

Erfahrungsaustausch

Psychische Erkrankungen – auch im Tauschring

„Derzeit ist fast ein Drittel der Bevölkerung hierzulande ernsthaft psychisch krank“ war in der ZEIT am 14.04.05 zu lesen. Wir leiden dem Bericht nach am häufigsten unter Angststörungen, Depressionen und Alkohol- oder Drogenabhängigkeiten, wobei weniger als die Hälfte der Kranken behandelt werden.

Für Menschen mit psychischer Erkrankung bedeutet Tauschring –genau wie für Menschen mit anderen Einschränkungen - eine gute Möglichkeit, im Rahmen ihrer Fähigkeiten Anerkennung für ihre Leistungen zu bekommen und sich in eine Gemeinschaft einzubringen. Bereits 2003 wurde dieses anlässlich des Bundestreffens in den Tauschringen thematisiert.

Nach meiner Erfahrung profitieren gerade psychisch Erkrankte nach einer Therapie vom niederschwellige Angebot der Tauschringe um wieder Kontakte zu knüpfen, Termine wahrzunehmen oder die eigene Belastbarkeit zu trainieren. Nur selten wissen die anderen Teilnehmer über die Erkrankung Bescheid und auch wenn sie bekannt ist, mangelt es an Hintergrundwissen. Dieses kann in Ausnahmefällen zu großen Komplikationen im Tauschring führen, ohne dass den Beteiligten die Ursache bewusst ist.

In unserer Gesellschaft mangelt es trotz der hohen Zahl der Erkrankten an Kenntnis über psychische Erkrankungen und Wissen über den Umgang damit – teilweise sogar bei Ärzten. Viele Erkrankte wissen überhaupt nicht um ihre Störung und wir alle haben kaum Erfahrung um Krankheitssymptome zu erkennen. Doch auch wenn wir sie erkennen, ist der Umgang nicht immer einfach. Selbst wenn Menschen sich in Therapie begeben, ist diese meistens schwierig und sehr langwierig. Allgemein werden psychische Störungen in unserer Gesellschaft nach wie vor versteckt und ignoriert, oft wenden wir uns (aus Angst? aus Unkenntnis?) ab.

Das Wort Depression ist seit Jahren immer wie-

der als „Volkskrankheit“ in den Schlagzeilen: Jeder Dritte soll laut Zeitungsberichten irgendwann davon betroffen sein. Und doch wissen wir allgemein sehr wenig darüber und stellen bei Antriebslosigkeit oft die Frage: Kann er/sie nicht oder will er/sie nicht? Zum Beispiel im Tauschring, wenn es darum geht, das Talente-konto auszugleichen oder sich an Absprachen zu halten. Wer keine Erfahrung mit der Krankheit hat, dem fällt es schwer Verständnis dafür zu entwickeln, dass Menschen wiederholt ihre festen Vorsätze nicht einhalten können, dass sie Unterstützung benötigen um zum Treffen zu kommen, dass sie ihre Wohnung nicht ohne dringenden Grund verlassen, dass Verpflichtungen bedrohlich und mächtig wie ein Gebirge erscheinen können usw.

Depressive, die sich in erfolgreicher Therapie befinden, können vielleicht über den Tauschring Kontakte und mehr Selbstbewusstsein entwickeln. Es gehört einerseits zu den Stärken der Tauschringe, allen Teilnehmern entgegen zu kommen, sie mit einzubeziehen in die Gemeinschaft und Vertrauen zu ermöglichen; ein Vertrauen, das der Realität des Alltags standhält und das vielleicht sogar zu einer Heilung der Erkrankten einen kleinen Beitrag leisten kann. Andererseits habe ich häufig beobachtet, dass einige Erkrankte langfristig Unterstützung benötigen und einige Tauschring hiermit überfordert sind. Das Konzept Tauschring ist auf gleichwertiges Geben und Nehmen ausgerichtet und nicht unbedingt auf langfristige Unterstützung Einzelner. Doch oft wird im Tauschring aus konkretem Anlass nach Lösungen gesucht. Ein Ansatz ist unser Modellversuch im Tauschring Harburg, wo eine Arbeitsgruppe und ein Solidaritäts-Spendenkonto bei Bedarf bis zu einem gewissen Grad Menschen bei der Teilnahme im Tauschring unterstützt.

Im Gegensatz zu depressivem Verhalten oder Alkoholismus wird bestimmtes Verhalten von aktiven Menschen seltener als Zeichen für psychische Erkrankungen interpretiert. Symptome

einer Störungen können beispielsweise sein: sich nicht an Vereinbarungen (Regeln) halten können; sprunghaftes Verhalten, nicht länger beim Thema bleiben können; sich nicht in andere hinein versetzen können; vordergründige Erklärung für das eigene Verhalten und unberechtigte Beschuldigung anderer Teilnehmer; geschicktes Manipulieren von Menschen; Missachtung sozialer Verpflichtungen; Unbeteiligt sein an Gefühlen anderer; geringe Frustrationstoleranz; eine niedrige Schwelle für aggressives, auch gewalttätiges Verhalten; eine deutliche Neigung, andere zu beschuldigen; Häufung von Ämtern ohne wirkliche Aufgabenerfüllung usw.

Viele Erkrankte werden bis zu einem gewissen Grad über längere Zeit als engagierte und teils auch widersprüchliche oder tyrannische Menschen mit ihren Eigenarten von unserer Gesellschaft toleriert: Sie werden bekannte Künstler, leiten aufstrebende Unternehmen, haben Familie, werden in die Politik gewählt usw. – und engagieren sich in Gruppen. Oft aber verstärken sich psychische Störungen mit der Zeit und können gerade in kleinen Gemeinschaften, wie den Tauschringen, zu heftigen Konflikten führen und letztendlich andere Teilnehmer bewegen, dem Mitglied oder sogar dem Tauschring den Rücken zu kehren.

Wir sollten uns vor Verallgemeinerungen hüten: Selbstverständlich sind nicht alle Menschen, auf die das eine oder andere genannte Symptom zutrifft, psychisch erkrankt. Aufgrund der Vielfältigkeit und Komplexität können Diagnosen nur von Fachleuten gestellt werden. Und selbstverständlich fallen nicht alle Menschen, die psychisch erkrankt sind, durch ihr Verhalten in einer Gruppe auf. Die meisten Menschen mit Handicap sind im Tauschring gleichberechtigt integriert. Diese Möglichkeit für jeden, sich nach seinen eigenen Fähigkeiten einzubringen und Anerkennung zu erhalten, empfinde ich als das große Plus der Tauschringe.

Doch wir machen die Erfahrung, dass manche Verhaltensweisen ein erhöhtes Konfliktpotential bergen. Einzelne, die wiederholt massive Kritik an bewährten Verabredungen der Gruppe äußern oder Aktive der Gruppe beschuldigen und insgesamt durch ihr Verhalten zu einem unfreundlichen Klima in der Gruppe beitragen,

konnten sich oft auch in anderen Gruppen nicht integrieren.

Ich habe beobachtet, dass viele Menschen für solch ein Verhalten anderer oft keine Erklärung finden, sich aber abgeschreckt fühlen. Das Verhalten von psychisch Erkrankten führt in Extremfällen zu heftigen und zeitraubenden Konflikten und langfristig manchmal dazu, dass Menschen dem Tauschring den Rücken kehren nach dem Motto „In diesem Klima oder mit diesen Menschen möchte ich meine Freizeit nicht verbringen“. Es gibt Tauschringe, deren Existenz hierdurch zeitweise gefährdet war und es gab Tauschringe, die es deswegen jetzt nicht mehr gibt. Doch das Abwenden ist nicht nur lokal zu beobachten, ich empfinde es auch überregional.

Doch Ursachen erkennen und Konsequenzen daraus ziehen sind zweierlei. Ganz sicher brauchen Menschen mit Handicap unseren Schutz. Als wichtig empfinde ich aber auch zum Schutz unserer gesamten Gemeinschaft, dass auf die Einhaltung der getroffenen Verabredungen (Regeln) geachtet wird. Allzu oft lassen wir uns verunsichern von Menschen, die Schwierigkeiten haben sich in Gruppen einzufügen. Sie fordern von uns Toleranz und setzen dieses manchmal mit Regellosigkeit gleich; nicht selten werden Aktive, die auf die Einhaltung von bestehenden Verabredungen pochen, verunglimpft.

Tauschringe sind offen für jeden – ob mit oder ohne Handicap. Wir knüpfen ein Netzwerk und wollen uns gegenseitig unterstützen. Tauschringe müssen jedoch im Interesse aller auf Einhaltung von Verabredungen drängen, wenn sie länger bestehen wollen. Wir sollten deshalb unbedingt offen über unsere Grenzen sprechen.

Dagmar Capell
Tauschring Harburg
dagmarc@web.de

Informationen über psychische Erkrankten finden sich u.a. im Internet bei www.wikipedia.org, z.B. unter den Stichworten „Depression“, „bipolare Störung“ (manisch-depressiv), „Borderline-Persönlichkeitsstörung“, „antisoziale Persönlichkeitsstörung“, „Profilneurose“.