

Maison d'Espérance, Val d'Hérault

Das "Haus der Hoffnung", Hérault-Tal/Languedoc

Die Überwindung einer Lebenskrise – eine ganzheitliche menschliche Herausforderung

Jeder Mensch kann in eine Krise geraten, die ihn aus der Bahn wirft und sein Leben nachhaltig verändert. Ereignisse, die eine solche Krise auslösen können, sind zum Beispiel der Verlust einer wichtigen Bezugsperson durch Tod oder Trennung, der Verlust des Arbeitsplatzes, wirtschaftliche Notlage, Unfall oder Gewalterfahrung, schwere menschliche Enttäuschung, körperliche oder seelische Erkrankung. In fast jeder Familie gibt es Menschen, die so etwas schon erlebt haben und möglicherweise bleibend an den Folgen leiden. Häufig sind Menschen in der Krise eingeschränkt in ihren normalen Fähigkeiten, sie "funktionieren" nicht mehr wie sonst und sind dadurch in Gefahr, aus ihren sozialen Bezügen heraus zu fallen. Hinzu kommt, dass Menschen in Krisensituationen dazu neigen sich zurückzuziehen, an sich selbst zu zweifeln und ihrer Umgebung mit Skepsis und Überempfindlichkeit zu begegnen. Viele entwickeln eine Depression oder andere psychische Störungen.

Unterstützung und Begleitung sind für den Betroffenen meist dringend notwendig. Manche suchen Hilfe in psychiatrischen Einrichtungen oder werden von ihren Angehörigen dorthin gebracht - manchmal auch gegen ihren eigenen Willen. Die Erfahrungen, die sie dort machen, sind sehr unterschiedlich. Manche haben verständnisvolle Unterstützung gefunden, andere waren enttäuscht, weil die angebotene Hilfe hauptsächlich in der Verabreichung von Medikamenten bestand und auf ihre individuellen Nöte nicht angemessen eingegangen wurde. Nicht wenige sind schockiert, weil ihre Rechte auf Freiheit und Selbstbestimmung erheblich eingeschränkt wurden. Dies hat eine vertrauensvolle Zusammenarbeit auf Dauer unmöglich gemacht.

Doch selbst gute fachliche Hilfe reicht oft nicht aus, um einen Menschen in der Krise wieder zurück ins Leben zu führen. Denn die Überwindung einer Lebenskrise ist eine ganzheitliche menschliche Herausforderung. Sie braucht vor allem Zeit, viel Geduld und geeignete Rahmenbedingungen. Das übersteigt in der Regel die Möglichkeiten der Angehörigen und fällt grundsätzlich aus der Zuständigkeit eines medizinischen Fachbereichs heraus.

Wir möchten deshalb eine alternative Lösung anbieten, die im Folgenden vorgestellt wird.

Ein alternativer Weg aus der Krise

Der alternative Weg aus der Krise geht von Erfahrungen aus, die wir in über 30 jähriger beruflicher Arbeit mit Menschen in Not gemacht haben. Er stimmt in den Grundzügen mit ähnlichen Projekten aus der internationalen Selbsthilfe-Bewegung überein und orientiert sich hauptsächlich an folgenden drei Eckpunkten:

1. das Konzept einer Selbsthilfe-Gemeinschaft
2. die Notwendigkeit innerer Neuorientierung
3. das Prinzip der Ressourcen-Aktivierung

zu 1: Der Mensch in der Krise bekommt die Möglichkeit, sich aus seiner gewohnten Umgebung und deren Anforderungen komplett zurückzuziehen. Allerdings nicht in völlige Einsamkeit, auch nicht in eine klinische Einrichtung, sondern in eine Gemeinschaft von Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben und sich gegenseitig unterstützen. Dazu gehört auch, dass man sich gegenseitig genügend Raum für die individuellen Bedürfnisse lässt.

zu 2: Um eine Krise wirklich überwinden zu können, muss sich der Betroffene im Leben neu orientieren. Er braucht Unterstützung, um den Glauben an sich selbst wieder zu gewinnen, um den Sinn seiner Existenz und die Ziele seines Lebens neu zu finden. Dafür braucht er ausreichend Zeit und die Möglichkeit, alle für ihn bedeutenden Quellen innerer Kraft wieder zu entdecken und für sich zu nutzen.

Das können für den Einzelnen ganz unterschiedliche Dinge sein, z.B.

Pflege des Körpers durch Bewegung, Sport und Wellness
Beschäftigung mit Literatur
künstlerisches Schaffen
unterstützende Gespräche mit Menschen in ähnlicher Lage
professionelle Hilfe in Form von Beratung und Therapie.

zu 3: Jeder Mensch - auch der Mensch in der Krise - hat seine besonderen Fähigkeiten und Talente. Oft sind diese verschüttet und müssen deshalb wieder neu entdeckt und aktiviert werden. Die Entfaltung der eigenen Fähigkeiten und Talente ist wesentlich für die Stabilisierung der Persönlichkeit; sie ermöglicht gleichzeitig einen nützlichen Einsatz für die Gemeinschaft. Dadurch kann der Betroffene (wieder) die Erfahrung machen „gebraucht zu werden“, das heißt mit seinen vorhandenen Fähigkeiten etwas Nützliches tun zu können.

Ausgehend von diesen Prämissen, stellen wir im Folgenden unser Projekt "Haus der Hoffnung" vor. Es besteht aus drei Elementen:

- I. der Wohn- und Lebensgemeinschaft
- II. dem Hilfsverein
- III. der Stiftung.

I. Die Wohn- und Lebensgemeinschaft im "Haus der Hoffnung"

Die Wohn- und Lebensgemeinschaft "Haus der Hoffnung" hat das Ziel, Menschen in der Krise zu unterstützen und zu begleiten, damit sie ihren ganz persönlichen Weg zurück ins Leben finden können. Sie ist eine Lebensgemeinschaft auf Zeit. In einem Areal mit mehreren Gebäuden und einem großen Garten wohnen und leben 10 bis 15 Menschen zusammen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Und zwar so lange, bis sie sich dem "Leben draußen" wieder gewachsen fühlen. Dabei handelt es sich in der Regel um einen Zeitraum zwischen zwei und neun Monaten. Je nach Bedarf werden sie auch professionell unterstützt und begleitet. Ein Team bestehend aus Ärzten, Psychologen, Sozialarbeitern, Künstlern, Pädagogen, Bewegungs- und Kunsttherapeuten usw. steht nach Absprache zur Verfügung.

Die Wohn- und Lebensgemeinschaft "Haus der Hoffnung" ist ausschließlich den Werten der Humanität verpflichtet.

Konkret bedeutet das:

Respekt vor der Würde jedes einzelnen Menschen, vor seiner persönlichen Geschichte, seinen Problemen und seinen ganz persönlichen Lösungswegen.

Entsprechend dem besonderen Charakter des Projekts kommt eine spezielle Anforderung hinzu:

Die Bereitschaft der Mitglieder, sich gegenseitig bei der Erreichung der Ziele zu unterstützen, d.h. auch einen Teil ihrer Zeit und ihrer Kräfte für die Gemeinschaft einzusetzen.

Ein Leben in der Wohn- und Lebensgemeinschaft macht nur Sinn, wenn sich alle Bewohner auf diese ethischen Grundforderungen einlassen.

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass keinerlei Anbindung an politische, weltanschauliche oder religiöse Gruppierungen besteht.

Ein paar Grundregeln für die Gemeinschaft

Um das Zusammenleben in der Gemeinschaft harmonisch zu gestalten, bedarf es einiger praktischer Regelungen:

1. Die Bewohner der Lebensgemeinschaft führen einen gemeinsamen Haushalt. Die Teilnahme an drei gemeinsamen Mahlzeiten ist erwünscht, aber nicht verpflichtend.
2. Jeder Bewohner kommt selbst für seinen Lebensunterhalt auf. Er setzt einen Teil seiner Einkünfte (im geringsten Fall aus der Sozialhilfe) für die Ausgaben des gemeinsamen Haushalts ein (je nach Einkommen 5 - 10 € pro Tag). Die Kasse wird von der Lebensgemeinschaft selbst verwaltet. Mietkosten fallen nicht an, da die Stiftung die Gebäude kostenlos zur Verfügung stellt.
3. Jeder Bewohner soll in der Regel drei Stunden pro Tag einen bestimmten Einsatz für die Gemeinschaft leisten. Das heißt, er übernimmt Aufgaben in den Bereichen Haushalt, Bewirtschaftung des Gartens oder Unterhalt, Renovierung und Ausbau der Gebäude.
4. Die Bewohner der Wohn- und Lebensgemeinschaft sind gleichberechtigt. Anstehende Entscheidungen werden nach demokratischen Grundregeln gefällt.
5. In den ersten drei Wochen hat der Bewohner Gast-Status. Danach kann er Mitglied der Gemeinschaft werden. Mitglieder, die schon längere Zeit in der Wohn- und Lebensgemeinschaft leben und sich der Übernahme von Verantwortung gewachsen fühlen, können Mitglied des "Komitees" werden. Das Komitee vertritt die Interessen der Bewohner gegenüber dem Hilfsverein "Maison d'Espérance".
6. Findet ein Bewohner der Gemeinschaft dort eine für seine persönliche Entwicklung positive Aufgabe, die gleichzeitig nützlich für die Wohn- und Lebensgemeinschaft ist, hat er die Möglichkeit, auch auf unbegrenzte Dauer dort zu leben. Menschen mit Behinderungen werden von dieser Regelung ausdrücklich nicht ausgeschlossen. Mit einer längeren Aufenthaltsdauer sind allerdings keinerlei Sonderrechte verbunden.

II. Der Hilfsverein "Maison d'Espérance"

Die Aufgabe des Hilfsvereins besteht zunächst darin, die Existenz der Wohn- und Lebensgemeinschaft zu ermöglichen, sie unterstützen und abzusichern. Damit erfüllt er gemeinnützige Zwecke. Er stellt die Rechtsperson dar, die von der Stiftung die Nutzung des Areals und der Gebäude übertragen bekommt. Er schließt Verträge mit den Bewohnern (zeitlich begrenzte oder unbegrenzte Nutzungsverträge), mit öffentlichen Versorgungsgesellschaften (Strom, Wasser, Müllentsorgung, Telefon usw.) und tätigt Kaufverträge über größere Anschaffungen. Zusammen mit dem Komitee entwickelt er Pläne für den weiteren Ausbau der Gebäude. Zusätzlich verwaltet er die Haushaltsmittel, die er von der Stiftung auf Antrag zur Verfügung gestellt bekommt.

Professionelle Hilfe ist für die Zweckerfüllung des Projekts unbedingt erforderlich. Der Hilfsverein ist deshalb auch zuständig für das Angebot professioneller Hilfen. Das heißt er organisiert und koordiniert den Einsatz des erwähnten Helferteams. Dessen Mitglieder arbeiten anfangs zunächst auf ehrenamtlicher Basis (soweit es sich nicht um öffentliche Dienste handelt); je nach Entwicklung des Stiftungsvermögens können später auch bezahlte Fachkräfte in Anspruch genommen werden.

III. Die Stiftung "Fondation Maison d'Espérance"

Die Stiftung hat zunächst die Aufgabe, das Kapital für den Erwerb eines geeigneten Areals aufzubringen. Danach soll sie die Mittel aufbringen für Instandsetzung, Instandhaltung und Ausbau der Gebäude, für die Kosten der Bewirtschaftung des Areals (z.B. Fahrzeuge, Werkzeug, elektronische Ausstattung) und - soweit möglich - für professionelle Leistungen und Dienste des Helferteams.

Die Stiftung erfüllt gemeinnützige Zwecke, indem sie die Realisierung des Projekts ermöglicht. Sie wird von einem Stiftungsrat verwaltet. Dem Stiftungsrat sollen Fachleute sowie Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens angehören.

Die Realisierung des Projekts

Für die Realisierung des Projekts ist der Erwerb eines größeren Areals in Südfrankreich (Languedoc, Département Hérault) geplant. Es soll mit mehreren, auch renovierungsbedürftigen Gebäuden und einem großen Garten ausgestattet sein. Südfrankreich ist eine Landschaft mit hohem Erholungswert, insbesondere für Menschen aus Mittel- und Nordeuropa. Die Bewohner werden hauptsächlich aus Deutschland und Frankreich kommen (wegen bestehender institutioneller und persönlicher Verbindungen), aber auch aus anderen Ländern. Damit leistet das Projekt auch einen Beitrag zur internationalen Verständigung.

Die Kosten für den Erwerb des Areals belaufen sich auf ca. 500.000 €.

Stiftungsgründungs-Konten (Notariats-Anderkonten) können ab sofort bei deutschen und französischen Banken eingerichtet werden. Die Anleger gehen keinerlei Risiko ein: Im Falle des Nicht-Zustandekommens der Projekt-Realisierung erhalten die Anleger ihre Einlagen zurück.

Eine andere Unterstützungsmöglichkeit sind zinslose oder niedrig verzinsten Darlehen, die für begrenzte Zeit der Stiftung zur Verfügung gestellt werden.

Die Idee, Entwicklung und Leitung des Projekts

Initiator des Projektes ist der Diplom-Psychologe Martin Urban. Er wohnt seit 2004 in St. Pons de Mauchiens in Südfrankreich (Département Hérault). Dort hat er bereits 22 Freizeiten für Menschen mit seelischen (und oft auch finanziellen) Problemen durchgeführt.

Im Folgenden wird er kurz vorgestellt:

Martin Urban

Diplom-Psychologe und Psychotherapeut,
langjährig tätig in verschiedenen psychiatrischen Einrichtungen.

Aufbau und Leitung alternativer Hilfsangebote:

1982 Mitbegründung und Leitung des Hilfsvereins "Arbeitskreis betreutes Wohnen e.V." in Saarbrücken. Er bietet zur Zeit über 40 Wohnplätze und ein Tageszentrum an.

1989-2004 Organisation und Leitung von therapeutischen Wohngemeinschaften in Esslingen bei Stuttgart.

2000 Gründung des Selbsthilfevereins "Offene Herberge e.V." in Stuttgart, der 2002 die Trägerschaft der therapeutischen Wohngemeinschaften übernommen hat und seit 2006 ein Clubhaus als Tagestreff betreibt.

Sprecher der Fachgruppe "Psychologen in der Psychiatrie" im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP).

Sprecher des Fachausschusses "Psychotherapie" in der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie (DGSP).

Autor zahlreicher Fachartikel.

Herausgeber von zwei Büchern: "Psychotherapie bei Psychosen" (Pabst, Lengerich 2000) und "Die Bedeutung der Bindungstheorie für die Psychiatrie" (Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2005).

Kontaktadresse

Martin Urban, 23, rue de la Garenne, 34230 St. Pons de Mauchiens, Frankreich

Tel.: 0033-4-30416963; mob. 0049-172-8722798

E-mail: martin.urban.es@web.de

Unterstützer des Projekts

Volkmar Aderhold, Hamburg Dr.med., Psychiater, Psychotherapeut und Autor

Michaela Amering, Wien Prof. Dr.med., Psychiaterin, vielfältige Publikationen, u.a. das Buch "Recovery", Psychiatrie-Verlag, Köln 2007

Dorothea Buck, Hamburg Gründerin und Ehrenvorsitzende des Bundesverbands Psychiatrie-Erfahrener e.V. (BPE)

Peter Lehmann, Berlin Verleger und Buchautor, Mitglied im Vorstand des Europäischen Netzwerk von Psychiatriebetroffenen (ENUSP) und Mitglied im International Network Toward Alternatives and Recovery (INTAR)

Jean Penot, St. Pons de M. Business-Manager

Marc Rufer, Zürich Arzt, Psychotherapeut und Buchautor