

Bericht zur Umsetzung der geförderten Aktivitäten bundesweiter Selbsthilfeorganisationen

Antragstellende Organisation:

HPE Österreich – Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter

Der Verein HPE Österreich wurde 1988 gegründet. Er ist der gemeinnützige, überparteiliche Zusammenschluss der Vereine von Angehörigen und Freunden psychisch Erkrankter. HPE ist in allen Bundesländern aktiv und stellt sich als Hauptaufgabe, die Lebensqualität der Angehörigen psychisch Erkrankter zu verbessern.

Nähere Informationen unter www.hpe.at

Titel der umgesetzten Aktivität:

Tagung für Angehörige → Selbsthilfeaktivitäten übers Internet

Umsetzung der Aktivität:

Dieses Jahr hätte die HPE-Tagung – wäre ihr COVID-19 nicht in die Quere gekommen – am 5. und 6. Juni 2020 wieder in Salzburg stattgefunden. Als Tagungsthema hatten wir „Wege gemeinsam gehen“ gewählt.

Psychische Erkrankungen können in jedem Lebensalter auftreten; und damit sind auch die Herausforderungen für Betroffene und deren Familien altersentsprechend unterschiedlich. Wenn sehr junge Menschen erkranken, ist es neben einer adäquaten Behandlung das Ziel, Ausbildung, Berufsfindung und soziale Fähigkeiten zu fördern. Dabei steht einer personenorientierten Betreuung oft eine kategorische Trennung zwischen der Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie der Erwachsenenpsychiatrie entgegen. Wir wollen aufzeigen, wie diese künstliche Trennung überwunden werden kann. Im Erwachsenenalter ist für viele Erkrankte und auch Angehörige das Thema Partnerschaft von großer Bedeutung – ihre Erfahrungen sollen neue Blickwinkel und Diskussionen anregen. Für viele Angehörige, oft die erwachsenen Kinder Betroffener, ist es eine große Herausforderung, für alt gewordene psychisch Erkrankte geeignete Unterstützungen oder auch Einrichtungen zu finden, denn oft wird unter dem Begriff Gerontopsychiatrie ausschließlich die Betreuung von Menschen mit Demenz verstanden.

Aber bei all den Herausforderungen gibt es viele Menschen, deren Krankheitsverlauf die berechtigte Hoffnung auf Besserung, Gesundung, auf bessere Lebensqualität aller Beteiligten deutlich macht. Mit Berichten über diese Betroffenen sowie anhand von Gesprächen mit ihnen wollten wir Beispiele und Wege des Umgangs mit psychischen Erkrankungen aufzeigen. Dafür haben wir gemeinsam mit Angehörigen aus verschiedenen Bundesländern ein Programm erarbeitet, Referentinnen und Referenten gesucht und eingeladen, und ein Plakat zum Programm entworfen, an mehr als 2.000 Adressen in Österreich verschickt und die ersten Anmeldungen von Teilnehmerinnen und Teilnehmern entgegengenommen.

Dann begann die COVID-19-Pandemie, und zwischen Zweifel und Hoffnung warteten wir bis zum letztmöglichen Tag, an dem wir die Tagungsräumlichkeiten noch kostenlos stornieren konnten. Schlussendlich waren wir gezwungen, die Tagung abzusagen. Bis zu diesem Zeitpunkt waren natürlich schon beträchtliche Sachkosten angefallen.

Mit dem ersten Lockdown und den Einschränkungen durch die vorgegebenen Maßnahmen waren die Angehörigen psychisch erkrankter Menschen, die sich ehrenamtlich bei HPE engagieren und Selbsthilfegruppen moderieren, vor völlig neue Herausforderungen gestellt. Gemeinsam versuchten wir die (bis dahin wenig genutzten) Möglichkeiten für die Selbsthilfe im Internet auszuloten. Die ersten Versuche mit Videokonferenzen (Onlinetreffen) mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus ganz Österreich waren eine Herausforderung (viele nahmen ein telefonisches Tutorial beim Anmelden und Einsteigen in Zoom in Anspruch), machten aber allen Spaß. Dabei wurden natürlich auch rechtliche, praktische und technische Probleme sichtbar, die wir gemeinsam zu lösen versucht haben. Vor allem versuchten wir auch jene Personen einzubeziehen, die in den vergangenen Jahren sehr engagiert waren und fixe Gruppen moderierten, aber deren technisches Equipment nicht für ein Onlinetreffen mit Bild und Ton ausreichte. Dafür wurden mehrere Laptops angeschafft, mit Software von „Stifter-helfen“ (nur geringe Lizenzgebühren) ausgestattet und mit einer kurzen Einschulung übergeben/verschickt.

Aber man braucht für Onlinetreffen nicht nur die technische Ausstattung, sondern auch neues Know-how über die Technik, wie man solche Treffen durchführt, moderiert und gestaltet. Auch hier haben wir auf der einen Seite auf Erfahrungswissen gebaut, indem jede und jeder, die/der ein Onlinetreffen durchgeführt hat, den anderen kurz von den Erfahrungen und den „lessons learned“ berichtet hat. Auf der anderen Seite ziehen wir hier selbstverständlich auch Expertenwissen bei, indem wir ein Webinar zu diesem Thema organisiert und durchgeführt haben. Dabei wurden nicht nur viele der Möglichkeiten der Plattform Zoom besprochen, sondern auch Techniken der Moderation und der Gestaltung von Treffen.

Wie es aussieht, haben wir noch länger die Möglichkeit/Notwendigkeit, unser frisch gewonnenes Wissen in verschiedenen Onlinetreffen anzuwenden.

Lernerfahrungen durch die Umsetzung der Aktivität:

Die gemeinsame Themenentwicklung mit Anregungen und Beiträgen Angehöriger aus ganz Österreich hat zu einem interessanten und mitreißenden Tagungsprogramm geführt. Die Absage war eine Entscheidung, die uns schwergefallen ist, da bereits viel Herzblut und Vorarbeit investiert worden waren.

Die Herausforderungen durch die Gegebenheiten im Zuge der COVID-19-Pandemie waren vielfältig, aber GEMEINSAM gelang es uns, Vorhaben anzugehen, die wir vorher nicht für möglich gehalten hätten. Der Austausch der gemachten Erfahrungen nahm den jeweils anderen die Angst, sich auf ungewohnte technische Themen einzulassen, und stärkte die Zuversicht, es auch selbst zu schaffen.