



## Begleitung psychisch kranker Menschen in der Gemeinde

### Was heißt psychisch krank?

Wenn Menschen an einer psychischen Störung leiden, geben sie anderen vielfach Rätsel auf. Ihr Verhalten ist zunächst nicht nachvollziehbar und irritiert. Solche Menschen haben es in unseren Gemeinden zuweilen schwer. Eben weil uns ihr Verhalten so fremd vorkommt. So, wie wenn sie die Kontrolle über sich nicht mehr besitzen, als ob etwas anderes, vielleicht „dunkles“ sie kontrollieren könnte. Spätestens jetzt legt sich für manche der Verdacht nahe, Dämonen hätten über sie die Herrschaft ergriffen. Doch Vorsicht! Bei allem, zu was der Böse fähig sein kann, sollte man keine voreiligen Schlüsse ziehen. Vieles dieses rätselhaften Verhaltens geht auf das Konto psychischer Störungen mit Stoffwechselveränderungen im Gehirn. Diese kann man in der Regel diagnostizieren und für viele dieser Störungen gibt es – Gott sei gedankt – hilfreiche Therapien und Medikamente aus den Möglichkeiten der Schöpfung Gottes.

Im Sinne klassischer Beschreibungen von psychischen Störungen kann man u.a. zwischen neurotischen und psychotischen Störungen unterscheiden. Diese Begrifflichkeit wurde zwar durch eine moderne, streng beschreibende und sehr differenzierende Darstellung psychischer Leiden abgelöst, doch für eine erste Unterscheidung hilft diese klassische Begrifflichkeit. Unter einer neurotischen Störung kann man verschiedene Ängste, Zwänge, Sexualstörungen, depressive Verstimmungen, Beziehungsstörungen usw. fassen. Betroffene verzerren dabei die Wirklichkeit, verlieren sie aber nicht; sie sind sich ihrer Störung bewusst. Diese Störungen werden meist durch psychische Konfliktlagen und oft zusätzlich auch durch genetische Einflüsse verursacht und sind psychotherapeutischen Behandlungsansätzen relativ gut zugänglich. Auch begleitende Seelsorge vermag Betroffenen qualifiziert beizustehen, und durch christliche Lebensberatung findet mancher davon Strategien zur Bewältigung im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe. Ein stark verkürztes Beispiel: Immer wieder hörte die 10-jährige Maren von ihrer Liebblingstante, dass sie einst einen lieben Ehemann finden wird.

Aber ganz wichtig sei es, die Wohnung sauber zu halten, damit ihr Mann sie auch immer lieb haben könne. Nun hat Maren einen lieben Mann geheiratet und beide erlebten gute Jahre. Als jedoch einige Spannungen auftraten, begann Maren unwillkürlich, im Haushalt mehr zu ordnen und zu putzen. Aber die Konflikte gingen nicht weg. Im Gegenteil! Die Reinlichkeit und das übertriebene Putzen provozierten den Ehemann noch mehr und die Konflikte eskalierten. Maren erkannte zunächst nicht, dass ihr Verhalten u.a. auch mit fest geprägten Überzeugungen aus ihrer Kindheit und Jugendzeit zu tun haben könnte. Erst nachdem die Ängste weniger wurden, war Maren in der Lage, die Zusammenhänge zu erfassen und zusammen mit ihrem Mann neue Wege der Konfliktlösung zu finden.

Zu den psychotischen Störungen kann man u.a. folgende psychischen Erkrankungen zählen: Schizophrenie und organische Psychosen. Auch schwere Depressionen und die bipolare Störung (manisch-depressive Störung) können mit psychotischen Merkmalen einhergehen, ohne dass es sich hier um Psychosen handelt. Häufig zeigen sich in solchen Situationen der Verlust der Realität, Wahnsymptome und/oder Halluzinationen (Stimmen hören, Gegenstände sehen, die andere nicht wahrnehmen usw.), Störungen des formalen Denkens (z.B. neue Wortkreationen) und des Affektes (Gefühlsleben). Ursachen können körperlich und seelisch bedingt sein. Viele dieser Störungen treten schon im Jugendalter auf und müssen psychiatrisch (z.B. mit Medikamenten) behandelt werden. Seelsorgerlich und durch Beratung kann man eher begleitend beistehen. Durch Medikamente können diese Erkrankungen wesentlich gebessert und die oft monatelange Krankheitsdauer deutlich verkürzt werden.

Beispiel für eine psychotische Störung: Angenommen, Maren würde unter einer solchen psychotischen Störung leiden, könnten sich in einer akuten Episode folgendes Verhalten zeigen: Maren erzählt ihrer Freundin, dass sie ein Staubsauger sei, der den ganzen Tag die „Staubwischkreidepartikel“ in sich aufsaugen muss. Es sei die Nachbarin, eine alte böse Dame, die diese durch das Schlüsselloch in die Wohnung blase. Außerdem hätte ihr Mann im Wohnzimmer eine durchsichtige Spionkamera installiert, die ihr immer zurufe: Hab mir's doch gedacht, hab mir's doch gedacht. Betroffene Menschen können viele Reize, die über die Sinne auf sie einströmen, nicht richtig gewichten und unterscheiden. Viele Nebentöne und dahingesagte Worte gewinnen plötzlich den gleichen Stellenwert wie wirklich wichtige Punkte des täglichen Lebens.

Wie kann man in der Gemeinde mit Menschen, die unter solchen psychischen Beeinträchtigungen leiden, umgehen? Sieben Tipps für Gemeinden und Begleiter:

**1. Annahme:** Als Gemeinde sollen wir betroffene Menschen zusammen mit ihren Angehörigen betend bejahen und sie ganz normal ins Gemeindeleben einbeziehen. Jede Form der Ausgrenzung widerspricht dem Gebot zur Liebe. Natürlich gibt es auch Grenzen. Ein Hauskreis kann kaum zwei oder drei psychisch erkrankte Menschen tragen. Dies käme einer Überforderung gleich. Doch einem betroffenen Menschen kann er seine Türen öffnen und diesem Heimat geben.

**2. Perspektivenübernahme:** Wir sollten mit dem Betroffenen nicht über seine andere Sicht streiten. Er kann oft nicht verstehen, dass es Menschen gibt, die die Dinge nicht so sehen wie er selber. Es ist wichtig, dass man sich die Perspektive dieses Menschen klar macht und sich für ihn interessiert. Maren hört die Stimme wirklich und sie macht ihr Angst. Fühlt sich Maren in ihrer Wahrnehmung verstanden (auch wenn wir es anders sehen), entsteht eine verbindende Haltung: „Okay, jetzt verstehe ich Deine Angst besser.“

**3. Begleitung:** Wenn ein betroffener Mensch Mühe hat, z.B. einen Facharzt aufzusuchen, den Termin in der Klinik wahrzunehmen oder eine psychotherapeutische Behandlung in Anspruch zu nehmen, können wir ihn dorthin begleiten und ihn dazu ermutigen. Druck auszuüben, hilft nicht weiter. Was eher geht: den Betroffenen liebevoll anhalten, diesen Weg zu gehen. Dieses „Anhalten“ ist in einer guten Beziehung in der Regel möglich.

**4. Kontakt halten:** Muss jemand für einige Zeit eine Behandlung in der Psychiatrie oder einer psychotherapeutischen Rehabilitation durchstehen, sollten wir den Kontakt zu diesem Menschen nicht abreißen lassen. Zwar gibt es oft am Anfang solcher Behandlungen eine notwendige Beziehungsabstinenz (keine Kontakte nach außen in den ersten Tagen oder Wochen). Auch wenn wir als Außenstehende oder Angehörige dies zunächst nicht verstehen können, sollten wir diese Regeln respektieren. Und wenn wir einen Krankenbesuch machen, ist es hilfreich, uns dabei genauso „normal“ zu verhalten, wie wir dies anderen Patienten gegenüber auch tun würden.

■ Fortsetzung auf Seite 22

**5. Medikamente bejahren:** Erhalten Betroffene Medikamente, sollten wir diese nicht als „Chemie“ abtun, sondern als eine Hilfe aus Gottes Schöpfung sehen. Bitte keine Polemik oder abfällige Bemerkungen gegen manchmal überlebensnotwendige Medikamente und Maßnahmen! Dies verunsichert den betroffenen Menschen und wir würden dem behandelnden Arzt in den Rücken fallen. Ob es Antidepressiva, Neuroleptika (bei schweren psychischen und psychotischen Störungen) oder für eine gewisse Zeit Beruhigungsmittel oder Schlafmittel sind - diese Hilfen ermöglichen sehr vielen Menschen die Teilnahme am beruflichen und privaten Leben. Gäbe es diese nicht, wären unsere Psychiatrien völlig überfüllt. Durch neue Medikamente können inzwischen die früher oft schweren Nebenwirkungen deutlich verringert werden.

**6. Angehörige unterstützen:** Ganz wichtig ist es, dass wir die Angehörigen nicht vergessen. Sie erleben die Erkrankung z.B. eines ihrer Kinder als sehr schwer. Vielleicht machen sie sich Vorwürfe oder suchen nach Antworten, wie sie eine solche Entwicklung hätten vermeiden können. Oder sie Grübeln, wie sie noch bessere Hilfe hätten organisieren können. Auch die Angehörigen haben ein Recht auf unser echtes Mitgefühl und unsere begleitende Unterstützung.

**7. Auf sich selber achten:** Wenn Mitglieder eines Hauskreises sich der Begleitung eines psychisch Kranken stellen, gilt es, auf sich selber zu achten (vgl. 1Tim 4,16 - den Schwachen tragen). Z.B. dadurch, dass sie durch Informationen über psychische Störungen und eine seelsorgliche Ausbildung mehr Sicherheit im Umgang mit betroffenen Menschen gewinnen. Ebenso hilfreich ist der regelmäßige Austausch auch mit anderen, die sich in der Gemeinde in gleicher Weise einer solchen Herausforderung stellen. ■



Wilfried Veaser, Pfarrer, Dettingen unter Teck, Leiter der Bildungsinitiative für Prävention, Seelsorge und Beratung

Infos zur Bildungsinitiative können kostenlos angefordert werden:  
 Büro der Bildungsinitiative  
 Weiler Schafhof 32, 73230 Kirchheim unter Teck  
 buero@bildungsinitiative.net  
 ↗ [www.bildungsinitiative.net](http://www.bildungsinitiative.net)

**SummerCity**  
das Erlebniscamp der Apis

Jetzt online anmelden  
[www.summer-city.com](http://www.summer-city.com)  
 oder Anmeldeformular ausfüllen und schicken an:

SummerCity Kontakt:  
 Veronika Kuhn  
 Waldenbucher Weg 41  
 72141 Walddorfhäslach  
 07127-9315560  
 E-Mail: [info@summer-city.com](mailto:info@summer-city.com)

Vergünstigung mit der Api-Freundeskarte: [freunde.die-apis.de](http://freunde.die-apis.de)

**2.-11. August 2012**  
 Schönblick, Schwäbisch Gmünd

„Ich bin gerne Api-Freund, weil ...“

- ... die Apis auf Menschen angewiesen sind die sich verbindlich durch ihr Engagement, ihre Spenden, ihr Mitdenken, ... zum Verband stellen
- ... ich durch die Freundeskarte meiner Zugehörigkeit und der Mitverantwortung für die Apis (auch im finanziellen Bereich) Ausdruck verleihen kann.
- ... mich die Arbeit der Apis überzeugt, und die Apis Menschen aller Generationen - und auch mir - ein Zuhause bieten (wollen).





Esther Knauf

Wir machen dich fit! 2012



Schulungs-Teilnehmer, die dieses Jahr den 3. Kurs und somit **das komplette Schulungsprogramm abgeschlossen** haben:  
 Hanna Bacher, David Blatz, Franziska Blatz, Felix Bodensteiner, Sabrina Dörr, Rahel Friedrich, Cornelia Friedrich, Ines Jurczyk, Anika Kilburger, Salome Kuhn, Manuel Kunz, Frieder Kurrle, Dominik Nowak, Daniel Nowak, Anja Pohl, Dennis Rau, Anita Schiegl, Edwin Scholze, Julika Weller



## Wie kommt die Liebe Gottes zu den Menschen?

Diese Frage beschäftigt uns immer wieder auf den Freizeiten für Menschen mit Behinderungen. Und es gibt verschiedene Antworten darauf.

Durch ein persönliches Erlebnis wurde mir deutlich, dass die Liebe Gottes für Menschen mit einer geistigen Behinderung nicht in erster Linie über den Verstand bzw. das gepredigte Wort kommt.

Die Freizeitgruppe unternimmt eine Kaffeefahrt. Alle sitzen gemütlich beim Kaffee und genießen den Kuchen. Da kommt eine Mitarbeiterin zu mir und sagt: „Frau B. hat ein Problem. Sie ist auf der Toilette.“ Auf der Toilette finde ich eine Frau, die in einer braunen Soße steht. Ich ziehe sie aus, wasche sie und organisiere von der Wirtin eine Unterhose. Die Frau kann sich nun, zwar ohne Strümpfe, doch einigermaßen duftfrei, an die Kaffeetafel setzen.

Ich bleibe zurück in der verschmutzten Toilette und mit einem stinkenden Wäschebündel.

Mit Eimer, Lappen und Schrubber ist die Toilette rasch wieder sauber. Mit der Wäsche im Eimer gehe ich hinaus in die frische Luft. Da sitze ich nun über dem Eimer und versuche, die Strümpfe und Hose auszuwaschen. Plötzlich überrollt mich eine Welle von Selbstmitleid: „Was tust du dir eigentlich da an? Den Sch... anderer Leute putzen? Die Gruppe genießt Kaffee und Kuchen und ich sitze hier über der braunen Brühe im Eimer!“ Die braune Brühe wird durch etwas Tränenwasser verdünnt. Ich komme mir sehr bedauernswert vor, doch leider sieht es niemand.

Durch den Schleier des Jammerns dringt plötzlich der Gedanke: Wie wäre Jesus damit umgegangen? Sicher hätte er keine Berührungsgängste gehabt und nur die Not der Frau gesehen. Die Gedanken gehen weiter:

Wie soll ein Mensch die Liebe Gottes verstehen, wenn er nicht ganz praktisch erfährt, dass da jemand ihm in seinem Unglück beisteht und heraushilft? Wie soll ein Mensch die bedingungslose Annahme durch Gott verstehen, wenn er nicht ganz konkret durch Menschen angenommen wird - auch mit Durchfall und seinen Folgen?

Allmählich verschwinden die trüben Gedanken und ich kann die Situation in einem neuen Licht sehen. Versöhnt mit Gott und der Welt kann ich die Wäscherei zu Ende bringen.

Wochen später hörte ich in einem Vortrag, dass das Wort „Diakonie“ auch mit „durch den Kot gehen“ übersetzt werden kann. Da hatte ich eine klare Definition meines Erlebnisses. Auch wenn es eine unangenehme Lektion war, so macht sie deutlich, dass die Liebe Gottes zu den Menschen praktische Formen braucht, damit sie ankommen kann.



Monika Stotz, Loßburg