

SELBSTHILFEGRUPPE "PSYCHIATRIE-ERFAHRENE" IN TRIER

Seit 11 Jahren gibt es in Trier die Selbsthilfegruppe "Psychiatrie-Erfahrene". Was ihre Ziele sind, warum sie sich als Selbsthilfegruppe zusammengeschlossen haben und welche Erfahrungen sie gemacht haben, haben Frau Rosemarie Müller und Herr Franz-Josef Wagner in einem Gespräch mit dem Nordblick geschildert.

Nordblick: Wer sind Sie und wer ist Mitglied in Ihrer Selbsthilfegruppe?

Herr Wagner: Wir sind alles Menschen, die bereits eine seelische Krise innerhalb und außerhalb der Psychiatrie erlebt und durchlebt haben.

Frau Müller: Einige von uns haben schlechte Erfahrungen mit Krankenhäusern und Ärzten gemacht. Dann tut es gut, wenn man mit Menschen sprechen kann, die vielleicht ähnliches erlebt haben, und die einen unterstützen. Es ist ja mit einer psychischen Erkrankung viel schwerer als wenn man sich das Bein gebrochen hat. Es sieht einem keiner an, dass man krank ist und das Verständnis für diese Krankheit ist bei den Gesunden oft überhaupt nicht da.

Herr Wagner: Gut ist, dass wir uns in der Selbsthilfegruppe dadurch, dass wir ähnliche Erkrankungen durchlebt haben, ohne lange Erklärungen verstehen. Das hilft ungemein.

Nordblick: Welche Ziele haben Sie? Was wollen Sie erreichen?

Herr Wagner: Hier in unserer Gruppe bemühen wir uns, für unsere Krankheit Verständnis zu finden. Durch den gegenseitigen Erfahrungsaustausch helfen wir einander beim Verarbeiten der persönlichen Krisen, geben uns Halt und Unterstützung. Ein anderer Punkt ist die Aufklärungsarbeit. Wir wollen durch gezielte Aufklärung über unsere Erkrankungen in der Öffentlichkeit die Enttabuisierung psychischer Erkrankungen vorwärts treiben. Viele Leute haben eine fürchterliche Vorstellung von psychischen Erkrankungen, verwechseln psychische Erkrankung mit geistiger Behinderung, glauben, dass psychisch kranke Menschen irgendwelche gefährlichen Monster sind, die weggesperrt gehören. Dem wollen wir entgegenarbeiten.

Nordblick: Wie machen Sie das? Veranstalten Sie Info-Abende oder ähnliches?

Herr Wagner: Ja, wir veranstalten hin und wieder Themen-Abende hier in Trier. Daneben sind wir aber auch im Landesverband Psychiatrie-Erfahrener organisiert, der politische Lobby-Arbeit macht und unsere Interessen in verschiedenen landesweiten Gremien vertritt, wie z.B. dem Landespsychiatriebeirat. Jährlich wird vom Landesverband eine öffentliche Fachtagung mit einem speziellen Thema durchgeführt. Dieses Jahr steht sie unter dem Motto: "Wege in die Genesung! - Wieder in die Gesellschaft" und findet am Freitag, den 22. September, in Ludwigshafen statt. Die Frau unseres Ministerpräsidenten, Frau Roswitha Beck, ist Schirmherrin dieser Veranstaltung, sie unterstützt auch sonst sehr stark unsere Arbeit, hat u.a. den "Verein zur Unterstützung Gemeindenaher Psychiatrie in Rheinland-Pfalz e.V." gegründet.

Nordblick: Sie arbeiten also in zwei Richtungen, zum einen helfen Sie sich gegenseitig und zum anderen klären Sie die Öffentlichkeit auf. Was machen Sie denn in Ihren Gruppentreffen der Selbsthilfegruppe hier in Trier konkret? Wie oft treffen Sie sich?

Frau Müller: Wir treffen uns alle 2 Wochen, jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, von 17 bis 19 Uhr. Unsere Treffen haben einen klaren Ablauf: als erstes besprechen wir Organisatorisches unserer sozialen Integrationsarbeit (Feiern, Ausflüge, gemeinsame Veranstaltungen...). Das zweite ist eine "Befindlichkeitsrunde", in der jeder seine derzeitige Situation schildern kann und andere ihm Hilfestellung geben können. Meist wird unser Treffen mit einem gemütlichen Beisammensein in einer Trierer Kneipe beendet.

Herr Wagner: Die soziale Integrationsarbeit ist für uns sehr wichtig, da wir glauben, dass gerade bei seelischen Erkrankungen der soziale Kontakt erhalten bleiben muss. Wenn man "in ein Loch gefallen ist", hilft es unwahrscheinlich, wenn es bestimmte Fixpunkte mit anderen gibt, die einen unkompliziert verstehen. So machen wir z.B. Ausflüge, gehen Wandern oder ins Theater, veranstalten regelmäßig einen Brunch und andere Feiern. Diese sozialen Aktivitäten sind ein ganz wichtiger Baustein unserer Arbeit, denn wir wissen genau: es ist wichtig, dass wir uns wohlfühlen!

Ich persönlich habe auch gemerkt, wie gut es ist, sich zu engagieren. Als Vorsitzender des Landesverbands Psychiatrie-Erfahrener habe ich mittlerweile unglaublich viele Termine, viel Arbeit. Aber diese ehrenamtliche Beschäftigung gibt mir eine Tagesstruktur, einen Halt - es tut mir gut!

Nordblick: Vielen Dank für das Gespräch. Ich wünsche Ihnen alles Gute und viel Erfolg!

SELBSTHILFEGRUPPE PSYCHIATRIE-ERFAHRENE

Treffen: jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, von 17 bis 19 Uhr, in der Alten Schmiede, Petrusstraße 22, 54292 Trier

Kontakt: Johannes Marxen, Tel. 0651/24848

Jeder Betroffene ist herzlich willkommen!