

Gemeindemitglieder MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN begleiten



In Krankheitszeiten brauchen wir Trost, Begleitung oder auch praktische Hilfe. Während sich gesunde Gemeindemitglieder in körperliche Erkrankungen noch einigermaßen einfühlen können, ist dies bei psychischen Erkrankungen bedeutend schwieriger. Insbesondere Krankenbesuche in der Psychiatrie lösen Ängste aus. Auf diesem fremden Terrain ist wenig einschätzbar, was einem dort begegnet.

Worum geht es? Psychische Erkrankungen sind – wie körperliche – im Diagnosekatalog in ihrer spezifischen Symptomatik beschrieben. Es geht um definierbare Symptome, die bei Gesunden häufig Unverständnis, Angst oder Ärger auslösen. Man kann damit nicht umgehen und distanziert sich.

Am häufigsten ist mit folgenden Erkrankungen zu rechnen: Ängste, Depressionen, Essstörungen (Anorexie oder Bulimie), Persönlichkeitsstörungen (Borderline oder Narzissmus), Suchtentwicklungen (Cannabis, Alkohol, Internet- oder Spielsucht), gelegentlich auch schizophrene Erkrankungen.

Was ich mir für psychisch kranke Gemeindemitglieder wünsche: Eine psychische Krankheit sollte ernst genommen werden – wie eine körperliche Krankheit auch. Es macht keinen Sinn, Kranken ihre Symptomatik vorzuwerfen. Einen Menschen mit einem gebrochenen Bein würde man nicht tadeln, weil er nicht laufen kann. So kann man auch einen Angstpatienten nicht tadeln, wenn er Angst hat. Man kann aber erwarten, dass er daran arbeitet und andere nicht mit Stimmungen belastet, die er selbst bewältigen kann.

Genau hier liegt eine große Schwierigkeit. Es gilt zu differenzieren, wo Unterstützung benötigt wird und wo nicht. Hierzu braucht es gute und sachgerechte Information. Im Internet wird man mit dem ICD- Code (https://www.icd-code.de/icd/code/ICD-10-GM.html) oder dem korrekten medizinischen Begriff fündig. Gut gemeinte Ratschläge sind in der Regel fehl am Platz.

Die meisten psychischen Erkrankungen brauchen einen geschützten Rahmen. Deshalb kann es sinnvoll sein, einem psychisch kranken Gemeindemitglied einen oder mehrere Ansprechpartner zuzuordnen – Menschen, die bereit sind, sich zu informieren und sich vorurteilsfrei auf Augenhöhe einzufühlen. Für Wünsche und Bedürfnisse sind dann diese Personen zuständig und die anderen nicht. Das entlastet die anderen Gemeindeglieder.

Aber Vorsicht: Nur wer sich im Bedarfsfall abgrenzen kann – und darf! –, kann sich auch mit ganzem Herzen engagieren. Deshalb sollte sehr klar abgesprochen werden, was der Patient braucht und was die anderen bereit sind zu leisten. Bei mehreren Fällen dieser Art innerhalb einer Gemeinde kann auch ein eigener Hauskreis sinnvoll sein. Diese Vertrauenspersonen sind wichtige Unterstützer im therapeutischen Netzwerk, ersetzen aber keine fachliche Behandlung. Im Idealfall unterstützen sie diese und wirken darauf hin, dass sie genutzt wird, insbesondere in Krisen.

Und nicht zuletzt: Niemand will nur geben oder nur empfangen. Alle kranken Menschen haben auch gesunde Kompetenzen. Deshalb sollten psychisch Erkrankte auch immer in den normalen Gemeindeablauf eingebunden werden und Aufgaben übernehmen.

Dr. med. Eva Sperber,
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Ludwigshafen