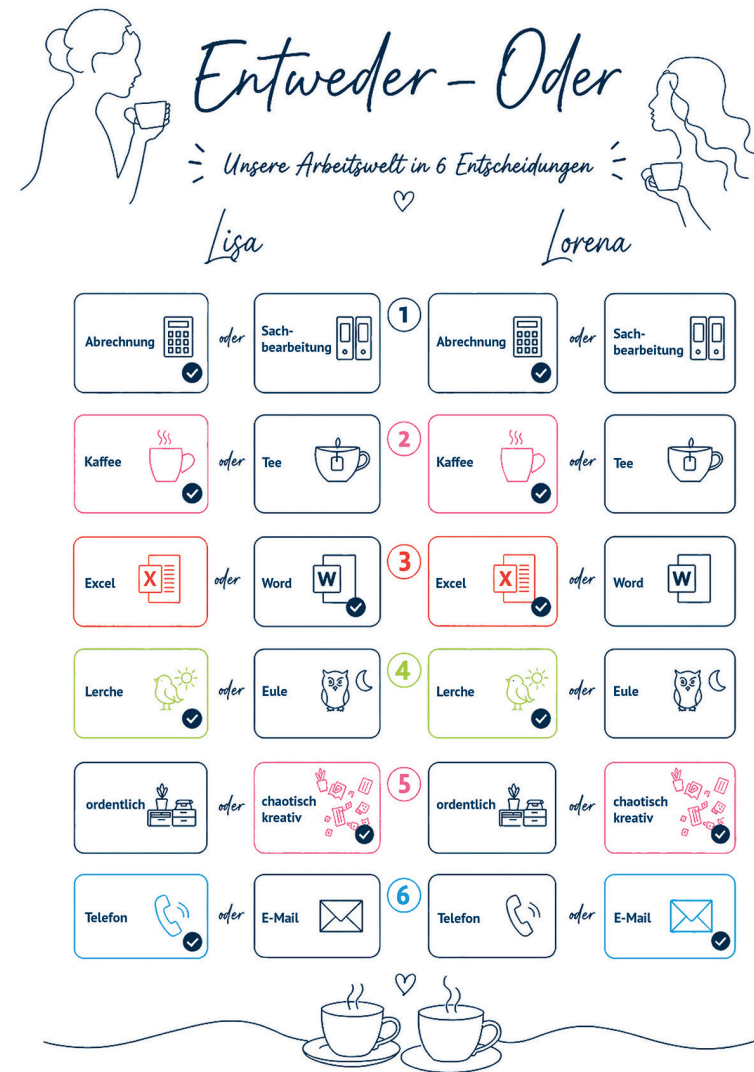
Lorena: Und jetzt bist du schon einige Monate bei uns. Wie fühlt sich das an?

Lisa: Es ist nach wie vor sehr aufregend, gleichzeitig aber auch unglaublich interessant. Besonders spannend finde ich den Perspektivwechsel: Man betrachtet viele Themen plötzlich ganz anders. Für mich fühlt es sich genau richtig an.

Lorena entwickelte sich parallel gezielt weiter.

Lisa: Du hast ja auch noch eine Weiterbildung gemacht, oder?

Lorena: Genau. Ich habe die Weiterbildung zur Personalfachkauffrau erfolgreich abgeschlossen und konnte so mein Wissen – vor allem in arbeitsrechtlichen und personalwirtschaftlichen Themen



– vertiefen und erweitern. Dass DIE BRÜCKE mir das ermöglicht und mich dabei unterstützt hat, freut mich immer noch sehr.

Heute übernimmt Lorena Verantwortung in der Ausbildung.

Lisa: Und mittlerweile bist du sogar Ausbilderin.

Lorena: Ja :) Meinen Ausbilderschein habe ich im Zuge der Weiterbildung auch gemacht, und nun darf ich unsere Auszubildenden Kaufleute im Gesundheitswesen während ihrer Ausbildung unterstützen und begleiten. Das macht mir sehr viel Spaß. Dadurch, dass ich die Ausbildung auch hier gemacht habe, hilft es mir enorm die Azubis zu verstehen und bestimmte Situationen nachzuvollziehen.

Unterschiedliche Wege – die sich heute ergänzen.

Lisa: Rückblickend ist es besonders wertvoll, dass wir uns auf ganz unterschiedliche Weise entwickeln konnten, um unsere persönlichen Erfahrungen im Unternehmen zu sammeln.

Lorena: Allerdings. Dafür sind wir der BRÜCKE sehr dankbar.

Unsere beruflichen Entwicklungen hätten kaum unterschiedlicher sein können – vom klaren Ziel während der Ausbildung bis hin zu einem Weg, der sich erst mit der Zeit entwickelt hat. Und genau das zeigt: Es gibt nicht den einen richtigen Berufsweg. Vielmehr sind es die Erfahrungen, die man unterwegs sammelt, die einen prägen und weiterbringen.

Lisa Mielentz und Lorena Pelka

Ausbildung Kaufleute (m/w/d) im Gesundheitswesen

Wichtige Informationen auf einen Blick:

Ausbildungsdauer:

3 Jahre

Ausbildungsort:

Lübeck

Der schulische Teil der Ausbildung findet im Blockunterricht an der Beruflichen Schule des Kreises Ostholstein in Eutin statt.

Ausbildungsstart:

jeweils zum 01. August

Arbeitszeit:

Vollzeit: 38,5 Wochenstunden

Urlaubsanspruch:

32 Tage pro Jahr

Voraussetzung:

Eine gute mittlere Reife oder ein höherwertiger Schulabschluss

Stationen Deiner Ausbildung:

- Assistenz der Geschäftsführung/Sekretariat
- Personalabteilung
- Finanzbuchhaltung inkl. Controlling
- Weitere mögliche Einsatzorte:
- Tagesklinik
- Sozialpsychiatrische Institutsambulanz
- Praxis für Psychiatrie und Psychotherapie
- Sozialpsychiatrischer Fachpflegedienst
- Arbeits- und Dienstleistungsnetzwerk

Diese Ausbildung ist genau das Richtige für Dich, wenn Du ...

... Dich für das Gesundheitswesen interessiert.

... Freude an der Arbeit im Team hast.

... gerne strukturiert, gewissenhaft und selbstständig arbeiten möchtest.

... schon mal mit den Office-Anwendungen am PC gearbeitet hast.

Du möchtest gerne mehr zu diesem Ausbildungsgang erfahren?

Melde Dich gerne telefonisch bei den verantwortlichen Ausbilderinnen unter der Telefonnummer: 0451 140 08-49.

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung!

Der Betriebsrat informiert:

Miteinander lohnt sich – heute mehr denn je



Der am 9.3.2026 neugewählte Betriebsrat auf der Terrasse in den Zentralen Diensten in Lübeck.

Harambee ist der offizielle Wahlspruch Kenias und bedeutet auf Swahili etwa so viel wie: „Lasst uns alle zusammen an einem Strang ziehen!“ Dieses Prinzip mag zunächst im Widerspruch zu betrieblichen Realitäten stehen, bei denen Interessen von Beschäftigten und Unternehmensleitung oftmals in unterschiedliche Richtungen weisen. Genau dieser Umstand liegt auch dem Wesen des Betriebsverfassungsgesetzes zugrunde, das den Interessenausgleich im Betrieb akribisch regelt. Zentrales Instrument ist hierbei der von der Belegschaft in demokratischer Abstimmung zu wählende Betriebsrat. Er steht – neben den Gewerkschaften – an vorderster Stelle, um die Interessen der Beschäftigten zu vertreten und – ggf. unter Einsatz arbeitsrechtlicher Mittel – auch durchzusetzen.

Auf der betrieblichen Ebene formuliert §2 (1) BetrVG: „Arbeitgeber und Betriebsrat arbeiten unter Beachtung der gel-

tenden Tarifverträge vertrauensvoll und im Zusammenwirken mit den im Betrieb vertretenen Gewerkschaften und Arbeitgebervereinigungen zum Wohl der Arbeitnehmer und des Betriebs zusammen.“ Dem Agieren des Betriebsrats werden mit diesem Grundsatz Grenzen gesetzt. Er darf zum Beispiel keine Entgeltverhandlungen führen oder zum Streik aufrufen. Dies ist den – im Betrieb vertretenen – Gewerkschaften vorbehalten.

Das Streikrecht ist das stärkste Instrument der Arbeitnehmerschaft. Es ist arbeitsrechtlich vorwiegend durch Rechtsprechung geregelt (das Tarifvertragsgesetz, TVG, regelt nur die Tariffähigkeit als Grundlage für legale Streiks). Dieses Instrument ist für die Belegschaft der BRÜCKE nur bedingt aufrufbar, etwa um das Unternehmen zum Abschluss eines Tarifvertrags zu bewegen (nicht aber bei Entgelt (= Tarif)fragen). Aus Sicht der Beschäftigten wäre dies grundsätzlich wünschenswert, da ein solcher Vertrag an vielen Stellen Rechtssicherheit

gewährt. Ohne ihn entscheidet die Geschäftsführung allein, wohin die Reise bei Entgelten, zusätzlichen Leistungen oder auch in der Beschäftigungssicherung geht. Trotz dieser formalen Einschränkungen hat der Betriebsrat ein gewichtiges Mandat, um Interessen der Belegschaft durchzusetzen oder zumindest anzubringen. Selbst wenn sich Mitbestimmung vielfach auf Mitwirkung begrenzt, gibt es für ein Gremium als Interessenvertretung eine Vielzahl von Ansatzpunkten, um Arbeitsbedingungen mitzugestalten. Der Betriebsrat kann an vielen Stellen einwirken (z. B. Arbeitszeit, Arbeitsschutz, angemessene Personalbesetzung) und hat auch ein umfassendes Informationsrecht in Hinblick auf die Personalplanung.

Eine Besonderheit ist noch zu erwähnen, die die betriebliche Situation der BRÜCKE prägt: Die Unternehmung wirkt im Bereich der Sozialwirtschaft, die Ausrichtung als gemeinnützige GmbH erfolgt auf die satzungsmäßigen Zwecke, es gibt keine Stakeholder, die mit der Aktivität Dividende erzielen können. Dies vereinfacht die Unternehmensführung nicht, im Gegenteil: Die Gegebenheiten des Sozial(leistungs)-rechts verkomplizieren die wirtschaftliche Steuerung gegenüber einem Unternehmen, das „frei am Markt“ agiert.

Was bedeutet all dies nun für die Arbeit unseres Betriebsrats? Einige formal definierte Rechte und Instrumente stehen ihm nicht oder nicht ohne Weiteres zur Verfügung. Andererseits dürfte die Schnittmenge der Interessen z. B. in Hinblick auf die Ausrichtung des Unternehmens auf ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige, mildtätige oder kirchliche Zwecke sehr viel größer sein als bei einem gewerblichen Unternehmen. Was aber wiederum eine konsequente Vertretung der Beschäftigteninteressen vor besondere Herausforderungen stellt (Klienten vs. Beschäftigtenwohl).

So bleibt Mitbestimmung ein oftmals zäher und mühseliger betrieblicher Prozess, der sich auch immer mit Personen in ihrer Unterschiedlichkeit und Wandelbarkeit verbindet. Wie im allgemeinen Geschäftsleben auch baut das langfristige Ergebnis

des Interessenabgleichs nicht zuletzt auf der Gewachsenheit von Zusammenhängen und Vertrauen auf zwischenmenschlicher Ebene auf. Die große Politik scheint uns diesen Zusammenhang gerade in seiner Verkehrung zu demonstrieren.

„Vertrauensvoll“ heißt für uns als Betriebsrat deshalb – im Rahmen der durch das BetrVG vorgegebenen „Leitplanken“ – vor allem, fair und auf Augenhöhe miteinander umzugehen und Spielräume mit Augenmaß zu nutzen. Spielräume entstehen für den BR z. B. durch rechtzeitige und umfassende Informationen durch die Geschäftsführung (wieder ein Rechtsbegriff aus dem BetrVG). Hier bauen wir auf vielfältigen und verbindlichen Informationsflüssen und Besprechungsformaten auf, auch weit über das hinaus, was das Gesetz vorsieht. Ein Indikator für die gute Wirkung dieser Praxis sind die kontinuierlich guten bis sehr guten Ergebnisse bei Zufriedenheitsbefragungen, die von dem Anbieter Great Place to Work im Dreijahresrhythmus durchgeführt werden. Aber auch hier kommt es darauf an, die entwickelten Besprechungsformate bei der Auswertung (vom BR) aktiv zu nutzen, um an verbesserungswürdigen Arbeitsbedingungen auch tatsächlich etwas verändern zu können.

Als hartes Kriterium für den Erfolg der kontroversefreudigen wie vertrauensvollen Zusammenarbeit zwischen Betriebsrat und Geschäftsführung mag die sehr hohe Arbeitsplatzsicherheit angesehen werden. Diese zeichnet den sozialen Bereich zwar allgemein aus, verbindet sich aber zudem bei uns mit einer niedrigen Fluktuation. Diesen Status aufrechtzuerhalten, bedarf der weiteren Anstrengung aller beteiligten Gruppen, denn er ist Ergebnis eines langen Prozesses. Und mit den fortlaufenden Sozialkürzungen in unserem Land kommen wachsende Herausforderungen auf uns zu. Diesen zu begegnen, wird dann immer mehr nicht allein die Aufgabe der Unternehmensleitung oder gewählter Vertretungen sein – hier werden Beschäftigte wie auch die Nutzer*innen sich einsetzen müssen, damit das Ziehen an einem Strang weiterhin Erfolgsmodell bleiben kann.

Betriebsrat

DIE BRÜCKE Lübeck und Ostholstein

Tel.: 0451 16 08 47 87

E-Mail: betriebsrat@die-bruecke.de

Sprechstunde: Mi. 10:45 bis 11:45 Uhr

Mitarbeiter*innen

Jubiläen

Herzlichen Glückwunsch,
ein großes Dankeschön!

35 Jahre

Tilman Schomerus

30 Jahre

Stefanie Bender

Ingrid Beckendorff

25 Jahre

Dr. Antje Burfeind

Christina Coban

Michael Kitzig

Judith Seidel

Britta Vetter

(+2*)

20 Jahre

Viviane Füllgraf

Marita Lüth-Greif

Stefanie Nölting-Matthiessen

Hanne Sinon

Christoph Stapperfenne

(+1*)

15 Jahre

Marion Ellendt-Siefert

Tanja Gillett

Nadine Sybille Hartkopf

Diana Idili

Annett Japp

Julia Kilchenstein

Christin Mohwinkel

Ute Westphalen

Ivo Zsiros

(+4*)

10 Jahre

Petra Leuers

Julian Martin

Gesa Rühl

Malte Schweim

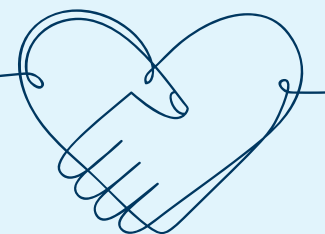
Nadine Stypmann

Alexa Timm

(+11*)

*weitere Kolleg*innen, die aus datenschutzrechtlichen Gründen nicht genannt werden.

Grafik: präsent/Adobe Stock



Auf einen Kaffee mit ...



Helge Wulf

Wohnhaus Kurzer Weg 9, Lübeck

Nach meinem erfolgreich abgeschlossenen dualen Studium der Sozialen Arbeit, das ich bereits bei der BRÜCKE absolviert habe, habe ich im Wohnhaus Kurzer Weg 9 angefangen. Hier im Haus begleite ich die Bewohner*innen bei ihrer individuellen Lebensplanung und unterstütze sie in verschiedenen Lebensbereichen. Ob im Haushalt, bei Terminen oder bei der persönlichen Freizeitgestaltung – es ist immer abwechslungsreich.

Ich mag meinen Job, weil jeder Tag anders ist. Es gibt feste Termine und vorhersehbare Routinen, und dennoch bleibt Raum, um neue Ideen zu entwickeln und die Bewohner*innen individuell zu begleiten. Die Arbeit mit ihnen erfordert eine flexible Arbeits- und Denkweise, um täglich angemessen auf unterschiedliche Situationen reagieren zu können. Das gefällt mir.

Ausgleich finde ich im Alltag vor allem in Bewegung: Die Arbeitswege mit dem Fahrrad zu bewältigen, hilft mir enorm. Wenn das Wetter sehr schlecht ist, höre ich im Auto Musik meiner Lieblingsband. Zu Hause richte ich mir neben dem Familienalltag Auszeiten beim Sport ein, zum Beispiel beim Badminton oder Joggen.

Grafik: Claudia Remeth



Gustav Bargholz

Tageszentrum Heiligenhafen

Seit 19 Jahren arbeite ich bei der BRÜCKE und durfte bisher in vielen unterschiedlichen Angeboten – zeitweise auch parallel – tätig sein.

Zurzeit bin ich im Tageszentrum Heiligenhafen in der Bezugsassistenz und erarbeite mit den Teilnehmenden individuelle Wege, um deren selbst gesetzte Ziele zu erreichen. Unterstützung gebe ich dabei in den Bereichen soziale Kompetenzen, kognitive Fähigkeiten, Bewegung, Hauswirtschaft und Handwerk, die in den einzelnen Wochenplänen abgestimmt werden. Nebenbei bin ich im Betriebsrat und leite hin und wieder Praktikant*innen an.

Ich mag meinen Job, weil die Befindlichkeiten aller Beteiligten stark variieren und wir uns täglich neu auf unsere Arbeit einstellen müssen. Ich mag, dass wir uns im gesamten Team aufeinander verlassen können, uns unterstützen und gemeinsam Lösungen finden.

Außerdem schätze ich, dass es innerhalb der BRÜCKE möglich ist, in unterschiedlichen Betreuungsangeboten tätig zu sein und auch neue Projekte zu begleiten und mitzugestalten.

Meinen Ausgleich finde ich darin, Zeit im Garten, mit den Hunden, im „Oldtimer-Trecker-Stammtisch“ und im Theaterverein zu verbringen. Ganz wichtig für mich ist außerdem meine Familie. Spaziergänge, Fahrradtouren oder Treffen mit Freund*innen sind für mich weitere Möglichkeiten, einen Ausgleich zu schaffen.



Johanna Ahrens

ZKPI, Lübeck

2021 absolvierte ich im Rahmen meines Studiums der Sozialen Arbeit ein Praktikum im Tageszentrum in der Engelsgrube. Ein Jahr später begann ich dort mein Anerkennungsjahr. Nach zwei Jahren wechselte ich zum Zentrum für kulturelle und psychosoziale Integration (ZKPI), wo ich heute in der Tages- und Begegnungsstätte arbeite.

Besonders viel Freude macht mir die Bewegungsgruppe. Gemeinsam probieren wir Ballsportarten aus, machen Fitness-Workouts oder spazieren um den Tremser Teich. Außerdem begleite ich Angebote wie Entspannung, Kochgruppe oder Tageschau in einfacher Sprache. Ein weiterer Schwerpunkt ist die sozialpädagogische Begleitung der Besucher*innen, etwa bei behördlichen Anliegen oder der Vermittlung in das Gesundheitssystem.

Einmal pro Woche begleite ich im Tageszentrum in Lübeck das offene Angebot „Querweg für junge Erwachsene zwischen 18 und 30 Jahren“. Besonders schön ist es, deren Entwicklung mitzuerleben und ihr wachsendes Selbstvertrauen zu sehen.

An meiner Arbeit im ZKPI schätze ich die Abwechslung und die kulturelle Vielfalt. Hier begegnen sich Menschen aus vielen Ländern und entdecken Gemeinsamkeiten.

Ausgleich finde ich bei meiner Familie und meinen Freund*innen, beim Sport, Nähen, Malen oder Kochen. Und ganz wichtig: Ohne Kickerpausen geht es im ZKPI nicht mehr!

Bernd Kreuder-Sonnen Vereinsvorstand

Kurzportrait

Seit 1989 engagiert sich der frühere Rechtsanwalt und Notar im BRÜCKE-Verein. Gleich zu Beginn seiner Mitgliedschaft wurde er als Schriftführer in den Vorstand gewählt, später, bis 2014, fungierte er als Vorsitzender. Aktuell ist er 1. stellvertretender Vorsitzender. Mit 77 Jahren ist er der Älteste in der Vorstandsriege. Seit vier Jahren ist er im Ruhestand, aber seine ehrenamtliche Tätigkeit übt er weiterhin mit Leidenschaft aus. Fit hält er sich mit Hockey. Auch dort ist er der „Alterspräsident“, aber das ist ihm egal, solange man ihn noch mitspielen lässt, sagt er und lacht.

Mit seiner Expertise als Jurist steht er auch heute noch dem Verein beratend zur Seite. Eine der wesentlichen Aufgaben im Vorstand ist die Unterstützung betroffener Menschen außerhalb professioneller Hilfen. Chronisch kranke Menschen leben oft einsam, isoliert und müssen trotz staatlicher Hilfen mit sehr wenig Geld auskommen. Die Organisation dieser Alltagshilfen macht einen großen Teil der Vorstandsarbeit aus. „Die vielen Dankeschreiben und Rückmeldungen derjenigen, denen wir damit helfen können, sind Bestätigung und Motivation für unsere Vereinsarbeit. Darüber freuen wir uns ganz außerordentlich“, sagt Bernd Kreuder-Sonnen.

Neben den Vorstandstreffen gehört für ihn auch die Teilnahme an den jährlichen Gesellschafterversammlungen der BRÜCKE Lübeck und Ostholstein gGmbH zu seinen Aufgaben. Als Gesellschafter bestimmt der Verein die Ausrichtung und Weiterentwicklung der gGmbH wesentlich mit. „Insgesamt ist die Arbeitsbelastung für ein Vorstandsmitglied aber überschaubar und auch neben einer hauptberuflichen Tätigkeit gut zu leisten“, sagt Kreuder-Sonnen im Hinblick auf den Vereinsnachwuchs, denn Mitgliederwerbung ist ein weiteres Thema, das ihn und seine Mitstreiter*innen beschäftigt. So konnte z. B. der 2. stellvertretende Vorsitzende Wilhelm Manegold, den Kreuder-Sonnen beruflich kannte, vor einigen Jahren angeworben werden.

25 Jahre Engagement – Sieglinde Ohde

In diesem Jahr feiern wir das 25-jährige Jubiläum von Sieglinde Ohde als ehrenamtliche Mitarbeiterin und Mitglied des Vorstandes. Frau Ohde leitet seit vielen Jahren die beliebte Malgruppe in der Engelsgrube und erfreut sich sowohl im Kreis der ehrenamtlich Tätigen als auch bei den Besucher*innen großer Wertschätzung. Unermüdlich, zuverlässig und mit großem Engagement begleitet sie die Malgruppe. Die jährlichen Ausstellungen in Dänemark sowie die aktuelle Ausstellung im ADiNet-Restaurant Pons an der Untertrave 71-73 in Lübeck sind nur einige der Höhepunkte ihres langjährigen Wirkens. Auch im Vorstand ist Frau



*Ich persönlich empfinde die Arbeit im
BRÜCKE-Verein als sehr bereichernd*

Insgesamt gestaltet sich das Anwerben von Ehrenamtlichen und Vereinsmitgliedern aber schwierig. Gerade bei Berufstätigen besteht aus Zeitgründen oft wenig Bereitschaft, sich in der Freizeit ehrenamtlich zu engagieren. „Das ist zwar verständlich“, sagt Kreuder-Sonnen, „aber auch ohne Zeitaufwand kann man als passives Mitglied schon mit einem jährlichen Mindestbeitrag von 15 Euro, der zudem als Spende steuerlich absetzbar ist, Gutes tun.“ (Anm. der Redaktion: Jedes Vereinsmitglied bekommt kostenlos unser einmal jährlich erscheinendes BRÜCKE-Magazin.)

Ohne den Verein würde ein wesentlicher Bestandteil der BRÜCKE fehlen. Die Zielsetzungen der Gemeinnützigkeit, Gleichberechtigung und sozialen Teilhabe gehen auf den 1973 gegründeten Verein zurück und bestimmen bis heute Leitbild und Kultur des Unternehmens. Offene Angebote, die für alle Interessierten frei und kostenlos zugänglich sind, wie z. B. die Theater-AG, der BRÜCKE-Chor, der monatliche DaBeiSein-Treff und diverse Sportangebote, werden ehrenamtlich begleitet, zum Teil von Personen, die gleichzeitig Mitarbeitende der BRÜCKE sind oder waren.

Kontakt: Die BRÜCKE Lübeck und Ostholstein e. V. siehe Seite 5

Ohde eine verlässliche Stütze. Als Schriftführerin sorgt sie mit großer Sorgfalt für die Dokumentation der Vorstandsarbeit. Darüber hinaus ist sie Ansprechpartnerin für alle Belange der ehrenamtlich Tätigen innerhalb der BRÜCKE.

*Die gesamte BRÜCKE dankt Frau Ohde herzlich für
ihr 25-jähriges Engagement und wünscht sich noch
viele weitere Jahre der guten und vertrauensvollen
Zusammenarbeit!*

Nachrufe

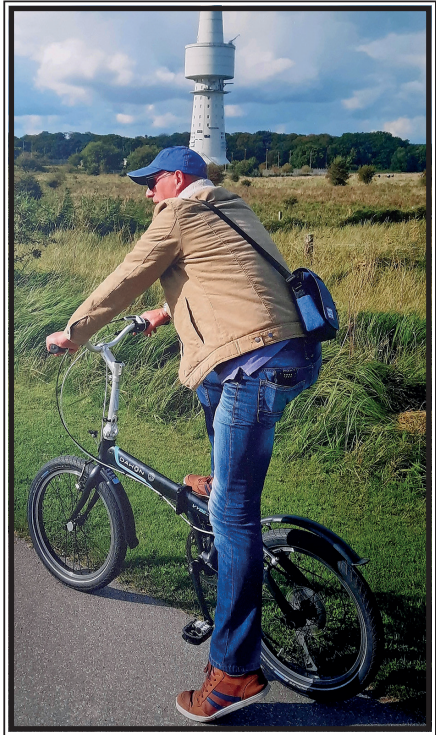
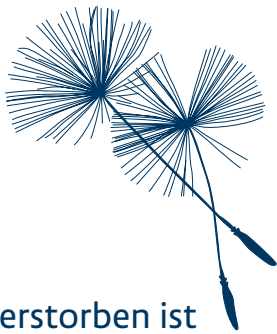


Foto: Privat

Ein offener Brief an unseren Kollegen **Peter Feldtmann**, der im November 2025 verstorben ist

Lieber Peter,
es war schön, morgens von dir mit einem freundlichen, verschmitzten Lächeln begrüßt zu werden. Egal, worum es ging – ein defektes Licht, ein ziemlich kaputtes Fahrrad oder mal wieder die Suche nach Nervennahrung: Du hattest eine Lösung, und auf die gut gefüllte Naschi-Ecke war stets Verlass.
Deine „nicht pädagogische“, reflektierte Meinung war oft so wertvoll – erfrischend, klar und schnörkellos. Dabei war sie immer eingebettet in eine respektvolle und wertschätzende Haltung gegenüber allen Menschen.
Für die Klient*innen warst du ein klares, bodenständiges und humorvolles Gegenüber. So schnell konnte dich kaum etwas aus der Ruhe bringen. Gern hast du dabei deine Oma zitiert: „Wenn du es eilig hast, gehe langsamer.“
Typisch für dich war dein Optimismus. Du wolltest nicht lange bei Problemen verweilen, sondern nach vorn schauen, Dinge anpacken und auch anderen diese Haltung vermitteln. Immer wieder erinnern wir uns an dich und fragen uns, was du wohl zu der einen oder anderen Situation sagen würdest. Und wir bilden uns ein, die Antwort oft ziemlich gut zu kennen. Das ist ein schöner Gedanke, denn auf diese Weise bist du immer wieder ein Stück weit bei uns.
Wir möchten uns für deine Offenheit, auch im Umgang mit deiner Erkrankung, bedanken. Das hat es etwas leichter gemacht. Dich ein Stückchen dabei begleiten zu dürfen ist jetzt irgendwie tröstlich.

*Deine Kolleg*innen der Tagesstätte Kerckringstraße*



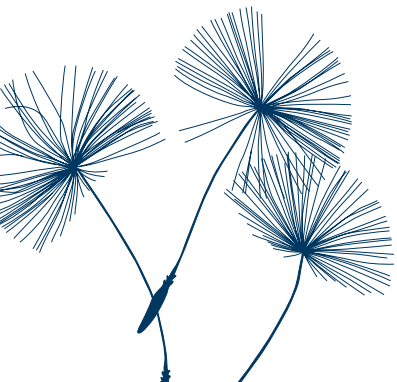
Zum Abschied von **Natalie Borth** (1965 – 2025)

Im November 2025 hat uns die Nachricht erreicht, dass Natalie Borth ganz unerwartet verstorben ist, unsere ehemalige Kollegin, langjährige BRÜCKE-Mitarbeiterin, Ergotherapeutin bei der RPK, Rehabilitationseinrichtung für Menschen mit psychischen Erkrankungen.

Rainer Maria Rilke hat über das Sterben geschrieben: „Wenn ihr mich sucht, sucht mich in euren Herzen. Habe ich dort eine Bleibe gefunden, werde ich immer bei euch sein.“ Diese Bleibe hat Natalie sicherlich bei vielen gefunden, nicht nur bei ihren engsten Angehörigen, ihrer Familie und ihren Freund*innen, sondern auch bei uns, die ihr bei der BRÜCKE im Laufe der Jahre begegnet sind. Warmherzigkeit, Kollegialität, ihr typischer trockener Humor und ihre Schlagfertigkeit machten sie ebenso aus wie ihr ganz besonderer Umgang mit unserer Klientel: immer auf Augenhöhe, mit viel Verstand und Verständnis für die ganz individuellen Lebenswege und Geschichten hinter den „Diagnosen“.

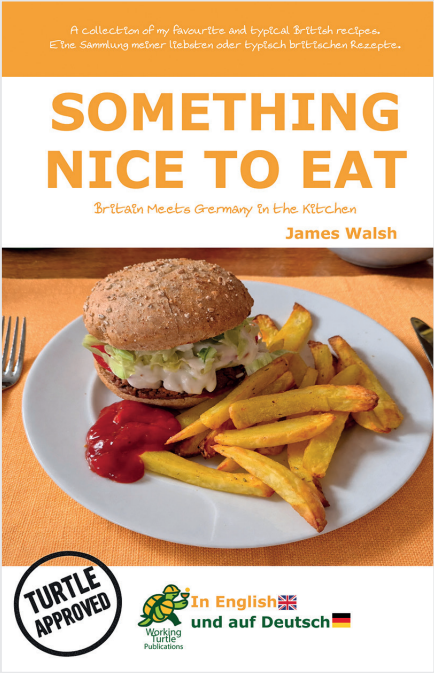
Als wir im Team von Natalies Tod erfahren haben, waren wir geschockt. Das Sterben macht uns alle immer wieder sprachlos und demütig. Und gleichzeitig geht der Blick noch einmal ganz in Richtung der Lebendigkeit. Gemeinsam mit allen, die Natalie kannten, teilen wir Erinnerungen: viele lustige, fröhliche, gesellige, bemerkenswerte Erlebnisse, aber auch Ernstes und bisweilen Schmerzhaftes – die ganze Farbpalette des Lebens eben! Danke, Natalie!

*Im Namen aller Mitarbeiter*innen des Teams der RPK Lübeck*



Gern gelesen ...

Cover v. L.: Working Turtle Publications, Frankfurter Verlagsanstalt, Carl Hanser Verlag



James Walsh
„Something Nice To Eat“
Working Turtle Publications, 2026
ISBN: 979-8-1958-1937-8

Es ist ein warmherziges, persönliches und bodenständiges Kochbuch voller ehrlicher Hausmannskost. Der Autor stammt ursprünglich aus Großbritannien und lebt seit über dreißig Jahren in Deutschland. Dadurch verbindet das zweisprachige Buch seine britischen Wurzeln mit den Einflüssen und Entdeckungen, die durch sein Leben in Deutschland entstanden sind. James berichtet: „Einige Rezepte und Ideen habe ich erst in Deutschland kennen- und lieben gelernt. Gerade diese Mischung aus meinen britischen Wurzeln, neuen Erfahrungen und einfacher Alltagsküche macht das Buch für mich besonders. Die Rezepte sind praktisch, leicht verständlich und für echte Küchen gedacht, nicht nur für schöne Fotos.“ Es gibt Familienlieblingsgerichte, vegetarische Ideen und einfache Mahlzeiten, die gut machbar sind. James möchte zeigen, dass gutes Essen nicht kompliziert sein muss.

James Walsh hat während seiner Beschäftigung in der ADiNet-Digitaldruckerei der BRÜCKE unter anderem gelernt, Druck-sachen zu gestalten. Ein schönes Beispiel, was entstehen kann, wenn man einfach mal macht!
Das Buch ist nur über Amazon als Hardcover, Taschenbuch und E-Book erhältlich.



Mechthild Lanfermann
„Wahnsinnszeit“
Frankfurter Verlagsanstalt GmbH, 2026
ISBN: 978-3-627-00344-9

Obwohl der Titel es nahelegt, braucht es eine Weile, bis beim Lesen auffällt, dass eine der Personen psychotisch erkrankt ist. Das Buch beschreibt freundschaftliche Beziehungen zur Wendezeit (1989 – 1991) unter jungen Menschen, die sich beruflich und persönlich in einer Orientierungs- und Wachstumsphase befinden. Der familiäre Hintergrund der Personen spiegelt den Zeitgeist und macht die Romanfiguren zu lebendigen Akteur*innen. Das Buch zeigt eindringlich, wie Zuneigung den Blick verzerren kann und das von der Erkrankung geprägte Handeln nicht als solches erkannt, sondern irgendwie erklärt, gerechtfertigt und „schöngedacht“ wird. Dabei kommt es zum Glück völlig ohne moralisierende Passagen aus.



Kristina Hauff
„Schattengrünes Tal“
Carl Hanser Verlag GmbH & Co.KG, 2025
ISBN: 978-3-446-28428-9

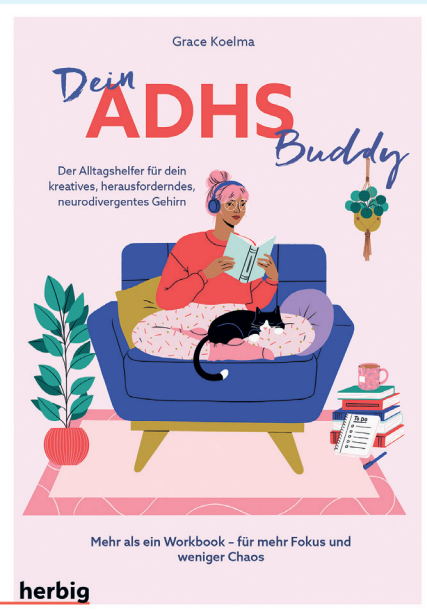
Wer Interesse daran hat, zu verstehen, wie sich aus Unsicherheit, Hilfsbereitschaft und Missverständnissen aufgrund fehlender Kommunikation eine gefährliche Mischung zusammenbraut, ist bei diesem Buch richtig. Handlungsort ist ein veraltetes Hotel im Schwarzwald und die Stimmung des Buches ist stellenweise so dunkel wie der auf den Herbst zusteuende Wald. Beklemmend ist aber nicht die Natur, sondern der Verlust der eigenen Wahrnehmung und die Fähigkeit, Situationen richtig einschätzen zu können. Familienkonflikte, Geheimnisse und Betrug werden aus vier Perspektiven erzählt. Die Romanfiguren werden immer komplexer und gewinnen an Tiefe; so bleibt es spannend.

Bücherwurm · Second-Hand-Buchladen
Beschäftigungsprojekt für Menschen mit seelischer Beeinträchtigung in Ostholstein der BRÜCKE Tageszentren. Es werden dort Buchspenden entgegengenommen, katalogisiert und günstig wieder verkauft.
Online den Bestand einsehen und reservieren: <https://buecherwurm.die-bruecke.de>

Eutin · Albert-Mahlstedt-Straße 39
Tel.: 04521 79 08 74
Heiligenhafen · Bergstraße 10
Tel.: 04362 50 88 06

Neustadt i. H. · Schiffbrücke 3
Tel.: 04561 528 16 63
Bad Schwartau · Markttwiete 3
Tel.: 0451 504 48 68

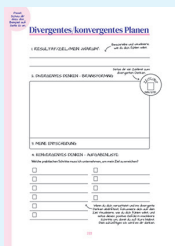
Buchtipp Spezial



Grace Koelma
„Dein ADHS Buddy“
Herbig im Franckh-Kosmos Verlag, 2026
ISBN: 978-3-96859-099-8

Die Autorin erhielt wie ich ihre Diagnose erst als Erwachsene. Sie entwickelte auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse und eigener Erfahrungen einen ADHS-Tagesplaner. Die Einleitung gibt mir eine Art Anleitung an die Hand. Diese ist jedoch eher als Einladung zu verstehen, das Buch aktiv und so zu nutzen, wie es für mich am besten passt.

Das erste Kapitel „erklärt ADHS“ anhand grundlegender Informationen. Einige Aspekte, die mir helfen, mein Anderssein besser zu verstehen, werden in weiteren Kapiteln ausführlicher beschrieben. Erfahrungsberichte von Frauen und Platz für eigene Notizen lockern die Inhalte auf. Mein Gehirn, das sich gleichermaßen für buntes „Durcheinander“ und strukturierte Ordnung begeistert, fand das Buch spontan toll. Keine schwer zu überwindende Textwüste, sondern farblich und grafisch abgesetzte Abschnitte, deren Lesereihenfolge ich selbst bestimmen kann. Themen, die mich besonders interessieren, lassen sich leicht finden. Die Vielfalt im ADHS-Spektrum wird immer wieder hervorgehoben. Tipps können, müssen aber nicht zu mir passen. Das Buch gibt mir das Gefühl, mich nicht einengen zu wollen: Nimm dich ernst, achte auf dich und deine Bedürfnisse, aber setze dich nicht unter Druck. (Siehe auch Artikel S. 14) Claudia Kuhlen



Rätsel

Wortsuchspiel



P	T	A	A	T	S	L	A	I	Z	O	S
E	R	G	E	F	G	E	M	R	E	V	L
T	R	O	L	M	Ü	R	L	E	G	E	A
H	A	D	T	J	M	R	O	F	E	R	V
E	E	S	I	E	R	T	L	E	W	L	I
A	R	L	Y	A	S	A	H	E	D	E	T
T	O	G	Ä	C	D	T	R	Ü	K	T	S
E	S	T	O	H	C	I	T	O	M	Z	E
R	L	O	S	T	Y	L	C	A	I	L	F
G	A	T	Z	Ö	H	H	E	R	G	I	R
R	Q	F	F	I	G	E	L	X	A	C	U
U	I	O	A	R	A	F	R	D	C	H	T
P	R	P	U	M	X	L	O	A	H	K	L
P	E	P	K	R	I	L	R	R	P	E	U
E	P	O	H	Z	E	L	J	A	K	I	K
E	L	Y	T	S	E	F	I	L	U	T	E
L	R	E	Z	E	P	T	B	E	L	M	S
E	I	E	S	O	N	G	A	I	D	A	N
G	N	O	G	N	U	S	S	A	P	N	A
Z	M	Ü	H	L	E	N	T	E	I	C	H

Rätsel, Gestaltung und Zeichnung: Anja Ludwig

Die Wörter verstecken sich waagrecht, senkrecht oder diagonal im Buchstabensalat.

- ADHS

Adoleszenz

Anpassung

Diagnose

Ergotherapie

Familie

Hansekulturfestival

Kochgruppe

Lifestyle

Mühlenteich
- Protesttag

Reform

Rezept

Sozialraum

Sozialstaat

Theatergruppe

Verletzlichkeit

Weltreise

ZKPI

Die Rätselauflösung ist im digitalen Archiv des BRÜCKE-Magazins unter www.die-bruecke.de zu finden.

Sponsoren des BRÜCKE-Magazins

Wir bedanken uns herzlich für die Unterstützung und die gute Zusammenarbeit.





www.die-bruecke.de

Gemeinsam für Menschen mit psychischer Erkrankung

Beratung • Begegnung • Behandlung • Tagesstruktur • Reha • Arbeit und Beschäftigung
Ambulante Hilfen • Besondere Wohnformen • Angebote der Familien-, Kinder- und Jugendhilfe