

„Wir geben jedem die Zeit, die er braucht“

Psychische Erkrankungen sind immer häufiger der Grund, weshalb Jugendliche nicht oder nur schlecht in der Arbeitswelt Fuß fassen können. Der Bildungs- und Kulturtreff in Wien hilft ihnen.

Judith Hecht

Die achte Klasse Gymnasium hat Thomas B. noch erfolgreich abgeschlossen. Aber als die Matura vor der Tür stand, ging einfach nichts mehr. Die Angst, die den damals 18-Jährigen schon während des letzten Schuljahrs gequält hatte, wurde übergroß und machte ihn starr.

Nicht im Frühjahr zum Haupttermin wollte sich Thomas der großen Prüfung stellen, sondern im Herbst oder vielleicht noch später, wenn es ihm wieder besser gehen würde. Doch nichts wurde besser. Die Depression, jene Krankheit, die sich allzu oft mit der Angstmaske tarnt, hat Thomas trotz Behandlung die nächsten Jahre fest im Griff. Die meiste Zeit verbringt er zu Hause, igelt sich ein. Die Wohnung zu verlassen, Freunde zu treffen, all das macht ihm Angst und kostet Kraft, die er nicht hat: „Hie und da habe ich Baby gesittet und andere kleine Tätigkeiten verrichtet, je nachdem, wie gut oder schlecht es mir gerade gegangen ist“, erzählt der heute 23-Jährige.

„Doch Struktur und Rhythmus bekam mein Leben erst wieder, als ich beim Bildungs- und Kulturtreff (Biku) den Kurs begonnen habe, um in der Arbeitswelt Fuß zu fassen.“ Thomas' Mutter wird bei dem Verein Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter (HPE) auf das Angebot des Bildungs- und Kulturtreffs für psychisch erkrankte Menschen (kurz Biku-Treff) aufmerksam und sieht darin eine Chance für ihren Sohn, endlich wieder in ein normales Leben zurückzufinden.

Schritte in die Normalität

Der Verein Biku-Treff existiert seit 1993 und wird vom Bundessozialamt und dem AMS Österreich finanziert. Nachdem man sich in den ersten Jahren noch zum Ziel gesetzt hatte, psychisch erkrankte Menschen jeder Altersklasse, also auch solche im Erwachsenenalter, bei der sozialen und beruflichen (Re)Integration zu unterstützen, müssen sich die Mitarbeiter seit einigen Jahren ausschließlich auf Jugendliche zwischen 15 und 24 Jahren fokussieren.

„Das ist eine Zielgruppe, die stark im Zunehmen begriffen ist“, sagt Eveline Dietrich, die Geschäftsführerin des Biku-Treffs. Diese Entwicklung führt Dietrich unter anderem auf den ständig steigenden Druck zurück, der einen hohen Grad an Funktionen sowohl in beruflicher als auch in gesellschaftlicher Hinsicht einfordert: „Davon sind wir alle betroffen, nur halten die einen den Anforderungen besser stand als andere. Sensible Menschen – und das sind psychisch Erkrankte in aller Regel – kippen als Erstes aus so einem strengen System. Das sieht man an den Krankenständen, an erster Stelle stehen Arbeitnehmer mit psychischen Problemen. Für sie gibt es kaum schützende Nischen.“

Den Druck nicht weitergeben

Das Biku-Programm versucht – jedenfalls ein Jahr lang – eine solche zu sein. Allerdings soll sie von den Teilnehmer auch wieder verlassen werden, um – so der Ideal-



Foto: iStockphoto

fall – mit einer Arbeit oder einer Ausbildung beginnen zu können.

„Manche Jugendliche werden vom AMS zu uns geschickt, weil sie schon viele Arbeitsversuche hinter sich haben, aber aufgrund ihrer psychischen Disposition immer wieder gescheitert sind“, sagt Dietrich. „Andere werden von psychiatrischen Abteilungen oder Clearing-Stellen an uns vermittelt, oder sie kommen mithilfe ihrer Angehörigen oder sogar auf Eigeninitiative zu uns.“ Was folgt, ist ein sehr ausführliches Erstgespräch, um herauszufinden, ob der oder die Betroffene überhaupt für diese Form des Reintegrationsprogramms geeignet ist. Dem Biku selbst werden nämlich von den finanzierenden Stellen strenge Zielvorgaben gemacht; mindestens 50 Prozent der 30 Kursteilnehmer sollen nach zwölf Monaten entweder „jobfit“ sein, das heißt in einem sozialversicherungspflichtigen Dienstverhältnis stehen, oder mit einer Weiterbildung begonnen haben.

„Das sind nicht leicht zu erfüllende Kriterien für uns Psychologen und Therapeuten, denn wir kommen mit dieser strengen Erfolgsquote seitens des Bundessozialamtes selbst sehr unter Druck“, sagt Projektleiterin Maria Aichinger-Ehardt. „Wir arbeiten hier mit Menschen zusammen, die sich gerade unter Druck schnell überlastet fühlen und in Folge leicht in die Krise schlittern. Deshalb ist bei unserer täglichen Arbeit das oberste Gebot und gleichzeitig die schwierigste Herausforderung, den Druck, dem wir Biku-Mitarbeiter selbst ausgesetzt sind, nicht an unsere Jugendlichen weiterzugeben. Es würde die Erfolgchancen jedes Einzelnen vermindern.“

Krankheit bewusstmachen

Die potenziellen Kandidaten leiden typischerweise unter Depressionen, Ängsten, Panikattacken, Psychosen oder Persönlichkeitsstörungen und sind sich ihres Leidens bewusst: „Die Krankheitseinsicht ist eine entscheidende Voraussetzung, um bei uns den Kurs beginnen zu können. Ohne ein ehrliches Selbstverständnis können wir nichts miteinander erreichen“, so Dietrich. „Jemand, der meint, es sei alles mit ihm in Ordnung, er habe keinen Leidensdruck, dem können wir auch nicht helfen. Wir sind darauf angewie-

sen, dass der oder die Betroffene die Bereitschaft mitbringt, etwas zu verändern und mit uns ein Bündnis zu schließen.“

Immerhin verbringt man 30 Stunden die Woche mit anderen Leidensgenossen. Ohne Spielregeln kann das Zusammensein in der Gruppe nicht funktionieren: „Die erste Schwierigkeit für mich war, jeden Tag pünktlich um neun Uhr früh beim Biku-Treff zu erscheinen“, sagt Thomas B. „Anfänglich habe ich gefürchtet, ich würde schon daran scheitern, denn ich habe jahrelang keinen geregelten Tagesablauf mehr gekannt. Als ich festgestellt habe, dass es mir gelingt, jeden Tag in der Früh aufzustehen, hat das mein Selbstbewusstsein schon ein bisschen aufgemöbelt.“ Und wer einmal ausfällt, muss selbst beim Biku anrufen und erklären, wieso er nicht kommen kann. „Das ist eben genauso, wie man es bei einem wirklichen Job machen müsste“, sagt Maria Z.

Was sagen, was nicht?

Die Manisch-Depressive stieß im Internet selbst auf das Biku-Projekt, nachdem sie schon jahrelang vergeblich versucht hatte, eine für sie passende Arbeitsstelle zu finden: „Die Suche war schwierig, denn eigentlich hatte ich überhaupt keinen Tau, was ich tun sollte. Genauso wenig war mir klar, wie ich mit meiner Erkrankung bei Bewerbungen umgehen soll. Ist es besser, bei einem Vorstellungsgespräch gleich mit der Tür ins Haus zu fallen und zu sagen, dass ich eine bipolare Störung habe, oder lieber nicht?“

Diese und andere Fragen werden mit den Psychologen und Therapeuten gemeinsam in der Gruppe besprochen. Aichinger-Ehardt: „Sich und seine Erkrankung besser kennenzulernen ist ein wichtiger Schritt, bei dem wir helfen wollen. Wenn unsere Leute ihre Grenzen wahrnehmen und spüren, wann die Belastung für sie zu viel wird, lassen sich Krisen verhindern.“

Neben den eigenen Erlebnissen nimmt man auch am Leben der Kollegen Anteil: „Kaum war ich Mitglied der Biku-Gruppe, hatte ich das Gefühl, nicht mehr alleine zu sein“, so Maria Z. „Und ich habe auch sehr von den Erfahrungen der anderen profitiert. Wenn jemand von seinem Praktikum Positives erzählt hat, dachte

ich mir: Bei mir kann es auch klappen.“

„Der gegenseitige Austausch in der Gruppe ist ein ganz wichtiger Bestandteil unseres Programms. Jeder erzählt, was ihm in der Vergangenheit widerfahren ist, und wir versuchen zusammen dafür eine Erklärung zu finden“, sagt Aichinger-Ehardt. Viele hätten nach langen Phasen der Isolation erstmals wieder Anschluss zu Gleichaltrigen und fühlten sich endlich wieder irgendwem zugehörig.

Dass es zwischen den Teilnehmern immer wieder zu Konflikten kommt, überrascht nicht weiter: „Die Sozialkompetenz jedes Einzelnen ist sehr unterschiedlich. Manche können ihre Probleme sehr reflektiert wiedergeben, andere haben eine sehr einfache Art, sich zu artikulieren. Das schmälert aber nicht ihren Wert. Einander mit Respekt zu begegnen, auch das kann man lernen.“

Neben der täglichen Gruppenarbeit finden auch Module statt, bei denen die Kandidaten ganz praktische Dinge erfahren: „Zu hören, wie ich einen Lebenslauf verfassen muss, wie ich mich in einer Bewerbungssituation am besten verhalte oder welche rechtlichen Aspekte bei einem Dienstverhältnis relevant sind, das hat mir sehr viel gebracht“, so Thomas B.

Egal um welche Inhalte es geht, am wichtigsten sei es, so Aichinger, dass jedem Kursteilnehmer in einem vertrauensvollen Umfeld jene Zeit gegeben werde, die er für seine Entwicklung braucht: „Das ist wie mit einem Grashalm. Der wächst auch nicht schneller, wenn man an ihm zerrt. Im Gegenteil, er kann abreißen.“

Erlerntes umsetzen

Eine der ersten Nagelproben im Programm ist die Absolvierung eines Praktikums: „Da sehen wir dann, ob das Erlernte auch in der Realität umgesetzt werden kann“, so Dietrich. „Zuallererst müssen die Jugendlichen für sich selbst einen Praktikumsplatz finden. Schon das ist für viele eine schwierige Aufgabe.“ Umso erfreulicher, dass Thomas B. schon nach dem zweiten Anruf seinen Platz in einem Kindergarten in der Tasche hatte: „Das war ein großer Erfolg für mich. Und die Arbeit mit den Kindern hat mir, nachdem ich meine ersten Schwellenängs-

te überwunden hatte, auch sehr viel Spaß gemacht. Jetzt hoffe ich, eine Ausbildungsstelle zum Kindergartenhelfer zu bekommen.“

Wie es den Biku-Teilnehmern bei den ersten Ausflügen in die Arbeitswelt ergeht, wird mit den Therapeuten genau besprochen. „Manche von ihnen, häufig Borderliner, halten die zwischenmenschlichen Beziehungen, wie sie am Arbeitsplatz entstehen, nicht gut aus. Smalltalk zu führen ist für uns eine Selbstverständlichkeit, für Instabile jedoch kann es eine enorme Belastung sein.“ Wüssten Arbeitskollegen mehr von den Problemen psychisch Kranker, könnte schon im Vorfeld vieles abgefangen werden. „Aber Probleme mit der Psyche sind in unserer Gesellschaft nach wie vor ein Tabuthema.“

Andere, mehr Ressourcen

Maria Z. fand sich bei zwei von drei Praktika sehr gut zurecht: „Eines allerdings war eine Katastrophe. Aber davon habe ich mich – anders als früher – nicht mehr entmutigen lassen. Heute habe ich genügend Ressourcen.“

Geht das jeweilige Biku-Jahresprogramm zu Ende, heißt es für die Jugendlichen, von KollegInnen und neu gewonnenen Freunden Abschied zu nehmen. Nicht jedoch von den Biku-Mitarbeitern: Sie begleiten jene, die es wollen, noch weitere sechs Monate bei ihren nächsten Schritten ins Berufsleben. „Für viele unserer Schützlinge ist es der erste Abschied, der im Guten und in Harmonie vor sich geht – eine ganz neue Erfahrung.“

Die Kollegen nicht mehr regelmäßig zu sehen ist für viele schwer: „Mir fehlen unsere Morgenrunden sehr. Sie waren ein guter Tagesbeginn, denn sie haben mir geholfen, meine Ich-Bezogenheit zu durchbrechen. Das hat so gutgetan“, so Thomas B.

Das Ende des Biku-Jahres bedeutet für ihn wieder eine Umstellung, vor der er Respekt, aber nicht mehr so viel Angst hat: „Mir ist bewusst, dass jede Veränderung eine heikle Phase für mich ist. Aber ich habe in dem Jahr viel Selbstbewusstsein getankt“, so der 24-Jährige. „Und wenn es beim Arbeiten irgendwelche Probleme geben sollte, kann ich mich doch immer wieder an meine Betreuer im Biku wenden. Sie sind weiterhin für mich da.“