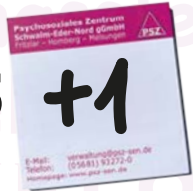


unverzichtbar ambulant betreutes Wohnen
Wandel ein Muss Begleitetes Wohnen in Familien
Innovativ UNBEDINGT NOTWENDIG gemeinsam erleben
Kreativ **WICHTIG** Ressourcen ZWINGEND **Beziehung**
Aktiv sein nicht ersetzbar Begleitung UNTERSTÜTZUNG
nicht zu entbehren Offen nicht weglassbar Anlaufstelle
Ansprechpartner **Ernsthaft und unterhaltsam**



PERSÖNLICHE **S**TÄRKE **IM Z**ENTRUM



25 +1 = 26 Jahre
im
Schwalm-Eder-Kreis

Wachsen Sozialraum entdecken unentbehrlich RehaPro
Außerordentlich sollte man haben unumgänglich
unbedingt dazu gehören Ergotherapie **Gemeinsam**
nicht zu entbehren Soziale Teilhabe unentbehrlich
personenzentriert TAGESSTÄTTEN KISS SICHERER ORT
PERSÖNLICHE STÄRKE IM ZENTRUM

Impressum:

Diese Zeitung wurde anlässlich des 26-jährigen Jubiläums des PSYCHOSOZIALEN ZENTRUMS SEN gGmbH erstellt und an alle Klient*innen, Kund*innen, Lieferanten und Geschäftspartner ohne Berechnung eines besonderen Bezugspreises zugestellt.

Herausgeber:

PSYCHOSOZIALES ZENTRUM
Schwalm-Eder-Nord gGmbH
Memelweg 4, 34576 Homberg (Efze)
Internet: www.psz-sen.de
Telefon: (05681) 932 72-0
E-Mail: verwaltung@psz-sen.de

Redaktion:

Karl-Otto Cyriax und Silke Entzeroth (Geschäftsführung),
Monika Ehrhardt-Müller, Annabelle Trieschmann,
Diana Träbing, Julia Hrycak, Melanie Bernhard;

Bildnachweise:

PSZ-Archiv, HNA,
aktuelle Fotos von Golden Moments – Fotografie + Eventplanung, Homberg

Gestaltung und Druck:

Medienhaus Homberg, Pfarrstraße 13, 34576 Homberg (Efze)

Erscheinungsweise:

Einmalig zum 26-jährigen Jubiläum des Psychosozialen Zentrums

Stand: August 2021

Wir freuen uns über Spenden, um damit Aktionen für und mit unseren Klient*innen zu finanzieren!
z.B.: Tagesausflüge, Freizeiten und für die digitale Teilhabe.

**Spendenkonto des
PSYCHOSOZIALEN ZENTRUMS
Schwalm-Eder-Nord gGmbH:**

IBAN: DE44 5205 2154 0011 0006 19
BIC: HELADEF1MEG

Inhaltsverzeichnis

1. Impressum	2
2. Vorwort – Geschäftsführung „Persönliche Stärke im PSZ“	4
3. Grußworte	
• Aufsichtsrat	6
• LWV	7
• Kreis	8
• DPVV	9
4. Zeitleiste	10
5. Das PSZ während der Corona-Pandemie	10
6. Pressebericht Impfaktion	16
7. Teams und Fotos	
• Homberg	17
• Fritzlar	18
• Melsungen	19
8. Arbeitsbereiche des PSZ 2021	20
• Rehapro	23
• junges PSZ	24
• online-Beratung	26
• Verwaltung PSZ	29
• Ausbildung im PSZ	30
9. Nutzerbefragung	33
10. Satzanfänge / Statements	34
11. Berichte von Klienten	40
12. Witziges und Mitmachteil (Basteln)	42
13. Erklärungsnot – Psyche erklärt	45
14. Witziges	54
15. Innere Rückseite:	55
• Kontaktdaten – QR-Code – Instagram – Facebook – Homepage	
• Notfallnummern	

In der Mitte dieser Zeitung finden Sie unser PSZ-Kochbuch zum Herausnehmen!



PERSÖNLICHE STÄRKE IM ZENTRUM

25+1 Jahr Psychosoziales Zentrum SEN gGmbH



Karl-Otto Cyriax

Vorwort zum Jubiläum 2021

Das Vorwort der Broschüre zum 20-jährigen Jubiläum des PSZ geht auf die Wurzeln und Gründungssituation ausführlich ein, sodass sie hier nicht noch einmal breit dargestellt werden soll. Die in dieser Broschüre befindliche „Zeitleiste“ richtet daher lediglich schlaglichtartig einen Blick auf die Gründungsphase und deren Umstände. Die Situation, dass sich 1995 zwei Gesellschafter zur Gründung einer gGmbH zusammengefunden haben, war u.a. auch schlicht der Not geschuldet, die zur Gründung einer GmbH erforderliche Stammeinlage von 50.000 DM zusammen bringen zu müssen. Für gemeinnützige Institutionen stellte sich dies vor 25+1 Jahr durchaus als Herausforderung dar.

Wenn gleichberechtigte Partner gemeinsam an einem Projekt arbeiten, ist es immer wieder erforderlich, sich intensiv mit der Materie zu befassen, um tragfähige Kompromisse zu erringen. Das Suchen nach Konsens, Kompromiss und gleichwohl Tragfähigkeit, war und ist bis heute eine wesentliche Säule und Stütze im Fundament des PSZ. Natürlich braucht das immer seine Zeit, und ist mitunter auch sehr mühsam

und manchmal auch mit Meinungsverschiedenheiten, Streit, Kränkungen, aber auch Wertschätzung und Freude und auch Spaß versehen. Aber das nach 25+1 Jahr das PSZ so dasteht, wie es dasteht, zeigt deutlich, dass sich das alles gelohnt hat und es jede Mühe wert war! Daher an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an unsere Gesellschafter für die Zeit, die viele Arbeit und das Durchhaltevermögen!

Das PSZ ist auch in den letzten Jahren kontinuierlich gewachsen. Im Rahmen von sozialraumorientierter (gemeinnütziger) Sozialarbeit, kann Wachstum (für sich) keinen anzustrebenden Wert darstellen, solange das Wachstum nicht verknüpft wird mit dem Bestreben, den Sozialraum in seiner Gänze zu erreichen und zielgruppengerechte und passgenaue Hilfen anzubieten. Nur so lange dies im Mittelpunkt des Handelns steht, ist Wachstum opportun. In den letzten Jahren hat das PSZ seinen Blick zunehmend auf den Sozialraum in seiner Gänze gerichtet und Unterstützung und Hilfsangebote im Umfeld seiner traditionellen Angebote weiterentwickelt. In den letzten Jahren hat sich die Zusammenarbeit mit dem örtlichen Jobcenter in bedeutender

Weise entwickelt und vertieft. Aus der kürzlich erfolgten Anerkennung als Jugendhilfeträger werden sich neue und spannende Aufgaben ergeben.

Das Psychosoziale Zentrum SEN ist als gemeinnützige GmbH seit 26 Jahren im Schwalm-Eder-Kreis verankert. Einzelne Arbeitsbereiche wie das ambulant betreute Wohnen und die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle gibt es (in Vereinsträgerschaft) bereits deutlich länger. Die langjährige Erfahrung des Psychosozialen Zentrums gemischt mit der Bereitschaft zu innovativen Angeboten spiegelt sich auch in den Teams des PSZ: es gibt eine kreative Mischung von älteren erfahrenen Kolleg*innen mit vielfältigen Verbindungen in den Landkreis und jungen Mitarbeiter*innen mit neuen Ideen und frischen Herangehensweisen. Davon profitieren die Klient*innen ebenso wie die inhaltliche Arbeit des PSZ.

Zur Feier des Jubiläums „25 Jahre plus...“ haben wir uns die Aufgabe gestellt, einen inhaltlich passenden Leitsatz für das PSZ zu suchen. Gefunden haben wir:

„Persönliche Stärke im Zentrum“

Dieser Sinnspruch ergänzt ab dem Sommer 2021 das Logo des PSZ mit

einer inhaltlichen Aussage, deren Doppeldeutigkeit gewollt ist. Die Leistungen, die die Mitarbeiter*innen des PSZ in allen Arbeitsbereiche erbringen, haben immer die individuellen Stärken der Klient*innen im Blick. Die persönliche Ressource des unterstützten Menschen ist im Zentrum, im Mittelpunkt, der Vorgehensweise. Die andere Deutung des Leitsatzes ist, dass in unseren Zentren die persönliche Stärke einer jeden Besucherin / eines jeden Besuchers zum Ausdruck kommen kann. Mit „Persönliche Stärke im Zentrum“ wird ausgedrückt, was das Psychosoziale Zentrum SEN seit langen Jahren lebt und umsetzt und was mit dem Bundesteilhabegesetz (BTHG) auch eine gesetzliche Grundlage gefunden hat.

In diesem Vorwort muss zwangsläufig die Corona-Pandemie Erwähnung finden, die seit März 2020 auch das PSZ prägt und verändert. Vieles ist in unserer Arbeit und in unseren Häusern neu organisiert und immer wieder angepasst worden.

Die Geschäftsführung ist dankbar, dass die Klient*innen mit Geduld, Verständnis und immer wieder geäußelter Anerkennung der geleisteten Arbeit

dem Psychosozialen Zentrum durch die Krisenzeit verbunden geblieben sind. Sie ist dankbar für die überaus engagierte und verantwortungsbewusste Arbeit aller Mitarbeiter*innen. Und die Geschäftsführung bedankt sich bei den Kostenträgern, in erster Linie dem Landeswohlfahrtsverband Hessen. Dieser hat mit Akzeptanz auf die praktischen Erfordernisse während der Pandemie agiert, er hat dem PSZ immer die Möglichkeit gegeben, seine aktuelle Arbeitsweise darzustellen und hat die erbrachten Leistungen honoriert.

Wir blicken an dieser Stelle mit Zuversicht auf die nächste Zeit, die weiterhin Veränderung bereithält. Karl-Otto Cyriax wird im Dezember 2021 seine langjährige, erfolgreiche Tätigkeit als Geschäftsführer des PSZ beenden. An seine Stelle wird Silke Entzeroth treten, die bereits seit September 2020 als Teil des Geschäftsführungstandems tätig ist. Damit geht eine Ära zu Ende, die das PSZ geprägt hat. Mit Karl-Otto Cyriax ist die Ausgestaltung der jetzigen Standorte in Melsungen, Fritzlar und Homberg (Efze) verbunden. Unter seiner Geschäftsführung haben sich die Klient*innenzahlen vervielfacht.

Neue Arbeitsbereiche wie RehaPro, das „Junge PSZ“, die Onlineberatung für junge Menschen und die Angebote für Kinder psychisch kranker Eltern wurden entwickelt und umgesetzt. Karl-Otto Cyriax hinterlässt ein sehr gut bestelltes Haus und hat mit Silke Entzeroth eine Nachfolgerin, die das Psychosoziale Zentrum mit Verantwortungsbewußtsein und Ideenreichtum in die nächsten Jahre führen wird.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen viel Freude bei der Lektüre unserer Jubiläumszeitung!

Karl-Otto Cyriax
Silke Entzeroth



Silke Entzeroth

PSZ Jubiläum

Grußwort des Aufsichtsrates und der Gesellschafter

Der Aufsichtsrat und die Gesellschafter des PSZ Schwalm Eder Nord gGmbH gratulieren den Mitarbeiter*innen und der Geschäftsführung ganz, ganz herzlich zum 25+1-jährigen Jubiläum!

Die Gründung des PSZ erfolgte vor 26 Jahren in sehr bescheidenen Verhältnissen: Die Aktivitäten der damals im nördlichen Schwalm-Eder-Kreis im Feld der Sozialpsychiatrie aktiven Organisationen (Verein Psychosoziale Arbeit Breitenau, Guxhagen: Betreutes Wohnen und tagesstrukturierende Angebote; Hilfen für Menschen mit psychischen Erkrankungen e.V., Melsungen: Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle [PSKB]; Arbeitskreis Gemeindeförderung [AKGG]: Gesundheitsversorgung gGmbH [AKGG]: Arbeitsintegration) wurden in der neu gegründeten GmbH gebündelt, um Angebote aus einer „Hand“ zu gestalten, potentielle Konkurrenzen zu verhindern und den Kostenträgern mit einer klaren Struktur bzw. Organisationsform begegnen zu können. Die Gesellschaftsanteile des AKGG übernahm später der Emstaler Verein e.V. Am Standort Melsungen konnte dann recht bald eine Tagesstätte aufgebaut werden und die Teams der Mitarbeiter*innen – es waren im Jahr 1995 13 Personen – zusammengeführt werden.

In den Folgejahren setzte eine bewundernswerte Weiterentwicklung ein: Die Standorte in Fritzlar und Homberg (Efze) wurden gegründet und durch Neubau, Umbau oder Neuanmietung wurden sehr schöne Aufenthalts- und Beschäftigungsmöglichkeiten für die Nutzer*innen sowie Arbeitsbedingungen für die Mitarbeiter*innen geschaffen. Neben den „klassischen“ Angeboten der PSKB, der Tagesstätte und des Betreuten Wohnens an allen drei Standorten kamen neue Aufgabengebiete hinzu wie die Trägerschaft der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen oder das Begleitete Wohnen in Familien. So ist die Gesellschaft gewachsen und hat aktuell (Juni 2021) mit 55 Beschäftigten und einem Jahresumsatz von ca. 2,5 Mio. € den Charakter eines gut organisierten mittelständischen Betriebes. Wichtiger als dieses quantitative Wachstum ist jedoch, dass sich das PSZ als wichtige Unterstützungsinstanz für Menschen mit (chronischen) psychischen Erkrankungen entwickelt hat und der kompetente und zuverlässige Träger der Sozialpsychiatrie im nördlichen Schwalm-Eder-Kreis geworden ist. Neben der Stabilisierung und Konsolidierung der Angebote hat das Team immer wieder ein sehr hohes Maß an Flexibilität und Kreativität gezeigt, um

auf nötige Bedarfe und Bedürfnisse passgenau einzugehen. Zu würdigen ist hier beispielsweise die Arbeit unter den Corona-Bedingungen: unter Wahrung der Infektionsschutzbedingungen wurden die Kontakte zu den Nutzer*innen aufrechterhalten, es gab eine Suppenküche, online-Beratung, ... Von dieser Kreativität zeugen auch die jüngsten Angebote – das „Junge PSZ“ und die Angebote für Kinder psychisch kranker Menschen –, die wichtige, wachsende Zielgruppen ansprechen. Der Aufsichtsrat bedankt sich ausdrücklich bei den Mitarbeiter*innen und der Geschäftsführung für das Engagement im und für das PSZ. Ein Dank geht ebenfalls an die Kooperationspartner*innen und Kostenträger, ohne diese die sehr gute Entwicklung nicht möglich gewesen wäre. Und: Wir wünschen mindestens weitere 26 Jahre Bestand und Erfolg.

für den Verein Psychosoziale Arbeit Breitenau e.V.

*Prof. Dr. Klaus Fröhlich-Gildhoff
Rudolf Gleichmann
Malte Kummer*

für den Emstaler Verein e.V.

*Günter Hartmann
Christiane Spranger-Paul
Armin Schomberg*

**Liebe Frau Entzeroth und Herr Cyriax,
Liebe Mitarbeitende und Betreute des PSZ,
Sehr geehrte Damen und Herren,**

auch ich bedauere, dass Sie ihr 25-jähriges Jubiläum nicht persönlich mit vielen geladenen Gästen, so wie es dem Anlass angemessen wäre, feiern können. Sehr gerne wäre auch ich persönlich zu Ihnen nach Homberg (Efze) gekommen, um mit Ihnen allen ein Vierteljahrhundert Psychosoziales Zentrum Schwalm-Eder-Nord zu feiern. Doch die Pandemielage verhindert derzeit leider (noch) größere Zusammenkünfte wie die einer Jubiläumsfeier. Deshalb freut es mich sehr, dass Sie als kleinen Ersatz eine Festschrift zu Ihrem Jubiläum veröffentlichen.

Persönlich und auch im Namen unseres Verwaltungsausschusses sowie meiner Mitarbeiter*innen gratuliere ich Ihnen daher auf diesem Wege herzlich zu Ihrem 25-jährigen Jubiläum!

Mit Stolz können Sie im Jahr 2021 auf Ihre 25-jährige psychosoziale Geschichte zurückblicken.

Das PSZ ist für den LWV Hessen ein wichtiger und verlässlicher Partner mit seinen vielfältigen Angeboten für Menschen mit seelischen Behinderungen im Schwalm-Eder-Kreis. Unsere Zusammenarbeit ist vertraulich und von gegenseitigem Respekt geprägt.

Sie sind mit dafür verantwortlich, dass wir den gesetzlichen Auftrag „ambulant vor stationär“ auch im Schwalm-

Eder-Kreis kontinuierlich ausgebaut haben. So werden derzeit über 150 Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen durch Ihre Mitarbeiter*innen in ihrer eigenen Wohnung begleitet und in vielfältigsten Lebenslagen unterstützt. Auch im Bereich von tagesstrukturierenden Maßnahmen in Ihren Tagesstätten an den Standorten in Fritzlar, Homberg (Efze) und Melsungen bieten Sie qualifizierte und vielfältige Angebote für derzeit rund 50 Personen.

In den letzten 10 Jahren haben wir die Räumlichkeiten der Tagesstätten zusammen mit Ihnen deutlich verändert, verbessert sowie inklusiv gestaltet, so dass Sie attraktive und auch adäquate Angebote für den von Ihnen betreuten Personenkreis anbieten können. Neben dem begleiteten Wohnen in Familien möchte ich noch Ihr Engagement in Ihren Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstellen hervorheben. Dieses niedrigschwellige Angebot ist eines der wichtigsten Kriterien dafür, dass ein leicht zugängliches, individuelles und auf Beratung ausgerichtetes Angebot für Menschen mit seelischen Behinderungen zur Verfügung steht.

Ich bin Ihnen dankbar dafür, dass Sie den Weg des personenzentrierten Ansatzes in der Eingliederungshilfe zu-

sammen mit uns umsetzen und immer noch weitergehen.

Die veränderten Rahmenbedingungen durch gesetzliche Änderungen vom Bundessozialhilfegesetz bis hin zum Bundesteilhabegesetz waren und sind für alle Beteiligten sicherlich eine große Herausforderung. Hilfeplan-konferenzen, IBRP, ITP und PiT Hessen sind da nur einige Schlagworte, die ich beispielhaft aufführen möchte.

Ich bin mir sicher, dass wir auch zukünftig gemeinsam gute Ideen und Konzepte zur Umsetzung von Teilhabeleistungen im Schwalm-Eder-Kreis umsetzen können. Dafür wünsche ich Ihnen viel Erfolg und alles erdenkliche Gute.

Lassen Sie in Ihrem Bestreben, Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen in die Gesellschaft zu inkludieren, nicht nach, auch wenn Sie hin und wieder auf Widerstände stoßen sollten. Der LWV Hessen freut sich auf die weitere Zusammenarbeit mit Ihnen. Glück auf für Ihre weitere Arbeit.

*Ihr Dr. Andreas Jürgens
Erster Beigeordneter des LWV Hessen*

LWVHessen 



Grusswort

Landrat Winfried Becker und Erster Kreisbeigeordneter Jürgen Kaufmann

Ein wichtiger Beitrag zur Integration und Teilhabe psychisch erkrankter Menschen



„Ich kann freilich nicht sagen, ob es besser werden wird, wenn es anders wird; aber soviel kann ich sagen: es muss anders werden, wenn es gut werden soll.“

Dieses Zitat des Naturwissenschaftlers und Philosophen Georg Christoph Lichtenberg passt gut zur Situation der psychosozialen Versorgungslandschaft der 70er- und 80er-Jahre: Psychisch erkrankten Menschen, Menschen in akuten seelischen Krisensituationen und deren Angehörigen standen vorwiegend stationäre Hilfsangebote zur Verfügung. Diese in Anspruch zu nehmen, stellte nicht selten eine große Hürde dar. Auf der Suche nach neuen Wegen in der Psychiatrie zeigte sich u.a. der dringende Bedarf nach einem gemeindenahen und vor allem ambulanten Versorgungssystem. Die Gründung Psychosozialer Zentren (PSZ) war ein Baustein auf dem Weg zur Verbesserung der psychosozialen Versorgung und Prävention. Vor über 25 Jahren haben hoch engagierte Menschen ihre soziale Verantwortung wahrgenommen und im Schwalm-Eder-Kreis entsprechende Angebote geschaffen.

Seither bietet das Psychosoziale Zentrum Schwalm-Eder-Nord Betroffenen und deren Angehörigen an verschiedenen Standorten im Landkreis fachlich fundierte, niederschwellige, wohnortnahe, ambulante und an die jeweiligen Bedarfe angepasste Eingliederungshilfen und Hilfen zur Selbsthilfe an. Auch beherbergt und koordiniert das Psychosoziale Zentrum die „Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Schwalm-Eder-Kreises“ als wichtige Institution und Ergänzung unseres Gesundheitssystems. Mit all seinem Wirken leistet das PSZ damit einen erheblichen Beitrag zur Integration und Teilhabe von psychisch erkrankten Menschen, zur Sensibilisierung der Gesellschaft und Prävention. Grund genug, dass auch wir als Kreis Ihr Engagement kontinuierlich fördern.

Wir sprechen Ihnen Anerkennung und Dank für Ihre 25-jährige, erfolgreiche Arbeit aus und wünschen Ihnen weiterhin viel Freude, Mut, Engagement und Erfolg.

Homburg (Efze), im April 2021

Winfried Becker,
Landrat

Jürgen Kaufmann,
Erster Kreisbeigeordneter

**Liebe Leser*innen,
liebes Team vom
PSZ Schwalm-Eder-Nord,**

die Aufbruchsstimmung des Jahres 1995 machte sich nicht nur auf der großen nationalen und internationalen Bühne bemerkbar – auch im Schwalm-Eder-Kreis bahnten sich große Ereignisse an. Helmut Kohl war Bundeskanzler der Wiedervereinigung, ich lernte schreiben und lesen und im Schwalm-Eder-Kreis gründete sich eine gGmbH, welche die soziale Landschaft auf Dauer nachhaltig bewegen und prägen würde.

**Liebes Psychosoziales Zentrum Schwalm-Eder-Nord,
meine Glückwünsche zum 25 + 1 = 26-jährigen Bestehen!**

Ihr seid mit eurer Arbeit nicht nur ein Garant für gute Qualität, sondern liefert darüber hinaus für viele Menschen eine Lebensqualität und Teilhabe, die ohne euch so nicht möglich wäre. Die Idee der Inklusion bleibt wegen euch eben nicht nur eine Idee! Sie wird erst über gemeindenaher und sozialraumorientierte Angebote wie das PSZ erfahrbar, gerade in ländlichen Regionen keine Selbstverständlichkeit.

Nicht nur dafür möchten wir euch von Herzen Danke sagen. Auch die Geschichte des Paritätischen im Schwalm-Eder-Kreis wurde über die Jahre in einem sehr hohen Maße von euch mitgestaltet. Wir als Paritätäre profitieren in großem Maße von eurem Engagement und euren Impulsen, als Mitglied einer kleinen, aber starken Paritätischen Kreisgruppe habt ihr in den vergangenen Jahrzehnten am Aufbau von Strukturen mitgearbeitet, die heute maßgeblich für die regionale Arbeit vor Ort sind.

Dadurch seid ihr heute für uns aus dem Schwalm-Eder-Kreis einfach nicht mehr wegzudenken. Wir freuen uns auf die nächsten 26 Jahre guter Zusammenarbeit!

*Rosa-Maria Hamacher
Regionalgeschäftsführerin Nordhessen*



*Regionalgeschäftsstelle Nordhessen
Treppe4 – Haus der Sozialwirtschaft
Treppenstraße 4, 34117 Kassel
www.paritaet-hessen.org*

*Der Paritätische Hessen - Deutscher
Paritätischer Wohlfahrtsverband,
Landesverband Hessen e. V.
Landesgeschäftsführerin:
Dr. Yasmin Alinaghi*



Das PSZ während der Corona-Pandemie

Die Kontaktbeschränkungen und Hygieneregeln zum Schutz vor einer Corona-Infektion haben die Arbeit des Psychosozialen Zentrums sehr verändert. Seit dem 1. Lockdown im März 2020 haben die Mitarbeiter*innen von Woche zu Woche vor neuen Anforderungen und Regelungen gestanden. Die Vorgaben der Politik in Bezug auf Abstand und Betretungsverbote mussten umgesetzt werden. Gleichzeitig ist die originäre Aufgabe des PSZ der persönliche Kontakt zu den Klient*innen. Die Mitarbeiter*innen haben flexibel und kreativ immer wieder die Kontaktangebote überprüft und neu gestaltet.

Die Leitfrage war und ist: wie kann eine sichere und individuell passende Unterstützung für jeden einzelnen Klienten gewährleistet werden, was können wir an sozialer Teilhabe anbieten, organisieren und aufrechterhalten. Der Kontakt auf Abstand erfordert neue Medien und neue Angebote. Viele Einrichtungen, Behörden, Therapeutenpraxen rund um das PSZ hatten geschlossen, nichts ging mehr – das PSZ hat weiterhin Angebote gemacht.

Betreutes Wohnen / Begleitetes Wohnen in Familien
Zum Schutz von Klient*innen, Gastfamilien und Mitarbeiter*innen wurden

viele Termine zu Outdoorterminen, der Mund-Nasen-Schutz war immer dabei, in Dienstwagen wurden Plexiglasscheiben eingebaut und nur noch ein Klient transportiert. Auch hier ist das Motto: unsere Arbeit ist der Kontakt und die Beziehung. Darauf können wir nicht verzichten. Aber wir können die Umgebung anpassen.

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

▲ Beratungen

Um die Klient*innen in der unsicheren Zeit des Lockdowns nicht alleine zu lassen, nahmen wir in den ersten Wochen Kontakt über das Telefon zu den

Zeitleiste:



1986
Gründung des Vereins Psychosoziale Arbeit Breitenau in Guxhagen Arbeit im ambulant betreuten Wohnen im SEK (BW) beginnt

1990
Einrichtung einer PsychoSozialen Kontakt und Beratungsstelle (PSKB) im Lutherhaus MEG durch den Verein Hilfe und Selbsthilfe psychisch kranker Menschen MEG

1991
Arbeitsplatzbegleitung von Menschen mit schwerbehinderten Status durch Arbeitskreis Gemeindenahe Gesundheitsversorgung (AKGG)



1994
Etablierung des BW in Guxhagen, durch Psychosoziale Arbeit Breitenau e.V.



1995
Gründung der „...les Zentrum SEN durch PSA Guxha AKGG Melsunge Renate Schrader Geschäftsführeri

Menschen auf, deren Kontaktdaten uns bekannt waren und die nicht über die Tagesstätte oder das ambulant betreute Wohnen versorgt waren. Präsenzberatungen wurden in Lockdown-Zeiten in telefonische oder Outdoor-Gespräche verändert.

▲ Offene Angebote

Während des ersten Lockdowns fanden keine offenen Angebote mehr statt. Regelmäßige Besucher*innen wurden telefonisch von den Mitarbeiter*innen unterstützt.

Mit den Lockerungen im Juni 2020 kamen Überlegungen auf, wie die Kontaktstelle unter strengen Hygienemaßnahmen wieder Angebote bieten

kann. Die Idee eines „Endlich-Wieder-Treffens“ wurde entwickelt und umgesetzt. Es ging darum, gemütlich bei Tee, Kaffee und Gebäck (mit Abstand) zusammensitzen und sich wieder zu sehen. Das Treffen wurde aufgrund der Hygieneregeln auf eine Zeitstunde begrenzt. Es gab eine auf acht Personen beschränkte Teilnahmeliste und Anmeldefrist. Während der Sommermonate konnte das Angebot draußen stattfinden. Mit Beginn der kälteren Jahreszeit wurden die Räume der Tagesstätte genutzt.

Seit dem zweiten Lockdown waren wieder keine Präsenz-Angebote der Kontaktstelle möglich. Da in anderen

Arbeitsbereichen des PSZs inzwischen digitale Medien genutzt werden, entschloss sich das PSKB-Team Ende des Jahres 2020 dazu, ein online-Kontaktangebot, die „Quasselrunde“ auf die Beine zu stellen.

Fazit: In den PSKB's werden Beratungs- und Kontaktangebote entsprechend der allgemeinen Lage und in Übereinstimmung mit den rechtlichen Regelungen permanent angepasst.

▲ Monatsbriefe

Die Monatsbriefe waren bereits im Vorfeld von Corona fester Bestandteil der Arbeit der PSZ's, um alle Klient*innen mit Informationen zu unterschiedlichen Aktivitäten zu versorgen. Mit



Psychosozia-
" gGmbH,
agen und
n.
wird
n des PSZ

1995

Umzug der PSKB in die Burgstraße in Melsungen



Hat das PSZ 15 Jahre lang geleitet: Rose Ostermann. Foto: Schwarz

1995

Rose Ostermann wird Geschäftsführerin des PSZ



1996

Eröffnung der Tagesstätte in der Burgstraße in Melsungen

1997

Umzug der Verwaltung in die Tränkelücke in Melsungen

Beginn der Corona-Pandemie gab es keine offenen Angebote mehr, aber die Briefe haben nichts an ihrer Wichtigkeit verloren – nur die Inhalte haben sich verändert. Die Mitteilungen waren unterschiedlichen Themen gewidmet: Schutzmöglichkeiten vor Covid 19 wurden erklärt, Vorgehensweisen bei Verdacht auf Corona bzw. auch bei allgemeinen Erkältungsanzeichen wurden erläutert, Schaubilder mitgeschickt, die aktuelle Lage beschrieben. Gleichzeitig war das Mut-Machen, der Zuspruch, die Freude und die Abwechslung wichtig.

Öffentlichkeitsarbeit

Die Öffentlichkeitsarbeit des PSZ's hatte im Jahr 2020 zum einen den Schwerpunkt Information der Klient*innen über Hilfsangebote, Schutzmaßnahmen gegen Corona und Umgang mit der sozialen Isolation. Dies geschah über die bereits erwähnten Klienten Briefe, über unsere Homepage und unseren Facebook-Account. Des Weiteren hat das PSZ durch Artikel in der HNA über seine Arbeit in Corona-Zeiten und die Systemrelevanz der Eingliederungshilfe informiert „Wir sind unverzichtbar“. An jedem Standort hängen weiterhin gut sichtbar Informationen zu den oben genannten Themen aus. Mit einem Spendenaufruf wurde die

Öffentlichkeit über die Schwierigkeiten vieler Klient*innen bei der digitalen Teilhabe und der Bitte nach der Spende von internetfähigen Geräten an das PSZ konfrontiert.

Tagesstätte für Menschen mit seelischer Behinderung

Während des ersten Lockdowns und des Betretungsverbot für Tagesstätten wurden die Tagesstättenbesucher*innen von den Mitarbeiter*innen angerufen, es gab Verabredungen zu Spaziergängen und Hochrisiko-Klient*innen wurden mit einem Einkaufsdienst unterstützt. Außerdem entstanden die:



2000

BW & Verwaltung ziehen in die Burgstraße Melsungen

2000

Eröffnung des Standortes Spitzengasse Fritzlarspitzen



2005

10 Jahre PSZ-SEN

Erweiterung der Tagesstätte Fritzlarspitzen um 6 Plätze



2009

Karl-Otto Cyriax wird Geschäftsführer des PSZ



2010

10 Jahre PSZ in Fritzlarspitzen

PSZ-Suppenküchen

Anfang April wurde dem Team bewusst, was die außergewöhnliche Situation für viele Klient*innen zusätzlich bedeutete: neben dem plötzlichen Wegfall der gewohnten Tagesstruktur und der sozialen Kontakte beklagten sie auch eine schwierige finanzielle und Versorgungslage.

Die Mitarbeiter*innen des PSZ planten und organisierten die „PSZ-Suppenküche“, die sowohl als Kontakt- als auch als Versorgungsangebot zur Verfügung gestellt wurde.

Am 21. April 2020 hatte die „PSZ-Suppenküche“ an allen drei Standorten zum ersten Mal geöffnet und bis zum 28. Mai 2020 an insgesamt zwölf

Terminen zwei Mal pro Woche Suppe ausgeteilt.

Seit der Wiederöffnung der Tagesstätten im Juni 2020 werden an allen drei Standorten mit einem wirksamen Schutz- und Hygienekonzept wieder tagesstrukturierende Angebote z.T. in Kleingruppen und mit verringerter Anwesenheitszeit gemacht.

KISS / Selbsthilfegruppen

Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen KISS unter dem Dach des PSZ musste ebenfalls Angebote für Selbsthilfegruppen absagen bzw. an die Corona-Regelungen anpassen. Unter Einhaltung eines Hygiene- und Schutzkonzeptes sowie mit Voranmel-

dung fanden Stammtische, Fortbildungen mit einer Referentin und Gruppentreffen auf der Terrasse unseres Hauses in Homberg (Efze) statt.

Raumnutzung „Inklusiv“

In Zeiten mit geringerer Inzidenz wurden die großen Räume des PSZ in Homberg von einer Meditations- und einer Männergymnastikgruppe genutzt, die für ihre Aktivitäten in Corona-Zeiten große Räume benötigten. Diese Belegung des Hauses durch Menschen, die zunächst einmal nichts mit einer psychischen Erkrankung zu tun haben, haben Mitarbeiter*innen, Klient*innen und die neuen Besucher*innen als inklusiv und belebend erlebt.



Fritzlar



2010

Aufbau einer Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen KISS



2010

Die erste Auszubildende beginnt ihre Ausbildung zur Kauffrau im Gesundheitswesen in der Verwaltung des PSZ



2010

Aufbau Begleitetes Wohnen in Familien im SEK



2011

Eröffnung des Standortes Memelweg 4 Homberg (Efze)

Digitalisierung

Online-Angebote bieten Kontaktmöglichkeiten, sind aber auch mit Barrieren verbunden. Menschen, die einen WLAN-Anschluss, die nötigen technischen Geräte und die Fertigkeiten haben, diese zu bedienen, können problemlos teilhaben. Ohne diese Gegebenheiten wird man allerdings ausgegrenzt. Dennoch ist das Team vom PSZ der Meinung, es ist besser, zumindest einen digitalen Kontakt anzubieten als gar keinen. Das Schöne an Online-Angeboten ist, dass es keine Teilnahmebegrenzung geben muss, da die Teilnehmenden nicht in einem Raum sitzen.

2014

Emstaler Verein wird Gesellschafter des PSZ

2015

Pilotprojekt Trialog



2015

20 Jahre PSZ



2017

Umzug des PSZ in MEG in die Rotenburger Straße 14 in Melsungen



2017

Umzug des PSZ Domplatz 30 in Melsungen





an den
Fritzlar



2020
COVID-19



2020
Entwicklung des Arbeitsbereiches ReHaPro mit dem Jobcenter Schwalm-Eder



2020
Silke Entzeroth wird weitere Geschäftsführerin des PSZ



2021
Anerkennung als Träger der Jugendhilfe

Aufbau der Projekte
- junges PSZ
- Kinder psych. kranker Eltern
- online-Beratung

Impfteam pikst Klienten und Mitarbeiter



*Impfaktion im Psychosozialen Zentrum (PSZ):
von links Elisa Althaus, Mitarbeiter Mobiles Impfteam, Karl-Otto Cyriax, Geschäftsführer des PSZ und Michael Grögor, Mitarbeiter Mobiles Impfteam. Beide Mitarbeiter des Impfteams sind vom Deutschen Roten Kreuz (DRK).
Foto: PSZ*

Covid-Aktion in Psychosozialen Zentrum

Melsungen/Fritzlar/Homberg

130 Klienten und Mitarbeiter des Psychosozialen Zentrums in Melsungen, Fritzlar und Homberg sind jetzt durchgeimpft. Dafür gesorgt hat das mobile Impfteam des Impfzentrums Fritzlar, das für die Impfaktion vom Psychosozialen Zentrum (PSZ) angefragt worden war.

Die Mitarbeiter des Impfteams versorgten die Impfwilligen mit der Erst- und sechs Wochen später mit der Zweitimpfung. Alles sei gut organisiert und völlig problemlos abgelaufen, geht aus

einer Mitteilung hervor. Das mobile Impfteam lobte die gute Organisation und die guten Vorbereitungen des Psychosozialen Zentrums.

Nach dem Informieren und Erfassen aller Impfwilligen im PSZ, Einholen aller Einverständniserklärungen, Hilfen bei dem Ausfüllen der Anamnesebögen und Kontaktaufnahme mit dem Impfzentrum in Fritzlar konnte das mobile Impfteam des Impfzentrums loslegen. An den drei Standorten des PSZ wurden die Mitarbeiter und Klienten mit dem Covid-19-Impfstoff Moderna immunisiert

cha

*HNA – Melsunger Allgemeine und Fritzlar-Homberger Allgemeine vom 25. Juni 2021
Mit freundlicher Erlaubnis des Abdrucks durch die HNA.*



Hauseingang Homberg

Das Team im PSZ-Homberg



v.l.n.r., hinten stehend: Jennifer Ziegenbein, Pia Haase, Karl-Otto Cyriax, Madlen Honal-Link, Monika Ehrhardt-Müller, Katrin Paul, David Wittmann, Eike Franziska Naumann, Ute Bachmann, Timo Gibhardt, Silke Entzeroth
 Vorne, sitzend: Nicol Eisel, Annika Schemme, Julia Hrycak, Nesa Grotjahn, Ann-Katrin Sippel



Pure Freude
Ihr Golden Moments Team

Golden Moments
Fotografie & Eventplanung
Inhaber: Irina Hinzdorf

Untergasse 16
34576 Homberg (Efze)
Tel.: 05681/7713065
Handy: 015204966939

E-Mail: goldenmomentsfotografie@gmail.com
 E-Mail: goldenmomentsfotografie.event@gmail.com

Marktplatz 22
34560 Fritzlar
Tel.: 05622/7159930

Die aktuellen Teamfotos wurden von
Frau Irina Hinzdorf von
Golden Moments Fotografie erstellt!

Das Team im PSZ-Fritzlar



Eingang Haus Fritzlar



v.l.n.r.:

obere Reihe: Ina Cholibois, Silvia Metzsig, Lisa Schenk

mittlere Reihe: Francisco Rull Gaspar, Anja Stahl, David Seemann, Anja Pagin

*vordere Reihe: Silke Entzeroth, Lemuel Ohntrup, Diana Träbing,
Lea Sophie Tebrügge*

Es fehlen: Rita Kollan und Ute Weikert



Haus und Eingang Melsungen



Das Team im PSZ-Melsungen

v.l.n.r.:

*Peter Schwieger, Lisa Reichmann,
Lydia Honstein, Marla Brieger,
Daniela Zimmermann-Brandt,
Pia Trömner, Hella Jung,
Annabelle Trieschmann,
Melanie Bernhard, Svenja Walther,
Mailin Holz, Fabian Nöding,
Anne Seemann
Es fehlt: Elke Kraus*

Persönliche Stärke im Zentrum

Das PSZ leistet Unterstützung für erwachsene Menschen mit chronischen psychischen Erkrankungen oder für Menschen, die von einer seelischen Behinderung bedroht sind. Hilfestellung gibt es ebenfalls für Personen aus dem sozialen Umfeld der Betroffenen und Menschen in Lebenskrisen.

Das PSZ bietet die folgenden Unterstützungsleistungen an:

- PSKB** **Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen**
- BW** **ambulant Betreutes Wohnen**
- BWF** **Begleitetes Wohnen in Familien**
- TGST** **Tagesstätten für Menschen mit seelischen Behinderungen**
- KISS** **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen**
- Reha Pro** **Auszeit für Gesundheit**
Ein gemeinsames Projekt mit dem Jobcenter Schwalm-Eder
- Junges PSZ** **Aktivitäten für junge Menschen zum Feierabend und am Wochenende**
- Online-beratung** **für Jugendliche und junge Erwachsene**

PSKB – Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen

Die PSKB bietet Beratung, Kontakte und Freizeitangebote für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Bürger*innen des Schwalm-Eder-Kreises.

Die PSKB ist ein ambulantes, niedrigschwelliges Angebot und bietet auch die Vermittlung an andere Fachdienste und Beratungsstellen an. Die Beratung ist kostenfrei.

Freizeit- und Kontaktangebote: Wenn Sie den Kontakt zu anderen Menschen suchen oder Spaß an gemeinsamen Aktivitäten haben, rufen Sie bei uns an, hinterlassen Sie Ihre Adresse für unsere Monatsbriefe oder schauen Sie nach Informationen im Eingangsbereich unserer Häuser.

Die Arbeit der PSKB ist präventiv, begleitend und unterstützend in Krisen und nachsorgend.

Der Kontakt für PSKB Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen:

PSZ Melsungen:

☎ 05661/92 869-12

PSZ Fritzlar:

☎ 05622/9198-15 oder 05622/9198-16

PSZ Homberg:

☎ 05681/93 272-12

BW – ambulant Betreutes Wohnen

Im ambulant Betreuten Wohnen bieten sozialpädagogische Fachkräfte eine kontinuierliche persönliche Betreuung an und helfen, ein selbstbestimmtes Leben in der eigenen Wohnung zu führen.

Die Hilfestellung ist vor allem darauf gerichtet, Menschen dort aufzusuchen, wo sie leben.

Die Unterstützung orientiert sich an den individuellen Bedürfnissen und Lebensumständen der betroffenen Personen.

Das Ziel des PSZ ist es, dass Menschen mit psychischen Erkrankungen ein weitestgehend selbstständiges Leben innerhalb der Gesellschaft führen können.

Suchen Sie Unterstützung und Begleitung im Alltag, brauchen Sie einen Gesprächspartner, benötigen Sie kompetente Begleitung zu Behörden oder bei Arztbesuchen?

Dann melden Sie sich bei den Mitarbeiter*innen des ambulant Betreuten Wohnens.

Der Kontakt für BW ambulant Betreutes Wohnen:

PSZ Melsungen:
☎ 05661/92 869-14

PSZ Fritzlar:
☎ 05622/9198-15 oder 05622/9198-16

PSZ Homberg:
☎ 05681/93 272-15

BWF – Begleitetes Wohnen in Familien

Das Begleitete Wohnen in Familien ist ein weiteres Wohn-Angebot im Psychosozialen Zentrum.

Es bedeutet die Aufnahme eines seelisch behinderten Menschen als Mitbewohner*in in eine Gastfamilie.

Durch die Teilnahme am Familienleben erfahren die Mitbewohner*innen Versorgung, sie haben in der Familie einen festen Ansprechpartner und eine verlässliche Begleitung in allen Dingen des täglichen Lebens. Als Mitbewohner*in nehmen Sie am Leben der Gastfamilie teil und haben auf diese Weise Kontakt und Alltagsstruktur.

Der Fachdienst des PSZ organisiert das Kennenlernen von Menschen mit seelischen Behinderungen und interessierten Familien und bietet im Rahmen des Begleiteten Wohnens regelmäßige Hausbesuche und fachliche Beratung an.

Der Kontakt für BWF Begleitetes Wohnen in Familien:

PSZ Melsungen:
☎ 05661/92 869-20 oder 05661/92 869-16

PSZ Homberg:
☎ 05681/93 272-11

TGST – Tagesstätten für Menschen mit seelischen Behinderungen

Die Tagesstätten des PSZ bieten differenzierte und individuelle Leistungen für Menschen mit seelischer Behinderung an.

Die Aktivitäten zur Tagesstrukturierung reichen von Hauswirtschaft und handwerklicher Beschäftigung über Bewegungsangebote und Entspannungsgruppen zu Gehirnjogging und kreativem Tun.

Qualifizierte Mitarbeiter*innen gestalten gemeinsam mit den Klient*innen einen sinnvollen Tagesablauf.

Durch Aktivitäten im Sozialraum werden Kompetenzen zur soziale Teilhabe gestärkt.

Ziel der alltagsstrukturierenden Angebote ist eine größere Selbstständigkeit, Training der sozialen Fertigkeiten und der kognitiven Fähigkeiten sowie eine Stärkung der Belastbarkeit.

Brauchen Sie eine sinnvolle Beschäftigung, möchten Sie in einer Gruppe mit anderen Menschen Ihren Tag verbringen, ist es an der Zeit, Ihre alltagspraktischen, kreativen, motorischen und andere Fähigkeiten zu aktivieren? Dann wenden Sie sich an die Kontaktpersonen in den Tagesstätten des Psychosozialen Zentrums.

Unsere Ansprechpartner in den Tagesstätten:

PSZ Melsungen:
☎ 05661/92 869-13

PSZ Fritzlar:
☎ 05622/9198-14

PSZ Homberg:
☎ 05681/93 272-10

KISS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen

Die KISS ist eine zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeinteressierte im gesamten Schwalm-Eder-Kreis (SEK).

Selbsthilfegruppen sind für viele Menschen unverzichtbar geworden, da das Gespräch und der Austausch mit Gleichbetroffenen Halt und Unterstützung bei Krankheit, Behinderung, Sucht oder in besonderen Lebenssituationen bietet.

Die KISS ist Ansprechpartner für:

- bestehende Selbsthilfegruppen
- Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen
- Menschen, die eine Selbsthilfegruppe gründen wollen

Suchen Sie Unterstützung bei der Durchführung Ihrer Selbsthilfegruppe, suchen Sie ein Forum für Ihre besondere Lebenslage oder möchten Sie eine Selbsthilfegruppe gründen? Dann sind Sie beim Team der KISS richtig.

Der Kontakt für KISS:

PSZ Homberg:
☎ 05681/93 272-11
E-Mail: KISS@psz-sen.de



Arbeitsbereich „rehapro“

„Auszeit für Gesundheit“ ist ein regionales Kooperationsprojekt im Rahmen des Bundesprogramms „Innovative Wege zur Teilhabe am Arbeitsleben - rehapro“ des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS).

Das Projekt wird gemeinsam von den Jobcentern in den Landkreisen Marburg-Biedenkopf, Schwalm-Eder und Waldeck-Frankenberg durchgeführt.

Die Teilnahme ermöglicht den Teilnehmern mit dauerhaft gesundheitlichen Einschränkungen, sich für einen bestimmten Zeitraum auf ihre Gesundheit zu konzentrieren und wieder fit für den Arbeitsmarkt zu werden. Dafür kooperiert das Jobcenter Schwalm-Eder an seinen Standorten Melsungen und Fritzlar mit dem Psychosozialen Zentrum.

Das Psychosoziale Zentrum bietet neben der psychosozialen Beratung der Teilnehmer ergänzend Gesundheitsfördernde Maßnahmen in Gruppen an.

Das PSZ bietet im Rahmen dieser Kooperation in Fritzlar und Melsungen folgende Gruppen an:

Im PSZ – Fritzlar:

MONTAGS

11:00 – 12:30 Uhr – Nordic Walking

14:00 – 16:00 Uhr – Autogenes Training
- ab September 2021

DIENSTAGS

13:00 – 14:30 Uhr – Schmerzgruppe

FREITAGS

10:00 – 12:00 Uhr – Gartengruppe

Im PSZ – Melsungen:

DIENSTAGS:

11:00 – 12:00 Uhr – „Runterschalten,
Kraft entfalten“

im 14-tägigen Wechsel mit:

11:00 – 12:00 Uhr – Flottes Gehen mit
Walkingstöcken

FREITAGS

10:00 – 11:00 Uhr – „Entspannte
Bewegung“

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Junges PSZ ... Auch mit 26 nicht so ganz Erwachsen

Das PSZ feiert 25. + 1 Geburtstag und ist rückblickend wirklich immer größer geworden. Durch neue Aufgaben, Besucher*innen und Kolleg*innen entwickeln wir uns immer weiter und... können uns immer besser und differenzierter aufstellen (also in mehreren Bereichen). Und obwohl – oder gerade weil – das PSZ in den letzten Jahren für viele Menschen zu einem wichtigen Ort geworden ist, stellen wir immer viel auf die Beine und haben bei unseren Gruppenaktivitäten eine Menge Spaß! Übrigens erreicht man aus psychologischer Sicht erst mit 27 Jahren das Alter, in dem man als vollständig erwachsen gilt. Ist es nicht passend, dass wir zu unserem 25. Jubiläum das „Junge PSZ“ ins Leben gerufen haben? Das wir jetzt 25. + 1-jähriges Jubiläum feiern, ist ein bisschen wie ewige Jugend und bestimmt geht das innere Kind im PSZ nicht verloren! Eigentlich glauben wir, dass wir uns immer weiterentwickeln und nicht aufhören werden, zu wachsen.

Aber auch Krisen zeigen, dass wir mit unseren Herausforderungen wachsen können und uns, auch wenn die Welt Kopf steht, der Zusammenhalt und Humor nicht verloren gehen... auch wenn das Monatsprogramm einige Monate ungewohnt leer war.

Monatsprogramm? Junges PSZ? War da nicht was?

Ja, da war was ... vor Corona gab es eine neue Veranstaltung (nur für junge Erwachsene) im Monatsprogramm. Die Treffen waren einmal im Monat

geplant und es konnten drei Veranstaltungen stattfinden. Dann kamen die Kontaktbeschränkungen ... In letzter Zeit konnten sich die jungen Leute ab und zu online treffen. Im Juli konnten wir uns dann endlich wieder treffen und haben das mit einer Grillparty in Fritzlar gefeiert.

Erinnern Sie sich an den Spruch „In jeder Krise steckt auch was Gutes“?

... jetzt wird es spannend: Frau Trieschmann und Frau Grotjahn haben die Zeit im Lockdown genutzt und das „JUNGE PSZ“ weiterentwickelt. Dank einer Förderung der AKTION MENSCH ist das JUNGE PSZ jetzt ein junger, aber erwachsener Fachbereich.

Gefördert durch die

Aktion
MENSCH

Und vor allem ein Großer. Ein Inklusionsangebot noch dazu! Unser Team besteht jetzt aus mehreren jungen Kolleginnen und wir hoffen auf großen Zuwachs bei den Teilnehmenden. Deswegen wollen wir im nächsten Jahr tolle Aktionen in den Bereichen „Action und Sport“, „Bildung und Kultur“, „Natur und Wildnis“ und „Dinge, die man Zuhause machen kann“ starten und zusammen mit jungen Erwachsenen möglichst viele Freizeitangebote im Schwalm-Eder-Kreis und Raum Kassel erkunden. Wer Lust hat, kann sich ehrenamtlich



einbringen oder sich zum Freizeitcoach „ausbilden“ lassen. Das Alles kommt mit einer großen Portion Spaß und wir hoffen, dass jeder Mensch bis zum 27. Lebensjahr eine Veranstaltung entdeckt, die sein Herz höher schlagen lässt.

Dabei möchten wir „inklusiv“ sein und Menschen mit und ohne Behinderung zusammen bringen. Denn unsere Gesellschaft ist vielfältig und das ist schön. Es sollte im 21. Jahrhundert egal sein, ob man schnell oder langsam und in manchen Bereichen oder Phasen des Lebens auf (mehr oder weniger) Unterstützung angewiesen ist.

Sag was ...!

Ist ein besonderes Angebot des „Jungen PSZ“ und vielleicht auch was für die „alten Hasen“

Denn unter diesem Motto möchte das PSZ bald seinen Beitrag zur gesellschaftlichen Aufklärung und Arbeit gegen Stigmatisierung und Diskriminierung von Menschen mit Behinderung leisten.

Auf unserem neuen Instagram-Kanal können Sie uns ab sofort folgen und finden demnächst unter dem Namen **@PsychosozialesZentrum** interessante Beiträge rund um das Thema „*Psychische Erkrankung/Gesundheit*“ und sind nebenbei noch auf dem Laufenden darüber, was im PSZ passiert. Vielleicht entdecken Sie auch mal einen Artikel, den Sie an die Person in Ihrem Umfeld schicken können, die *oft angeblich besser weiß, was gut für Sie ist* und immer einen gut gemeinten Rat

für Sie hat, welchen Sie augenrollend hinnehmen.

Wir entwickeln zurzeit auch einen Podcast, also eine Art aufgezeichnete Unterhaltung. Vielleicht können wir damit den Menschen in unserem Umkreis ein bisschen besser zeigen, wie das Leben mit psychischer Erkrankung aussieht. Wer ein Thema, eine Geschichte oder irgendeine andere Idee hat, über die es sich lohnt zu sprechen ... Sagen Sie was! Sprechen Sie Annabelle Trieschmann oder Nesa Grotjahn an, egal wie alt Sie sind.

Interesse geweckt?



Nesa Grotjahn
Sozialpädagogin (BA)



Annabelle Trieschmann
Dipl. Sozialpädagogin/-arbeiterin

Online Beratung für junge Erwachsene



Im Jahr 2021 wird die Online Beratung für junge Erwachsene als neues Angebot im Psychosozialen Zentrum eingeführt.

Die Online Beratung für junge Erwachsene (Altersbegrenzung: 16–30 Jahre) soll ein digitales Beratungsangebot darstellen, bei dem die Hemmschwelle sich beraten zu lassen, besonders gering ist. Unter dem Motto „Sorgen, Ängste, Nöte? Keinen kümmert's? – Uns schon!“ wollen wir junge Menschen im Schwalm-Eder-Kreis erreichen, die sich mit Fragen und Anliegen rund um das Thema „Psychosoziale Belastungen/Krisen“ alleine fühlen und professionelle Hilfe oder eine professionelle Meinung benötigen. Bei uns ist genau das seit diesem Jahr unkompliziert online möglich.

Junge Erwachsene sind heute ohnehin einen großen Teil ihres Tages in irgendeiner Form online. Wir wollen mit unserem Angebot diesen schon vorhandenen, digitalen Zugang nutzen und die jungen Menschen einladen, sich adäquat von uns beraten zu lassen. Themenbereiche, die hierbei gut als Anliegen geäußert werden können, sind:

- **Stress mit sich und dem Leben allgemein**
- **Zukunftsängste**
- **Familienstress**
- **Die Frage „Wer bin ich eigentlich?“**
- **Beziehungskrisen**
- **Belastungen, die die Sexualität, sexuelle und geschlechtliche Identität betreffen**
- **Psychische Erkrankungen allgemein**
- **Die eigene psychische Erkrankung**
- **Die psychische Erkrankung von jemand anderem**
- **Mobbing**
- **Diskriminierung**
- **Vermittlung an weitere Anlaufstellen – ...**

Die jungen Erwachsenen, die Interesse haben, können ganz einfach auf unserer Homepage anonym, kostenlos und zu jeder Zeit ein Kontaktformular ausfüllen und absenden, worin sie ihr Beratungsanliegen beschreiben. Unsere psychosozialen Berater*innen melden sich dann per E-Mail auf die Anfrage. Es kann beim Kontakt über E-Mails bleiben – muss es aber nicht: Bei Bedarf und auf Wunsch kann auch ein Video-Chat für die Beratung genutzt werden. Es steht einem hierbei frei, ob man die Kamera einschaltet oder nicht, ob man vielleicht nur miteinander chattet oder nur miteinander spricht. Auch die Vereinbarung von telefonischen oder persönlichen Beratungsgesprächen ist mittels der gegebenen Online-Kommunikation immer möglich. Auf die vielfältigen Anliegen/Bedürfnisse der Interessent*innen soll zu jeder Zeit individuell im digitalen Raum eingegangen werden. Die Wahrung der Anonymität und des Datenschutzes ist in jedem Fall gewährleistet.



David Wittmann
Sozialpädagoge (M.A.)



Madlen Honal-Link
Sozialpädagogin (B.A.)

Ansprechpartner*innen:
Madlen Honal-Link und
David Wittmann

Schaut einfach mal auf der Homepage
des PSZ vorbei: www.psz-sen.de
Wir freuen uns auf Eure Beratungs-
anfragen!

Auf in neue Gefilde – Das PSZ macht sich auf in den Bereich Jugendhilfe



Seit Mai 2020 arbeite ich nun im PSZ. Gebürtig, so sage ich immer, wenn man mich fragt, was ich bisher beruflich gemacht habe, komme ich aus der Jugendhilfe. Zwar gab es hier und dort mal Stippvisiten in anderen Gesetzbüchern, aber das Sozialgesetzbuch VIII hat mich doch immer wieder eingefangen.

Mit diesen Vorerfahrungen habe ich mit Freude die Anfrage der Geschäftsführung nach der Entwicklung eines Konzepts zur Unterstützung der Kinder psychisch kranker Eltern umgesetzt. Feuer und Flamme steckten einige der Kollegen die Köpfe zusammen, wurden gemeinsam kreativ und entzündeten ein fachliches Feuerwerk von guten Ideen, alle mit dem Ziel, Familien passgenau zu unterstützen und die Bedarfe, die noch unbefriedigt sind, zu decken.

Mit diesem stolzen Manifest unter dem Arm ging es dann zum Jahresende zum Jugendamt und in gemeinsamen Gesprächen kristallisierte sich schnell heraus, was der Kreisausschuss gemeinsam mit uns umsetzen möchte. Insbesondere die Soziale Gruppe, ein niederschwelliges Angebot für Kinder in verschiedenen Altersgruppen mit angegliedertem Elterncafé fand regen Anklang und passt in die Jugendhilfelandchaft hier im Schwalm-Eder-Kreis. Hurra! Eine Lücke, die perspektivisch durch uns geschlossen werden kann!

Im Laufe der gemeinsamen Gespräche mit dem Jugendamt wurde bald klar, dass, wenn wir dieses Projekt in die Tat umsetzen wollen, wir uns als offizieller Jugendhilfeträger anerkennen lassen müssen. Mit dieser Tatsache, war nun die Grundlage geschaffen, weiter in die Richtung „Arbeit mit ganzen Familiensystemen“ zu denken. Denn uns allen ist klar, dass wir es in der Sozialen Arbeit nicht mit losgelösten Personen zu tun haben. Nein, jeder hat seine Geschichte und sein Umfeld. Die Menschen um einen herum spielen eine Rolle, nehmen Einfluss und sind ebenfalls betroffen, wenn jemand an einer psychischen Erkrankung leidet. Ganz besonders unsere Kinder, die ja tief in unserer Lebenswelt heranwachsen. Gemeinsam mit interessierten Kollegen aus allen drei Standorten gingen wir in den Think-tank, um weiter und breiter zu denken und zu schauen, welche fachlichen Kompetenzen wir in dem bislang vom PSZ unbespielten Feld der Jugend- und Familienhilfe haben und was wir uns gut vorstellen können, wo wir uns weiter qualifizieren und professionalisieren wollen.

Und nun, zu Beginn des Sommers 2021, nach weiteren Gesprächen mit der Jugendamtsleitung wird klar: Das PSZ-SEN wird zukünftig Hilfen für Familien psychisch erkrankter Menschen bzw. von psychischer Erkrankung bedrohter Menschen anbieten. Vorerst die Sozialen Gruppen und Sozialpädagogische Familienhilfe.

Ich bin gespannt, was wir in der nächsten Zeit im SGB VIII noch alles im Schwalm-Eder-Kreis auf die Beine stellen 😊

Annika Schemme
Dipl. Sozialpädagogin/
Dipl. Sozialarbeiterin (FH)

Was wäre das PSZ ohne seine Verwaltung?

Die Verwaltung und die Geschäftsführung sind im Standort Homberg ansässig.

Die Verwaltung ist das Herz und die Seele des PSZ. Hier laufen alle Fäden zusammen. Durch ihre Kompetenz und Erfahrung gewährleistet sie den reibungslosen Ablauf der betriebswirtschaftlichen Seite unseres Unternehmens.

Die zu bewältigten Aufgaben sind sehr vielfältig: ob es sich um die Verbuchung von Geschäftsvorfällen, die Berechnung und Auszahlung der Gehälter, die Annahme und Bearbeitung von Telefonaten und Anfragen oder die Abrechnung der Fachleistungsstunden handelt. Es gibt immer viel zu tun und wird nie langweilig.

Aber auch für die Sorgen und Nöte unserer Klient*innen und Mitarbeiter*innen haben die Kolleginnen der Verwaltung immer ein offenes Ohr und versuchen zeitnah eine Lösung zu finden oder einen Rat zu geben.

Sie übernehmen aber auch gern mal Aufgaben, die nicht unbedingt zu ihrem Arbeitsbereich gehören, wie zum Beispiel das Hochbeet auf der Terrasse zu bepflanzen, zusammen mit Klient*innen, Marmelade zu kochen oder auch mal beim „Offenen Kaffee“ einzuspringen.

Das Arbeiten in der Verwaltung ist bunt!

In der Verwaltung des PSZ sind folgende Mitarbeiter*innen tätig:

- Monika Ehrhardt-Müller
Verwaltungsangestellte
- Pia Haase
Steuerfachangestellte
- Jennifer Ziegenbein
Bürokauffrau
- Sina Hinz
*Kauffrau im Gesundheitswesen
(ausgebildet im PSZ, zurzeit in Elternzeit)*
- Franziska Knabe
*Kauffrau im Gesundheitswesen
(ausgebildet im PSZ, zurzeit in Elternzeit)*



v.l.n.r.:

Jennifer Ziegenbein, Sina Hinz, Pia Haase, Monika Ehrhardt-Müller, Silke Entzeroth, Karl-Otto Cyriax (nicht im Bild: Franziska Knabe)

Das PSZ bedankt sich bei allen Personen, welche hier nicht explizit benannt wurden, aber trotzdem sehr wichtig für die reibungslosen Abläufe sind:

- **Alle Reinigungskräfte und deren Vertretungen**
- **Alle ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen**
- **Allen Mitarbeiter*innen und Klient*innen, welche sich im und ums Haus herum kümmern, dass alles gepflegt aussieht.**

Das PSZ bildet aus

Kaufleute im Gesundheitswesen

Das PSZ hat mittlerweile mehrere Auszubildende des Ausbildungsberufs Kauffrau-/mann im Gesundheitswesen ausgebildet. Dieser Ausbildungsberuf ist genau der richtige für eine Einrichtung wie das PSZ.

Wir betreuen Menschen im Rahmen der Eingliederungshilfe nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) Neuntes Buch (IX) § 113 ff. SGB IX. Hier müssen die geleisteten Fachleistungsstunden im ambulanten Betreuten Wohnen und die Tagessätze in den Tagesstätten mit den öffentlichen Kostenträgern abgerechnet werden.

Dieses Berufsbild ist sehr anspruchsvoll, es ist eine Mischung aus Arzthelfer/in und Bürokauffrau-/mann, man geht mit sehr sensiblen persönlichen Daten um und hat auch viel mit Personalunterlagen, Abrechnungen von Dienstleistungen mit Krankenkassen oder öffentlichen Kostenträgern zu tun. In der betrieblichen Ausbildung im PSZ arbeitet man hauptsächlich in der Verwaltung, denn hier lernt man alles zum Personalwesen, über die Buchhaltung und die Finanzen und die verschiedenen Abrechnungen einer großen Einrichtung wie dem PSZ.

Kaufleute im Gesundheitswesen gehen ökonomisch und kundenorientiert vor. Sie beschäftigen sich viel mit Zahlen und Beträgen, befassen sich mit Vorgängen des Rechnungs- und Berichtswesens und sind darauf bedacht, Ausgaben einzusparen.

Teamwork und Kommunikation haben in diesem Beruf eine bedeutsame Rolle, denn es bedarf zusätzlich viel Einfühlungsvermögen, um auch mit schwer kranken oder verängstigten Klient*innen das richtige Wort zu finden.

Als Kauffrau-/mann im Gesundheitswesen bearbeitet man die Aufnahmepapiere, legt eine Akte an, in der die Unterlagen gesammelt werden, und erfasst alle persönlichen Angaben der Klient*innen, sowie die Leistungen im IT-System.

Wir freuen uns, dass alle unsere Auszubildenden ihre Abschlussprüfungen gut bis sehr gut bestanden haben und auch teilweise weiterhin in der Verwaltung des PSZ arbeiten werden.

In den nächsten Jahren werden wir sicher noch weitere Ausbildungsmöglichkeiten anbieten.

Anleitung im Praktikum

Ergotherapie

Das Psychosoziale Zentrum bietet Ergotherapieschüler*innen eine kompetente Anleitung während ihrer Praktika in einer unserer drei Tagesstätten. Im Austausch mit erfahrenen und qualifizierten Ergotherapeut*innen sammeln Praktikant*innen wertvolle Berufserfahrung in der tagesstrukturierenden Arbeit mit psychisch kranken Erwachsenen.

Sozialwesen

Sozialwesenstudierende können sowohl die berufspraktischen Studien als auch das Berufspraktikum selbst im Psychosozialen Zentrum absolvieren. Dabei werden sie von qualifizierten Sozialpädagogen/-arbeiter*innen mit staatlicher Anerkennung angeleitet und lernen die verschiedenen Arbeitsbereiche des PSZ mit ihren spezifischen Leistungen für die Klient*innen kennen.

Duales Studium im PSZ

Ich arbeite nun schon seit Oktober 2020 in der Tagesstätte des Psychosozialen Zentrums in Melsungen. Ich hatte bisher schon einige Erfahrungen im sozialen Bereich sammeln können, jedoch war mir das Arbeiten mit Erwachsenen bislang noch fremd. Das meine Wahl auf das PSZ fiel, hatte viele Gründe. Zum einen war mir die Arbeit mit psychisch Kranken wenig vertraut, weshalb mich dieser Bereich und die Krankheitsbilder besonders ansprachen und interessierten. Doch erst so richtig überzeugt hat mich dann die Struktur und das Arbeiten mit den Menschen dort. Jeder Besucher ist an und für sich völlig unterschiedlich mit verschiedensten Hintergründen und bedarf deswegen, eine personenzentrierte Beratung und Unterstützung. Genau diese praktische Umsetzung finde ich toll und bereitet mir unglaubliche Freude.

Wir bewegen uns, gehen gemeinsam einkaufen, kochen, basteln, spielen und machen uns so eine schöne gemeinsame Zeit. Auch musizieren wir neuerdings zusammen in einem von mir ins Leben gerufenen Angebot namens „Klang für die Seele“, in dem wir gemeinsam Entspannungsmusik gestalten. Das freut mich ganz besonders, denn so habe nicht nur ich die Möglichkeit mein Hobby mit meinem Arbeitsleben zu verbinden, sondern auch den Besuchern einen echten authentischen Eindruck von Musik und dessen Zauber zu verschaffen. Dazu kommt natürlich auch noch das tolle Mitarbeiter*innen-Team, welches mir die Arbeit dort täglich versüßt.

Ich freue mich also auf weitere drei Jahre im PSZ und viele schöne Zeiten, die auf mich zukommen werden, bis ich dann schlussendlich als frisch ausgebildete Pädagogin dastehe! :)



Mein Name ist Jennifer Eckert, ich bin duale Studentin des zweiten Semesters der iba Kassel, mit den Studienfächern Sozialpädagogik und Management.



Ann-Kathrin Sippel, 22

Duales Studium im PSZ

Forschungsarbeit 9. Juni 2021

Ich bin seit dem 1. Oktober 2019 im PSYCHOSOZIALEN ZENTRUM und arbeite von montags bis mittwochs im PSZ, während ich donnerstags und freitags an der Internationalen Berufsakademie in Kassel studiere. Während meines dualen Studiums im Bereich Sozialpädagogik und Management im PSYCHOSOZIALEN ZENTRUM (PSZ) in Homberg (Efze) wird in jedem Semester eine Hausarbeit geschrieben, welche ein vorgegebenes Thema beinhaltet. Nun bin ich im 4. Semester, welches eine kleine Besonderheit beinhaltet. Eine Forschungsarbeit wird fällig, bei der das Thema und auch die Methode von dem/-r Student*in selbst gewählt werden darf.

Da ich bis jetzt bereits ein Jahr lang in der Tagesstätte des PSYCHOSOZIALEN ZENTRUMS in Homberg gearbeitet habe, war mir von Anfang an klar, dass ich diese Forschungsarbeit im Rahmen einer Zukunftswerkstatt mit einigen Klient*innen der Tagesstätte durch-

führen möchte. Doch was ist eine Zukunftswerkstatt überhaupt?

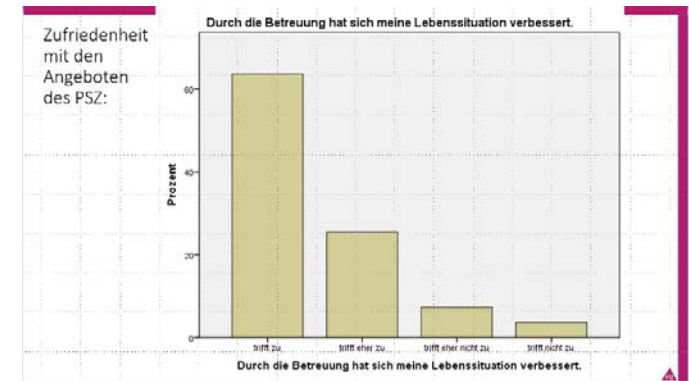
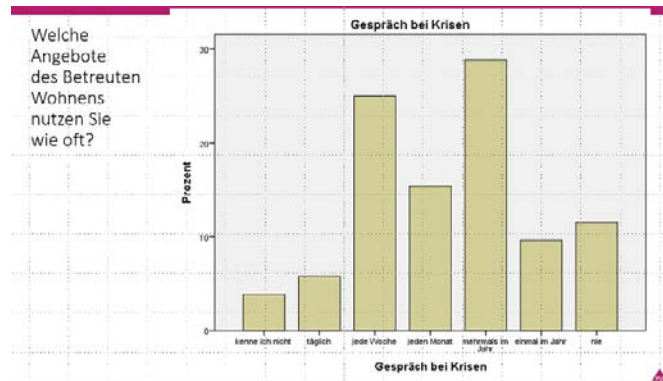
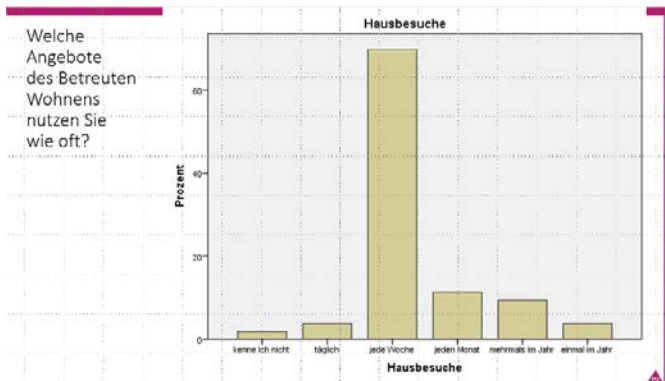
Um diese durchführen zu können, wird ein Thema benötigt, welches bestimmte Probleme der Teilnehmer*innen der Zukunftswerkstatt betrifft. Diese lässt sich in den meisten Fällen in drei unterschiedliche Phasen unterteilen: die Kritikphase, Fantasiephase und die Auswertung. In diesen Phasen werden Erfahrungen, Lösungsansätze und die Zusammenkunft von Realität und einer Traumwelt, von Betroffenen des vorgegebenen Themas, besprochen und bearbeitet.

Durch das genaue Hinhören wurde mir bewusst, dass viele Klient*innen der Tagesstätte hin und wieder über schlechte Erfahrungen im Alltag hinsichtlich ihrer psychischen Erkrankung berichteten. Somit stand das Thema der Werkstatt fest: Die Stigmatisierung psychisch erkrankter Menschen im Alltag – Welche Probleme gibt es und wie kann man diese, aus der Sicht der Betroffenen, beheben?

Die Forschungsarbeit wurde am 9. Juni 2021 mit drei Klient*innen, Frau Ziegenbein als Protokollantin und mir als Moderatorin durchgeführt. Sehr schnell entstand eine emotionale und rege Diskussion zwischen den Klient*innen, in der die Alltagserfahrungen und daraus entstehende Stigmatisierungen zum Vorschein kamen. Alles wurde auf großen Flipchart-Papier dokumentiert und an die Wände gehangen, um einen besseren Überblick zu bekommen. Die Zukunftswerkstatt erstreckte sich über drei Stunden, in denen immer wieder Pausen eingebaut wurden.

Nach dem erfolgreichen Abschließen der Zukunftswerkstatt wurde ein Gespräch mit der Geschäftsleitung vereinbart, um die Interessen und Wünsche der Klient*innen an das Psychosoziale Zentrum in Homberg weitergeben zu können. Die Reaktion auf die Lösungsansätze der Klient*innen war seitens der Geschäftsleitung sehr positiv.

Nutzerbefragung des PSZ – SEN im Februar / März 2020



Die Zufriedenheit der Nutzer*innen und Besucher*innen mit den Leistungen des PSZ im ambulant Betreuten Wohnen stellt für uns einen wichtigen Indikator für die Qualität unserer Unterstützungsleistungen dar. Daher führt das PSZ in angemessenen Zeitabständen Nutzer*innenbefragungen durch.

Die Evaluation dieser Befragungen ist von besonderer Bedeutung, um die Ergebnisse in konkrete Konzeptions-, Planungs- und Handlungsschritte ableiten zu können.

Die Darstellung der gesamten Befragung würde den Rahmen dieser Broschüre deutlich sprengen, daher sollen hier nur die Ergebnisse von drei Fragen exemplarisch dargestellt werden.

Die hier dargestellten Diagramme zeigen exemplarisch einen sehr kleinen Teil einer Befragung die insgesamt mehr als 50 Seiten umfasst!

Im Rahmen der im Frühjahr 2020 durchgeführten Befragung wurde deutlich, dass für die Nutzer*innen des ambulant Betreuten Wohnens insbesondere die vom PSZ durchgeführten wöchentlichen Hausbesuche von herausragender Bedeutung sind. Damit korrespondiert das Ergebnis der zweiten Frage, dass insbesondere wöchentliche und monatliche Krisengespräche, als Unterstützung und Hilfeleistung stark nachgefragt werden.

Die Zufriedenheit der Nutzer*innen und Besucher*innen mit den Angeboten des PSZ ist ausgesprochen gut, was

sich auch dadurch zeigt, dass mehr als 80 % der Befragten angeben, dass sich ihre Lebenssituation durch die Angebote verbessert habe. Das davon der Anteil derer, die dem PSZ die höchste Note geben, bei über 60 % liegt, freut uns und bestätigt uns im besonderen Maße.

Sollten Sie Interesse an der gesamten Auswertung haben? -> Sprechen Sie uns an!

Wie geht es mir ...?

Mit diesen Satzanfängen konnten Klient*innen aus ihrer Lebenswelt berichten:

Nach einer Psychose ...

... bin ich nach viel Überwindung wieder lebendig

... geht's mir sehr schlecht, ich werte mich selber ab, kann nichts mit mir anfangen, ziehe mich zurück, ist mir alles scheißegal ...

... bin ich zu kaum einer Sache in der Lage und total gestresst

**Während
einer
Depression**

...

*... denke ich an
Vergangenes*

*... bin ich zu kaum einer
Sache in der Lage und total
gestresst*

**... schweigt
die
Hoffnung!**

*- brauche ich
Zuspruch,
Verständnis und Hilfe,
die Gedanken zu
sortieren*

*... wenn ich zu
sehr gestresst
bin*

*... wenn man
Kinder schlecht
behandelt*

**Ich werde
aggressiv,
wenn ...**

*... wenn mich
meine Mutter
nervt*

*... wenn es nicht
so funktioniert,
wie ich es will,
ich wieder Stress
habe*

*... ist man mehr
eingeschränkt, oft
alleine, fühlt sich
das alles noch viel
schlimmer an*

*... fühle ich mich
einsam, wenig
attraktiv*

*... ist mein Leben
spürbar kalt
geworden*

**Seit der
Pandemie ...**

*... ist die
Tagesstätte
zu wenig*

*... Fühle
ich mich
noch mehr
einsam*

*... fühle ich mich zeitweise
einsam und es melden sich
wieder Zukunftsängste
und Ängste*

*... fällt mir oft die Decke
auf den Kopf*

*... mit den Kindern
ist es mal gut und
mal schlecht, immer
unterschiedlich*

*... ist
die Zeit
mein größter
Feind ...*

**An
meinen
Wochen-
enden ...**

*... bin ich eingeregelt
in meiner Wohnung*

*... freue ich mich
auf den Besuch
meiner Kinder*

*... entscheide ich spontan,
was ich mache. Relaxen,
Handarbeiten, Telefonieren,
Rätseln, Schlafen.
Vermehrt in der jetzigen Zeit
vermisse ich das PSZ*

Wenn ich weiß, was ich will, geht es mir gut!



GUTER SPRUCH!

(von Brigitte Reimann)

Gefühle

Kann man nicht mikroverfilmen,
nicht computerspeichern,
auch nicht auf Konten verbuchen
und ebenso wenig mit ihnen
an der Börse spekulieren

– und angeblich „passen“ sie auch
nicht mehr in unsere Gesellschaft.

Darf ich ganz vertraulich fragen:

„Was machst du mit deinen?“

Entnommen aus dem Buch: „Wenn's doch nur so einfach wär“
Verschenkttexte von Kristiane Allert-Wybranietz, Lucy Körner Verlag

Witziges

In der Psychiatrie

Ein Patient geht immer mit einer
Zahnbürste an einer Schnur spazie-
ren. Im Flur trifft er auf einen Arzt,
der fragt: „Na, wie geht's ihrem
Hund heute?“ da antwortet der
Patient: „Aber Herr Doktor, das ist
doch meine Zahnbürste, sehen sie
das denn nicht?“ „Ach ja, natür-
lich“, antwortet der Arzt und geht
verwirrt weiter. Da sagt der Patient
zu seiner Zahnbürste: „Na Pfiffi,
dem haben wir es aber gezeigt!“



Meine persönlichen PSZ-Momente

Meine erste Freizeit mit dem PSZ fand in Templin statt. Wir sind mit allen drei Standorten zusammen gefahren. Wir waren in einem Hotel untergebracht. Es gab morgens und abends immer ein riesiges Buffet. Bei meinen Schwierigkeiten, mich unter vielen Menschen zu bewegen, habe ich immer Hilfe von den PSZ-Mitarbeiter*innen und Klient*innen bekommen.

Am Tag haben wir Ausflüge unternommen, wobei es immer zwei Ausflüge zur Wahl gab. Der Schiffsausflug und die Vogel-Strauß-Farm fand ich persönlich sehr schön.

Abends stand uns die Zeit zur freien Verfügung.

Manche sind in den Freizeitbereich gegangen und haben Brettspiele gespielt, gedartet oder Billard gespielt. Andere, und da zähle ich mich zu, saßen im Barbereich und haben uns alkoholfreie Cocktails gegönnt. Dazu gab es an zwei Abenden Schlagermusik mit einem DJ.

Außerdem liebe ich das Nähkorbchen, das kurz vor der Corona-Pandemie als offenes Angebot im PSZ Homberg stattgefunden hat.

Ich liebe es, zu häkeln und in kleiner Gesellschaft macht es noch viel mehr Spaß.

Für jemanden wie mich, der große Menschenmengen nicht mag, ist es genau das richtige: es ist eine kleine Gruppe, man kommt aus dem Haus raus und man kann es mit seinem Hobby verbinden, was das ganze viel einfacher macht.

Die PSZ-Mitarbeiter*innen lassen sich immer etwas Neues einfallen, damit es nicht langweilig wird. Ich finde, es ist bestimmt für jeden ein passendes Angebot für die Klienten dabei.

Melanie Mell

Text von Herrn Thomas Fiebig für die PSZ-Jubiläumszeitung

Da ich nicht, wie die meisten Klienten, fast jeden Tag vor Ort bin, kann ich nicht viel sagen, außer das, was ich so mit bekomme und selbst erlebt habe: Man kommt ins PSZ. Man wird eigentlich fast immer mit einem Lächeln und Lachen begrüßt und manchmal auch mit etwas Humor, je nachdem, wie der Tag dort startet.

Das PSZ-Team gibt sich Mühe, den Ansprüchen, die an sie gestellt werden, gerecht zu werden, was sicherlich bei so manchen Klienten, mich eingeschlossen, nicht so einfach ist.

Es werden auch Angebote gemacht, natürlich nur, wenn der Klient möchte, wie z.B. in der Gruppe zusammen grillen oder gemeinsam Kochen, ins Kino gehen oder an den See fahren, um nur einige davon zu nennen, was halt so machbar ist.

Ansonsten kann ich nur noch sagen, dass, wenn es irgendetwas schlechtes über das PSZ zu sagen gäbe, da würde mir nix einfallen. Wenn nicht alles glatt läuft, ist es auch ok, denn das kann es ja nicht immer.

Dann bleibt mir jetzt nur noch zu sagen: Danke an alle Mitarbeiter*innen vom PSZ und Glückwunsch zum 25-jährigen Jubiläum.

Witziges

Die Eltern machen sich große Sorgen, weil ihr erstes Kind nicht spricht. Kein Arzt, kein Psychologe kann helfen. Eines Tages beim Essen sagt der Kleine plötzlich: „Das Essen ist kalt!“

Freudig erregt sich die Mutter: „Du kannst ja sprechen! Warum hast du denn das bisher nicht getan?“

Antwortet der Kleine: „Bis jetzt war ja auch alles in Ordnung.“

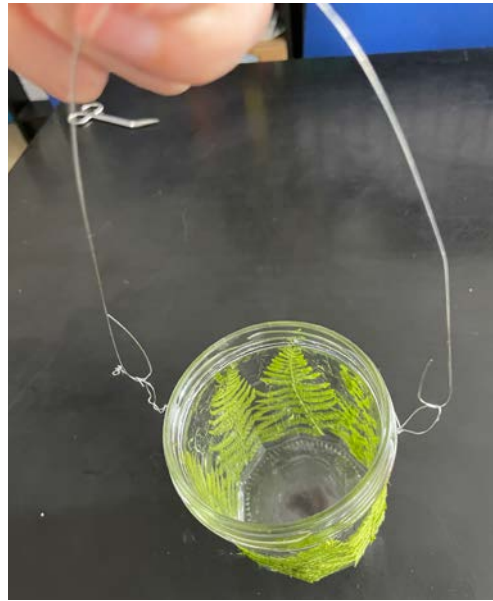


Windlicht „Herbst“ basteln



So wird es gemacht:

Drei Teile Bastelkleber mit einem Teil Wasser mischen und die Einmachgläser rundherum damit bestreichen. Die Blütenblätter und Farne auf das Glas legen und diese dann mit einem Pinselstiel vorsichtig andrücken. Trocknen lassen. Dann die Gläser nochmals vorsichtig mit der Kleber-Wasser-Mischung bestreichen und dann komplett trocknen lassen.



Für die Aufhängung:

In den Draht mit einem Bleistift Schlaufen am Anfang und bei der Hälfte des Glasumfangs drehen. Ganz herumwickeln. Draht abschneiden und verdrehen.

Für den Haltegriff ein passendes Stück Draht zuschneiden, einfädeln und Schlaufen drehen.

Ohne Aufhängung:

Baumwollschnur um das Glasgewinde wickeln und verknoten. Farnblätter vom Stengel zupfen und unter die Schnur stecken.

Die beleuchteten Gläser werden sehr heiß! Stellt sie bitte auf eine feuerfeste Unterlage und achtet darauf, dass ihr die Lichter nie unbeaufsichtigt brennen lasst.

Ersatzweise

Viele Menschen
halten ihre Situation
nur aus,
weil sie sich nie
den Mut nahmen
zu erfahren,
dass es auch
anders sein könnte.

Wo sich nichts
mehr regt,
ist alles tot!

Ich bin froh,
mich auch
schlecht zu fühlen
und leiden zu können.
Ich spüre:

Ich lebe.

Entnommen aus dem Buch: „Wenn’s doch nur so einfach wär“
Verschenkttexte von Kristiane Allert-Wybranietz, *lucy körner verlag*

Bekannte

Viele meinen
mich zu kennen.
Aber ihr Bild
scheint ein
wenig verwackelt,

weil nicht alle
bereit sind,
ihre Wunschlinse
abzunehmen,
bevor sie
auf den Auslöser drücken.

Entnommen aus dem Buch:
„Wenn’s doch nur so einfach wär“
Verschenkttexte von Kristiane Allert-Wybranietz,
lucy körner verlag

VIELE PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN SIND NICHTS VÖLLIG FREMDES ...

... sondern extreme
Ausprägungen von Erlebens- und
Verhaltensweisen, die
Wir alle von uns kennen



@ERKLAERUNGSNOT

Vielen Dank an

@erklaerungsnot
Dinah Berger
Immermannstr. 26
39108 Magdeburg

für die zur Verfügungsstellung der
folgenden Erklärungen zu psychischen
Erkrankungen!

WAS WIR Alle KENNEN

- Extreme Gefühle in besonderen Situationen - "Ich könnte schreien vor Glück"
- Leichte Stimmungsschwankungen
- Euphorische und niedergeschlagene Reaktionen auf Geschehnisse im Alltag
- Begeisterung für eine Idee, Tatendrang und Optimismus

@ERKLAERUNGSNOT

Quelle: Hammer, Plö&I (2012) Irre Verständlich. Psychiatrie Verlag

JEDER HAT MAL EXTREME GEFÜHLE, ABER NICHT ALLE HABEN EINE Bipolare Störung

- Extreme Gefühle ohne nachvollziehbaren äußeren Auslöser
- Pendeln zwischen Stimmungsextremen (Depression & Manie), die entweder sehr lang andauern oder in kurzem Wechsel auftreten
- Schwere Beeinträchtigung der Lebensführung



WAS WIR Alle KENNEN

- Sorgen, Unsicherheit und Anspannung in stressigen Situationen oder Lebensphasen
- Angst oder "Lampenfieber" vor wichtigen Prüfungen
- Angst in Gefahrensituationen, z.B. im Straßenverkehr
- Kurzfristig erhöhte Erregung und Anspannung, die jedoch nach gewisser Zeit abklingt

@ERKL

Quelle: Hammer, Plö&I (2012) Irre Verständlich. Psychiatrie Verlag

JEDER HAT ANGST, ABER NICHT ALLE HABEN EINE *Angststörung*

- Angst verselbstständigt sich, entkoppelt sich von Anlässen und ist stärker als es notwendig wäre
- Angst tritt zu lange oder zu intensiv auf
- Gefühl von Kontrollverlust
- Vermeidungsverhalten & hoher Leidensdruck



ERKLÄRUNGSNOT

Irre Verständlich. Psychiatrie Verlag

WAS WIR *Alle* KENNEN

- Gedanken oder Ideen, die übermächtig erscheinen und kurzzeitig nicht aus dem Kopf wollen
- Vermutungen, dass andere nicht ehrlich sind
- Suche nach versteckten Andeutungen - "Warum hat mich der Kollege gerade nicht gegrüßt?"
- Geschärfte Sinne in unbekanntem Situationen oder Orten
- Tagträume

@ERKLÄRUNGSNOT

Quelle: Hammer, Plöchl (2012) Irre Verständlich. Psychiatrie Verlag

JEDER HAT MAL TAGTRÄUME, ABER NICHT ALLE HABEN EINE *Schizophrenie*

- Massive Veränderung von Gedanken, Gefühlen & der Wahrnehmung
- Abgrenzung zwischen der Außen- und der Innenwelt verschwindet
- Halluzinationen und Wahnvorstellungen, z.B. Stimmen hören
- Das Gefühl beobachtet zu werden oder beeinflusst zu sein



WAS WIR Alle KENNEN

- "Aufschieberitis" = Aufschieben von Aufgaben
- Phasen in denen wir mit den Gedanken wo anders sind und uns leicht ablenken lassen
- Das Hineinplatzen in Gespräche oder großes Redebedürfnis bei Neuigkeiten
- Tätigkeiten, die angefangen, aber nicht zu Ende gebracht werden

@ERKLAERUNGSNOT

JEDER IST MAL UNKONZENTRIERT, ABER NICHT ALLE HABEN Adhs

- Große Schwierigkeiten dauerhaft konzentriert bei einer Sache zu bleiben
- Selbst kleine Umgebungsreize sorgen schnell für Ablenkung
- Starke innere Unruhe
- Schnelle kognitive & emotionale Erschöpfung, die zwangsläufig zu Misserfolgserfahrungen führt
- Impulsives Handeln, ohne die Folgen zu bedenken



WAS WIR Alle KENNEN

- Belastende Lebensereignisse, die mit Trauer, Wut oder Enttäuschungen einhergehen
- Krisen oder Schicksalsschläge, die in zeitlich begrenzten Lebensphasen das Wohlbefinden oder die Leistungsfähigkeit einschränken
- Schwierige Familienverhältnisse oder traurige Kindheitserlebnisse

@ERKLA

JEDER ERLEBT KRISEN, ABER NICHT ALLE HABEN EINE

Posttraumatische
Belastungsstörung

- Außergewöhnliche Ereignisse mit überwältigenden Gefühlen von Ohnmacht, Hilflosigkeit und (Lebens-)Bedrohung
- Selbsthass und schwere Scham- und Schuldgefühle
- Intensives und unfreiwilliges Wiedererleben des Traumas (Flashbacks)
- Der Versuch Auslösereize im Alltag zu vermeiden



ERKLÄRUNGSNOT

WAS WIR Alle KENNEN

- Schüchternes Verhalten in unbekanntem Situationen, z.B. bei einer Party auf der wir niemanden kennen
- Angstgefühle in der Gegenwart von Menschen, die uns nicht geheuer sind
- Aufgeregtheit mit schwitzigen Händen oder zitternder Stimme vor wichtigen Prüfungen oder Terminen

JEDER HAT MAL ANGST VOR ABLEHNUNG, ABER NICHT ALLE HABEN EINE Soziale Phobie

- Extreme Angst vor Ablehnung, Aufmerksamkeit oder negativer Bewertung
- Dauerhaftes Gefühl anderen unterlegen zu sein, Selbstzweifel
- Angst schränkt den Alltag stark ein, sozialer Rückzug & Vermeidungsverhalten
- Starke körperliche Angstsymptome: Atemnot, Schwitzen, Zittern, Erröten ...



@ERKLÄRUNGSNOT

WAS WIR Alle KENNEN

- Beschäftigung oder Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper
- Der Wunsch abnehmen zu wollen
- Bemühungen bewusst zu essen und ausreichend zu bewegen
- Gewichtsverlust nach Diäten oder Ernährungsumstellung
- Das Verbot von Naschereien oder ungesunden Speisen

@ERKLAERUNGSNOT

JEDER FÜHLT SICH MAL UNWOHL, ABER NICHT ALLE HABEN EINE Magersucht

- Die Fixierung auf das Essen und das Bedürfnis immer dünner zu werden beherrschen den gesamten Alltag
- Vermeidung von fett- oder kalorienreichen Lebensmitteln aus Angst vor Gewichtszunahme
- Massiver Gewichtsverlust (nicht immer)
- Nahrung dient als Lösungsversuch für innere Konflikte, seelische Krisen oder Selbstwertprobleme



WAS WIR Alle KENNEN

- Wunsch nach Anerkennung, Lob oder Bewunderung von anderen Menschen
- Das Ausmalen von Erfolgserlebnissen oder zukünftigen Triumphen
- Gelegentliche Versuche die eigene Person in den Mittelpunkt zu stellen
- Das Bedürfnis den eigenen Selbstwert zu erhöhen z.B. nach Kritik "Ich habe auch positive Seiten!"

@ERKL

JEDER STREBT NACH BEDEUTUNG, ABER NICHT ALLE HABEN EINE

Narzisstische

Persönlichkeitsstörung

- Übertriebene Vorstellung der eigenen Wichtigkeit mit der Erwartung ständig gelobt, bewundert & besonders behandelt zu werden
- Ausnutzung oder Ausbeutung anderer Menschen, um eigene Ziele zu erreichen
- Mangel an Einfühlungsvermögen und übertriebene Erwartungen an andere



ERKLAERUNGSNOT

WAS WIR Alle KENNEN

- Intensive Gefühle, die benannt werden können
- Gelegentliche Gefühlsausbrüche mit bekanntem Auslöser z.B. beim Streit mit dem Partner*in
- Lebensphasen in denen weniger Distanz zu den Gefühlen besteht
- Versuch Stress abzubauen, etwa durch ein heißes Bad, Sport, gutes Essen, ein Glas Wein ...

JEDER HAT MAL EXTREME GEFÜHLE, ABER NICHT ALLE HABEN EINE

Borderline

Persönlichkeitsstörung

- Intensive & rasch wechselnde Gefühle, die oft nicht benannt werden können
- Impulsives & selbstschädigendes Verhalten, um starke innere Anspannung abzubauen
- Angst vor Nähe gepaart mit Verlassenheitsängsten
- Unerträgliches Gefühl von Leere oder Langeweile



@ERKLAERUNGSNOT

WAS WIR Alle KENNEN

- Unterschiedliche Persönlichkeits-Aspekte, die das Selbst ausmachen
- Anderes Verhalten je nach Zielgruppe (Kind, Partner, Kollegen) "Privat bin ich doch ganz anders!"
- Das bewusste Ausblenden der Realität oder wegträumen in unangenehmen Situation: "Ich denke einfach an meinen letzten Urlaub"
- Erinnerungsschwierigkeiten bei mangelnder Aufmerksamkeit

@ERKLAERUNGSNOT

JEDER IST MAL GEDANKLICH ABWESEND, ABER NICHT ALLE HABEN EINE Dissoziative Identitätstörung

- Unterschiedliche Persönlichkeits-Anteile, die wiederholt die Kontrolle übernehmen
- Abspaltung als traumabedingte Überlebensreaktion
- Gefühl der Entfremdung während Dissoziationen: "Ich stehe neben mir und kann nichts mehr empfinden"
- Erhebliche Zeitverluste; Lücken in der Biographie



WAS WIR Alle KENNEN

- Das Bedürfnis nach Sicherheit und Kontrolle im Leben
- Erneutes Versichern und Kontrollieren z.B. ob das Auto abgeschlossen oder der Herd wirklich ausgemacht ist
- Etablierung von Gewohnheiten, um Risiko zu vermeiden - das gleiche Restaurant, der gleiche Weg zur Arbeit
- Abergalube & alltägliche Rituale

@ERKLA

Quelle: Hammer, Pflögl (2012) Ir

JEDER IST MAL BESORGT, ABER NICHT ALLE HABEN EINE Zwangsstörung

- Intensive Zwangsgedanken und Zwangshandlungen, die gehäuft und anhaltend auftreten
- Starker innerer Drang die Kontrollhandlungen durchzuführen - auch, wenn die Irrationalität bewusst ist
- Hoher Leidensdruck
- Starke Einschränkung des Lebens



ERKLÄRUNGSNOT

Irre Verständlich. Psychiatrie Verlag

WAS WIR Alle KENNEN

- Niedergeschlagenheit & Traurigkeit nach Streit, Kritik, Versagen ...
- Das Gefühl von Melancholie und leichter Bedrückung
- Trauer und Schwermut beim Verlust eines lieben Menschen z.B. durch Trennung, Tod
- Das Zweifeln an Entscheidungen in bestimmten Lebensphasen

JEDER IST MAL TRAUIG, ABER NICHT ALLE HABEN EINE Depression

- Lähmende, tiefe Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit, ständiges Weinen oder innere Leere über längere Zeit
- Einsamkeit und das Gefühl von der Welt distanziert zu sein
- Verlust von Interesse und Freude
- Starke Erschöpfung, Antriebsmangel
- Suizidgedanken



@ERKLÄRUNGSNOT

Quelle: Hammer, PI&I (2012) Irre Verständlich. Psychiatrie Verlag

Witziges

Geht ein Luftballon zum Psychiater.
Psychiater: „Wobei kann ich Ihnen denn helfen? Haben Sie vielleicht das Gefühl, Ihnen geht manchmal die Luft aus?“ Darauf der Luftballon: „Oh nein, das ist es nicht, aber ich glaube ich habe Platzangst!“

„Helfen Sie meinem Mann!“, bittet die Frau den Psychiater. „Er hält sich für ein Pferd, wiehert und verzehrt nur Hafer.“
„Das wird aber teuer“, sagt der Psychiater.
„Geld haben wir genug. Er hat schon drei Rennen gewonnen!“



Gezeichnet von einem Besucher der Tagesstätte Homberg.



Psychosoziales Zentrum
Schwalm-Eder-Nord gGmbH
Fritzlar · Homberg (Efze) · Melsungen

Memelweg 4
34576 Homberg (Efze)
Tel.: 05681 / 93272-0
Fax: 05681 / 93272-21
E-Mail: verwaltung@psz-sen.de
Homepage: www.psz-sen.de



Instagram:  @psychosozialeszentrum

Facebook:  Psychosoziales Zentrum Schwalm-Eder Nord gGmbH
Junges.PSZ@outlook.de

Notfallnummern:

Sozialpsychiatrischer Dienst:
Gesundheitsamt Homberg (Efze)
Tel.: 05681 / 775-691

Sozialpsychiatrischer Dienst:
0172 / 27 25 32 2

Telefonseelsorge:
0800 / 111 0 111 und 0800 / 111 0 222

Hilfetelefon:
„Gewalt gegen Frauen“
0800 / 116 016

Elterntelefon:
0800 / 111 0 550

„Nummer gegen Kummer“:
für Kinder und Jugendliche
116 111

Kontaktdaten

unverzichtbar **ambulant** **betreutes** **Wohnen**
Wandel *ein Muss* **Begleitetes** **Wohnen in Familien**
Innovativ UNBEDINGT NOTWENDIG gemeinsam erleben
Kreativ **WICHTIG** Ressourcen ZWINGEND **Beziehung**
Aktiv sein nicht ersetzbar Begleitung UNTERSTÜTZUNG
nicht zu entbehren Offen nicht weglassbar Anlaufstelle
Ansprechpartner **Ernsthaft und unterhaltsam**
UNERLÄSSLICH unersetzbar Veränderung KONTAKT
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle vonnöten
NICHT WEGZUDENKEN **Individuell** **unersetzlich**
nicht weglassbar *WICHTIG* **ZIELORIENTIERT**
Junges PSZ SOLLTE NICHT FEHLEN **Onlineberatung**
nicht zu ersetzen Entwicklungsräume anbieten Alltagspraktisch
Wachsen Sozialraum entdecken unentbehrlich **RehaPro**
Außerordentlich sollte man haben **unumgänglich**
unbedingt dazu gehören Ergotherapie **Gemeinsam**
nicht zu entbehren Soziale Teilhabe **unentbehrlich**
personenzentriert TAGESSTÄTTEN **KISS** SICHERER ORT
PERSÖNLICHE STÄRKE IM ZENTRUM