

Liebe Familie, Verwandte, Freunde, Bekannte und Förderer,

ich bin jetzt schon seit fast einem Jahr in Alta und habe immer noch nicht richtig realisiert, dass die Zeit hier oben in zwei Wochen schon vorbei sein soll für mich. Ich habe in diesem Jahr viel erlebt, viele nette Menschen kennen gelernt, mich selbst besser kennen gelernt, habe einen guten Einblick in die Arbeit mit psychisch Kranken Menschen erhalten und hatte einfach eine prima Zeit hier in Nordnorwegen.

Meinen ersten Projektbericht habt ihr ja etwa Mitte Januar bekommen und seitdem ist natürlich einiges passiert. Seit dem Ende der Dunkelzeit Ende Januar scheint die Zeit noch schneller zu laufen. Die Tage wurden zunehmend länger und hatten dann am 23.Juni mit der Sommersonnenwende ihren Höhepunkt. Die Zeit der Mitternachtssonne ist jetzt vorbei und die Sonne geht jetzt auch wieder unter, wobei es natürlich immer noch durchgängig hell ist.

Wenn ich all das berichten würde, was sich seit meinem letzten Projektbericht ereignet hat, würde das diesen Rahmen hier sprengen, aber ich versuche trotzdem mal die wichtigsten Punkte hier abzuhacken und einen guten Rückblick und eine Abschlussbetrachtung zu geben.

In meinem ersten Projektbericht habe ich schon vieles über meine Arbeit und mein Leben hier erzählt und ich hoffe, wenn ich etwas zweimal erzähle, dann nehmt ihr mir das nicht übel.

Nach dem Ende der Dunkelzeit kam ich immer besser in die Arbeit hinein und bin, würde ich jetzt behaupten, komplett in die Arbeit hier integriert. Die Sprache stellt keine Barriere mehr da schon seit vielen Monaten und ein paar Norweger meinen sogar ich würde akzentfrei sprechen. Ich habe zu allen Patienten jetzt ein gutes Vertrauensverhältnis aufgebaut und kenne die Bedürfnisse aller Patienten ziemlich genau. Auch wenn der Arbeitsalltag recht routiniert ist, so ist es nie langweilig und es gibt immer etwas zu tun. Der Sommer hat wie erwartet einige Patienten aus ihrem Winterschlaf gerüttelt. Die Motivation vieler ist gestiegen und die Außenaktivitäten haben auch sehr zugenommen. Die Frage nach einem Cafésbesuch in der Stadt, werden mit einem wohlwollenden JA beantwortet von den Patienten. Den Wohnheimalltag verlassen, ist oft wie eine Befreiung für unsere Bewohner hier.

Seit Ostern arbeite ich im Tageszentrum unserer Einrichtung. Da habe ich mit der anderen Freiwilligen getauscht. Sie arbeitet seitdem im Wohnheim. Die Arbeit hier ist etwas anders als im Wohnheim. Da die Besucher im Tageszentrum wesentlich jünger sind als die Bewohner im Wohnheim, dachte ich, dass die Motivation und die körperlichen Fähigkeiten größer sind, aber da habe ich mich reichlich getäuscht.

Für die Besucher ist die reine Anwesenheit von den Mitarbeitern oft von größerer Bedeutung als ein reichhaltiges Aktivitätsangebot. Man kann auch hier nichts anderes machen als die Besucher jeden Tag aufs Neue zu fragen, ob sie nicht Lust auf einen Spaziergang, ein Bastelangebot oder sonstiges haben. Man sitzt viel und redet mit den Besuchern und hört ihnen zu.

Unser Tageszentrum öffnet täglich von 9.00 Uhr bis 15.00 Uhr. In dieser Zeit kann man Kaffee, Tee, Kuchen, belegte Brötchen, Saft, Brause, usw. kaufen und sich einfach im Café aufhalten. Von 13.30 Uhr bis 14.30 Uhr gibt es Mittagessen, wo die Besucher eine warme Mahlzeit kaufen können. Eigentlich sind alle unsere Besucher dort auf eine Weise psychisch krank, wobei auch hier der größte Teil eine Form von Wahrnehmungsstörungen (Schizophrenie) besitzt. Die Besucher der Tagesstätte wohnen überwiegend in den umliegenden Wohnungen. Diese Menschen sind zwar psychisch krank, können aber ein eigenständiges Leben in einer eigenen Wohnung führen. Viele haben allerdings Probleme mit der eigenen Körperhygiene und mit der Sauberhaltung der eigenen Wohnung. Manche haben ihr Leben gut im Griff und bei anderen ist es nur eine Frage der Zeit bis sie in ein Wohnheim einquartiert werden.

Auch die Besucher im Tageszentrum sind chronisch an Schizophrenie erkrankt. Es wird keine spezielle Art von Therapie angewandt, um einen Heilungsprozess einzuleiten. Kaum einer unser Tagesbesucher schafft es in einem normalen sozialen Umfeld zu leben. Wobei hier auch wieder gilt: "Was ist eigentlich normal?"

Ein Beispiel ist einer unserer Tagesbesucher. Er hat eine eigene Wohnung in einem Wohnkomplex bekommen etwas entfernt von unserer Einrichtung, wo ein gesundes soziales Umfeld vorzufinden ist. Mittlerweile ist er im Wohnheim seit zwei Wochen, da er, so sagt er selbst, vereinsamt ist, weil er keine Anbindung an Nachbarn bekommen hat. Er war dort völlig isoliert. Das Ziel wurde also verfehlt.

Ich arbeite weiterhin jeden Donnerstag im Wohnheim aus einem einfachen Grund. Ich war der einzige männliche Mitarbeiter dort und die andere Freiwillige, ist zurzeit die einzige weibliche Mitarbeiterin im Tageszentrum. Deshalb tauschen wir einmal wöchentlich unsere Arbeitsplätze. Es gibt bei beiden Arbeitsplätzen Bedarf für männliches wie auch weibliches Personal.

So viel zu dem anderen Arbeitsalltag, den ich im letzten halben Jahr noch kennen gelernt habe.

Nun soll ich, so will es der „Leitfaden zur Erstellung von ASF-Projektberichten“, mein Jahr in Alta abschließend reflektieren. Unternehmer würden das ganze wahrscheinlich dann „Jahresabschlussbilanz“ nennen.

Highlights meiner Zeit

-

Bei der Arbeit habe ich mein bestes Erlebnis vor etwa zwei Wochen gemacht. Ich habe einen Patienten endlich mit auf eine kleine Tour mitnehmen können. Dieser Patient ist an Angst und Schizophrenie

erkrankt. Ich habe ihn bestimmt zweimal wöchentlich gefragt, ob er nicht Lust hätte mal aus dem Wohnheim heraus zu kommen und einfach mal durch die Gegend zu fahren oder Besorgungen in der Stadt zu machen. Die ersten 10 Monate wurde meine Frage immer mit einem „Nein, ich habe keine Lust“ beantwortet. Lust hatte er schon, er hatte nur Angst die „sicheren Wände“ unseres Wohnheims zu verlassen. Doch dann hat dieser Patient vor zwei Wochen doch tatsächlich mit einem „JA“ geantwortet. Wir sind mit dem Auto einfach ins Grüne gefahren und der Patient hat diese Zeit so sehr genossen. Ich habe ihn danach noch mal mit heraus bekommen und morgen wollen wir eventuell neue T-Shirts kaufen, was alles andere übertreffen würde. Es hat also 10 Monate gedauert bis er ein solides Vertrauensverhältnis zu mir hatte. Aber man sagt ja, dass es oft mehrer Monate dauert, um zu jemandem Vertrauen aufzubauen, aber dieses Vertrauen kann innerhalb von Sekunden zerstört werden.

Mein zweites Highlight betrifft mich selbst noch mehr. Ich würde nämlich sagen, dass das Projekt „Integration-Torben-Janssen-Alta“ geglückt ist. Es ist einfach ein unglaubliches Erlebnis nicht nur akzeptiert zu werden, sondern auch das Gefühl zu haben „mittendrin statt nur dabei“ zu sein. Ich habe viele Menschen kennen gelernt und auch ein paar Freunden gewonnen. Wenn ich im Januar noch dem Ende der Zeit hier oben sehulich entgegengesehen habe, so muss doch jetzt einen traurigen Abschied nehmen. Ich habe mich einfach richtig gut hier eingelebt und würde gerne meine Zeit in Alta ein wenig verlängern.

Ich bin sehr dankbar dafür, dass ASF und meine Förderer mir dieses Jahr hier in Alta an der Grenze zum Nordpolarmeer ermöglicht haben und hoffe, dass auch noch viele andere junge Menschen diese Erfahrung machen dürfen.

Rückblick: ASF und mein Projekt

-

Mein Projekt ist eines der besten, die es unter den verschiedenen Projekten von ASF in Norwegen gibt. Das Mitarbeiterumfeld ist herrlich und die Arbeit ist angenehm, denn man muss nicht tun was man nicht tun will. Dieses Projekt hat seit meinem Dienstbeginn zwei Freiwillige und es wird sogar überlegt noch einen dritten Freiwilligen eines Tages aufzunehmen. Für unser Projekt ist es einfach billiger einen deutschen Freiwilligen zu beschäftigen, als einen norwegischen Zivildienstleistenden. Außerdem wird so jedes Jahr jungen Deutschen ermöglicht in die Finnmark zu kommen und ein einzigartiges Erlebnis zu machen. Ich würde meinen Freiwilligendienst hier in Alta bei Betania jederzeit wiederholen.

Meine Erwartungen in Bezug auf die Arbeit hier waren eigentlich andere. Ich hatte ein straffes Tagesprogramm erwartet, mit vielen Aktivitäten und reichlichem Freizeitangebot, dies ist allerdings nicht der Fall. Alles was im Freizeit- und Gestaltungsbereich geschehen soll, muss von einem selbst geplant und durchgeführt werden. Man war eben auf einmal völlig auf sich allein gestellt und musste für alles selbst die Verantwortung tragen. Wenn man Anfangs noch unsicher war und nicht so recht was auf die Beine gestellt bekommen hat, so ging es mit der Zeit immer besser.

Dennoch wäre es wünschenswert, wenn unsere Einrichtung eines Tages wieder eine so genannte „Aktivitätin“ einstellt, einfach um der Patienten und Besucher Willen.

Ein Freiwilligendienst mit ASF in meinem Projekt ist sinnvoll mit dem Hintergrund, dass mit einer Randgruppe (psychische kranke Menschen) gearbeitet wird und versucht wird diese zu integrieren bzw. die Isolation, in der diese Menschen leben, aufzubrechen, eben durch die eigene freiwillige Arbeit mit diesen.

Außerdem findet ein internationaler und interkultureller Austausch statt, der eine Brücke schlägt zwischen Ländern, Völkern und Kulturen.

Es gibt aber auch einen Punkt, der mich an ASF doch oft gestört hat oder irritiert hat. ASF sucht auf den Seminaren mit Freiwilligen immer wieder den Bezug zum 2. Weltkrieg, seiner Schrecken und der Wiedergutmachung und versucht damit irgendwie zu arbeiten. Doch dieser Hintergrund lässt weder bei meiner Arbeit noch mit den Menschen hier generell wieder finden oder anwenden.

Die Norweger können und wollen, die Schrecken die damals geschehen sind Geschichte sein lassen. Die Norweger setzten sich auch mit dem Krieg auseinander, was zahlreiche Museen und Denkmäler beweisen, aber, so ist mein Eindruck, wollen und müssen sie die Geschichte nicht länger verarbeiten, sondern wollen sie einfach auf sich beruhen lassen.

Uns, den Deutschen ist schon seit Jahrzehnten vergeben, was hier im 2. Weltkrieg passiert ist und ASF, so hat man den Eindruck, will immer noch sühnen und sucht immer noch um Vergebung. Deshalb hoffe ich, dass ASF bald die Auseinandersetzung mit dem 2. Weltkrieg und seiner Geschichte aus den Seminarprogrammen etwas herauskürzt, da der Bezug natürlich noch zu finden ist, die Auseinandersetzung damit in Norwegen, aber einfach nicht mehr erfolgen will.

Ausblick: neue Erwartungen und Ziele

-

Ich habe in diesem Jahr viel erlebt, viel gesehen, neue Erfahrungen gesammelt, viele nette Menschen kennen gelernt und mich besser kennen gelernt. Es ist einfach herrlich sich selbst neu zu erleben, wie man in einer neuen „Umwelt“ lebt und wie man sich dort verhält.

Ich habe natürlich zwangsläufig durch meine Arbeit viel über psychische Erkrankungen, deren Folgen und Symptome gelernt.

Ich habe gelernt Menschen ernst zu nehmen, egal wie unnormale sie sich verhalten oder in welcher Realität sie sich gerade befinden, denn jeder Mensch egal wie krank, wobei man auch fragen muss: „Wie wird eigentlich der Begriff krank definiert?“, hat es verdient ernst genommen zu werden.

Psychische Erkrankungen sind eigentlich das normalste was es gibt. Etwa 90 % aller Menschen haben in ihrem Leben einmal eine psychische Erkrankung, sei es eine kleine Depression, eine leichte Wahrnehmungsstörung oder psychosomatische Scherzen, das sind Schmerzen, die man fühlt, die aber keine organische Ursache haben, sonder durch die Psyche ausgelöst werden.

Dieses Jahr hier oben mit seiner dunklen und mit seiner hellen Zeit hat mich, so denke ich jedenfalls, sehr positiv verändert. Ich habe mein Durchhaltevermögen, meine Zielstrebigkeit, meinen Ehrgeiz, meine Selbständigkeit und meine eigene Standfestigkeit unter Beweis gestellt und zwar nicht irgendjemandem, sondern mir selbst. Diese Attribute will ich gerne für meinen weiteren Weg mitnehmen. Ich habe meine eigenen Grenzen erfahren und neue Fähigkeiten und Fertigkeiten an mir entdeckt. Ich würde also mal sagen, dass diese Zeit ein einzige große „Selbsterfahrungsreise“ war.

Das erfreuliche an einem traurigen Abschied ist, dass danach ein hoffnungsvoller Neubeginn wartet und das traurige an einem hoffnungsvollen Neubeginn ist, dass dem ein trauriger Abschied vorweg ging.

Für mich stehen hier jetzt noch zwei Wochen bevor, in denen ich mich von vielen Leuten verabschiede, schon mal langsam ans Packen denke, die Zeit mit den Patienten und Besuchern noch mal ausgiebig nutzen will, alles für mich persönlich noch einmal reflektiere und einfach Alta und seine Menschen noch mal auf mich wirken lasse.

Ab dem 01. September werde ich dann in Hannover zu finden sein, wo ich ein duales Studium bei Volkswagen beginnen werde.

Abschließend möchte ich meinen Dank an alle diejenigen richten, die mich in diesem Jahr unterstützt haben. Das waren meine Familie, meine Freunde, ASF, meine Förderer und meine MitarbeiterInnen und Freunde hier in Alta.

Viele Grüsse

Euer Torben

Wenn wir bedenken, dass wir alle verrückt sind, ist das Leben erklärt. “

- Mark Twain