

## 5. Wovor hast du Angst? Die Arbeit mit jungen Menschen mit Angststörungen im PACE Braunschweig

*Autor\*innen: Diana Becker und Udo Meyer, PACE Braunschweig*

Die Mitarbeiter\*innen des PACE Braunschweig arbeiten – zusammengerechnet mit der Tätigkeit im seit 1989 aktiven Vorgängerprojekt RAN – bereits seit mehr als 30 Jahren intensiv und langfristig auch mit psychisch eingeschränkten und psychisch erkrankten Personen. Zu den psychischen Störungen und Krankheiten zählen Suchterkrankungen [vor allem Alkohol- und THC-Abhängigkeit], Borderline oder bipolare Störungen, Depressionen sowie Angststörungen. Etwa 30% der betreuten Personen leiden an einer psychischen Erkrankung/Einschränkung, wie die statistische Auswertung des aktuellen Förderzeitraumes ergibt.



[Laut Weltgesundheitsorganisation erkrankt jede dritte Person mindestens einmal in ihrem Leben an einer psychischen Störung. So sind in Relation hierzu 30% für das PACE viel, da das Klientel nur den Lebensabschnitt zwischen etwa 18 und 26 Jahren abdeckt.] Der prozentuale Anteil am jeweiligen Störungsbild ist nicht zu beziffern, da in der Praxis nicht selten eine Erkrankung, sondern oft eine Mischform vorliegt, welche sich aus mehreren Krankheitsbildern zusammensetzt. Der Konsum von legalen und illegalen Drogen zur Verringerung von Ängsten oder der Vermeidung von Panikattacken kann zusätzlich zu einer Suchterkrankung führen oder aufgrund der Angststörung entwickelt sich eventuell auch eine Depression. Zum jetzigen Zeitpunkt können keine verifizierten Aussagen über die Folgen der Pandemie hinsichtlich einer Zunahme von Angststörungen bei jungen Menschen getroffen werden, jedoch wird davon auszugehen sein.

Die Konzeptionierung des PACE lässt eine langfristige Begleitung junger Menschen bis zum Alter von 27 Jahren zu. Dies ist u.a. notwendig, um das langfristige Ziel der beruflichen Eingliederung auch mit an einer generalisierten Angststörung oder an einer manifestierten Soziophobie leidenden Person zu erreichen. Die Arbeit mit den Betroffenen basiert auf dem sensiblen Umgang mit dem Klientel einerseits und impliziert andererseits die Zusammenarbeit mit anderen Institutionen und Organisationen. Ursachen der Angst sind oftmals ein Zusammenspiel genetischer, neurobiologischer und psychologischer Faktoren. Auslöser für eine Angststörung sind häufig traumatische Kindheitserlebnisse mit langanhaltendem psychischen, oftmals auch physischen Missbrauch. In der Aufnahmesituation gilt es zu klären, inwiefern eine Krankheits- und somit Behandlungseinsicht bereits besteht und der empfundene Druck intrinsisch begründet ist oder durch äußere Faktoren wie den Erwartungen von Eltern, Partner\*innen, Freund\*innen oder dem Jobcenter erzeugt wird. Beispielsweise kann der junge Mensch als Beratungsziel äußern, primär "normal" sein und eine Ausbildung beginnen oder eine berufliche Tätigkeit ausüben zu wollen. Liegt gleichzeitig eine Angststörung vor oder scheint eindeutig vorzuliegen, muss in oftmals vielen und herausfordernden Gesprächen die Krankheitseinsicht gemeinsam erarbeitet werden. Kommt der Druck auch aus dem

persönlichen Umfeld, bietet das PACE die Möglichkeit des Austausches mit den relevanten Personen. Werden die Anforderungen des Jobcenters, welches Wohnung und Existenzminimum sichert, als Stressauslösend empfunden, kann zu Gesprächen vor Ort begleitet werden. Mit Zustimmung der betreuten Person kann durch den\*die persönliche\*n Ansprechpartner\*in des Jobcenters eventuell der Gesundheitsdienst eingeschaltet werden. Auch Unterstützung bei der oft schwierigen Suche nach geeigneten Therapieformen und/oder Therapeut\*innen wird angeboten.

Hat sich die Angststörung manifestiert und verhindert sogar ein Verlassen der Wohnung, werden in Absprache mit dem jungen Menschen Hausbesuche vereinbart. Die Möglichkeit der langfristigen Betreuung von Personen, die an einer Angststörung leiden, gilt als Alleinstellungsmerkmal des Pro-Aktiv-Centers Braunschweig. Das liegt darin begründet, dass diesem PACE ein über die Jahre hervorragend gewachsenes Netzwerk zu unterschiedlichen Institutionen und Organisationen zur Verfügung steht. Ebenso wie vielfältige weitere themenspezifische Instrumente.

Während der gesamten Pandemie setzten wir PACE-Mitarbeiter\*innen im Caritasverband Braunschweig die Beratung unter Einhaltung der COVID 19-Schutzbestimmungen Face-to-Face fort. Denn mit psychisch Erkrankten lässt sich schwerlich über Mails, Telefonaten oder Internetkonferenzen arbeiten. Verlässlichkeit und Kontinuität sind besonders für diese Gruppe von Klient\*innen unabdingbar.

**Im Folgenden wird die Arbeit des Pro-Aktiv-Centers an einem Fallbeispiel skizziert. Aus datenschutzrechtlichen Gründen sind die persönlichen Daten der Klientin verändert.**

Im Dezember 2019 sucht eine junge Frau im Alter von 22 Jahren das PACE auf und bittet um Unterstützung durch eine weibliche Fachkraft bei der Suche nach einer beruflichen Perspektive sowie eines Therapieplatzes. Die Entwicklung ihrer Angststörung resultiert aus einem langanhaltenden, schweren sexuellen Missbrauch in der Herkunftsfamilie, welcher schließlich sowohl in der Kindheit, als auch im Jugendalter zu Aufenthalten in der Kinder- und Jugendpsychiatrie führte. Das manifestierte Krankheitsbild hinderte die Klientin trotz hohen Intellekts am Erreichen des Realschulabschlusses, weshalb sie sich mit dem Hauptschulabschluss für eine Ausbildung zur Verkäuferin entschied. Nach langer Krankheitsphase wurde das Ausbildungsverhältnis aufgelöst. In Absprache mit der einfühlsamen persönlichen Ansprechpartnerin im Jobcenter und des somit gesicherten Existenzminimums konnte die Klientin mit Volljährigkeit eigenen Wohnraum beziehen. Das Jugendamt war nie involviert. Die Krankheitseinsicht ist von Beginn der Betreuung an vorhanden, ebenso wie der Wunsch „als Mensch beruflich normal zu funktionieren“. Aufgrund der Erkrankung wird der jungen Frau empfohlen sich anstelle eines Ausbildungsplatzes oder einer Vollzeitstelle zunächst in einer Teilzeitstelle zu erproben um sich nicht allzu schnell zu überfordern und vorhandene Ressourcen besser erfahren zu können. In der ausgeübten Tätigkeit als Verkaufshilfe ist sie kommunikativ gefordert und wiederum stark mit ihren Ängsten konfrontiert, durchläuft stabilere aber auch viele instabile Phasen, die letztlich zur Beendigung des Arbeitsverhältnisses führen. Resultierend aus dieser erneuten Negativerfahrung benennt die junge Frau nun als

höchste Priorität bzw. als persönliches Ziel die gesundheitliche Stabilisierung. Die Kontakte mit dem PACE finden abhängig von der persönlichen Verfassung der Klientin in der Beratungsstelle, in Form eines Hausbesuches oder als "Walk & Talk" im nahegelegenen Park statt und beinhalten neben der Begleitung im Alltag auch die Suche nach einem Therapieplatz, natürlich fallen in massiven Krisensituationen auch Termine aus. Anfang des Jahres beginnt die junge Frau eine kognitive Verhaltenstherapie nach Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS). Sodann erhofft sie zur weiteren Unterstützung bei der psychischen Stabilisierung neben dem PACE eine ambulante psychotherapeutische Begleitung zu initiieren. Obwohl der Zeitpunkt der Beendigung der Therapie nicht absehbar ist, wird Kontakt zu einem Bildungsträger aufgenommen, der jungen Menschen mit psychischen Einschränkungen eine berufliche Perspektive offeriert. Nach dem Besuch einer Informationsveranstaltung findet zudem ein Erstgespräch statt. Parallel hierzu löst die Verhaltenstherapie eine schwere Retraumatisierung einhergehend mit suizidalen Tendenzen aus, so dass sich die Klientin freiwillig in eine psychiatrische Klinik einweist. Derzeit wartet sie auf einen Platz für eine einjährige medizinische Rehabilitationsmaßnahme in stationärer Form. Es zeigt sich, wie langfristig und vielfältig eine Begleitung durch das PACE im Einzelfall sein muss. Durch die Unterstützung der PACE-Mitarbeiterin hat die junge Frau gelernt ihren tatsächlichen Unterstützungsbedarf zu erkennen, zu äußern und entsprechend zu handeln.

Wie das geschilderte Praxisbeispiel zeigt, ist oftmals der rasche Beginn einer Arbeitsaufnahme oder Ausbildungsplatzsuche der Klient\*innen aufgrund psychischer Einschränkungen unmöglich. Den PACE-Mitarbeiter\*innen kommt in der Zusammenarbeit mit dem Jobcenter oder der Bundesagentur für Arbeit daher – stets in Absprache mit der jeweils betreuten Person – die besondere Rolle einer Vermittlungsstelle zu. Das PACE hat in dem Sinne eine Schutzfunktion vor dem Verlust des Existenzminimums inne.

Für das PACE stellt die Arbeit mit an einer psychischen Erkrankung leidenden Person eine besondere Herausforderung dar. Sensibilität im Umgang mit Erkrankten, Fachkenntnisse der unterschiedlichen Krankheitsbilder, viel Geduld und Empathie sind Grundvoraussetzungen für die Ausübung dieser Tätigkeit. Die Mitarbeiter\*innen des PACE bringen neben Fachwissen auch langjährige Erfahrungen im Umgang und in der Begleitung von psychisch erkrankten jungen Menschen mit manifestierten Störungsbildern mit.

## 6. Links & Empfehlungen

### Broschüren und Materialien

Wege zur Psychotherapie

[https://www.bptk.de/wp-content/uploads/2021/08/bptk\\_patientenbroschuere\\_2021.pdf](https://www.bptk.de/wp-content/uploads/2021/08/bptk_patientenbroschuere_2021.pdf)

Das Kostenerstattungsverfahren

<https://www.therapie.de/psyche/info/fragen/wichtigste-fragen/psychotherapie-kostenerstattung/>

Bundesverband der Selbsthilfe Soziale Phobie

<http://www.vssp.de/>

Generalisierte Angststörung

[https://www.psychologie.uzh.ch/dam/jcr:ad86f051-cb6e-4dc0-9aaf-16e4532b0f75/Generalisierte\\_Angstst%C3%B6rung\\_bei\\_Kindern\\_Sina\\_Hunger.pdf](https://www.psychologie.uzh.ch/dam/jcr:ad86f051-cb6e-4dc0-9aaf-16e4532b0f75/Generalisierte_Angstst%C3%B6rung_bei_Kindern_Sina_Hunger.pdf)

BELLA Studie

<https://www.uke.de/kliniken-institute/kliniken/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik/forschung/arbeitsgruppen/child-public-health/forschung/bella-studie.html>

Die Angst-Zeitschrift (daz)

<https://www.angstselbsthilfe.de/daz/>

### Beratung

Psychotherapeutenkammer Niedersachsen

<https://www.pknds.de/index.php?id=4>

Arztsuche über die Kassenärztlichen Vereinigungen

<https://www.kbv.de/html/arztsuche.php>

Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen

<https://www.bapk.de/der-bapk.html>

### Impressum

**Landesarbeitsgemeinschaft der Jugendsozialarbeit in Niedersachsen (LAG JAW)**

Referat Pro-Aktiv-Centren und Jugendwerkstätten

Redaktion: Franziska Hermes

V.i.S.d.P.: Heike Krause

Kopernikusstraße 3, 30167 Hannover

Mail: [pro-aktiv@jugendsozialarbeit.de](mailto:pro-aktiv@jugendsozialarbeit.de)

Homepage: [www.nord.jugendsozialarbeit.de](http://www.nord.jugendsozialarbeit.de)