

Das Nachtcafé Bremerhaven

Eine Klinik geht neue Wege in der Krisenprävention

Von Gisbert Eikmeier, Birgit Kowski, Angelika Lacroix, Alexander Thiel

► Klinik-Notfallambulanzen werden zunehmend auch von Menschen in einer psychischen Krise oder mit Abhängigkeitsproblemen aufgesucht. Doch die stark klinisch geprägte Atmosphäre und die oft sehr langen Wartezeiten wirken sich auf Menschen mit psychischen Erkrankungen oft ungünstig aus, fördern weder Genesung noch Selbstbestimmung.

In den Jahren 2014 und 2015 führten wir zwei Workshops zum Thema »Psychische Krise – passende Angebote in Bremerhaven« mit Betroffenen, Angehörigen, Therapeuten und Vertretern der Krankenkassen durch. Nachdrücklich wurde dabei von Psychiatererfahrenen ein niedrighschwelliges Angebot gewünscht, das Menschen in emotionalen Krisen in den Abend- und Nachtstunden aufsuchen können. So entstand die Idee eines Nachtcafés. Mit Haushaltsmitteln, die 2016/2017 von der Senatorin für Wissenschaft, Gesundheit und Verbraucherschutz der Freien Hansestadt Bremen bereitgestellt wurden, bekamen wir die Möglichkeit, ein solches Angebot zu schaffen.

Vorbereitung und Eröffnung

Vorgabe für die Vergabe der Mittel war, dass das Nachtcafé in den Räumen einer Tagesstätte betrieben wird. Im Vorfeld der Eröffnung haben wir deshalb einen Kooperationsvertrag mit dem Verein für Neue Arbeit, dem Betreiber der Tagesstätte »Boje« im Stadtzentrum Bremerhavens, geschlossen. Aufgrund einer Analyse der Inanspruchnahme der Notfallambulanz des Klinikums Bremerhaven durch Betroffene mit psychischen Problemen wurde festgelegt, dass das Nachtcafé von montags bis freitags jeweils von 18:00 Uhr bis 22:00 Uhr geöffnet wird. Am Wochenende bleibt das Café geschlossen.

Da wir in der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik am Klinikum Bremerhaven seit 2010 sehr positive Erfahrungen mit der Einbeziehung von Genesungsbegleitern in die Behandlungsteams der Stationen gemacht haben, stand für uns von vornherein fest, dass dieses

Nachtcafé von Experten durch Erfahrung geführt werden sollte. Zwei bis dahin in der Psychiatrischen Abteilung des Klinikums beschäftigte Genesungsbegleiter haben sich beworben, Birgit Kowski und Alexander Thiel. Beide sind durch ihre eigene Krisenerfahrung, ihre EX-IN-Ausbildung und ihre mehrjährige Tätigkeit als Genesungsbegleiter im klinisch-stationären Bereich ausreichend sicher in der Beratung und Begleitung von Menschen in einer psychischen Krise. Beide erhalten außerdem die ersten zwei Jahre ergänzend einmal wöchentlich außerhalb der Öffnungszeiten des Nachtcafés ein Coaching durch die Pflegedienstleitung der Klinik, eine ausgebildete EX-IN-Trainerin. Zu Beginn besuchte auch die pflegerische oder ärztliche Klinikleitung zweimal wöchentlich kurz vor oder während der Öffnungszeit das Nachtcafé.

Da das Nachtcafé-Angebot nicht nur für uns, sondern auch für die Stadt Bremerhaven Neuland war, haben wir im Vorfeld die Ortspolizeibehörde informiert. Für den Fall, dass sich bei einem Besucher des Nachtcafés die psychische Krise zu einem medizinischen Notfall entwickeln sollte, erhielten die Genesungsbegleiter Notfalltelefone, um direkt Kontakt zum Klinikum aufnehmen zu können. Bewusst verzichtet haben wir auf das Aushängen von Plakaten, das Verteilen von Flyern oder Hinweise im Internet, da das Nachtcafé in erster Linie als Hilfeangebot für Menschen in einer psychischen Krise gedacht ist und nicht – oder zumindest nicht nur – ein Angebot gegen Langleweile in den Abendstunden sein soll.

Am 3. Januar 2017 eröffnete schließlich das Nachtcafé: Bei 4° C und heftigen Gewitterböen kamen sechs Besucher.

Ein Angebot wird angenommen

Von Januar bis September 2017 besuchten 146 Gäste insgesamt 1194-mal das Nachtcafé. Die Besucherzahl lag zwischen 2 und 14, im Durchschnitt bei 6,7 Gästen pro Abend. Es kamen etwas mehr Männer als Frauen, junge wie alte.

Die Besucher kamen wegen verschiedener psychischer, körperlicher oder sozialer Probleme, einige auch aus Neugier. Bei ihrem ersten Besuch haben wir sie gebeten, einen kurzen Fragebogen auszufüllen, dabei aber ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Beantwortung der Fragen völlig freiwillig ist und keinesfalls Voraussetzung für den Besuch.

Schwerwiegende Probleme hat es bisher im Nachtcafé nicht gegeben – weder kam es zu Konflikten mit Besuchern, die Alkohol oder Drogen konsumiert hatten, noch zu medizinischen Notfällen. Die Besucher empfinden die einfühlsamen Gespräche, das Eingehen auf die Bedürfnisse des Einzelnen, die sozialen Kontakte insbesondere mit Menschen mit vergleichbaren Sorgen und Problemen, die herzliche, Sicherheit und Ruhe vermittelnde Atmosphäre, die ansprechenden Räumlichkeiten, die Ablenkung und den angebotenen Tee und Kaffee als hilfreich.

Was ist heute Ihr Problem?

Psychische Probleme	Somatische Probleme	Soziale Themen	Sonstige Themen
Angst, Panik, Depressivität, Weinen, Stimmungsschwankungen, Wut, Stimmenhören, Antriebslosigkeit, Unruhe, Nervosität, Grübeln, Schlaflosigkeit, »Gedankenkarussell«, Reizüberflutung, Schneidedruck, selbstverletzendes Verhalten, zu viel Alkohol	Herzrasen, Zittern, Schwitzen, Kopfschmerzen, »Drehen im Kopf«, Gewichtsverlust	Einsamkeit, Langeweile, Schwierigkeiten mit: - Finanzen - Arbeit - Freunden - Eltern - Betreuern Chaos in der Wohnung	Kein Grund, Neugier, Wegen Birgit, wegen Alex (Genesungsbegleiter), Todestag eines Freundes



Fotos: Melina Eikmeier

Birgit Kowski im Gespräch mit einer Besucherin, Alexander Thiel an der Getränkeausgabe

Eine Besucherin wurde nach einem Krisengespräch mit einer Genesungsbegleiterin dabei unterstützt, sich in stationäre psychiatrische Behandlung zu begeben – so wie sie es als Wunsch geäußert hatte. Eine weitere Besucherin hatte den Wunsch, von den Genesungsbegleitern »ganz fest umarmt« zu werden, da ihr Psychotherapeut ihr geraten habe, dies einzufordern, wenn es ihr schlecht gehe. Da ihr dieser Wunsch nicht erfüllt wurde, wandte sie sich sowohl an ihren Betreuer als auch an die Leitung der Psychiatrischen Abteilung des Klinikums und an die Senatorin für Wissenschaft, Gesundheit und Verbraucherschutz, um sich über die in ihren Augen nicht ausreichende therapeutische Kompetenz der Genesungsbegleiter zu beschweren.

Das blieb bislang die einzige Beschwerde. Als nach dem ersten Halbjahr ein erster Erfahrungsaustausch zwischen vier Nachtcafé-Besuchern, den im Nachtcafé tätigen Genesungsbegleitern, der pflegerischen und ärztlichen Leitung der psychiatrischen Abteilung des Klinikums Bremerhaven, dem Psychiatriekoordinator der Stadt, dem Geschäftsführer und der Leiterin der Tagesstätte »Boje« sowie zwei Mitarbeitern der Krankenkassen stattfand, wurde von den Besuchern hervorgehoben, dass sie von den Genesungsbegleitern »Hilfe statt

einer Diagnose« bekommen. Für die ganz spezifische Atmosphäre im Nachtcafé wurde der Begriff »Nachtcafé Feeling« geprägt. Gewünscht wurde lediglich eine zentralere Lage in der Fußgängerzone der Innenstadt.

Es zeichnete sich zu diesem Zeitpunkt schon ab, dass eine ganz eigenverantwortliche Leitung des Nachtcafés durch die Genesungsbegleiter wahrscheinlich nicht innerhalb von zwei Jahren zu erreichen ist. Die Genesungsbegleiter wünschen sich ein Coaching über 2018 hinaus. Dagegen konnte die Frequenz der Besuche durch die Klinikleitung im Nachtcafé schneller als geplant reduziert werden.

Nach einem Jahr Nachtcafé-Betrieb können wir feststellen, dass dieses Angebot von Betroffenen angenommen und ganz überwiegend auch geschätzt wird. Es zeichnet sich allerdings ab, dass das Nachtcafé zwar einerseits – wie zunächst angedacht – von Menschen in einer akuten psychischen Krise aufgesucht wird, es andererseits aber auch von einer Gruppe von Betroffenen längerfristig als Anlaufstelle genutzt wird, um krisenhafte Verschlechterungen, die sie in den Abendstunden befürchten, zu verhindern. Möglicherweise steht damit die Beobachtung im Zusammenhang, dass weniger Einzelgespräche mit den Genesungsbegleitern nachgefragt wer-

den, stattdessen Themen und Probleme häufiger innerhalb der Gruppe besprochen werden. Es bleibt abzuwarten, ob und wie es gelingt, den Bedürfnissen beider Besuchergruppen gerecht zu werden. Für eine Aussage darüber, ob das Nachtcafé tatsächlich für Menschen in einer psychischen Krise eine nachhaltige Alternative zur Notfallambulanz des Klinikums Bremerhaven werden wird, ist es noch zu früh.

2018 ist gesichert

Erfreulicherweise zeichnet sich aber ab, dass das Projekt auch 2018 durch die Senatorin für Wissenschaft, Gesundheit und Verbraucherschutz der Freien Hansestadt Bremen finanziell gefördert wird. Dadurch ist es möglich, das Angebot des Nachtcafés in der Stadt Bremerhaven weiter zu etablieren und hoffentlich auch seine Effektivität im Hinblick auf die angestrebten Ziele nachzuweisen. ◀

Birgit Kowski und **Alexander Thiel** arbeiten als Genesungsbegleiter im Nachtcafé Bremerhaven. E-Mail: nachtcafe@klinikum-bremerhaven.de

Angelika Lacroix ist Pflegedienstleitung, **Dr. Gisbert Eikmeier** ist Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik am Klinikum Bremerhaven Reinkenheide gGmbH.