



**Hoffnungsvoll:** Irene und Thomas Widmer leben mit Menschen zusammen, die psychische Einschränkungen haben.

Wie Integration «psychisch Kranker» gelingen kann

# Gegen den Strom schwimmen

Von Irene Widmer-Huber

**Seit bald 20 Jahren leben Irene und Thomas Widmer-Huber in unterschiedlichen Formen von Gemeinschaft, meist in einem bewussten Miteinander von psychisch «kranken» und «gesunden» Menschen. «Integration anstelle von Ausgrenzung (psychisch Kranker)» ist ihr Leitmotiv. Wie aber kann dies gelingen?**

## Unsere Einteilungen geraten ins Wanken

Integration beginnt in unseren Köpfen, unserer Herzens- und Glaubenshaltung. Dicke Fachbücher definieren, welche Kriterien zu welcher psychischen Diagnose führen – für viele Menschen ein Segen, weil sie endlich wissen, was mit ihnen los ist; oft aber auch ein Fluch, weil sich damit so einfach stigmatisieren und chronifizieren lässt, was genau betrachtet gar nicht so einfach ist: Da ist der «Depressive», der liebevoll mit seinen Ressourcen umzugehen gelernt hat – dort der abgehetzte Manager, der kaum Zeit für die Familie findet. Wer

ist nun gesund? Wer krank? Wer kann wem Hilfe und Vorbild werden?

Hier beginnt Integration: unsere gewohnten Einteilungen in «gesund» und «krank» geraten ins Wanken. Selbstreflexion setzt ein. Nachdenklich brüte ich über der Bibelstelle, dass «jedes Glied am Leib Christi das andere unterstützt nach dem Mass seiner Kraft und macht, dass der Leib wächst und sich selbst aufbaut in der Liebe.» (Eph 4,16). In Gottes Augen scheint es nicht die Kranken und die Gesunden, die Gebenden und die Nehmenden zu geben – sondern Glieder an einem Leib, die einander – gegenseitig! – unterstützen, mit den Möglichkeiten, die ihnen gegeben sind.

### Befreiende Botschaft

Dies erfordert Umdenken auf beiden Seiten. Die einen müssen ihre Position der Stärke in Frage stellen: Kann ich dienen – und mir dienen lassen? Der «psychisch Kranke» ist gefragt, ob er bereit ist, sich neu zu definieren, weg vom: «ich bin krank» hin zu: «ich bin ein wertvolles Kind Gottes». Unser Glaube ist dabei Quelle mancher Veränderung. Wo sonst erreichen starke wie geschwächte Menschen solch befreiende Botschaften wie: «Ihr seid in

Gottes Reich gleichwertig, aus Gnaden erlöst aus aller Festlegung, zum Handeln befreit nach dem Masse der vorhandenen Kraft.»

### In der Praxis einüben

Was in der Theorie so einfach erscheint, ist in der Praxis alltägliches Übungsfeld: Bazar im Verein. Tager langer Einsatz für viele Mitarbeiter. Lea meldet sich bei der Leiterin. Sie möchte gerne beim Flohmarkt mitmachen. Die Leiterin weiss um Leas Schwierigkeiten verbindlich zu sein, weiss aber auch, wie wichtig es ist, dass alle Mitarbeiterinnen pünktlich und zuverlässig erscheinen. Lea wird nicht als feste Mitarbeiterin eingeteilt. Sie soll einfach kommen, wie es ihr möglich ist, am liebsten am Morgen. Leas Gesundheitszustand verschlechtert sich auf Ende Woche. Sie fällt aus. Der Flohmarkt läuft trotzdem reibungslos.

### Grenzen akzeptieren

Johannes ist nikotinsüchtig. Er muss regelmässig seine Zigarette rauchen können, möchte aber gerne mithelfen. Seine sympathische Art ist eine Ermutigung für viele. Er möchte gerne Abtrocknen – da kann er mal weg ge-



**Tragfähig:** Wenn Integration nicht nur ein schönes Wort bleiben soll, muss ein tragfähiges Netz geknüpft werden.

hen, aber auch etwas zur Stimmung in der Küche beitragen.

### Seine Art ist eine Ermutigung für viele

Laura ist nicht ganz so flink wie andere, aber ihr freundliches Auftreten ist wie gemacht für einen Einsatz an der Theke im Cafe. Und Ruth? Sie hat schon ihre Kreativität ins Adventskränze binden gelegt und freut sich, diese auch verkaufen zu dürfen. Aber reichen ihre Kräfte? Gut, gibt es da noch Rahel. Sie würde spontan einspringen, falls sich Ruth etwas ausruhen müsste.

#### Neu bewerten

Integration braucht Fingerspitzengefühl: Wer sich von Herzen willkommen fühlt, kann sich entfalten und fühlt sich integriert. Wer auf eine Haltung von «ach, du bist auch noch da, eigentlich bist du zu viel» stösst, fragt sich, wo die grossen Worte von Integration geblieben sind. Lea darf kommen – aber auch ausfallen.

Integration heisst: Fördern und fördern, was möglich ist, zu unterschied-

lichen Einsätzen eine positive Haltung finden. Wer zwei Stunden Einsatz gibt, hat je nach Verfassung ebenso viel geleistet wie der, der in voller Gesundheit den ganzen Bazarstag bestritten hat.

Integration heisst: Grenzen sehen und akzeptieren, die «Springerin» bereithalten, die im Notfall eine Situation retten kann.

### Das Besser-schneller-perfekter-professioneller-Syndrom

#### An Grenzen stossen

Integration bedeutet gegen den Strom zu schwimmen in einer Gesellschaft, die dem «Besser-schneller-perfekter-professioneller-Syndrom» verfallen zu sein scheint. Ist etwa das «gesund»?

Integration bedeutet, ein hoffnungsvolles Zeichen dafür zu setzen, dass jeder Mensch seinen Wert und seine Würde hat – auch jener, der in unseren Gemeinden noch längst nicht alle Kriterien an einen «perfekten Jesusjünger» erfüllen kann.

Und – Integration heisst: zu seinen Grenzen zu stehen in der Einsicht, dass nicht allen geholfen werden kann. ■

### GEMEINSCHAFTLICHES LEBEN

Thomas und Irene Widmer-Huber leben seit 20 Jahren gemeinschaftlich. Sie leiten die Diakonische Gemeinschaft «Ensemble» in Riehen/BS und fördern die Entwicklung der Diakonischen Hausgemeinschaften Riehen, in denen 45 Personen zusammen unterwegs sind, davon zehn mit psychischen Einschränkungen.

Im Rahmen der «Fachstelle Gemeinschaftliches Leben» bieten sie Beratungen, Vorträge und Seminare an. Weiter Infos unter [www.offenetuer.ch](http://www.offenetuer.ch)