

Kiel, 14.11.2011

„Da ist wieder Leben in mich reingekommen!“

Rückblick auf die Fachveranstaltung Psychische Gesundheit und Erwerbslosigkeit zum Jubiläum von „Mut tut gut!“

(Kiel) Die Psychosoziale Frauenberatungsstelle donna klara hatte geladen und viele kamen: Am 2. November wurde im großen Ratsaal des Kieler Rathauses das fünfte Jubiläum des psychoedukativen Gesundheitstrainings für erwerbslose Frauen gefeiert. Das Projekt, das in Kooperation mit den Jobcentern umgesetzt und von der Stadt Kiel finanziert wird, ist ein Erfolgsmodell. 180 Frauen haben inzwischen daran teilgenommen. „Das ist ein 180facher Gewinn an Zuversicht und Selbstvertrauen. Daran haben wir alle gut.“ so Stadtrat Adolf-Martin Möller in seinem Grußwort. Darum sei „Mut tut gut“ heute aus den Hilfsangeboten der Stadt auch nicht mehr wegzudenken. Die Kursinhalte folgen einem ganzheitlichen Ansatz. Der Mix aus Information, Beratung, körperlichen und aktivierenden Angeboten fördert die Selbstwahrnehmung und Selbstakzeptanz der Teilnehmerinnen. „Wir haben damit ein Angebot entwickelt, dass es offenbar schafft, Frauen, die langjährig isoliert und perspektivlos waren, durch "nur" 10 Wochen Kurs zu motivieren. Sie sind wieder fähig, Perspektiven zu entwickeln und wieder ins Handeln kommen.“ fasst Mitinitiatorin Angela Lipp das Konzept zusammen.

donna klara wollte nicht nur feiern. Die Initiatorinnen nahmen diesen Tag zum Anlass, im Rahmen einer interdisziplinären Fachveranstaltung Bilanz zu ziehen und nach Impulsen für die zukünftige Förderung und Stärkung der psychischen Gesundheit zu fragen. In ebenso angeregter wie konzentrierter Stimmung folgten die rund 100 Gäste – Fachkräfte aus pädagogischen, psychologischen und medizinischen Arbeitsfeldern, Integrationsfachkräfte der JobCenter Kiel, Verantwortliche aus Gesundheitswesen und der Stadt Kiel sowie ehemalige Kursteilnehmerinnen – den Thesen der Leipziger Arbeitspsychologin Dr. Kathleen Otto. Eine ihrer Kernthesen bestätigten danach auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Podiumsdiskussion aus jeweils fachspezifischer Sicht: Es ist wichtig, die psychische Gesundheit so früh wie möglich zu stärken, ihr Erhalt sollte oberstes Präventionsziel sein. Einig war sich die ExpertInnenrunde darum auch, dass weitere Angebote notwendig sind, um langfristig die hohen Kosten, die durch die langen und kostenintensiven Behandlungen psychischer Erkrankungen entstehen, abzufangen. Dafür braucht es neue Kooperationen der Kostenträger, die bisher eher nebeneinander und unverbunden gearbeitet haben. „Hin zu solchen Kooperationen: Dafür war die Veranstaltung ein wichtiger erster Schritt.“ ist Edith Paulsen von donna klara überzeugt.

Unbestrittener Höhepunkt des Nachmittags aber war der Auftritt des eigens gebildeten Chors ehemaliger Teilnehmerinnen unter der Leitung von Stimmlehrerin Dorothee Bärmann: ein mehrstimmiger und klangvoller Beweis, wie gut Mut tut.