

ZAK Esslingen

## Stolz und Mut zurückgewinnen

Konflikte erlebt jeder im Alltag. Auch im Alltag der Tagesstätte für psychisch kranke Menschen in Esslingen, dem ZAK (Zentrum für Arbeit und Kommunikation), gibt es immer wieder Konflikte. Psychisch kranke Menschen trauen sich oftmals nicht (mehr) zu, diese konstruktiv anzugehen. Daher bieten die ZAK-Mitarbeiterinnen Angie Miksa und Verena Baur seit fast drei Jahren ein Konflikttraining an. In intensiver Gruppenarbeit geht es darum, Handwerkszeug an die Hand zu bekommen, um Konflikte zu vermeiden oder sinnvoll mit ihnen umzugehen. Dieses Training, an dem bisher 38 Personen teilgenommen haben, folgt dem Empowerment-Gedanken in der psychiatrischen Arbeit. Dieser wurde im deutschsprachigen Raum vor allem durch den Diplompsychologen und Psychotherapeuten Andreas Knuf verbreitet. Diesem geht es um das „Zurückgewinnen von Stolz, Würde und Mut“ durch die Betroffenen selbst. Zum Abschluss des Konflikttrainingsprojekts, das von der Aktion Mensch unterstützt wird, hatten die Initiatorinnen zu einem Fachtag eingeladen. Knuf selbst hielt den Vortrag zum Thema „Empowerment in der Gemeindepsychiatrie“. 150 Interessierte, Fachleute wie Betroffene, meist aus baden-württembergischen Tagesstätten, waren der Einladung ins evangelische Gemeindehaus gefolgt. Sie lernten, wie die Ausübung des Rechts auf Selbstbestimmung gefördert werden kann, ohne den betreffenden Klienten zu überfordern. Dafür sei es wichtig, ein Recht auf Irrtum und Risiko, auf Ausprobieren und Scheitern zuzugestehen, sie als Menschen und nicht als Fälle wahrzunehmen.

Im zweiten Teil des Fachtags stellten Miksa und Baur das Konzept des von ihnen entwickelten Konflikttrainings vor und erläuterten dies mit vielen methodischen Hinweisen. Am Nachmittag vertieften Workshops das Gehörte. Es gab Angebote zu den von den Referenten vorgestellten Themen und darüber hinaus zu Mediation und Beschwerdemanagement sowie zum Selbstbehauptungstraining für Frauen.