Viele Menschen belastet der Krieg stark

Die Thematik taucht in fast allen Gesprächen der Beratungsstelle für seelische Gesundheit auf

VON KURT GÜNER

ANSBACH/NEUSTADT - Die Corona-Pandemie ist noch lange nicht vorbei, da sorgt ein Krieg für zusätzliche Sorgen. Gerade für Menschen in schwierigen Lebenssituationen ist das eine erhebliche Belastung.

"Aktuell ist der Krieg in der Ukraine bei fast jeder Beratung ein Thema." Dies teilte auf FLZ-Anfrage Jasmin Thoma mit, die Leiterin der Beratungsstelle für seelische Gesundheit des Diakonisches Werk Ansbach. Dabei bezog sie sich auch auf die Außenstellen in Windsbach, Rothenburg, Dinkelsbühl und Feuchtwangen. Petra Schlegel von der Beratungsstelle des Diakonischen Werks in Neustadt schilderte die Lage genauso - auch mit Blick auf die Außenstellen in Bad Windsheim und Uffenheim.

Für Selbsthilfegruppen, deren Mitglieder sich gegenseitig in psychischen Nöten beistehen, ist die derzeitige Lage ebenfalls eine Herausforderung. Beispielhaft dafür ist die regionale Gruppe "Angehörige um Suizid" (AGUS). Deren Ziel ist, die Hinterbliebenen von Menschen zu unterstützen, die aus dem Leben schieden.

So sahen im vergangenen Jahr in der Region 38 Menschen keinen anderen Ausweg mehr, wie aus der entsprechenden traurigen Statistik der Polizei für die Stadt und den Land- vor allem Männer in fortgeschrittekreis Ansbach und den Landkreis nem Alter-als Frauen. Neustadt/Aisch-Bad Windsheim hervorgeht. Wie seit Jahrzehnten, brachten sich weitaus mehr Männer um -



Eva Melz von der Gruppe Angehörige um Suizid bewertet es sehr positiv, dass in einem Raum von Kiss in Ansbach wieder persönliche Begegnungen der Mitglieder der Selbsthilfegruppe möglich sind. Foto: Jim Albright

Dagegen kommen in die Gruppe "Angehörige um Suizid" (AGUS) weitaus überwiegend weibliche Ansolchen Lage nach der Belastung durch Corona nun auch noch die Kriegsbilder sehen, brauchen aus ihrer Sicht nun besonders intensiven Beistand und zusätzliche Unterstützung. Sie werde das, so Melz, beim nächsten Treffen am Freitag, 8. April, ab 19 Uhr bei Kiss in Ansbach ansprechen. Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung unter Telefon 0151/23960602 möglich. Sehr positiv sei, dass wieder persönliche Treffen möglich seien.

"Viele Menschen sind nach zwei Jahren Corona-Pandemie sowieso schon psychisch erschöpft, jetzt kommt die nächste Krise dazu." Mit diesen Worten unterstrich auch Jasmin Thoma als Leiterin der Beratungsstelle der Diakonie Ansbach, wie wichtig das in den vergangenen

gehörige. Die Gruppe wird von Eva an Hilfsangeboten bei psychischen Melz geleitet. Menschen, die in einer Problemen gerade jetzt ist. "Die Ratsuchenden fühlen mit, und sie haben Angst", meinte sie zu den Folgen des Kriegs in der Ukraine in der alltäglichen Gesprächspraxis.

Die Nachfrage nach Beratungen sei jüngst zwar "nicht dramatisch gestiegen, aber konstant hoch". Thoma: Wir versuchen Erstgespräche innerhalb von drei Wochen anzubieten, können das jedoch nicht immer gewährleisten." Für den Landkreis Neustadt/Aisch-Bad Windsheim verneinte Petra Schlegel ebenfalls "eine signifikant erhöhte Anzahl an Neuanfragen", aber grundsätzlich wachse die Zahl der Ratsuchenden "seit Jahren an". Für einen Termin gebe es in der Regel eine "Wartezeit von zwei bis drei Wochen"

"Mitgefühl, Hilflosigkeit, Angst" sowie "wiederkehrende Erinnerungen ehrenamtlich Tätige können die Be-Jahren immer dichter geknüpfte Netz an eigene Erlebnisse im Zusammen- ratungsstelle aufsuchen.

hang mit Krieg und Verfolgung": Darum gehe es derzeit bei vielen Beratungsgesprächen.

Die von Jasmin Thoma für die Stadt und den Landkreis Ansbach mitgeteilten derzeitigen Beratungserfahrungen, so Petra Schlegel, könne sie und die anderen Teammitglieder im Landkreis Neustadt/Aisch-Bad Windsheim ebenfalls bestätigen.

Laut Jasmin Thoma melden sich "vermehrt Personen mit Belastungsreaktionen, die durch die momentane Lage verunsichert sind". Hintergründe seien teils "Erinnerungen an Krieg und Verfolgung". Manchmal gehe es um schlimme Erfahrungen der Eltern im Zweiten Weltkrieg oder durch die eigene Flucht zum Beispiel während der Balkankriege.

Sorgen wegen der Preissteigerungen

Zum anderen seien "vermehrt Menschen auch durch die indirekten Folgen des Krieges, etwa durch die zunehmende Inflation, insbesondere auch bei den Energiepreisen, stark belastet. Thoma: "Viele Menschen haben Zukunftsängste, entwickeln Schlafstörungen und verfallen in Grübelspiralen." Einige fühlten sich auch hilflos, angesichts der täglichen schlimmen Nachrichten.

Manche chronisch psychisch Kranke haben laut Thoma nun Schuldgefühle. Manche glaubten, ihre Probleme seien in Relation "zu dem Ukraine-Krieg nicht beachtenswert und sie dürfen sie nicht äußern". Dies sei jedoch völlig unbegründet. Wer eine drohende Überforderung bemerkt, solle sich umgehend an die Beratungsstelle wenden.

Unterstützung auch für Flüchtlingshelfer

Geflüchtete aus der Ukraine kommen noch kaum. Künftig sei jedoch mit einem entsprechenden Beratungsbedarf zu rechnen, "wenn Existenzielles wie Finanzen und Wohnraum geklärt sind und Ruhe bei den Menschen einkehrt". Mit der neuen Kollegin Kateryna Sladek gebe es die Möglichkeit, in Ansbach und Windsbach die Geflüchteten auch in ihrer Muttersprache ukrainisch und auch auf Russisch zu unterstützen. Auch Helfende und in der Flüchtlingshilfe

Vielfältige Hilfe am Telefon

Haus- oder Nervenarzt

Krisendienst Mittelfranken: 0911/42 48 55-0

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116117

Ärztlicher Bereitschaftsdienst in der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Bezirksklinikum Ansbach: 0981/4653-0

Institutsambulanz an der Klinik:

0981/4653-1251

Sozialpsychiatrischer Dienst Neustadt: 09161/873571

Sozialpsychiatrischer Dienst: Ansbach 0981/14440 Dinkelsbühl 09851/554677 Rothenburg 09861/8752-0

In akuten Notfällen: Rettungsleitstelle (112) oder die Polizei (110)