

# Barrieren für Menschen mit psychischer Erkrankung

Barrierefreiheit für Menschen mit psychischer Erkrankung muss nicht nur auf die aktuell vorhandene Beeinträchtigung, sondern auch auf das Vermeiden von potenziell Stress verursachenden Situationen abgestimmt sein.

Gedanken zur Barrierefreiheit von Brigitte Heller (Vorsitzende Verein Lichterkette):

Wo kann ein Mensch mit psychischer Erkrankung selbstbestimmt Leben, wenn er kein Geld hat um sich seinen Wohnraum zu leisten? Wie kann ein Mensch mit psychischer Erkrankung selbstbestimmt Leben, wenn er auf Grund seiner schweren Angstzustände keinen Schritt aus der Wohnung machen kann, um überhaupt zu einer Therapie zu kommen? Wie ist es einem Menschen mit psychischer Erkrankung möglich selbstbestimmt zu Leben, wenn dieser Mensch keine persönliche Assistenz hat, um sein Leben selbst zu gestalten?

## Krankheits-Symptome und damit verbundene Einschränkungen<sup>1</sup>:

Folgende krankheitsbedingten Einschränkungen, die fallweise - vor allem in Krisensituationen - auftreten können, müssen bei der Entwicklung barrierefreier Rahmenbedingungen für Menschen mit psychischer Erkrankung Berücksichtigung finden:

- geringe Stress-Resistenz - z.B. Stress durch Reizüberflutung, Menschenansammlungen (in öffentlichen Gebäuden, Wartezimmern, öffentlichen Verkehrsmitteln, etc.)
- Energie-, Antriebslosigkeit - krankheitsbedingt, aber z.T. auch als Nebenwirkung einer Arzneimittel-Einnahme; dadurch können z.B. viele Angebote nicht aktiv gesucht/aufgegriffen oder Termine - besonders am frühen Morgen - eingehalten werden
- veränderte Selbst- und Fremd-Wahrnehmung - Stimmen hören, Halluzinationen, Realitätsverlust, - dies beeinflusst z.B. die Interpretation sozialer Situationen mit dem Ergebnis des Rückzugs oder der Ablehnung
- mangelnde zeitliche und/oder räumliche Orientierung - Schwierigkeit beim Aufsuchen unbekannter Orte/Einrichtungen, bei der Einhaltung von Terminen/ Öffnungszeiten
- Spannungszustände - Aggression, Gereiztheit, Rastlosigkeit, Angst
- reduzierte soziale Interaktionsfähigkeit - Kontaktschwierigkeiten
- phasenweise kognitive Beeinträchtigung/en - Konzentrationsschwierigkeiten/nicht zuhören können/ mangelnde Fähigkeit sich verständlich zu artikulieren bzw. mit dem Gegenüber reden zu können/ reduzierte Fähigkeit, Prioritäten zu setzen.
- Angstzustände, Panikattacken/ Zwänge/Zwangsvorstellungen

---

<sup>1</sup> <https://www.hpe.at/metanavigation/ueber-uns/positionen/barrieren-fuer-menschen-mit-psychischer-erkrankung.html>

## **Barrieren im öffentlichen Verkehr:**

---

Fehlende Anerkennung der Problemlage! Niemand kann sich nur im Ansatz vorstellen wie es für einen Menschen mit psychischer Erkrankung ist, ein öffentliches Verkehrsmittel benutzen zu wollen dies aber auf Grund der Barrieren einfach schlichtweg nicht zu können.

- Die Umgebung von Bus- und Tramstationen wird zu wenig ausgeleuchtet
- Zu kurze Zeitintervalle für das Umsteigen
- Bereich (also wo befinden sie sich) und Zustand (Geruch, Dreck,...) von Toiletten auf Bahnhöfen
- keine Ruhezeiten in den Fahrzeugen (spezielle Sitzreihen, Abteils)
- Bessere Beschriftung von Ausgängen in der U-Bahn/Bahnhöfen, Orientierungshilfen
- Einsatz von Buddy's zur Orientierung, zum Kontakt z.B. bei Panikattacken
- Zugang zu Ermäßigungen im öffentlichen Verkehr wie z.B. bei der ÖBB dürfen nicht nur am Grad der Behinderung gemessen werden.

In Wien gibt es nun das Projekt „Angstfrei Mobil“ um Barrieren für Menschen mit psychischer Erkrankung abzubauen.

Hier die Links:

- [https://publizistik.univie.ac.at/aktuelles/aktuelle-meldungen/news-einzelansicht/news/angstfrei-mobil-neues-forschungsprojekt-gestartet/?tx\\_news\\_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx\\_news\\_pi1%5Baction%5D=detail&cHash=18783e984cc09eadea984d3c9073c441](https://publizistik.univie.ac.at/aktuelles/aktuelle-meldungen/news-einzelansicht/news/angstfrei-mobil-neues-forschungsprojekt-gestartet/?tx_news_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx_news_pi1%5Baction%5D=detail&cHash=18783e984cc09eadea984d3c9073c441)
- <https://www.angstfreimobil.at/das-projekt/>
- <https://makam.at/phobility-ergebnisse-der-sondierungsstudie-ueber-die-verkehrsteilnahme-von-menschen-mit-phobien-angst-und-zwangsstoerungen/>

## **Barrieren in öffentliche Gebäuden und an öffentlich zugänglichen Plätzen:**

---

- in Einkaufsstrassen fehlen Ruhezeiten um sich zurückziehen zu können (z.B. genügend Bänke mit entsprechender Begrünung)
- Unterstützung direkt vor Ort, genügend Zeit, achtsame Sprache (z.B. bei Ämtern, Ärzten, in Apotheken)
- keine ausreichenden ruhigen Sitzmöglichkeiten (Bänke ohne in ein Kaffeehaus gehen zu müssen) in Einkaufszentren um einfach kurz auszuruhen
- zu laute Musik in Einkaufszentren oder einfach grundsätzlich zu laute Umgebungsgeräusche in öffentlichen Verkehrsmitteln, Ämtern, ... (Reizüberflutung)
- es braucht kostenlose Trinkwasser Bereitstellung (z.B. Brunnen)
- vor allem in Tiefgaragen braucht es gut ausgezeichnete Notrufstellen
- Notausgänge müssen immer und überall offen und frei zugänglich sein
- Personal braucht Schulung in Erste-Hilfe damit es weiß wie es mit einer psychischen Erkrankung umgehen muss (z.B. bei einer Panikattacke)

- Bereich (also wo befinden sie sich) und Zustand (Geruch, Dreck,...) von Toiletten

Es gibt keine Behindertenparkplätze für Menschen mit psychischer Erkrankung, ein Vorschlag wäre mehr Frauenparkplätze zu machen und diese Menschen mit psychischer Erkrankung auch zur Verfügung zu stellen. Dadurch wird es Menschen mit z.B. Angstzuständen und Panikattacken erleichtert einkaufen zu gehen, da diese näher an Zu- und Abgängen sowie besser ausgeleuchtet sind.

## Strukturelle Barrieren:

---

- Bürokratische Hürden sollten abgebaut bzw. handhabbarer gemacht werden (kein Paragraphenschwungel)
- komplexe Finanzierungs- und Zuständigkeitsstruktur
- mehr niederschwellige, leicht zugängliche und flexible Hilfen einschließlich aufsuchender Dienste (ohne komplizierte Anträge, vereinfachte Verfahren)
- Fehlende persönliche Assistenz bzw. Finanzierung derselbigen  
Dazu der Auszug aus dem Positionspapier des Österreichischen Behindertenrates:  
*„Alle Personen, die Unterstützung bei der Ausübung dieser Kompetenzen benötigen und / oder wünschen (z.B.: Kinder, Menschen mit kognitiven und/oder psychischen Behinderungen) haben ein Anrecht auf Unterstützung durch Dritte, um diese Aufgaben ausführen zu können“*  
Hier der LINK: <https://www.behindertenrat.at/wp-content/uploads/2021/05/NAP-AG-Persoentliche-Assistenz.pdf>
- Unterstützung in Begutachtungsverfahren darf nicht abgelehnt werden
- Ausstellung eines Befundes zur Vorlage bei offiziellen Stellen darf nicht separate Kosten verursachen
- Zeitmangel, nicht zu hören können, nicht erklären von Sachverhalten, ... in Ämtern, bei Ärzten, ...
- Barrierefreier Zugang zu allen Ämtern, Behörden und Dienstleistungen mit gesetzlich verankerter Möglichkeit einer begleiteten Unterstützung.<sup>2</sup>  
Anmerkung: Für Menschen mit psychischer Erkrankung ist der Gang zu Behörden und die Auseinandersetzung mit Anträgen oft sehr angstbesetzt und immens belastend. Es braucht daher sozialarbeiterische Unterstützungspersonen für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung die direkt bei den Ämtern installiert sind. Auch ist Peerbegleitung in der Zusammenarbeit mit Ämtern anzudenken.

## Barrieren beim Wohnen:

---

- kein leistbarer Wohnraum
- Wohnungslosigkeit auf Grund psychischer Erkrankung (z.B. Obdachlosigkeit)
- fehlen einer bedarfsorientierten Mindestsicherung
- lange Wartezeiten auf eine Stadtwohnung
- Keine Berücksichtigung der Erkrankung bei der Wohnungsvergabe (Wohnungen in großen Blöcken, direkt an der Straße, neben Kindergärten, mit oft hoher Lärmbelastung durch Verkehr oder auch Bewohner,...)

---

<sup>2</sup> Aus dem Fachpapier vom „Tiroler Interessenverband für psychosoziale Inklusion“ zum Tiroler Aktionsplan

- Keine Berücksichtigung für Förderungen bei Bauvorhaben und Sanierungen (Trittschalldämmung und Lärm- bzw. Schallschutz oder Schalldämmung der Innenwände)
- Vereinsamung und Ausgrenzung
- Unterversorgung
- Klient\*innen der Pro Mente Tirol bemängelten, dass Menschen, die nur das finanzielle Mindesteinkommen, sprich die Mindestsicherung, bekommen und noch keine Stadtwohnung haben, in Substandardwohnungen unterkommen müssen, die von Schimmel befallen sind und Ähnliches<sup>3</sup>.
- Oft geht mit einer psychischen Erkrankung auch ein Vermüllungssyndrom einher, das zu Problemen mit Vermietern führen kann

#### Was macht es für Betroffene schwierig, einen geeigneten WG- oder Wohnprojektplatz zu finden?<sup>4</sup>

- Ein enger Konzeptrahmen, Geschlecht, Alter, Diagnosen (diagnosenspezifische Angebote).
- Besondere Problemstellungen z. B. Doppeldiagnosen, geistige Beeinträchtigung und psychische Erkrankung, Sucht und psychiatrische Erkrankung, körperliche Beeinträchtigung und psychische Erkrankung.
- Soziale Gegebenheiten, Arbeit
- Warteliste und lange Wartezeiten (bis zu 1 Jahr)
- In Tirol gibt es keine Einrichtung, bei der eine Aufnahme von Betroffenen mit Kindern möglich ist
- Keine sozialpsychiatrische Wohneinrichtung mit dem Angebot einer 24-Stunden-Begleitung.
- Das eigenständige Leben des Klienten wird sehr oft beschnitten
- Bei Obdachlosigkeit kaum Anwendung des Housing-First-Modells<sup>5</sup>

**Wunsch:** Gemeinnützige Bauträger integrieren in Neubauten vier bis fünf Kleinwohnungen plus Sozialräume, welche Menschen mit psychischen Erkrankungen ohne die Barriere der Wohnungswarteliste unkompliziert zur Verfügung gestellt werden können. (Leo Alber, ÖKSA-Jahreskonferenz 2020)

Eine Sensibilisierung im Bereich der gemeinnützigen Wohnwirtschaft ist geplant (Wohnen Plus Akademie GmbH).

Bauprojekte sollten in Zukunft in Hinblick auf Offenheit und Gemeinschaftssinn grundsätzlich so gestaltet werden, dass die Möglichkeit eines sozialen „Zusammenkommens“ ermöglicht und gefördert wird (z.B. „Haus im Leben“ <https://www.hausimleben.at/>)

3 ÖKSA-Jahreskonferenz 2020| „Behindert“ aufgrund psychischer Erkrankung, insbesondere in Zeiten von Covid-19, Seite 81

4 ÖKSA-Jahreskonferenz 2020| (...) Seite 79-80

5 <https://www.vinzi.at/2021/04/mit-dem-housing-first-modell-der-obdachlosigkeit-entgegensteuern/>

## Barrieren in der Bildung:

---

- Fehlen von Bewusstseinsbildung/Sensibilisierung für alle Facetten von Behinderung und Begabung einschließlich psychischer Gesundheit ab der Grundschule (etwa im Rahmen des Unterrichtsprinzips „Soziales Lernen“).
- Die Einführung des verpflichtenden Schulfaches „Psychische Gesundheit“ angelehnt an die Umsetzung in anderen europäischen Ländern wird derzeit nicht angedacht.
- Es braucht Gewährleistung von Supervision für das Lehrpersonal und allen am Bildungsprozess beteiligten Personen - auch Eltern in besonders schwierigen Situationen.
- Rückzugsmöglichkeiten und Entspannungsmöglichkeiten bei der Ausgestaltung von Lernräumen für alle Kinder mit und ohne Behinderungen werden nicht berücksichtigt (z.B. Snoezeleräume<sup>6</sup>)
- Schulsozialarbeiter\*innen, schulpsychologische Dienste und im Bedarfsfall psychotherapeutische Unterstützungen bzw. verschiedene Therapieformen im Rahmen des schulischen Settings werden nicht zur Verfügung gestellt
- Interdisziplinäre Support-/Kompetenzteams für Schulen (z.B. Psycholog\*innen, Sozialarbeiter\*innen, medizinische Unterstützung) sind derzeit nicht mitgedacht
- Kompetenzen in Achtsamkeitsstrategien (Yoga und ähnliches) um Stress zu reduzieren, werden nicht vermittelt
- Es braucht das pädagogische Konzept der Lerngemeinschaft an allen Schulen
- Ein Arbeiten mit Emotionen um Lern- und Merkprozesse zu fördern muss in den Unterricht als Standard integriert werden.
- Das Anwenden von fächerübergreifenden Lernnetzen soll als Möglichkeit zum Austausch und zur Verknüpfung von Inhalten integriert werden.
- Das praktische Erlernen an spielerischen Beispielen soll die Kreativität anregen und das Lernen erleichtern

Ein Beispiel für eine Inklusive Schule:

<https://www.schule-am-himmel.at/>

### Was macht es schwierig Bildungsangebote anzunehmen?

- Oft nur Präsenzangebote in großen Gruppen, mit vielen Stressfaktoren - Online Angebote gab es nun zwar durch Corona sehr viele und machten einen großen Raum (auch ganz Österreich) nutzbar und erlebbar, wurden nun aber wieder zum Großteil sehr reduziert bzw. eingestellt.
- Teils sehr begrenzt nutzbares Angebot (Kochkurse, Turnen, Werken,...)
- Finanzielle Hürden - Hohe Selbstkosten oder finanzielle Vorkosten, Förderungen werden nur im Nachhinein ausbezahlt und es gibt keine Garantie der Kostenübernahme!
- Belastung im Kurs (Leistungsprinzip, Zeitdruck) dadurch Angst vor Überforderung und weiterer Stigmatisierung durch Vorurteile
- Oft fehlen technischer Mittel wie z.B. Computer oder der Zugang und das Wissen im Umgang mit diesen

---

6 Ein **Snoezelraum** bietet einen Aufenthalt in gemütlicher, ruhiger und reizarmer Atmosphäre. Bei Kindern soll die ganzheitliche Entwicklung gefördert werden, es kann aber auch gezielt der Aspekt der Entspannung angesprochen werden. Viele Erfahrungsberichte besagen, dass die Kinder sich nach einem Besuch im Snoezelenraum besser Konzentrieren können. Auch von einer größeren emotionalen Stabilität wird berichtet. (<https://www.aqua-comfort.net/wasserbettwiki/wasserbett-faq/snoezelraum-selbst-gestalten-sinnesraum-mit-wasserbett-einrichten>)

- Fehlen von entsprechenden Angeboten der Unterstützung: persönliche Assistenz, Peer-Arbeit, sogenannte Buddy's in Bildungseinrichtungen

Wir brauchen individuelle Entwicklungsräume damit Bildung für alle möglich wird. Dafür braucht es Bildungsangebote die Möglichkeiten und Chancen erschließen sowie die individuellen Fähigkeiten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen unterstützen und fördern.

### **Barrieren in der Freizeitgestaltung:**

---

- mangelnde kostenlose oder kostengünstige Gruppenangebote
- Stadtteilzentren/Gemeinden: oft nur Angebote für Kinder- und Jugendliche bzw. Menschen im Alter
- Schwierigkeit „anzudocken“ auf Grund von Gruppengrößen, kaum Kleingruppen
- Fehlende Möglichkeiten der Freizeitgestaltung am Wochenende (keine Freizeitassistenz, Mangel an adäquaten begleiteten Angeboten)

Besonders für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung ist es sehr schwierig außerhalb der „Gemeinschaft Psychiatrie Erfahrener“ ehrliche Verbindungen (Beziehungen) herzustellen. Gründe dafür sind, vor allem persönliche Erfahrungsgeschichten, aber auch die immer noch vorherrschende ausgrenzende Denkweise in der Gesellschaft.

Hieraus lässt sich ableiten, dass besonders die Förderung von Gemeinschaftsprojekten und die Schaffung von einrichtungsübergreifenden Angeboten, eine Möglichkeit darstellt, erste Kontakte außerhalb der eigenen „Gruppe“ zu machen, da dadurch der oft doch noch gebrauchte „geschützte Rahmen“ noch nicht verlassen werden muss und dennoch erste Kontakte geknüpft werden können. Wichtig hierbei ist ein unterstütztes, niederschwelliges und kostenloses/kostengünstiges Angebot (wie z.B. Kaffeetreffs, Kochnachmittage, Kreativworkshops,...) der durch einen entsprechenden Peer-Support ergänzt wird.

### **Ein Vorzeigebispiel:**

<https://www.mentalhealthcrowd.de/berg-mental/>

### **Barrieren am Arbeitsplatz:**

---

- Zeitdruck (durch Projekte und Aufgaben, aber auch einfach nur durch Kollegen bzw. den Vorgesetzten)
- Stress der durch die Art der Räumlichkeiten oder die Zusammenarbeit ausgelöst wird (z.B. Großraumbüro, dunkle Räume mit wenig Tageslicht, viel Lärm, viele Menschen mit denen man zusammenarbeiten muss, ...)
- Machtdruck: Es gibt keine Augenhöhe, die Schwierigkeiten und Probleme des Mitarbeiters mit psychischer Erkrankung werden nicht gesehen und nicht akzeptiert.
- Wenig Angebote von Individuellen Arbeitszeitmodellen, Home-Office: Die Erkrankung tritt phasenhaft auf, außerdem gibt es tagesabhängig Phasen in denen man entweder schwerer oder leichter Tätigkeiten erledigt (z.B. bei Depressionen) was einen 8 to 4 Job teilweise sehr schwierig macht
- Fehlende Wahlmöglichkeiten und Sinnstiftende Tätigkeiten
- Fehlende firmeninterne Auseinandersetzung mit dem Thema z.B. in Form von Workshops wie sie vom Verein Lichterkette angeboten werden z.B. „**Von Betroffenheit bin ich nicht betroffen**“, die speziell auf die Unternehmen



abgestimmt werden“ oder <https://www.lichterkette.at/aufeinanderachten> - für alle Menschen zur Sensibilisierung geeignet

- kaum Fokus auf Fähigkeiten
- hoher Wettbewerbsdruck (es geht um Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit!)
- Fehlen von Mentor:innen-Systemen bzw. fehlen von entsprechenden Support in Betrieben
- Diverse Ängste bei den Betroffenen (Angst vor Rückfällen, Angst vor Überforderung, Angst vor sozialer Distanz und Aggression – kritisiert werden, nicht verstanden/akzeptiert werden, abgelehnt werden)
- keine Konzepte für Inklusive Arbeit (siehe Chance B in der Steiermark <https://www.chanceb-gruppe.at/de>) insbesondere für Jugendliche mit rein psychischer Grunddiagnose.\*
- keine Arbeitsassistenz für geringfügig Beschäftigte
- Schlechte Erfahrungen von Arbeitgebern mit psychischer Erkrankung
- Erleichterter Zugang von Menschen mit psychosozialen Problemen zum Arbeitsmarkt unter Berücksichtigung bereits erworbener Kompetenzen und Interessen.<sup>7</sup>

\*Besonders psychisch beeinträchtigte Jugendliche werden auf Grund ihrer Krankheit und der fehlenden Alternativen gezwungen in psychosozialen Institutionen zu leben und auch unter dem Titel „Beschäftigungstherapie“ dort zu arbeiten.

„Beschäftigungstherapie“, die nicht sozialversicherungsrechtlich abgesichert ist erfordert strukturelle Erneuerung in Richtung inklusives Arbeiten, insbesondere durch eine bundesweite persönliche Assistenz für alle Lebensbereiche.

Dafür braucht es auch eine Ausrichtung der Arbeitsförderung und Vermittlung auf alle Stufen von Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit.<sup>8</sup>

### Links:

- Psyche in der Krise – eine Broschüre mit Praxistipps, Lösungswegen und entsprechendem Hintergrundwissen.  
<https://www.gpa.at/themen/gesellschaft-und-soziales/psyche-in-der-krise>

### Anmerkung:

- Der Verein Lichterkette hat bereits begonnen z.B. Betriebsräte österreichweit zu sensibilisieren (GPA 2020)
- AK OÖ Sensibilisierungstraining ab September 2021

### Digitale Barrieren:

---

- kein Zugang zu EDV und/oder Smartphone (weder zu Hause noch im öffentlichen Raum z.B. Stadtbüchereien/Gemeinden/Kliniken/...)
- kein Wissen über den Umgang mit EDV und/oder Smartphone
- Angst vor allen digitalen Geräten
- Überforderung durch Unübersichtlichkeit, Fülle an Information, ... von Websites
- Unwissen was ist kostenpflichtig und was nicht?

---

<sup>7</sup> Aus dem Fachpapier vom „Tiroler Interessenverband für psychosoziale Inklusion“ zum Tiroler Aktionsplan

<sup>8</sup> Mag. Otto Westreicher in seinem Brief an den Volksanwalt Kräuter im Dezember 2014

- Überforderung durch immer komplexer werdende Geräte (z.B. Fernseher und Fernbedienungen, Touchscreens bei Handy's), Zusatzfunktionen und Apps

**Anmerkung:** Der Verein Lichterkette plant ein Projekt mit der TU-Wien.

## **Barrieren aufgrund von Stigmatisierung - Stigma, Diskriminierung, Vorurteile, Klischees<sup>9</sup>:**

---

- stellen aus Scham und erzeugten Ängsten eine große Hürde für die Inanspruchnahme medizinischer Hilfe dar
- hindern an der Verwirklichung von Lebenszielen, nehmen die Kraft und den Mut dazu
- führen zur Ausgrenzung erkrankter Menschen auf verschiedensten Ebenen (mit den möglichen Folgen von sozialer Isolation, Ausscheiden aus dem Arbeitsleben, Armut, Wohnungsverlust)
- können bei zusätzlicher Stigmatisierung aufgrund von Armut, Migration, Behinderung, Alter, etc. zu einer mehrfachen Belastung führen
- sind im ländlichen Raum aufgrund fehlender Anonymität besonders belasten.
- Es braucht den Kampf gegen Stigmatisierung in allen Bereichen, sowohl im öffentlichen Bereich als auch hinsichtlich der Selbststigmatisierung von Betroffenen.

### **Hierzu:**

von Prof. Dr. Rüsç, Mental Health, Uniklinik Ulm

<https://www.lichterkette.at/post/buch Tipp-das-stigma-von-psychischen-erkrankungen>

Versuch der Implementierung des Programmes „IWS-In Würde zu sich stehen“ in Österreich seit 2020 durch Verein Lichterkette

[https://www.researchgate.net/publication/330520722\\_In\\_Wurde\\_zu\\_sich\\_stehen\\_-\\_Peergeleitetes\\_Angelot\\_zur\\_individuellen\\_Auseinandersetzung\\_mit\\_Stigmatisierung](https://www.researchgate.net/publication/330520722_In_Wurde_zu_sich_stehen_-_Peergeleitetes_Angelot_zur_individuellen_Auseinandersetzung_mit_Stigmatisierung)

- Stigmatisierung durch Medien (Gefährlichkeit)

Der Verein Lichterkette plant die Wiederaufnahme einer Kampagne mit dem Verein ganznormal.at (<https://www.ganznormal.at/de/home/>)

## **Barrieren in Zusammenhang mit der medizinischen und psychosozialen Versorgung Fehlender/eingeschränkter Zugang zu psychosozialer Versorgung<sup>10</sup>:**

---

- Mangelnde Transparenz über bestehende Angebote
- fehlende Anspruchsberechtigung -z.B. auf Reha, Psychotherapie
- finanzielle Barrieren – z.B. Selbstbehalte / fehlende Kassenplätze für Psychotherapie, niedergelassene Psychiater

9 <https://www.hpe.at/metanavigation/ueber-uns/positionen/barrieren-fuer-menschen-mit-psychischer-erkrankung.html>

10 <https://www.hpe.at/metanavigation/ueber-uns/positionen/barrieren-fuer-menschen-mit-psychischer-erkrankung.html>



- geografische Barrieren- z.B. große Distanzen, keine gute Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel, etc.
- kulturelle- und Sprach- Barrieren –z.B. mangelnde Sprachkenntnisse, aber auch die mangelnde Fähigkeit, sich auszudrücken über die Erkrankung, damit einhergehende Symptome, etc.
- lange Wartezeiten auf medizinische Hilfe (Therapieplatz; Reha; ..) was sich besonders in Krisenphasen katastrophal auswirken kann
- mangelnde Wahlfreiheit (Arztwahl, Regionalisierung)
- mangelnde Anerkennung von Alternativen Therapiekonzepten bei der Krankenkasse (Achtsamkeitsarbeit; Körper-, Musik-, Tanztherapie; ...)
- fehlende/mangelnde Versorgungsangebote - z.B. kassenfinanzierte Versorgung mit Psychiater\*innen, Psychotherapie, Angebote für ältere psychisch Erkrankte mit somatischem Pflegebedarf, aufsuchende Versorgung z.B. älterer Menschen mit psychischen Erkrankungen: Hausarzt, Fachversorgung
- Stärkere Etablierung von Vertrauenspersonen – Tierbegleitung, persönliche Assistenz, Sozialbegleitung. Insbesondere nach Krisensituationen müsse die Zeit zuhause gut vorbereitet werden, damit die Alltagsbegleitung gut von statten gehen könne<sup>11</sup>
- Langfristiger Aufbau eines Begleitsystems (Vernetzungsarbeit, Unterstützungen in unterschiedlichen Situationen) mit multiprofessionellen Teams um Betroffene auch zu Hause zu begleiten (Home Treatment).<sup>12</sup>

Der Verein Lichterkette (<https://www.lichterkette.at/>) bringt diese Probleme im Österreichischen Behindertenrat sowie im Bundesbehindertenbeirat ein.

In allen genannten Bereichen ist Peerarbeit auszubauen, unsere diesbezüglichen Bestrebungen liegen dabei Peerberater\*innen in der geplanten zentralen Behindertenstelle auszubauen

<https://www.behindertenarbeit.at/89082/die-gelegenheit-nutzen-und-peer-beratungsstellen-ausbauen/>

Der Verein TIPSI – Tiroler Interessenverband für psychosoziale Inklusion<sup>13</sup> (<https://www.tipsi.at/>) bieten seit Juli 2020 gemeinsam mit den Kooperationspartnern, dem Tiroler Landesverband für Psychotherapie und HPE Tirol, eine kostenlose und anonyme Beratungsstelle für psychisch erkrankte Menschen und ihre Angehörige an. Darüber hinaus bringt der Verein die beschriebenen Themen in den Behindertenbeirat der Stadt Innsbruck, den Beirat für psychosoziale Versorgung vom Land Tirol und in Arbeitsgruppen der GÖG – Gesundheit Österreich GmbH, ein.

---

11 ÖKSA-Jahreskonferenz 2020| „Behindert“ aufgrund psychischer Erkrankung, insbesondere in Zeiten von Covid-19, Seite 71

12 ÖKSA-Jahreskonferenz 2020| „Behindert“ aufgrund psychischer Erkrankung, insbesondere in Zeiten von Covid-19, Seite 71

13 <https://www.tirol.gv.at/meldungen/meldung/trialogische-beratung-neue-und-einzigartige-form-der-psycho-sozialen-beratung/>

## Welche Vorteile gibt es, wenn man den Prozess zur Barrierefreiheit aktiv mitgestaltet?

### Aus Sicht der Betroffenen:

+	Gewinne Autonomie in dem ich Macht über mich zurück gewinne.
+	Meine Stimme wird gehört.
+	Ich kann mir Informationen einholen und weiß wo mir geholfen wird.
+	Kann lernen mich abzugrenzen.
+	Werde mir selbst bewusst und bekomme mehr Selbstbewusstsein.
+	Bin nicht mehr so angreifbar.
+	Gewinne Selbstbestimmung.
+	Mehr Freiheit und Möglichkeiten.

### Aus Sicht der Gesellschaft:

+	Der Umgang ändert sich.
+	Bewusstsein für die eigene psychische Gesundheit steigt.
+	Begegnung auf Augenhöhe wird möglich.
+	Entwicklung von gesundheitsrelevanten Kompetenzen (Wahrnehmung von Emotionen, Krisenbewältigungsstrategien, usw.)
+	Ein offener Diskurs zu psychischer Gesundheit, psychischen Krisen/Krankheit und deren Bewältigung kann statt finden.

## Aus Sicht der Politik:

<b>+</b>	Geringere Arbeitslosigkeit!
<b>+</b>	Positive Vorzeigefunktion für andere Länder (Imageverbesserung).
<b>+</b>	Langfristig Einsparungen von Gesundheits- und Rehabilitationskosten durch Vorsorge und Bewusstseinsbildung bereits im Kindes- und Jugendalter.
<b>+</b>	Wohlfühlfaktor steigt.

<b>+</b>	Die Leute werden zufriedener.
<b>+</b>	Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention