

# Geborgenheit für die kranke Seele

Der Psycho-Treff Kelkheim ist eine Anlaufstelle für Menschen mit Burnout, Depressionen und ähnlichen Leiden

Es ist ein Leiden, das man nicht sieht. Deshalb werden psychische Erkrankungen von der Gesellschaft oft nicht ernst genommen. Die Betroffenen können sich in der Selbsthilfegruppe ungezwungen austauschen.

■ Von Melanie Taylor

**Hornau.** Hitchcock-Fans? Nein, das seien sie wirklich nicht, erwidert Dankmar Zipfel vom Psycho-Treff schmunzelnd in Anspielung auf den Titel des berühmten Film-Thrillers. Die Selbsthilfegruppe habe einfach nur einen guten Sinn für Humor, fügt Achim Zunker hinzu.

## Keine Therapeuten

Die Beiden organisieren seit vielen Jahren den Psycho-Treff, eine Selbsthilfegruppe für seelisch Kranke. Einmal im Monat treffen sich die Mitglieder im Jazz-Club Kelkheim, Hornauer Straße 102. Im Schnitt sind sie dann 10 bis 15 Personen, trinken Kaffee und reden einfach.

Klar, häufig sind ihre Erkrankungen das Gesprächsthema. Doch ausbreiten, welche Krankheit man hat oder wie man sich gerade fühlt, das muss hier keiner, betont Zipfel. „Wir sind eine Selbsthilfegruppe, wir sind keine Therapeuten“, betont der 44-Jährige. Eine solche Rolle einzunehmen, wäre aus Sicht des Hornauers „anmaßend und nicht zielführend“.

Stattdessen soll das Treffen in der Selbsthilfegruppe frei und ungezwungen sein. Wer möchte, bekommt hier Informationsbroschüren zu verschiedenen Krankheiten, kann sich ein Fachbuch ausleihen oder kann darüber informieren, an welche Stellen er sich in verschiedenen Problemlagen wenden kann. Und natürlich können die Besucher davon ausgehen, dass sie hier Ansprechpartner finden, die vielleicht besser als ihr „normales“ Umfeld verstehen, was sie gerade durchmachen. Allerdings kommen viele nicht so sehr wegen ihrer Krankheit, sondern wegen der sozialen Kontakte. „Weil man wieder etwas erleben kann“, erklärt Achim Zunker, der die Gruppe vor rund 15 Jahren gegründet hat. Neben dem normalen Treffen im Jazzclub unternimmt die Gruppe auch regelmäßig Ausflüge, geht Kegeln oder spielt Mini-Golf.

Dieses Erleben, der positive Umgang mit Anderen ist häufig zentral für Menschen mit seelischen Erkrankungen wie Depression, Burnout oder Psychosen. Die Betroffenen ziehen sich häufig zurück, der Antrieb fehlt und Scham spielt meist auch eine Rolle: „Als psychisch Kranker geht man nicht in die Öffentlichkeit“, weiß Zunker. „Und Arbeit und Organisation kriegen sie nicht mehr auf die Reihe.“

Ähnlich erging es Robert Reichert. „Ich komme hierher, weil ich



Achim Zunker und Dankmar Zipfel schätzen die lockere Gesprächsatmosphäre beim Psycho-Treff. Foto: Knapp

die Leute mag“, sagt er beim Treffen im Jazz-Club. „Ich habe mich einfach geborgen gefühlt“. Der ausgebildete Industriekaufmann hatte vor Jahren einen Burnout. Damals war er froh, dass er durch die Treffen einen Tapetenwechsel hatte, mal raus kam und merkte, dass er mit seinen Problemen nicht alleine da stand. „Man hat sich auf die Treffen gefreut“, erzählt er. Die Gespräche und die gemeinsamen Spaziergänge haben ihm gutgetan. Hier hat er echte Freunde gefunden, die ihm auch jetzt, da es ihm viel besser geht und er weggezogen ist, erhalten geblieben sind.

Das Schöne sei, dass man in der Selbsthilfegruppe keine Maske auf-

ziehen brauche, findet ebenso seine Ehefrau Lydia. Sie begleitet ihren Mann manchmal zu den Treffen. „Es ist total ungezwungen, man muss sich nicht gut kleiden, muss nicht hübsch oder intelligent sein“, erklärt sie auf die Frage, warum die Selbsthilfegruppe gut für die Betroffenen ist.

Wichtig ist den Machern des Psycho-Treffs, dass Außenstehende und die Gesellschaft insgesamt merken, dass Leute mit seelischen Erkrankungen noch wertvoll für die Gesellschaft sind und am Leben teilhaben können. So erzählt Dankmar Zipfel, dass vielen Erkrankten etwa die Reintegration in den Beruf nicht leicht gemacht werde. Er

selbst indes hatte Glück. Heute arbeitet er in Teilzeit als PC- und Netzwerk-Techniker. Sein Job macht ihm Spaß, auch wenn er sich damit nicht ganz finanziell über Wasser halten kann, sondern sein Gehalt durch das Arbeitsamt aufstocken muss. Allerdings hat er nicht immer den Eindruck, dass man ihm beim Amt auf seinem Weg unterstützt. „Die hätten natürlich gerne, ich würde in Rente gehen“, sagt er. Das würde dem Amt nämlich schlicht Kosten sparen, weil dann die Rentenkasse für ihn zuständig wäre.

Diplom-Psychologe Klemens Böhm, der mit der Gruppe im engen Kontakt steht, bemängelt ebenso den Umgang mit den Betroffenen. Er findet, die Leute müssten gefragt werden, was sie können, was sie wollen und was wir – die Gesellschaft – für sie tun können, damit sie erreichen, was sie wollen. So ließen sich viele Konflikte leichter lösen, ist er überzeugt.

Fatal findet der Experte auch das Bild, das die Medien von psychisch Kranken verbreiten. So würden etwa Diagnosen, die oft nicht gesichert seien, in der Berichterstattung über Gewalttäter genannt, was den Eindruck erwecke, dass psychisch Kranke für ihre Umwelt besonders gefährlich seien. Doch das Gegenteil sei der Fall: Statistisch gesehen wären diese Menschen weniger gewaltbereit als die vermeintlich gesunden Menschen.

## INFO

### Knappes Budget

Die Selbsthilfegruppe Psycho-Treff trifft sich einmal im Monat im Jazz-Club Hornau. Informationen gibt es im Internet unter: [www.psychotreff-kelkheim.de](http://www.psychotreff-kelkheim.de). Rund 100 Euro bekommt die Gruppe jährlich als Unterstützung von der Stadt. Damit finanziert die Gruppe Kaffee, Tee und Wasser, die bei ihren Treffen kostenlos an die Besucher ausgegeben werden, Fachbücher sowie die gemeinsamen Aktivitäten. Allerdings würde die Gruppe ihre Aktivitäten gern ausweiten und beispielsweise Referenten einladen, die Fachvorträge halten.

Doch dies ist laut Achim Zunker genauso wenig mit dem knappen Budget machbar wie etwa die Klinikbesuche von Erkrankten, die er einige Jahre selbstfinanziert und gemacht habe. „Die Stadt sollte froh sein, dass es uns gibt“, meint Zunker, der dies auch als Beweis für den geringen Stellenwert der psychisch Kranken in der Gesellschaft sieht. „100 Euro – das sind drei Bücher.“ Zunker ist froh, dass der Treff zusätzlich von der Bürgerstiftung sowie von den Krankenkassen unterstützt wird. Trotzdem: Weitere Projekte und Vorhaben können sie mit den Mitteln nicht finanzieren. *tay*