

## Gedanken zur Selbsthilfeapp „PSIK – aktiv im Netz“

von Oliver Schreiter

Mein Name ist Oliver Schreiter, wohnhaft in Halle (Saale). Ich möchte Ihnen heute ein paar Zeilen zu meinem Corona-Projekt darlegen. Alles begann mit einem groben Konzept und dem Drang, etwas Sinnvolles und Produktives in dieser eher introvertierten Zeit zu tun. Ich nahm mir einen Stift, einen Block und skizzierte meine Idee. Als technikaffiner Mensch und mit dem guten Gefühl etwas für psychisch erkrankte Menschen und deren Angehörige zu tun, begann ich zu programmieren. Ich setzte mich an meinen PC und fing an, mit viel Liebe zum Detail und dem ehrgeizigen Ziel, eine App für Erkrankte und deren Angehörige zu entwickeln. Die Abkürzung „PSIK“ steht für „Psychosoziales Internet Kommunikations-Projekt“. Ein Ziel dieser Initiative ist, dass Bürger, die sich als „normal“ bezeichnen, in eine Welt eintauchen können, die sie so wahrscheinlich noch nicht kennengelernt haben - um Vorurteile abzubauen. Wichtig ist, dass ich das Thema nicht in eine unterhaltende Richtung lenken möchte. Ich bin mir nicht sicher, ob mir das so gelungen ist. Es tut mir auch leid, wenn ich jemanden enttäusche. Man kann es nicht jedem Recht machen – aber ich musste diesen alternativen Weg gehen.

Ich möchte, mit teilweise seltsamen Geschichten aus dem Leben und dem Umfeld von Erkrankten, die Öffentlichkeit über psychische Krankheit informieren, und versuche durch Aufklärung der Stigmatisierung entgegenzuwirken. Psychisch Kranke sind auch Menschen und möchten am Leben teilhaben. Ich bin davon überzeugt, dass man mit etwas Einsatz und Interesse viel für Menschen erreichen kann, die mit dem psychiatrischen Versorgungssystem zu tun hatten. Der überwiegende Teil des genannten Personenkreises ist nicht so wild, wie es auf den ersten Blick scheint, und die meisten sind aufrichtige Menschen, die ihr Leben auch meistern müssen.

Ich denke, dass ein Großteil der Bevölkerung schon direkt oder indirekt mit seelisch kranken und behinderten Menschen zu tun hatte. Ich möchte mit der App auf Positives und Negatives aus der Psychiatrie in Form von Audiomaterial berichten. Aktuell befindet sich die App in der Version 1.0.11 und wird kontinuierlich ausgebaut. Man kann auf vielfältige kreative Art und Weise einen Beitrag leisten.

Ich versuche mit dieser App, etwas an dem negativen Bild in den Köpfen von Bürgerinnen und Bürgern unseres Landes zu ändern. Die App soll aber zugleich auch Hilfe, Stütze und eine Sache sein, an der sich Angehörige und Kranke sowie psychiatrisch Tätige beteiligen.

Meiner Meinung nach hat die App, die ich übrigens als Gemeinschaftsprojekt betrachte, viel mehr Potential als man es auf den ersten Blick wahrnimmt. Anzumerken ist auch, dass ich gern bereit bin, in meiner Freizeit ehrenamtlich das Projekt weiterzuentwickeln. Ich muss noch erwähnen: So ganz allein und ohne Hilfe von Menschen, die sich mit einbringen, macht mir das Ganze keinen Spaß.

Mir ist klar, dass das Ganze kein heiteres Thema ist. Deshalb auch das etwas traurig erscheinende Logo. Ich habe mich bemüht, etwas Farbe in Form von kreativen Werken, die psychisch Kranke oder deren Angehörige in zum Teil einsamen Stunden geschaffen haben, in die App zu integrieren. Ich bin auch bemüht, Meinungen und verschiedene Sichtweisen in die App einzubauen. Man kann viel aus den Erfahrungen und aus den Fehlern anderer lernen.

Ich habe die App „PSIK – aktiv im Netz“ auch entwickelt, um gemeinschaftlich einen kleinen Schritt oder vielleicht auch mehrere in die Richtung „würdevolleres Leben“ für die Menschen, die unsere Hilfe brauchen, zu gehen. Auch wenn diese Hilfe nur phasenweise benötigt wird. Sehen Sie nicht weg, gerade jetzt in diesen schweren Zeiten. Es gibt immer Menschen, die helfen und unterstützen möchten und den Personenkreis, der sich entspannt zurück lehnt. Ich frage Sie an dieser Stelle, welcher der beiden Parteien möchten Sie sein? Ich will Sie nicht in eine Ecke zwängen. Ich möchte einfach nur, dass Sie einmal darüber nachdenken: Das es Menschen gibt, die engagiert und ehrenwert handeln und solche, die nur konsumieren und sich die Sache ganz schön einfach machen. Das ist ein Phänomen, dass sich durch die gesamte Gesellschaft zieht.

Es wird heutzutage soviel über Selbsthilfe und Inklusion geredet und meines Erachtens zu wenig getan. Sie tun schon viel Gutes, wenn Sie das Thema psychische Krankheiten in das öffentliche Gespräch tragen und in Ihrem Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis offen darüber reden und die ganze Problematik nicht totschweigen.

Ich möchte Sie an dieser Stelle bitten, sich die App aus dem Google „PlayStore“ zu installieren und wenn Sie wollen, geben Sie ein Feedback. Ich habe diesen Beitrag mit voller Absicht etwas provokativ formuliert, um eine Reaktion bei Ihnen hervorzurufen. Ich erwarte weder, dass Sie sich einbringen, noch dass Sie die Sache unterstützen.

Weitere Informationen und Begleitmaterial finden Sie unter: <https://psik-app.net>