

## *Soziale Selbsthilfe im Umgang mit Profis*

—

### *Wie erleben Selbsthilfegruppen das professionelle System?*

#### **7. Bayerischer Selbsthilfekongress**

**23.10.09 München**

#### **1.Erfahrungsbericht aus 12-jähriger Selbsthilfegruppenarbeit im psychosozialen Bereich mit der SHG „Partnerschaftskrise-Trennung - Scheidung“ Augsburg**

Mein Name ist Ernst Bauer. Ich bin selbst Betroffener.

\*( Alle genannten Personen sind Fälle aus der SHG-Arbeit, deren Namen und Orte verändert wurden.)

Gerade in der Selbsthilfegruppenarbeit bei Trennung und Scheidung wurde ich mit vielfältigen Problemfeldern konfrontiert. Die meisten denken bei Trennung und Scheidung an materielle Probleme, vergessen dabei aber die psychischen und seelischen Folgen des Rosenkrieges aber auch die psychosomatischen Folgen, die aus einer jahrelangen ungesunden Beziehung entstanden sind. So greifen die Problemfelder oft fließend ineinander. Aus diesem Grund nehmen die meisten Teilnehmer der Gruppe auf unsere Empfehlung hin professionelle Hilfe von Ärzten, Psychologen, Familienanwälten, Familienmediatoren oder verschiedene Beratungsstellen und Ämter in Anspruch. Zu Beginn der Selbsthilfegruppenarbeit bin ich immer wieder an meine Grenzen gestoßen, so dass ich regelmäßig Supervisionen und qualifizierte weiterbildende Maßnahmen in Anspruch nahm.

Dies geschah die ersten Jahre stets auf eigene Kosten und ohne Zuschuss der Krankenkassen.

Diese sind leider nur zuständig für Gruppen mit klar definierten Krankheitsbildern.

## **1.1 Psychisch-emotionale und physische Problemfelder**

Hier nur ein kleiner Auszug der vielfältigen Problemfelder unserer 3 Gruppen, die fließend ineinander übergehen:

Unterschiedlichste Arten von Ängsten wie Verlustangst, Zukunftsangst, Alkohol, Medikamente, Gewalt, Trennungsdepression, Co-Abhängigkeit, MS

Bei uns gibt es im Jahr ca. 1-3 Trennungsfälle in Folge von MS. Medizinisch werden diese Fälle bestens betreut, auch von diesbezüglichen SHGs.

Doch die Partner der MS-Betroffenen kommen nicht mit der Situation zurecht. Sie sehen nur noch den Ehepartner im Rollstuhl als Zukunftsvision. Es kommt zu Trennungen in Folge von Außenbeziehungen. Der kranke, verlassene Partner muss nun zu seiner Krankheit noch zusätzlich mit den psychischen Belastungen der Trennung fertig werden.

Gerade hier wären die Profis gefragt, die Ehepartner über die positiven Auswirkungen einer liebevollen Partnerschaft für den Krankheitsverlauf zu informieren und zu begleiten aber auch Ängste bei Beginn der Krankheit zu nehmen. Dies kann als präventive Maßnahme gesehen werden sowohl für die Ehe als auch für einen positiveren Krankheitsverlauf.

Meines Erachtens ist auch hier Handlungsbedarf von Seiten der Profis notwendig.

### **Beispiel aus der Gruppenarbeit:**

Salvatore, in Trennung lebend, eine Tochter, war acht Monate während der Trennungszeit wegen eines Suizidversuches im BKH. Die Ehefrau hat in dieser Zeit das alleinige Sorgerecht für die 17-jährige Tochter erwirkt. Die Tochter ist mit einem Asylbewerber liiert, der im Moment wegen Drogenmissbrauchs im BKH stationär behandelt wird.

### **Salvatores Probleme mit Profis aus seiner Sicht waren:**

Er wurde aus dem BKH entlassen, nur mit einer Überweisung zum Facharzt, ohne eine Checkliste von Beratungsstellen oder Ansprechpartnern, die ihn in seiner besonderen Lebenssituation unterstützen und auffangen hätten können.

Schon der Hinweis auf den „**Augsburger Wegweiser zur Selbsthilfe**“ sowie die **Augsburger Selbsthilfezeitung** hätte hier Salvatore schon unterstützen können.

Als Südtaliener versteht er die deutsche Amtssprache nur bedingt und kann deshalb keine Formulare ausfüllen und seinen Sachverhalt klar und mit Nachdruck darstellen.

Durch Medikamente, die er regelmäßig einnehmen muss, ist er oft antriebslos und gibt bei Widerständen und Schwierigkeiten schnell auf.

Er bewältigt die Trennungssituation nur sehr schwer, zudem seine Frau bereits wieder eine feste Beziehung zu einem anderen Mann pflegt.

Er verlor während seiner Krise den Arbeitsplatz, das Ersparte wurde von seiner Frau während seiner Abwesenheit aufgebraucht, so dass er jetzt mittellos dasteht.

Doch seine größte Sorge ist, dass seine Tochter durch die Liaison mit dem Asylbewerber in eine Scheinehe gedrängt wird oder ins Drogenmilieu abrutscht.

Salvatore versuchte einige, ihm bekannte Stellen telefonisch zu

erreichen, wo er immer wieder erfolglos weitergereicht wurde, da es bei der Ballung seiner vielen Probleme keine zentrale Anlaufstelle gab. Er war schließlich am Tiefpunkt angelangt, als er zu unserer SHG stieß.

**Erst in der SHG erfuhr er verschiedene Hilfsmöglichkeiten:**  
Hier wurden ihm professionelle Stellen empfohlen wie

- das Amtsgericht, wo er einen kostenlosen Beratungsschein für einen Familienanwalt erhielt.
- die Jugend- und Familienberatung
- der Sozialpsychiatrische Dienst der Diakonie
- die Wohnraumberatung im Landkreis
- die Telefonseelsorge
- die Suchtberatungsstelle
- sowie das Sozialamt/ ARGE

Wir stellten zu diesen Stellen den telefonischen Erstkontakt her und begleiteten Salvatore auch dorthin.

Positiv hervorzuheben ist, dass Salvatores Tochter in der Suchtberatungsstelle von einer jüngeren Sozialpädagogin beraten wurde, die einen Wechsel der Einsicht bei der Tochter bewirkte. Auch Salvatore konnte durch diese Beratung lernen, besser mit seinen Ängsten umzugehen.

Nur durch das persönliche Engagement der SHG und unserem gut funktionierenden

Netzwerk, wo wir umgehend Termine erhielten, konnte ihm geholfen werden. Alleine kam er auf dem Weg durch die Ämter nicht weiter.

Salvatore hätte von den Sachbearbeitern mehr Geduld, genaue, geduldige Erklärungen und Hilfe beim Ausfüllen der Formulare 4

benötigt.

Außerdem fehlte eine zentrale Stelle, die bei dergleichen komplexen Problemen weiterhilft.

## **1.2 Praktische Alltagsprobleme**

Probleme unserer Gruppenmitglieder ergeben sich auch bei der Bewältigung des Alltags nach der Trennung

So muss nach der Trennung erst einmal die rechtlich-finanzielle Situation geklärt werden.

Zu uns kommen immer wieder Frauen, deren Noch-Ehemänner keinen, zu wenig oder unregelmäßig Trennungs- und Kindesunterhalt bezahlen.

Häufig gibt es Querelen um die Besuchsregelung, worunter alle Beteiligten leiden.

Die SHG kann hier nicht helfen, da Rechtsberatung nur durch zugelassene Anwälte erfolgen darf.

Das heißt, die Zusammenarbeit mit Profis ist auch hier dringend notwendig. Für uns sind dies Familienanwälte und Familienmediatoren, da hier weniger die Gefahr besteht, dass diese Fälle auf dem Rücken der Kinder streitig ausgetragen werden.

Gerade jüngere Frauen auf dem Land mit Kleinkindern klagen über eingeschränkte Mobilität, da sie keinen Babysitter finden oder bezahlen können, um die SHG zu besuchen.

### **Beispiel aus der Gruppenarbeit:**

Maria, in Trennung lebend, 5 Kinder

Der Ehemann Marias übernahm in 22 Jahren Ehe alle Ämter- und Bankgeschäfte mit den Worten „Das kannst Du ja sowieso nicht, kümmere Dich lieber um die Kinder.“ Marias Selbstwertgefühl sank mit den Jahren immer tiefer und bekam durch die Trennung und der neuen, jüngeren Partnerin des Ehemannes einen

zusätzlichen Tiefschlag. Maria klagte über große finanzielle Probleme, da der Unterhalt für sie unregelmäßig vom Ehemann überwiesen wurde. Zusätzlich sollte sie noch auf Drängen des Ehemannes aus dem gemeinsamen Haus ausziehen. Verschiedene Kreditschulden waren auch noch abzutragen. Sie fragte bei zwei Anwaltskanzleien nach, welche Kosten bei einer Scheidung ungefähr auf sie zukommen würden. Von den „Ca.-Kosten“ war sie schon von der Untergrenze her eingeschüchtert. Deshalb wagte sie nicht, rechtliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Sie wurde bei beiden Kanzleien nicht auf die Möglichkeit eines Beratungsscheines hingewiesen.

Maria hatte wegen ihrer angespannten finanziellen Situation verschiedene Putzstellen übernommen, was der Ehemann erfuhr und somit den sowieso unregelmäßig gezahlten Trennungsunterhalt komplett einstellte.

### **Marias Probleme mit Profis aus ihrer Sicht**

Der einfache Hinweis, bei sehr geringem Einkommen, einen Beratungsschein beim Amtsgericht zu beantragen, hätte Maria schon in der ersten Phase mehr Sicherheit gegeben. Die Folge war, dass sie auch die langen Wartezeiten bei der Schuldnerberatung weiter nach unten zogen und sie somit Hemmungen hatte, weitere Ämter aufzusuchen. Auch durch die langen Wartezeiten bei Psychologen fühlte sie sich noch mehr alleingelassen und sah wenig Zukunftsperspektiven für sich und ihre 5 Kinder. Zusätzlich belastete sie, dass ihr Mann den Kindern mit dem Geld, das er ihr vorenthielt alle materiellen Wünsche erfüllte, um diese so auf seine Seite zu ziehen. Die Kinder waren ihr gegenüber unzufrieden, da sie auf deren Wünsche wegen ihrer finanziellen Not nicht eingehen konnte. Maria war mit allen schulischen Problemen der Kinder, welche durch die Trennungssituation entstanden waren, alleingelassen.

Auch bei der ARGE konnte ihr wenig Hoffnung auf Wiedereingliederung in das Berufsleben gemacht werden. Da Maria auf Grund ihres geringen Selbstwertgefühles von sich aus

nicht nachhakte, was es für andere Möglichkeiten gäbe, wurden ihr auch von der ARGE keine Alternativmöglichkeiten angeboten. In solch schwierigen Situationen ist es notwendig, dass auch Profis in Ämtern die Zeit und Geduld haben, umfassende Beratung zu geben.

### **Erst in der Gruppe erfuhr sie verschiedenste Hilfsmöglichkeiten.**

Wir haben sie auf die Möglichkeit, beim Amtsgericht einen Beratungsschein beantragen zu können, hingewiesen. Durch persönlichen Kontakt der SHG erhielt sie umgehend einen Termin beim Familienanwalt, der sofort den Trennungsunterhalt sowie den Kindesunterhalt beim Ehemann anmahnte. Guterhaltene Kleidung für sie und die Kinder, erhielt sie kostenlos von der Stelle „Contact e.V.“ in Augsburg. Ebenfalls konnte sie von der „Augsburger Tafel“ bis zur endgültigen Klärung der Situation einmal pro Woche Lebensmittel für den kompletten Haushalt für den symbolischen Preis von 1 € beziehen.

Menschen wie Maria, die seelisch am Boden sind, haben oft nicht die Durchhaltekraft, bei langen Wartezeiten bei Ämtern und Profis immer wieder neue Anläufe zur Klärung ihrer prekären Situation zu tätigen.

Deshalb würden Personen in ähnlicher Situation dringend Begleitung von Profis oder kompetenten ehrenamtlichen Mitarbeitern, gegen Bezahlung benötigen.

### **1.3 Probleme mit der Elternrolle nach Trennung /Scheidung:**

Eltern vergessen, dass sie als Paar auseinandergegangen sind und somit die Kinder aus den Paarkonflikten heraushalten müssen. Sehr oft erleben wir aber, dass von den Kindern erwartet wird, Stellung zu beziehen und dass jeder Partner versucht, diese auf seine Seite zu ziehen. Die Kinder fühlen sich dadurch aber zerrissen und reagieren mit Schulproblemen und

Verhaltensauffälligkeiten. Sie versuchen oft auch die Eltern gegeneinander auszuspielen.

Gerade hier sind Familientherapeuten, Familienmediatoren und Familienanwälte die Ansprechpartner im Profibereich.

Diese Profis sollten insbesondere berücksichtigen, dass Kinder im Familienkonflikt eigene Interessen und Rechte haben.

Immer wieder hören wir jedoch in der Gruppe, dass insbesondere Anwälte, den Konflikt streitig austragen, was oft zu jahrelanger Eskalation führt.

Das Augsburger Netzwerk für Trennung und Scheidung ist ein Zusammenschluss, der am familiengerichtlichen Verfahren beteiligten Berufsgruppen, wie Mediatoren, Anwälten, Jugendamt, Richtern, Sachverständigen und Beratungsstellen.

Das Netzwerk will mit besseren Verfahrensabläufen Folgebelastungen, der von Trennung und Scheidung betroffenen Kinder möglichst gering halten. Es orientiert sich an dem „Cochener Modell“.

Den Kindern sollen auch nach der Trennung der Eltern, Vater und Mutter als Ansprechpartner und Bezugspersonen erhalten bleiben. Die Auseinandersetzungen der Eltern sollen nicht mehr auf dem Rücken der Kinder ausgetragen werden.

Den Kindern soll das von Loyalitätskonflikten verursachte Leid, das massivste Entwicklungsbeeinträchtigungen hervorrufen kann, erspart werden.

Um unsere Ziele erreichen zu können, ist es unerlässlich, dass das Netzwerk möglichst

- **rasch** bei Konfliktlagen
- **mit konstruktiven**, statt mit streitverschärfenden Strategien engmaschig und kooperativ auf die Eltern zugeht.

**Beispiel aus der Gruppenarbeit:**



Karl, geschieden, 2 Kinder, Ehefrau Borderlinerin mit längeren Klinikaufenthalten. Bei der Scheidung wurde das Sorgerecht für die beiden Söhne dem Vater zugesprochen. Die Mutter hat kurz nach der Scheidung wieder geheiratet und versucht seitdem das alleinige Sorgerecht für beide Kinder zu erzwingen.

Sie instrumentalisiert die Kinder, verunglimpft den Vater vor den Kindern, emotionale und materielle Erpressung der Kinder gehören zu ihren Strategien. Der 7-jährige Sohn wurde daraufhin Bettnässer, entwickelte Lernprobleme und zeigt immer massiver werdende Verhaltensauffälligkeiten.

### **Karls Probleme aus seiner Sicht mit Profis:**

Seit drei Jahren eskaliert die Auseinandersetzung um das Sorgerecht durch parteiische Anwälte. Jegliche Versuche von Seiten Karls, die Eskalation des Konflikts zu mindern, scheitern. Mittlerweile ist eine Verfahrensanwältin für die Kinder eingeschaltet. Ein Familiengericht empfahl, bezugnehmend auf ein psychologisches Gutachten, eine Familientherapie.

Karl hatte nach jeder Sitzung das Gefühl, dass seine Einwände nicht gehört wurden und dass er nicht genug Zeit erhielt, seinen Standpunkt klar darzulegen. Karl beklagte sich, dass seine Frau bei den Sitzungen den größten Teil der Redezeit für sich in Anspruch nahm, was zu weiterer Eskalation führte.

Während der Sitzungen konnte nach Karls Worten die Kommunikationsfähigkeit zwischen beiden Elternteilen nicht so verbessert werden, dass die Kinder aus den Machtkämpfen herausgehalten werden konnten.

Karls dringender Wunsch war von Anfang an, dass der Beziehungskonflikt auf der Paarebene geklärt werden sollte und nicht auf der Elternebene. Karl litt mit den Kindern, wenn diese nach den Wochenendbesuchen bei der Mutter aufgewühlt und völlig verändert zurückkamen.

Gerade diese Dauersituation wollte Karl in der Therapie bearbeiten, fand aber, nach seiner Meinung, dafür in den Sitzungen zu wenig Gehör.

Deshalb wollte Karl die Therapie abbrechen.

### **Hilfsmöglichkeiten der SHG:**

Hier wurde Karl durch die Gruppe ermuntert, erneuten Kontakt zur Verfahrensanwältin aufzunehmen und ihr seine Sicht, die bei der Therapie nicht gehört worden war, darzulegen. Das Ergebnis war, dass die Gespräche wohl unter falschen Vorzeichen geführt worden waren, was dazu führte, dass das Ehepaar bei einem anderen Familientherapeuten eine Therapie begann, um die Kommunikation zwischen sich zu verbessern, damit der Konflikt nicht weiter zu Lasten der Kinder ausgetragen würde. Die Kinder sollen nun zusätzlich Hilfe bei einem Jugendpsychologen erhalten.

## **2.Ausblick und Wünsche an das professionelle System sowie an die Politik**

### **Wir wünschen uns:**

a.) die Aufnahme der psychosozialen Selbsthilfegruppen in die finanzielle Förderung durch den Freistaat Bayern.

Bisher wurde uns immer nur gesagt, es sei kein Geld da, aber wir wollen euch ideell fördern.

b.) die Aufnahme in das Netz der Krankenkassenförderung regelmäßige Kontakte zu Profis, wie Ärzten oder Psychotherapeuten, z.B. Vortragsabende organisieren, bzw. finanzieren.

Es wurden zweimal im vergangenen Herbst von der Seko und der Augsburger Kontaktstelle gemeinsam mit den SHGs zu einem Erfahrungsaustausch eingeladen. Bei Anfragen unserer SHG, erfuhren wir viel freundliches Interesse, doch die Teilnahme wurde sehr häufig aus Zeitmangel abgelehnt. Mit den wenigen Profis, die kamen, besteht bis heute ein reger

Erfahrungsaustausch.

d.) Gerade Profis aus dem psychosozialen Bereich hätten über Jahre hinweg den Augsburger Selbsthilfegruppentag, der auch frühzeitig in der Presse angekündigt worden war, aufsuchen können, bislang wurde aber kaum Interesse an unserem Stand bekundet.

e.) Professionelle können nicht die Arbeit sozialer SHGs leisten , aber umgekehrt auch die SHGs nicht die der Profis.

Unsere SHG „Partnerschaftskrise, Trennung, Scheidung“ hat sehr gute Erfahrungen unter anderem mit einer Psychologin gemacht, die Frauen in Trennungssituationen, die bei ihr in Behandlung sind, als ergänzende und unterstützende Maßnahme in unsere Gruppe schickt. Diese Frauen stabilisieren sich sehr rasch.

Wir würden uns eine solche Zusammenarbeit, **ohne Konkurrenzdenken**, auch von anderen Profis wünschen.

f.) Gute Selbsthilfegruppenarbeit braucht qualifizierte Fortbildungen und Supervisionen. Bisher bezahlten wir dies überwiegend aus eigener Tasche. Auch hier hilft uns nicht die ideelle Förderung, sondern finanzielle Hilfe weiter.

Anzumerken sei noch, dass ehemalige Mitglieder unserer Selbsthilfegruppe neue Teilnehmer, die Hilfe brauchen, kompetent zu Ämtern begleiten, beim Ausfüllen von Formularen helfen, Babysitting bei den jüngeren Teilnehmerinnen übernehmen.

Wir hatten immer wieder Fälle, bei denen, sich in Trennung befindliche Frauen, ohne soziales Umfeld, die mit starken Depressionen an einem Tiefpunkt angelangt waren, an ihrem Ort keine sofortige Aufnahme in der Tagesambulanz fanden. Durch ihre krankheitsbedingte Antriebslosigkeit konnten sie die Dringlichkeit der Aufnahme nicht klar vermitteln und wurden abgewiesen, da im Moment keine Plätze frei waren.

Mitglieder der Gruppe boten sich an, diese Frauen am nächsten Morgen zu Hause abzuholen und ins BKH nach Augsburg zu begleiten. Sie standen ihnen bei der Aufnahme zur Seite und gaben Rückhalt und Unterstützung. Auch wurden diese Frauen während des Klinikaufenthaltes von Gruppenmitgliedern besucht und gestützt

Meinen besonderen Dank möchte ich der Kontaktstelle der Selbsthilfegruppen Augsburg, im Besonderen der Leitung Frau Seidel, die mir und der Gruppe alle, in ihrer Möglichkeit liegende Unterstützung zukommen ließ, aussprechen.  
Ebenso möchte ich mich bei der der Seko Würzburg bedanken, die mir ermöglicht hat, die Probleme einer **psychosozialen Selbsthilfegruppe** in diesem Rahmen darzulegen.

Ein herzliches Dankeschön für Ihre Aufmerksamkeit!