

Normalität zwischen Manie und Depression

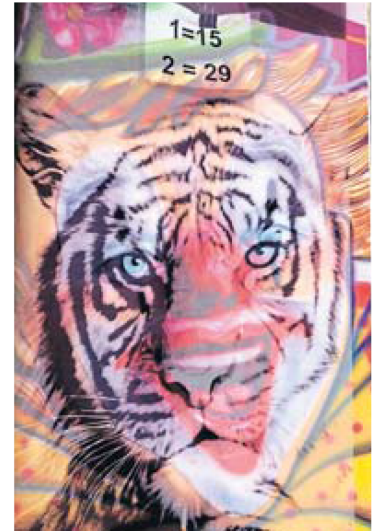
Das Buch „Mutmacher“ ist ein Projekt gegen die Stigmatisierung psychisch Erkrankter. Betroffene und Fachkräfte berichten aus dem Alltag mit seelischen Störungen - völlig frei von Selbstmitleid. Entstanden ist ein Buch, das Türen in fremde Gefühlswelten öffnen kann.

VON PETRA DIEDERICHSEN

Es ist ein guter Tag. Die Stimmung ist hell, als habe man den sprichwörtlichen Clown gefrühstückt. Das kennt jeder. Auch den Moment, in dem sich die Welt in ein wildes Raubtier verwandelt, furchteinflößend, als blicke man in das Auge eines Tigers. Auch Menschen mit psychischen Erkrankungen kennen diese Gefühle, oft sind sie jedoch ausgeprägter, nicht mehr beherrschbar. Und wenn sich beide Extreme überlagern, gibt es kein ausgewogenes Mischverhältnis, das Pendel ruht nicht satt zwischen Manie und Depression.

Mirjam Lübke kennt die Extreme, und sie kennt die Vorurteile und Befremdlichkeiten, auch die Hilflosigkeit, die das Verhalten psychisch Erkrankter auslösen kann. Deshalb liegt ihr das Projekt „Mutmacher“ sehr am Herzen. Das Buch ist anlässlich des 25. Geburtstags von Impuls, den Werkstätten für Menschen mit psychischen Erkrankungen des Heilpädagogischen Zentrums (HPZ), entstanden. Auf knapp 200 Seiten geben Menschen mit und ohne psychische Erkrankung „Einblicke - Innenansichten - Perspektiven“ in ein Thema, das immer noch zu den Tabus gehört. Mirjam Lübke hat darin geschrieben. „Ich war froh, in Worte fassen zu können, was Außenstehende ja nicht sehen“, sagt sie.

Mirjam Lübke ist Historikerin mit Magister-Abschluss. Ihr Schwerpunkt lag auf der Geschichte des Judentums im Mittelalter. Vor drei Jahren hat sie einen Roman als E-Book veröffentlicht. Seit sieben Jahren arbeitet sie als Layouterin in den Impuls-Werkstätten. Sie hat eine bipolare Störung. Die Erkrankung hat



Ein fröhlicher Clown und ein Respekt einflößender Tiger sind jeweils schön auf ihre Art. Wenn sich die Empfindungen zu beiden Fotos mischen ergibt das für Menschen mit psychischer Erkrankung ein bizarres Bild, das verstören kann. Die Fotos hat Christoph Buckstegen für das Buch „Mutmacher“ gemacht. REPROS. PEG

ihr Leben verändert. „Die Leute unterstellen uns, dass wir uns einfach nur zusammenreißen sollen“, sagt sie. Doch die Normalität zwischen Manie und Depression zu finden, ist keine Frage des Willens. Um verständlich zu machen, was verschiedene psychische Erkrankungen bedeuten, haben die „Mutmacher“ ihr Buch geschrieben und gestaltet.

„Es ist ein kleiner Baustein, um zur Entstigmatisierung beizutragen“, sagt Alexander Schmanke, stellvertretender Geschäftsführer des HPZ und von Impuls. Die Werk-

stätten nennt er ein „Kompetenzzentrum für Bildung und Arbeit für Menschen die ein Handicap haben, und wo sie Wertschätzung erfahren.“ An vier Standorten in Krefeld und Kempen arbeiten 450 Mitarbeiter mit psychischen Erkrankungen. 40 Fachkräfte aus der Psychologie, der Heil- und Sozialpädagogik, aber auch aus Handwerk und Wirtschaft begleiten sie. In 16 Tätigkeitsfeldern, von der Verpackung bis zum Garten- und Landschaftsbau, werden die Mitarbeiter hier für den ersten Arbeitsmarkt vorbereitet, erhal-

ten Qualifizierungen und Bewerbungstrainings. „Dass das Buch auch von den Mitarbeitern realisiert wurde, ist ein wichtiger Impuls“, erklärt Wolfgang Richte, Werkstattleiter Rehabilitation.

„Jeder ist anders normal“, sagt eine Mitarbeiterin bei der Buchpräsentation im Clubeseraum der Mediothek. Diese Erkenntnis zieht sich wie ein roter Faden durch das grün gehaltene Buch. „Unsere Welt mit ihren Krisen verlangt uns viel ab. Ab wann ist ist unsere Reaktion darauf Zeichen einer Psychose“, fragt Ulri-

ke Brinkmann, Pressereferentin des HPZ und Redakteurin des Buches. Mirjam Lübke schildert ihre Geschichte immer mit Blick auf jenen Grat, an dem für viele die „Normalität“ endet. Das Schreiben, gibt sie zu, hat auch Mut gekostet. „Manchmal ist es peinlich, zu schildern, was man in einer Psychose angestellt hat. Aber es gibt durchaus auch lustige Momente.“ Und sie hat nicht nur etwas über ihre Erkrankung gelernt, sondern auch über die Behandlung. „Am Anfang geht man davon aus, dass man geheilt werden will. Aber eigentlich gehören diese Elemente zu mir. Wären sie weg, wären auch Teile meiner Persönlichkeit weg.“

Sehr persönlich haben Mitarbeiter ihre Geschichte offengelegt, manche anonym, einige im Interview. Auch Betreuer kommen zu Wort, ebenso die Leiter von HPZ und Impuls. Das macht das Buch informativ für Betroffene und Angehörige. Aber es ist mehr, es ist ein Lesebuch, das einen Blick in andere Gefühlswelten öffnet – auch dank der fotografischen Gestaltung von Christoph Buckstegen. Er hat Aufnahmen von Alltagssituationen Pergamentblätter vorgestellt, die Assoziationen in Gang setzen, wer beides übereinander betrachtet, erlebt eine neue „Wirklichkeit“ - so geben Clown und Tiger eine surreale Fratze: ein Schwimmer, der ins Meer springt und eine Hochhauskulisse ergeben einen Absturz in ein Häusermeer. Eine Mitarbeiterin sagt am Ende der Buchpräsentation: „Ohne die Erkrankung, wäre ich langweilig.“ Eine Art, das Leben anzunehmen, die Mut macht. Und Mirjam Lübke ergänzt: „Anerkennung für unsere Leistung ist eine große Befriedigung.“

INFO

Doppeljubiläum von HPZ und Impuls

Das Heilpädagogische Zentrum feiert in diesem Jahr sein 50-jähriges Bestehen. Mit insgesamt 2000 Mitarbeitern und 450 Fachkräften an neun Standorten gehört es zu den großen Dienstleistern am Niederrhein. In Krefeld und Kempen sind vier Standorte mit 450 Mitarbeitern und 40 Fachkräften. Impuls ist eine Einrichtung der HPZ Krefeld-Kreis Viersen gGmbH, sie wird in diesem Jahr 25 Jahre. „Mutmacher“ ist ein zum Jubiläum entstandenes Buch, das in den Impuls-Werkstätten entstanden ist mit Fotos von Christoph Buckstegen und grafisch umgesetzt von Andrea Wagner. Das Buch hat 200 Seiten und ist erhältlich gegen eine Schutzgebühr von 10 Euro.

Telefonische Bestellung unter 02152 957710

Eine Leseprobe gibt es im Internet unter: <http://bit.ly/2tkY5MK>



Mitarbeiter und Leiter von Impuls stellen das Buch „Mutmacher“ im Clubeseraum der Mediothek vor. Autorin Mirjam Lübke ist die Dritte von rechts. FOTO: LAMMERTZ