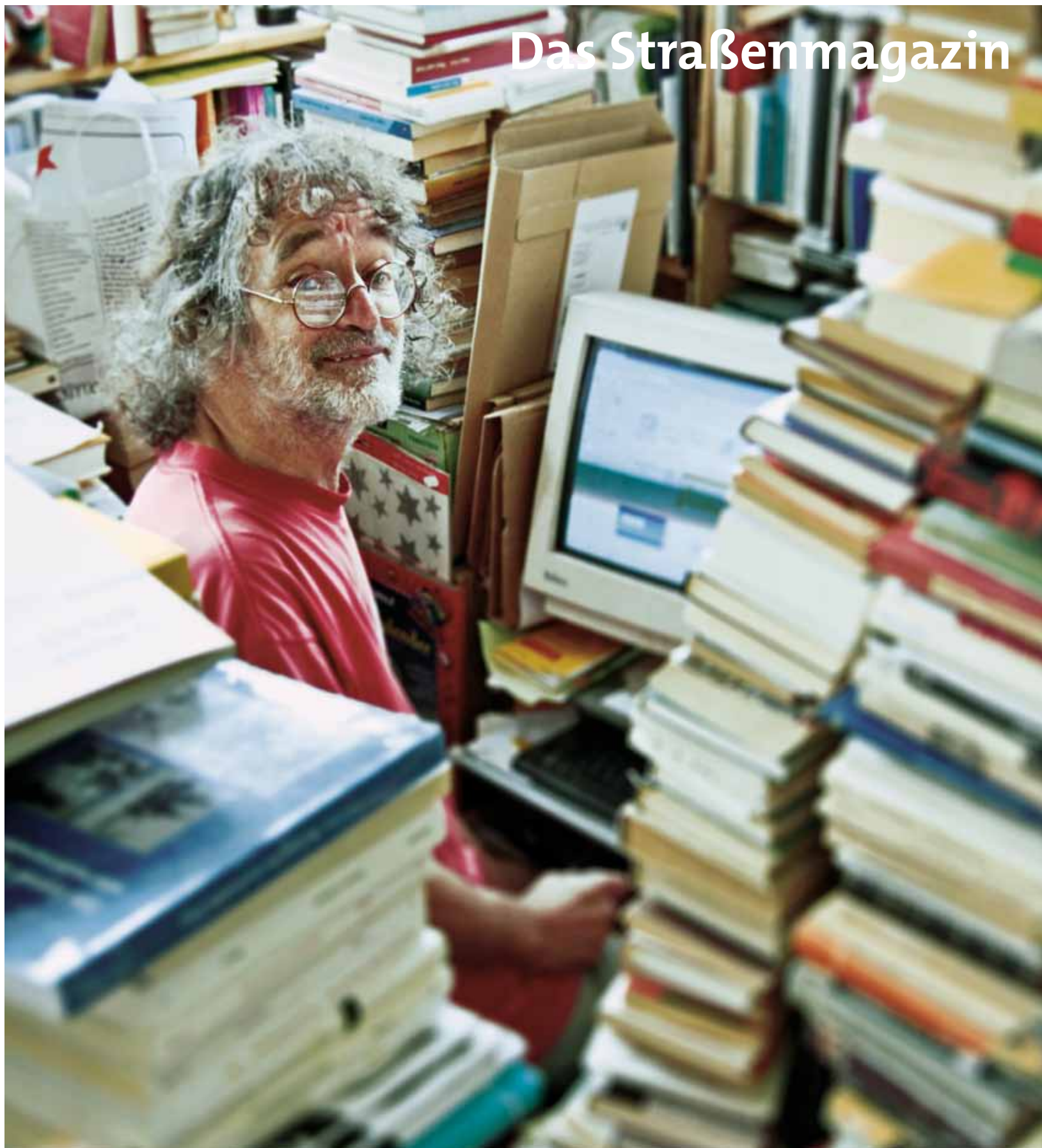


1.80 Euro

November 2011 | 90 Cent für den Verkäufer

bodo

Das Straßenmagazin



- 14** | Aus den Bücherschluchten | Das Antiquariat Ubu
- 08** | Das ewige Eden | Bochums unabreißbare Hotelruine
- 28** | Im Schatten der Stille | Kinder und Depression
- 21** | 21 Verlosungen | z.B. Wise Guys – »Wunschtour«, Jahrhunderthalle Bochum





Liebe Leserinnen und Leser,

herzlich willkommen zu unserer November-Ausgabe, die diesmal einen ausgesprochenen Bochum-Schwerpunkt hat. Das freut uns, denn die Themen aus dem größeren und lauterem Dortmund, das ja auch Sitz des Vereins und der Redaktion ist, sind allzu oft dominant, auch hier im Straßenmagazin.

In diesem Monat haben wir mit dem Theater Rottstr5, der benachbarten ewigen Ruine des Hotels Eden und dem wirklich unglaublichen Antiquariat Ubu gleich drei große Bochumer Geschichten im Heft.

Apropos Antiquariat: Jetzt, wo mit der dunklen Jahreszeit auch die Leselust wieder steigt, muss ich mal ein bisschen Werbung machen für unser Buch-Projekt, das sich sehr gut entwickelt. Mit inzwischen zwei Auszubildenden, Vermittlungserfolgen in Ausbildung und Arbeitsmarkt (Alles Gute, Lothar!) und einem immer besseren Angebot sind wir auf dem richtigen Weg.

Durch Ihre Buchspenden und Ihre Buchkäufe bei uns am Hafen sowie online sind wir in der Lage, Menschen eine Perspektive zu geben, auch ohne große Fördermittel in Anspruch zu nehmen. Unser Ziel, einen möglichst großen Teil unserer Kosten in den Projekten selbst zu erwirtschaften, trägt auch zum individuellen Erfolg unserer Arbeit bei. Wer weiß, dass er gebraucht wird und aktiv am Fortbestand unseres Vereins mitarbeitet, ist motivierter und besser vorbereitet auf den ersten Arbeitsmarkt.

Natürlich sind wir als gemeinnütziger Träger mit einem solchen Konzept auf Unterstützung angewiesen. Wir sind stolz auf den geringen Spendenanteil an unserer Finanzierung, trotzdem sind Geld- und Sachspenden weiterhin eine Bedingung für den Fortbestand unserer Arbeit.

Wir freuen uns aber auch, wenn Sie uns und unsere „Produkte“ empfehlen. Verschenken Sie doch einen unserer Buchgutscheine oder ein bodo-Förderabo oder werben Sie für Ihr Unternehmen im Straßenmagazin.

Wenn Sie Menschen treffen, die betteln müssen oder die Flaschen sammeln, erzählen Sie ihnen von unserem Angebot: Jeder Bedürftige, der zu uns kommt, erhält einen Verkaufsplatz, einen Verkäuferausweis und 10 bodos als Geschenk – 18 Euro für einen Neuanfang.

Diese Empfehlung gilt übrigens auch für die Menschen, die mit Straßenzeitungsimitaten immer mehr zum Problem für unsere Arbeit werden. Um Sanktionen durch die Ordnungsämter zu entgehen – das Ansprechen von Passanten um Geld gilt als aggressives Betteln – „tarnen“ sich immer mehr Bettlergruppen mit falschen Straßenzeitungen. Sogar kopierten bodo-Titelseiten sind wir schon begegnet.

Bitte kaufen Sie Ihre bodo nur, wenn sie aussieht wie dieses Magazin und nur bei einem Verkäufer oder einer Verkäuferin mit bodo-Verkäuferausweis. Vielen Dank!

Wenn Sie mehr über unsere Arbeit „zwischen zwei Zeitungen“ erfahren wollen, besuchen Sie uns auf unserer Internetseite www.bodoev.de oder bei www.facebook.com/bodoev.

Viele Grüße von bodo,
Bastian Pütter – redaktion@bodoev.de



IMPRESSUM

Herausgeber und Verleger:

bodo e.V.
Mallinckrodtstraße 270 | 44147 Dortmund

Postanschrift:

Postfach 100543 | 44005 Dortmund

Redaktionsleitung und V.i.S.d.P.:

Bastian Pütter | redaktion@bodoev.de
0231 – 98 22 98 18 | Fax 88 22 527

Redaktionsanschrift:

Mallinckrodtstraße 270 | 44147 Dortmund

Veranstaltungskalender:

Benedikt von Randow (*bvr*) | info@bodoev.de
engel und agenten | info@bodoev.de

Layout und Produktion:

Andre Noll | Büro für Kommunikationsdesign
0231 – 106 38 31 | info@lookatnoll.de

Anzeigenleitung:

Bastian Pütter | redaktion@bodoev.de
0231 – 98 22 98 18 | Fax 88 22 527

Autoren:

Bianka Boyke (*bb*), Volker Dornemann (*vd*),
Peter Erik Hillenbach (*perik*), Hanno Jentzsch,
Wolfgang Kienast (*wk*), Maik, Nina Mühlmann
(*nm*), Marcus Preis (*mp*), Bastian Pütter (*bp*),
Benedikt von Randow (*bvr*), Rosi, Dr. Birgit
Rumpel (*biru*), Sebastian Sellhorst (*sese*),
Street News Service

Fotos: Claudia Siekarski (S.2,3,4,5,7,10,12,13,
14,15,29,34,35,37,38), Markus Gierse (S.7) Birte
Burgänger (S.18), pixelio.de (S.18), Bianka
Boyke (S.2,28) Thomas Bocian (S.9), Street
News Service (S.11), Pressestelle Bochum (S.8)

Titelbild:

Claudia Siekarski

Zeichnungen und Cartoon:

Volker Dornemann
Druck: Gebr. Lensing GmbH & Co. KG.

Auflage | Erscheinungsweise:

11.000 Exemplare
Bochum, Dortmund und Umgebung

Redaktions- und Anzeigenschluss:

für die Dezember-Ausgabe 10.11.2011

Anzeigen:

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 7
gültig ab 01.03.2009

Vertriebe:

Mallinckrodtstraße 274 | 44135 Dortmund
0231 – 98 22 97 96
Stühmeyerstraße 33 | 44787 Bochum

Der Abdruck von Veranstaltungshinweisen ist kostenfrei, aber ohne Gewähr. Für unaufgefordert eingesandte Fotos oder Manuskripte wird keine Haftung übernommen. Das Recht auf Kürzung bleibt vorbehalten. Abdruck und Vervielfältigung von redaktionellen Beiträgen und Anzeigen bedürfen der ausdrücklichen Genehmigung der Redaktion. Leserbriefe und namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

BODO E.V. – SO ERREICHEN SIE UNS

Vereinsitz:

Mallinckrodtstraße 270 | 44147 Dortmund

Post: Postfach 10 05 43 | 44005 Dortmund

Internet:

www.bodoev.de | www.facebook.com/bodoev

Vorstand:

Nicole Hölter | Brunhilde Dörscheln |
Andre Noll | vorstand@bodoev.de

Geschäftsleitung | Verwaltung:

Tanja Walter | verein@bodoev.de
0231 – 98 22 97 96 | Fax 88 22 527

Redaktion | Öffentlichkeitsarbeit:

Bastian Pütter | redaktion@bodoev.de
0231 – 98 22 98 18 | Fax 88 22 527

Transporte | Haushaltsauflösungen:

Michael Tipp | transport@bodoev.de
0231 – 88 22 825 | Fax 88 22 527

bodos Bücher online:

Gordon Smith | 0231 – 88 22 833

bodos Bücher | Modernes Antiquariat:

Mallinckrodtstraße 270 | 44147 Dortmund
Mo. – Fr. 11 – 18 Uhr

Second-Hand-Laden Dortmund:

Brunhilde Dörscheln | troedel@bodoev.de
0231 – 98 22 97 96

Mallinckrodtstraße 274 | 44147 Dortmund

Di. – Do. 10 – 17 Uhr

Verkäufercafé Dortmund:

Mallinckrodtstraße 274 | 44147 Dortmund
Mo. u. Fr. 10 – 13 Uhr | Di. – Do. 11 – 18 Uhr

Anlaufstelle Bochum:

Stühmeyerstraße 33 | 44787 Bochum
Mo., Mi. und Fr. von 14 – 17 Uhr

Di. und Do. von 10 – 13 Uhr

Spendenkonto:

Stadtparkasse Dortmund
BLZ: 440 501 99, Kto. 104 83 76
Sparkasse Bochum
BLZ: 430 500 01, Kto. 10 406 254

»Kinder müssen aus dem Schatten treten«

Psychologin Michaela Pavelka im Interview über Depression

Arbeitsüberlastung, Versagensängste in der Schule oder die Pflege von Angehörigen: Viele Menschen sind heutzutage mit ihrem Alltag überfordert. Die Folge kann eine völlige psychische und körperliche Erschöpfung (Burn-out-Syndrom) sein, verbunden mit der Entwicklung einer Depression. bodo-Redakteurin Bianka Boyke sprach mit der Diplom-Psychologin Michaela Pavelka (46) aus Oberhausen über die schwere Krankheit und wie sie sich auf Kinder auswirkt. Außerdem verrät Pavelka, was ihr neuester Roman „Im Schatten der Stille“ mit all dem zu tun hat.

bodo Frau Pavelka, Sie beschäftigen sich täglich mit Menschen, die an Depressionen leiden. Können Sie die Symptome mal mit einfachen Worten beschreiben?

MP Gerne. Zu den Beschwerden gehören anhaltende Niedergeschlagenheit, Antriebsminderung und der Verlust von Freude. Die Betroffenen beklagen, dass sie häufig müde sind. Fast immer bestehen Konzentrationsstörungen und eine reduzierte Fähigkeit, sich Dinge zu merken. Häufig haben die Betroffenen Schuldgefühle, eine negative Sicht der eigenen Person, der Umwelt und der Zukunft.

bodo Es gibt organische und psychische Gründe für eine Depression. Können Sie bitte psychische Gründe nennen?

MP Oft entwickeln sich Depressionen auch bei Konflikten in der Partnerschaft, bei Trennungen sowie als Folge von Todesfällen. Arbeitslosigkeit und Mobbing am Arbeitsplatz sind seit einigen Jahren ebenso bedeutsame Auslöser. Anhaltende Überlastung durch Arbeit, Haushalt und Erziehung der Kinder kann in eine depressive Entwicklung münden. Hinzu kommen oft ja auch noch die alltäglichen Probleme.

bodo Was ist mit nicht aufgearbeiteten Erinnerungen?

MP Natürlich, die gibt es auch. Depressionen entwickeln sich auch als Folge schädlicher Kindheitserfahrungen – bei Vernachlässigung, Gewalt oder sexuellem Missbrauch. Depressionen werden ebenfalls begünstigt, wenn die Eltern selbst depressiv und zu streng sind, das Kind seine Bedürfnisse und vitalen Impulse ständig unterdrücken muss. Auch eine sehr pessimis-

tische Weltsicht der Eltern bleibt für das Kind nicht ohne Folgen.

bodo Können Sie kurz erklären, wie Sie den Betroffenen helfen?

MP Im Gespräch mit dem Patienten werden Ursachen abgeklärt, Konflikte bearbeitet und Lösungen gesucht. Einstellungen und Gedanken, die eine depressive Stimmung fördern, werden differenziert und hinterfragt. Das Selbstwertgefühl wird stabilisiert. Vorhandene, aber nicht genutzte Fertigkeiten werden aktiviert, sodass man sich wieder als aktiv und kompetent erleben kann. Es kommt auch vor, dass ein Mensch allein schon deswegen Erleichterung verspürt, weil er in der Psychotherapie überhaupt zum ersten Mal über seine Probleme spricht.

bodo Und wie ist es mit depressiven Kindern?

MP Natürlich gibt es auch depressive Kinder. Und Jugendliche. Wenn ein Kind sich häufig zurückzieht, lustlos ist, nicht mehr gerne nach draußen geht, seine sozialen Kontakte vernachlässigt, sich nicht mehr mitteilt, dann sollte man eine depressive Verstimmung in Erwägung ziehen. Bei Jungen, mehr als bei Mädchen, kann auch zunehmendes aggressives Verhalten einen Hinweis darstellen. Auf jeden Fall sollte man aufmerksam werden, wenn ein Kind sich plötzlich so ganz anders verhält, als man es kennt. Dies muss nicht sofort ein Hinweis auf eine vollständige Depression sein, aber es ist sehr wahrscheinlich, dass das Kind einen Kummer hat, mit dem es nicht mehr alleine zurechtkommt.

bodo Was können Eltern oder andere Bezugspersonen dann tun?

MP Sie sollten einfühlsam das Gespräch zu ihren Kindern suchen, ihnen Beachtung schenken, auf sie eingehen und bei Bedarf fachliche Hilfe in Anspruch nehmen. Es gibt besonders ausgebildete Kinder- und Jugendtherapeuten.

bodo Wenn hingegen Eltern unter Depressionen leiden, trifft das vor allem auch die kleinen Kinder. Oft fühlen sie sich sogar schuldig. Warum?

MP Kinder suchen immer auch bei sich selbst und fragen sich, ob sie etwas falsch gemacht haben. Wenn Eltern psychisch erkrankt sind, brauchen immer auch die Kinder Unterstützung. Depressive



Eltern können sich nicht wirklich auf die Bedürfnisse ihrer Kinder einstellen oder angemessen emotional auf ihre Kinder reagieren. Das hat ganz einfach mit der Depression zu tun. Häufig haben solche Kinder später ebenfalls emotionale Probleme oder Schwierigkeiten in Beziehungen. So kann es z.B. sein, dass ein Kind schon früh beginnt, sich selbst zurückzunehmen und sich um die Eltern zu kümmern. Es lernt im Übermaß, hauptsächlich auf den anderen einzugehen, was sich in späteren Beziehungen widerspiegelt.

bodo Wie kann man diesen Kindern helfen?

MP Betroffene Eltern und deren Kinder müssen aus dem Schatten treten, d.h. das Schweigen, die Stille, das Vertuschen muss überwunden werden. Hier ist ein offenes Umgehen mit den Problemen ganz entscheidend, damit sowohl den Eltern als auch den Kindern geholfen werden kann.

bodo Können Bücher zum Thema da ein guter Einstieg sein, um dem Kind die Situation näherzubringen?

MP Ich denke, ja. Sie können als Medium benutzt werden, um mit Kindern und Jugendlichen über solche Themen ins Gespräch zu kommen.

bodo Gibt es denn ein Mindestalter, das Kinder haben sollten, wenn ich sie mit so einem ernsten Thema konfrontiere?

MP Eigentlich nein. Es hängt davon ab, wie man das Thema anspricht. Auf jeden Fall sollte aber schon eine gewisse Verständnisleistung beim Kind vorhanden sein. Der Inhalt eines solchen Buches muss natürlich altersgemäß sein und damit der Lebenserfahrung des Kindes entsprechen. Wenn es z.B. um ein Kleinkind geht, dessen Mutter depressiv ist, so kann ein einfühlsames, kindgerechtes Buch dem Kind helfen, die Geschehnisse in der Familie besser zu verstehen und sie zu benennen.

bodo Sie schreiben auch Bücher zum Thema. Aktuell steht „Im Schatten der Stille“ in den Buchhandlungen. Der Roman ist sehr vielschichtig. Können Sie ihn dennoch kurz skizzieren?

MP „Im Schatten der Stille“ beschreibt das Erleben und Verhalten eines Familienvaters, der im Krieg traumatisiert worden ist und dessen depressive Stimmung und aggressive Verhaltensweisen für seine beiden Kinder unerklärlich bleiben. Oft sitzt er im Wohnzimmer, reglos und hört immer wieder dieselbe traurige Schallplatte. Es entsteht eine sehr beklemmende Stimmung in der Familie. Man spricht nicht miteinander. Jeder ist sich selbst überlassen.





bodo Wie gehen die Geschwister damit um?

MP Sie versuchen, dieser Atmosphäre zu entfliehen. Sie verbringen ihre Nachmittage mit anderen Jugendlichen in ihrem Versteck am Bahndamm. Doch Zuhause spüren sie den unaussprechlichen Schmerz der Eltern, und es entsteht eine Stille, in der alle einsam sind.

bodo Sie erzählen die Geschichte aus der Sicht der zunächst vierzehnjährigen Claudia. Die gewöhnt sich irgendwann an das Schweigen in ihrer Familie und geht eine heimliche Beziehung zu ihrem Lehrer ein.

MP Schweigen innerhalb der Familie kann gefährlich sein, weil man dann auch nicht mehr mitbekommt, was die Kinder beschäftigt und ob sie irgendwelchen Gefahren ausgesetzt sind. Auch, wenn man seinen Kindern beibringt, über gewisse Dinge nicht sprechen zu dürfen. Kinder übertragen dies oft auf andere Erwachsene und lassen sich dann auch von ihnen zum Schweigen bringen. In meinem Roman entgeht Claudias Klassenlehrer die Traurigkeit des jungen Mädchens nicht. Und er lässt sich einiges einfallen, um Claudia an sich zu binden. Zwiespältig, ängstlich und neugierig geht sie eine heimliche Beziehung zu ihm ein.

bodo Und dann kommt ein großer Zeitsprung.

MP Viele Jahre später ist Claudia Krankenschwester und selbst Mutter einer Tochter. Ihr Bruder Tim arbeitet als Arzt in demselben Krankenhaus. Rückblickend erkennt sie, welchen Einfluss vergangene Erlebnisse auf die Gegenwart haben. Besonders durch die Begegnung mit einem alten Patienten wird ihr dies bewusst. Es sind die Gespräche mit ihm, die ihr helfen, ihren Vater in einem anderen Licht zu sehen. Sie begreift, dass er nicht einfach ein launischer und aggressiver Mann war, sondern dass er noch immer unter seinen Kriegserfahrungen gelitten hat. Nachdem sie viele Jahre zuvor die Beziehung zu ihm abgebrochen hatte, denkt sie nun zum ersten Mal darüber nach, den Kontakt zu ihm wieder aufzunehmen.

bodo Berichten Sie in „Im Schatten der Stille“ von wahren Begebenheiten?

MP Nein. Alle geschilderten Personen sind frei erfunden.

bodo Vielen Dank für das Gespräch.

MP Ich danke auch. Es hat mich gefreut.

INFO www.michaela-pavelka.de

Bücher über Depression

Lesen, um das Schweigen zu brechen

Bilderbuch

Bereits für Kinder ab zwei Jahren geeignet ist das Bilderbuch „Warum ist Mama traurig?“ Einfache, farbenfrohe Bilder erzählen von Lämmchen Lilli, dessen Mama eines Tages nur noch müde ist. Mit wenigen Worten schafft es die Autorin, die Krankheit zu schildern: So spielt Lilli zunächst mit ihrem besten Freund Paul, hört Gutenachtgeschichten von ihrer Mama und alles ist gut.

Wie passend: die Sonne scheint. Doch dann ist Mama plötzlich ganz anders und Regenwolken ziehen auf. Gutenachtgeschichten gibt es nicht mehr und Lilli fragt sich, was sie falsch gemacht hat. Lilli bleibt lieber bei ihr, um aufzupassen; lässt Paul stehen. Zum Glück ist der nicht beleidigt, sondern holt Hilfe. So zeigt sich die Sonne hinter den dicken schwarzen Wolken wieder, und nach dem Besuch beim Arzt wird alles langsam besser. „Du bist nicht schuld“, „Kapsle dich nicht ab“, „Hol Hilfe“, „Du bist nicht allein“, „Alles wird wieder gut“ – was Kinder über Depressionen unbedingt wissen müssen, wird hier einfach thematisiert und bildlich veranschaulicht. Der Ratgeberteil am Ende rundet das Buch wunderbar ab.

Kinderbücher

Um den Verlust eines geliebten Menschen geht es im Roman „Anni“. Seit Annis Mutter bei einem Unfall ums Leben kam, schweigt ihre Schwester, Bruder Collin schlägt nur noch auf sein Schlagzeug ein und ihr Vater sitzt den ganzen Tag vor dem Fernseher. Glücklicherweise sind da aber noch die liebevollen Großeltern und Tanten, die verständnisvolle Lehrerin und Annis beste Freundin Orla, die immer zu ihr halten. Der Autor beschreibt Annis Probleme, mit denen sie in Familie und Schule zu kämpfen hat, sehr sensibel. Und er zeigt, dass das Leben nach dem Tod eines lieben Menschen wieder schön werden kann. Das gibt Hoffnung, die vor allem für Kinder wichtig ist.

„Die Füchse von Andorra“ führt seine Leser ganz behutsam an das Thema heran und zeigt am Ende eindrucksvoll, dass beim Thema Depression nur Reden hilft – in diesem Fall sogar vielleicht zu einer wunderbaren Freundschaft führt.

Bei Sophies Familie ist immer etwas los. Kein Wunder: Die Zehnjährige ist ein Vierling. Trotzdem fühlt sie sich auch mal alleine, denn die Geschwister sind grundverschieden. Sophie träumt von einer Freundschaft mit Alice, doch deren Leben ist vollkommen anders als ihr eigenes. Alice ist ein Einzelkind, und ihre Eltern haben viel Geld. Sie scheint Sophie nicht zu beachten. Zudem ist Sophies Mutter manchmal seltsam traurig. Erst als sie in eine Klinik kommt, geht es ihr etwas besser. Das ist doppelt gut: Alice' Vater hat nämlich genau dieselbe Krankheit, und nach einigen Missverständnissen nähern sich Alice und Sophie einander an.

Für Erwachsene und Jugendliche

Im Roman „Im Schatten der Stille“ beschreibt Psychologin Michaela Pavelka (siehe auch Interview Seite 28 – 30) das Leben der zunächst vierzehnjährigen Claudia. Ihr Vater wurde im Krieg traumatisiert und verbringt seine Tage jetzt meist allein im Wohnzimmer. Seine Kinder verscheucht er mit seinem aggressiven Verhalten. Erklärungen gibt es keine. Man spricht nicht miteinander. Jeder ist sich selbst überlassen. Claudias Klassenlehrer entgeht die Traurigkeit seiner Schülerin nicht, und er lässt sich einiges einfallen, um das Mädchen an sich zu binden. Zwiespältig, ängstlich und neugierig geht sie eine heimliche Beziehung zu ihm ein. Zeitsprung: Viele Jahre später ist Claudia Krankenschwester und selbst Mutter einer Tochter. Rückblickend erkennt sie, welchen Einfluss vergangene Erlebnisse auf die Gegenwart haben. Dabei hilft ihr die Begegnung mit einem alten Patienten besonders. Pavelkas Roman erzählt aus dem wahren Leben und weckt tiefe Gefühle – lässt weinen und lachen.