## Die virtuelle Welt ist ein Krückstock

Die Kontakt- und Informationsstelle Selbsthilfegruppen Kiss Nürnberger Land arbeitet in der Corona-Krise komplett digital – Kein Ersatz für Kontakt

HERSBRUCKER SCHWEIZ (ap) -"Die Selbsthilfe ist noch nicht im Fokus der Regierung", ärgert sich Brigitte Bakalov. Die Leiterin von Kiss Nürnberger Land merkt aber immer mehr, wie sehr den Selbsthilfegruppen ihre Treffen fehlen.

"Gerade bei Sucht und im psychischen Bereich bieten die meist wöchentlichen Gruppentermine eine echte Alltagsunterstützung für die Teilnehmer", erklärt Bakalov. Hier sei der Kontakt noch wichtiger als bei anderen Themen, weiß sie-gerade in der Zeit der Isolation und Unsicherheit.

Doch das ist seit dem Lockdown nicht möglich. "Wir haben alles abgesagt, alles heruntergefahren, die Stellen geschlossen und sind seitdem im Home-Office", berichtet Bakalov. Seitdem überall gelockert werde, versuche auch die bayerische Selbsthilfe über Briefe und Petitionen an Ministerpräsident Markus Söder und das Gesundheitsministerium auf die Lage aufmerksam zu machen. "Es ist wirklich schwer nachzuvollziehen, dass sich die Selbsthilfegruppen

immer noch nicht treffen dürfen", betont Gabriele Lagler. Geschäftsführerin von Kiss Mittelfranken. Der gemeinnützige Verein warte jeden Tag auf ein Zeichen der Politik, einen kleinen Schritt raus aus dem Lockdown gehen zu dürfen.

Das Problem sei, dass die Bundesländer die Thematik unterschiedlich handhaben. Und nicht nur die, führt Baka-

lov weiter aus: Teils träfen Landrats- und Gesundheitsämter Einzelentscheidungen - und das führe zu Verwirrungen. So dürften sich laut Landratsamt Nürnberger Land wieder Suchtgruppen draußen treffen. "Aber diese müssen sich alle einzeln ans Amt wenden, damit dieses weiß, wer wo wann zusammenkommt." Die Teil-

nehmer wollten ihre sensiblen Themen aber ungern in der freien Natur besprechen, sondern lieber im geschützten Raum, weiß Bakalov. Dennoch setzte sich Kiss Mittelfranken dafür ein, wenigstens für den Bezirk eine einheitliche Regelung durchzusetzen.

Derweil sind Bakalov und Kollegin Doris Rothgang virtuell für die Gruppen da. "Dabei besteht unser Beruf mehr aus persönlichem Kontakt und Kommunikation." Diese läuft nun seit März vermehrt digital. Zwar seien viele Selbsthilfeaktive schon vor Corona vernetzt gewesen, aber der ein oder andere sei eben nicht firm in der virtuellen Welt. Auch Kiss Mittelfranken selbst habe bei einer Sitzung im Februar angedacht, da aktiver werden zu wollen. "Das wurde durch die Pandemie nun beschleunigt", sagt Bakalov.

## Tippen und talken

Das Ergebnis ist "KissOn" von Kiss Mittelfranken, ein Produkt für virtuelle Online-Treffen: Die Teilnehmer einer Gruppe können laut

Bakalov

einen datensicheren Messengerdienst miteinander kommunizieren. Außerdem ein ebenfalls abgesicherter Video-Talk möglich. "Den Account bekommt die Gruppe von uns. Jede hat Admin, einen der sich dann um Gruppeneigene Plattform kümmert", erklärt Bakalov. Sie von Kiss könnten da dann

nicht mehr hin-

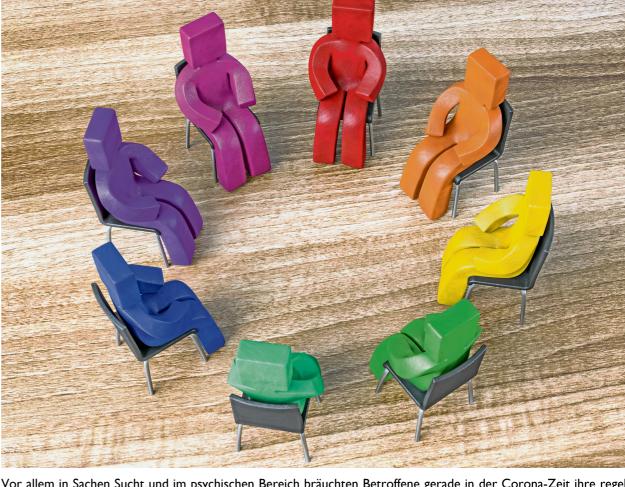
einschauen.



Unser Beruf besteht halt aus persönlichem Kontakt und Kommunikation.

Brigitte Bakalov

Beim Probelauf haben sich rund 50 Gruppen angemeldet. Klar sei der Start etwas holprig gewesen. Bakalov und Rothgang mussten viel erklären und unterstützen bei der Anwendung. Aber: "Ich denke, da springen schon noch einige auf." Spätestens im Herbst, wenn ein Selbsthilfetag zu dieser Thematik geplant ist, denkt sie.



Vor allem in Sachen Sucht und im psychischen Bereich bräuchten Betroffene gerade in der Corona-Zeit ihre regelmäßigen Treffen in der Selbsthilfegruppe. Doch noch ist keine Lockerung in Sicht. Foto: ©fotomek - stock.adobe.com

Auch die bereits bestehende On- bei der ersten Wiener Online line-Beratung per Mail hat sich verändert: Sie wird demnächst um eine Funktion für moderierte Chats erweitert, so Bakalov. "Da muss man ganz schön fit sein, was man wie schreibt, und schnell lesen können." Klar müsse sie nicht zu allem ihren Senf dazugeben, formuliert sie salopp, denn schließlich seien die Betroffenen die Experten. Aber es sei ihre Aufgabe, zu schauen, dass die Kommunikation im Chatroom passe.

Generell habe Bakalov festgestellt, dass die Gruppen eh digitalen Kontakt zueinander halten, "weil sie sich nicht alleine lassen gegenseitig". Die virtuelle Welt sei zwar eine Hilfe, aber kein Ersatz für den persönlichen Kontakt, findet sie. Das habe auch Neurowissenschaftler Phil Spitzer bestätigt. Video-Konferenzen seien ein Krückstock, so der Experte, den Bakalov

Selbsthilfe-Konferenz gehört hat. Der Mensch sei nämlich so angelegt, dass er viel über Körperhaltung etc. wahr- und aufnehme - was im virtuellen Austausch nicht so deutlich zu erkennen sei.

## Auf zwei Mal?

Daher hofft sie, dass bald wieder Treffen möglich sind. Bei Kiss Nürnberger Land in der Kontaktstelle in Hersbruck verfüge man ja über einen "relativ großen Gruppenraum". Auch habe man das Angebot, weitere Räumlichkeiten kurzzeitig zu nutzen. Die Frage sei, wie man bei kleineren Treffpunkten vorgehe - Aufteilen der Gruppe wäre eine Option, überlegt Bakalov laut.

Dass die Selbsthilfe gerade jetzt gefragt ist, spürt Bakalov seit den Lockerungen. "Als klar war, dass man Fremde nicht treffen darf, war vielen schon bewusst, dass wir der falsche Ansprechpartner sind." Das ändere sich aber aktuell. So suche beispielsweise ein Selbstständiger, der laut Bakalov von massiven Existenzängsten geplagt werde (weiterer Bericht folgt), Gleichgesinnte.

Doch warum befasst sich die Staatsregierung nicht mit der Selbsthilfe? Hier kann Brigitte Bakalov nur mutmaßen: "Es betrifft ja die Wirtschaft nicht unmittelbar." Zudem meinen eventuell viele, Selbsthilfe habe nur mit Gesundheit beziehungsweise Krankheit zu tun und alle Selbsthilfeaktiven seien zur Risikogruppe zu zählen. Doch das stimme nicht, unterstreicht Bakalov. Über 900 Themen behandelten die Selbsthilfegruppen, das wüssten viele leider nicht: "Sie kennen die Selbsthilfe halt nicht."