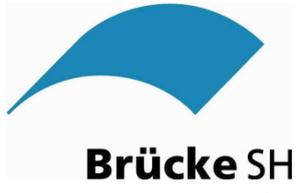


# Psychisch Kranke: Menschen wie Du und ich

## Folge 7: Wenn die Welten verschieden sind

Unsere Serie



**Hzgt. Lauenburg** (pmi) - In Deutschland gelten je nachdem, welche Statistik man liest, zwischen 35 und 40 Prozent der Menschen als psychisch krank. Eine Studie des Robert-Koch-Instituts spricht sogar davon, dass jeder zweite Deutsche im Verlauf seines Erwachsenenlebens mindestens einmal an der Psyche erkrankt. Psychisch kranke Menschen,

sind Menschen wie Du und ich. Betroffen ist vielleicht der Nachbar, der Vorgesetzte, der Partner, das eigene Kind – oder man selbst. Aber was bedeutet psychisch krank überhaupt? Depressionen, Angststörungen, Störungen durch Alkohol- und Medikamentenkonsum, Essstörungen oder somatische Störungen sind Namen für die zahlreichen Arten, in der die Psyche erkranken kann. Und wie sind Menschen, wenn sie psychisch erkrankt sind? Wie wird man überhaupt psychisch krank und wie hilft die Brücke Schleswig-Holstein in so einem Fall? In dieser Artikelserie geht es darum, diesen Fragen auf den

Grund zu gehen. So können Betroffene, deren Angehörige und die Menschen, die auf der Seite der Helfenden stehen, zu Wort kommen. Der heutige Artikel beschäftigt sich mit dem Thema Autismus.

### Interview mit einem betroffenen Klienten (männlich, 35 Jahre):

»In der Schule habe ich gemerkt, dass ich irgendwie anders war als die anderen Kinder. Wenn die anderen in den Pausen auf dem Schulhof gespielt haben, war ich immer alleine.« Herr D (Name der



Foto: Slaan/Shutterstock.com

Redaktion bekannt) kam in der 4. Klasse auf eine Förderschule. Heutige Unterstüt-

zungen wie beispielsweise Schulbegleiter, gab es damals noch nicht. Im Unterricht habe er für die Aufgaben sehr lange gebraucht, weil er sie immer sehr gründlich bearbeitet habe. Nach der Schule habe er sich gerne Großbaustellen angeschaut und in Lexika gelesen. »Unter heutigen Voraussetzungen hätte ich bestimmt nicht zur Förderschule gehen müssen.« Auf Anraten von Fachleuten kam Herr D mit zwölf Jahren in eine Einrichtung für Kinder mit unterschiedlichen Behinderungen und hat dort seinen Schulabschluss gemacht. Dort gefiel ihm besonders die Lage der Einrichtung am Meer. So konnte er in seiner Freizeit viel alleine am Strand spazieren gehen. Der Übergang ins Berufsleben bereitete ihm viel Angst und er sah keine Perspektive für sich. In einer Werkstatt für behinderte Menschen nahm er seine erste berufliche Tätigkeit auf. Auf Dauer erwies sich die Tätigkeit jedoch als unbefriedigend und auch in

anderen beruflichen Fördermaßnahmen fühlte er sich stets unterfordert. Er sei schon immer sehr still gewesen und habe wenig Kontakt zu anderen Menschen. Es sei schwierig, sich mit anderen zu identifizieren. Dennoch sei er sehr offen, bleibe jederzeit er selber. Er spricht offen darüber, dass er Autist ist. »Andere denken oft, ich würde in meiner eigenen Welt leben. Dabei bekomme ich alles genau mit.« Die Diagnose Autismus erhielt Herr D mit 30 Jahren. Er unterzog sich damals auf Anraten seines damaligen Betreuers der Diagnostik. Das Ergebnis war keine Überraschung für ihn, eher eine Bestätigung seines eigenen Verdachts. »Ich war froh über das Ergebnis, dennoch hat sich nicht wirklich etwas verändert. Ich war ohne Diagnose derselbe Mensch, der ich jetzt mit Diagnose bin.« Die Brücke Schleswig-Holstein unterstützt Herrn D bei Behördenangelegenheiten, bietet Begleitung bei Arztterminen und hilft bei der beruflichen Planung und deren Umsetzung, zum Beispiel der Suche nach geeigneten Praktikumsstellen. Wichtig sei dabei vor allem, dass die Betreuer ihn darin bestärken, seinen eigenen Weg zu gehen. »Ziel ist es, für mich das Passende zu finden, und das ist für Autisten nun einmal nicht ganz einfach.«

**Kontakt:** Brücke Schleswig-Holstein gGmbH, Grabauer Strasse 27a in 21493 Schwarzenbek, E-Mail: herzogtum-lauenburg@bruecke-sh.de, Telefon: 04151-89890

## Erklärung: Was versteht man unter Autismus?

Autismus ist ein psychiatrisches Störungsbild, das den tiefgreifenden neuronalen und mentalen Entwicklungsstörungen zugerechnet wird. Im DSM-V wurde die Autismus-Spektrum-Störung (ASS) eingeführt, die einheitlich die bisherigen Autismus-Diagnosen zusammenfasst und in Schweregrade von A bis E unterteilt. Es ist entscheidend, dass im Kindesalter die nötige Unterstützung und Förderung erfolgt, da selbst ein weniger stark ausgeprägter Autismus im späteren Leben mit erheblichen Einschränkungen verbunden sein kann. Erhalten autistische Kinder besondere Förderung, wie zum Beispiel persönliche Schulbegleiter, ist für nicht wenige eine berufliche Karriere bis hin zu

akademischen Berufen durchaus erreichbar. Übersehen werden leider viele vom Autismus betroffene Erwachsene, die erst spät oder noch gar keine Diagnose bekommen haben und dadurch zu meist keinen ihren Fähigkeiten entsprechenden Lebensweg gehen konnten. Autisten haben Schwierigkeiten mit nonverbaler Kommunikation, sodass es ihnen meist nicht gelingt, sich intuitiv angemessen zu verhalten, und sie in „Fettnäpfchen“ treten. Was andere Menschen mit Mimik und Gestik ausdrücken, verstehen sie wenig bis gar nicht und Blickkontakt fällt ihnen schwer. In Aussagen versteckte Botschaften und ironische Äußerungen werden oft gar nicht oder missver-

standen. Wissenschaftler gehen davon aus, dass ASS genetisch bedingt sind und Autismus nicht therapierbar ist, sodass therapeutische Maßnahmen nur zum Ziel haben können, sich mit den eigenen Schwächen und Stärken auseinanderzusetzen, Verhaltensweisen zu reflektieren und zu trainieren. Oft haben Autisten besondere Begabungen (Inselbegabungen) und nicht selten ein besonders gut ausgeprägtes Gedächtnis. Es gelingt ihnen meist sehr gut, logische Zusammenhänge zu begreifen, und es lassen sich auf Sachebene sehr gute Gespräche mit ihnen führen. Autisten fällt es schwer, den Überblick bei verwickelten Zusammenhängen zu behalten, und sie leiden leicht an

einer Reizüberflutung, da sie schwache Sinneseindrücke mit voller Intensität wahrnehmen. Dies erklärt ihr Verlangen nach Routine, Ordnung und Ruhe. Bei geeigneten Aufgaben können Autisten leistungsfähiger sein als andere Menschen. Ein Schweizer IT-Unternehmen und SAP haben bereits entsprechende Beschäftigungsangebote eingeführt. Im Rahmen von therapeutischen Angeboten (Unterstützungsleistungen) für Erwachsene, wie sie von der Brücke Schleswig-Holstein angeboten werden, können Betroffene für sich selbst Strategien erarbeiten, sich besser in der Gesellschaft zurechtzufinden und Ziele zu erreichen, die ihnen bisher nicht erreichbar erschienen.

Abfallwirtschaft Südholstein 

# Lose Waren kaufen, Verpackungen vermeiden, Pfandsysteme nutzen und vieles mehr

## Abfall? Das spar ich mir (fast) alles!

Weit mehr als die Hälfte der von der Abfallwirtschaft Südholstein (AWSH) eingesammelten Abfälle werden recycelt – das ist gut so! Noch besser für die Umwelt ist es allerdings, Abfälle gar nicht erst entstehen zu lassen. Damit

werden Ressourcen am nachhaltigsten geschont. Außerdem muss auch für das Recycling viel Energie aufgebracht werden. Aber was kann ich tun? Wie lässt sich Abfallvermeidung wirklich in die Tat umsetzen? Die AWSH

gibt viele Tipps dazu – am letzten Wochenende auch ganz persönlich bei einer gemeinsamen Veranstaltung mit EDEKA Martens auf dem Parkplatz des Supermarktes in Sandesneben.

**Kreise Stormarn und Herzogtum Lauenburg (awsh).** Der Einkaufswagen im Supermarkt ist randvoll und wenige Tage später auch der graue Restabfallbehälter sowie andere Tonnen ... in diesem Fall steht Abfallvermeidung leider hinten an. Weil immer noch viel zu viele überflüssige Verpackungen und sonstige Abfälle anfallen, wirbt die AWSH ständig für mehr Aufmerksamkeit beim Einkauf. Wie zum Beispiel bei der Kooperation mit EDEKA Martens, die im Rahmen des Engagements „Natürlich Martens“ seine Kundinnen und Kunden beim abfallarmen Einkauf unterstützt.

Bei der Aktion am vergangenen Wochenende nahmen über 60 Schülerinnen und Schüler aus der Region an einem Abfall-Quiz teil, lernten Abfälle zu vermeiden und richtig zu sortieren und wurden dafür anschließend mit einer Urkunde und einem Netz mit Obst belohnt. Ab 13 Uhr bis zum frühen Abend war der Aktionsstand auf dem EDEKA-Parkplatz dann umlagert von vielen interessierten „großen“ Abfallvermeidern. Die AWSH klärte hier über Möglichkeiten der Abfallvermeidung beim Einkauf und über das richtige Trennen unvermeidbarer Abfälle auf. Auf sehr großes Interesse stieß die Vorstellung der neuen Wertstofftonne, die 2020 den Gelben Sack ablöst und in der dann auch alle Nicht-Verpackungen aus Metall und/oder Kunststoff bequem entsorgt werden können.

**Weiterverwenden ist auch Abfallvermeidung** „Schätze aus Schrott“ – die Upcycling-Spezialisten der beliebten RTL-



Sendung waren nun schon zum dritten Mal auf einem AWSH-Recyclinghof und fanden unglaublich viele gut erhaltene Gegenstände, die für Kunden Abfall waren. Die finden nun über das Upcycling den Weg zu neuen Liebhabern. Auch so können viele Abfälle vermieden werden. Weitere Informationen dazu gibt es auch auf [www.awsh.de](http://www.awsh.de).

ZAHLE DES MONATS: **4.400**

So viele Brotdosen hat die AWSH zum Schulanfang verteilt. Die Abc-Schützen an 63 Grund- und Förderschulen lernen so schon frühzeitig, wie man jede Menge Abfall vermeiden kann.



Auf geht's: Verpackungen, Plastik und Metall raus aus dem Restabfallbehälter und ab 2020 rein in die neue Wertstofftonne.

In den Restabfallbehältern sind immer noch zu viele verwertbare Abfälle. So sieht eine durchschnittlich befüllte graue Tonne aus.



### GELBE WERTSTOFFTonne ERSETZT GELBEN SACK

Verwertbare Abfälle gehören nicht in den Restabfall, für fast alles gibt es andere Sammelsysteme. Und 2020 kommt die neue Wertstofftonne, in die zusätzlich zu Verpackungen aus Kunststoff und/oder Metall auch alle anderen Abfälle aus diesen Materialien aus Privathaushalten gehören.

## 10 gute Ideen gegen Abfall

1. Mehrweg statt Einweg
2. Leitungswasser als umweltfreundliche Getränkealternative nutzen
3. Lose statt unnötig verpackt
4. Stoffbeutel und Einkaufskörbe statt Plastiktüten (wenn Papiertüten, dann mehrfach nutzen)
5. Brotboxen statt Alufolie oder Butterbrotpapier
6. wiederverwendbare Artikel statt Einweggeschirr und -besteck
7. Weiterverwendungsmöglichkeiten prüfen
8. reparieren statt wegwerfen, leihen statt kaufen
9. E-Geräte mit Stromanschluss oder Akkus nutzen, leere Batterien im Handel zurückgeben
10. Lebensmittel nicht verschwenden, sondern bewusst einkaufen und lagern

