

Informationen und Handreichungen für Betreuerinnen und Betreuer von psychisch kranken Menschen

Psychisch Kranke sind Menschen,

- ❖ die in vielen Lebenssituationen vor unlösbaren Konflikten stehen,
- ❖ die mit den Spannungen, Konflikten und Anforderungen ihres Lebens nicht mehr zurecht kommen,
- ❖ deren Harmonie im Wahrnehmen, Erinnern, Wollen, Fühlen, Denken und Sprechen gestört ist,
- ❖ die den Realitätsbezug verloren haben oder denen der Zugang zur Realität versperrt ist,
- ❖ die Stimmen hören, glauben von fremden Mächten und Kräften beeinflusst zu werden, Verfolgungs- oder Vergiftungsängste äußern, sich beobachtet oder hintergangen fühlen,
- ❖ die Störungen in zwischenmenschlichen Beziehungen und in der Auseinandersetzung mit der Umwelt haben,
- ❖ die aufgrund von Kontaktstörungen nicht unbefangen auf andere zugehen können und somit isoliert von sozialen Beziehungen leben.

Bis es zur Errichtung einer Betreuung kommt, hat der psychisch kranke Mensch in der Regel schon eine Krankheitskarriere hinter sich, die ihn nach und nach zu einem der Betreuung bedürftigen Menschen werden ließ. Zum anderen ist zu beachten, dass die obengenannten Merkmale und Erlebnisse nur phasenweise einen Menschen belasten (in sogenannten Schüben), wogegen er in den sonstigen Zeiten weitgehend normal sein Leben selbst gestalten kann. Auch sind psychisch kranke Menschen nicht nur krank, sondern in den verschiedensten Bereichen sind gesunde Anteile mehr oder weniger ausgeprägt vorhanden.

Hilfe - auch die amtlich angeordnete in Form einer Betreuung - setzt also immer und nur da an, wo der/die Betroffene selbst nicht in der Lage ist, seine/ihre Belange zu regeln. (Erforderlichkeitsprinzip)

Grundsätzlich ist dem psychisch kranken Menschen mit entsprechender Achtung seiner Einmaligkeit und der Würde seiner Person zu begegnen.

Dies erfordert einerseits einen partnerschaftlichen Umgang miteinander, andererseits aber auch eine deutliche Abgrenzung. Entscheidend ist, wie verlässlich, nicht unbedingt wie intensiv eine Beziehung ist.

Hierzu einige Anhaltspunkte:

1. Gerade wer, wie psychisch kranke Menschen, in seiner eigenen Persönlichkeit stark verunsichert ist, braucht einen wohlwollenden, aber "neutralen", d. h. in sich selbst ruhenden Menschen, um sich zu spüren und zu orientieren.
2. Wichtig ist, immer wieder Interesse für den ganzen Menschen zu zeigen, ihn ernst nehmen und akzeptieren, dass er (zeitweise) nicht so leben kann, wie es der allgemeinen Norm entspricht.
3. Der psychisch kranke Mensch braucht einen Partner, der in der Lage und bereit dazu ist, sein Anderssein zu ertragen, seine Ablehnung, sein Mißtrauen oder seine Trostlosigkeit auszuhalten. Dabei muss man zuhören können, schweigen, nicht unterbrechen, Pausen

ertragen, abwarten, ausreden und zu Ende denken lassen, abschweifen und ausweichen lassen.

4. Der richtige Umgang findet in einem Spannungsfeld statt, in dem das rechte Gleichgewicht zu finden nicht ganz leicht ist. Gefordert wird am Ende ein möglichst unbefangener mitmenschlicher Umgang, der Verstehenwollen und Angebote der Hilfe zugleich enthält.
5. So kann aus dieser Sicht ein verlässlicher, den anderen ernstnehmender Partner durchaus auch Schutzfunktionen für den psychisch kranken Menschen übernehmen, wenn dieser bestimmten Anforderungen nicht gewachsen ist.
6. Als Partner für den anderen da sein, kann auch bedeuten, ihn zu aktivieren suchen. Überforderung kann allerdings das Krankheitsbild verschlimmern. Trotzdem sollte man auf einer strukturierten Tagesgestaltung bestehen. Hilfreich kann es dabei sein, mit dem Betroffenen zusammen etwas zu unternehmen.
7. Wahnkranken ihre Verkennung der Realität ausreden zu wollen, ist schädlich und nutzlos. Ebenso schädlich ist es, den Wahn mitzuspielen. Hilfreich ist es, Verständnis für die Erlebensweise des Kranken zu vermitteln: "Ich versuche zu verstehen, wie Sie es sehen, aber ich sehe es anders".
8. Bei depressiven Menschen ist es falsch, ihnen die positiven Seiten des Lebens vorzuhalten. Sie fühlen sich dadurch überfordert, alleingelassen und noch tiefer in die Krankheit gestoßen. Die depressive Existenz bei jemanden auszuhalten kostet sehr viel innere Kraft. Hilfreich kann die Einsicht sein, dass man jemandem seine Depression nicht abnehmen kann, wohl aber die schwere Zeit mit ihm durchstehen will.
9. Auch bei eigenem Zweifel an der Wirksamkeit von Psychopharmaka sollte man dem Kranken gegenüber keinesfalls die Einnahme der Medikamente in Frage stellen. Im Übrigen ist es nicht verkehrt, sich auch mit dem Arzt des/der Betreuten bekannt zu machen.
10. Ein Betreuer ist kein Therapeut. Auch pädagogische Absichten sind fehl am Platz. Wichtiger ist es, sich selbst und auch dem/der zu Betreuenden die eigenen Grenzen und Überforderungen einzugestehen.
11. So ist es keine Schande, Hilfe und Beratung in Anspruch zu nehmen, wenn man selbst nicht weiter weiß. Die Verantwortung sich selbst und den zu Betreuenden gegenüber gebietet dies sogar. Angebote dazu gibt es in ihrem Betreuungsverein, der sie auch auf andere spezialisierte Dienste hinweisen kann.

nach Peter Steiger

Referent, Hilfen für psychisch kranke Menschen

Hilfen: Cafe Jonas, Domgalerie, Luisenstraße 2-14, 66606 St. Wendel, Tel.: (0 68 51) 93 56-0

Kiss - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland, Futterstr. 27,
66111 Saarbrücken, Tel.: (06 81) 96 02 13-0

LVPE - Landesverband Psychiatrie-Erfahrener, Mainzer Str. 30, 66121 Saarbrücken,
Tel.: (06 81) 9 06 77 69

Familien-Selbsthilfe-Psychiatrie

LVApK - Landesverband der Angehörigen psychisch Kranker Saarland e. V., Futterstr.
27, 66111 Saarbrücken, Tel.: (06 81) 83 16 82