

„Manche werden abgehängt“

Dr. Dirk Greverus über die Gefahren sozialer Isolation und wie das Coronavirus die Psyche der Menschen verändert

Bei einigen Menschen lösen die Corona-Krise und der Lockdown schwere psychische Probleme aus. Experten sind sich sicher, dass Corona viele Menschen nachhaltig verändert wird.
Foto: AdobeStock/H. Küverling

„Zu Anfang der Krise fiel das auch gar nicht weiter auf, da ja niemand groß rausgegangen ist.“

Dirk Greverus, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie

„Um alles aufzufangen und alles leisten zu können, bräuchten wir mehr Personal.“

Andrea Schönmehl, Haus für Jugend- und Familienhilfe

„Das Digitale ersetzt einfach nicht das Persönliche.“

Anja Jäger, Caritasverband Worms

WO GIBT ES HILFE?

► In Worms gibt es viele verschiedene **Hilfsangebote** für Betroffene und Angehörige. Die **gesamte Broschüre** mit vielen Links und Telefonnummern findet man unter www.worms.de unter der Rubrik **Gesundheit, Beratung, Soziales**.

► Die erste Anlaufstelle für Menschen, die unter einer Depression leiden, sind die **Hausärzte** oder andere **Beratungsstellen**.

► Weitere Informationen zur **DRK Tagesklinik** unter Telefon 06241-946570 oder unter www.drk-tk-worms.de.

► Weitere Informationen zum **Psychosozialen Zentrum der Caritas** unter Telefon 06241-2061737 oder www.caritas-worms.de/caritasworms.

► Weitere Informationen zum **DRK Haus für Jugend- und Familienhilfe** unter Telefon 06241-20430 oder unter www.kijufa.drk-rlp.de/hajufa_worms.html

Von Lili Judith Oberle

WORMS. Die Straßen sind fast menschenleer. Einzelne eilen schnell in ein Geschäft, das offen hat, um das Nötigste einzukaufen. Masken, Mützen und Schals verdecken Gesichter. Das Lächeln verschwindet dahinter. Das Leben, das wir vor Corona kannten, scheint im Moment ganz weit weg zu sein.

Die Corona-Krise ist eine Phase – die vorbei gehen wird. Bei vielen hinterlässt sie Spuren – bei einigen mehr als bei anderen.

Als Dr. Dirk Greverus im Herbst durch die Wormser Innenstadt läuft, merkt er es zum ersten Mal: Menschen reden laut vor sich hin. Was der leitende

Arzt der DRK Tagesklinik aus Großstädten wie Berlin kennt, sieht er jetzt auch in Worms – zwar nur vereinzelt, aber es erschreckt ihn. Vor Corona gab es das in Worms nicht.

Hat die Krise die Menschen verändert? Für den Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sind das Anzeichen von Schizophrenie. Was den Menschen fehle, sei das Korrektiv – der Ausgleich und die Interaktion mit anderen. „Ohne das verlieren wir uns in einer wahnhaften Welt, neigen zu paranoidem Denken.“

Greverus ist überzeugt, dass die Krise die Menschen verändert hat und sie weiter verändern wird. „Sich persönlich zu treffen, ist wichtig. Die Mimik

ist wichtig“, sagt er. Das ist es aber auch, was im Moment nicht erlaubt ist. Eine Therapie mit Maske oder übers Telefon?

„Das geht nicht“, sagt er. In seiner Tagesklinik finden Gespräche deshalb immer noch persönlich statt – auf Abstand zwar, aber ohne Maske. Natürlich gibt es auch Menschen, die Angst haben. Für sie ist das eine ausweglose Zwickmühle: Mit Angst zum Termin kommen oder ohne Hilfe zu Hause bleiben. Letzteres sei sehr gefährlich, meint der Arzt. Greverus spricht von Chronifi-

zierung – also davon, dass die Krankheit, wenn sie nicht behandelt wird, für immer bleiben wird. „Vor allem der erste Termin ist deshalb immens wichtig.“

Eine Gefahr sieht er vor allem auch bei depressiven Patienten. Sie sehen es als große Hürde, nach draußen zu gehen, sich mit anderen Menschen zu treffen. „Zu Anfang der Krise fiel das auch gar nicht weiter auf, da

ja niemand groß rausgegangen ist.“ Wenn sonst Menschen gut gelaunt durch die Stadt schlenderten, fühlten sich Depressive oft ausgegrenzt. Weil sie erken-



Dr. Dirk Greverus
Foto: Greverus

„Die Entwicklung stagniert“

Andrea Schönmehl und ihr Team sind bei der Betreuung oft am Limit

Von Lili Judith Oberle

WORMS. Rausgehen, sich mit anderen Menschen treffen – mit „gesunden“ Kontakten. Damit sollten sich die Jugendlichen, die Andrea Schönmehl betreut, beschäftigen. Doch die Türen sind verschlossen – wegen Corona. Im Haus für Jugend- und Familienhilfe des DRK in Worms ist die Lage dramatisch. In den Wohnheimen werden psychisch beeinträchtigte Jugendliche betreut und bei der schulischen und beruflichen Reintegration, also der Wiedereingliederung in das soziale Leben, unterstützt. Während Corona ist das keine leichte Aufgabe.

Doch statt sich weiter zu entwickeln, machen die Jugendlichen eher Rückschritte, sagt Schönmehl. Sie bemerkt, dass die Problematik wieder in den Vordergrund tritt. Die Entwicklung stagniere. Sie ziehen sich zurück. „Die Jugendlichen sind in ihren Zimmern, tauschen sich untereinander weniger aus und haben kaum Kontakte“ – nur innerhalb der Einrichtung und auch nur, wenn sie nicht in Quarantäne sind.

Einen Corona-Fall habe es in den Wohnheimen bislang nicht gegeben, sagt Schönmehl. Doch die Jugendlichen wollten nach draußen und sich mit anderen tref-

fen. Da ist es auch kein Wunder, dass manche einfach das Haus verlassen. Wer zurückkommt, müsse in Quarantäne und einen Corona-Test machen. „Die Jugendlichen sehen die Gefahr nicht, sie kennen keinen, der das Virus hat“, sagt sie. Corona sei in der Einrichtung zwar oft Thema, doch das Verständnis für die Maßnahmen fehle bei manchen Jugendlichen. Deshalb tauchen sie wieder in alte Muster ein. Auch Besuche, wie die der Eltern, seien viel schwieriger geworden.

Die Entwicklung der Kinder sei nur schwer voranzutreiben. Die pädagogische Arbeit gleiche im Moment eher dem Feuerlöschen.

Gerade wenn ein Bewohner in Quarantäne sei, komme man nicht so gut an ihn heran. Die Folgen aus der Einsamkeit: Depressive Hilflös müssen die Betreuer dabei zusehen. Ein solcher Rückzug verändere den Kontakt zueinander.

Ein weiterer schwerer Einschnitt ist die Betreuung in der Schule. Unter normalen Umständen begleiten die Mitarbeiter die Kinder bei der Wiedereingliederung in eine externe Schule. Die Schüler sind deshalb erst einmal neu dort. Home-schooling erschwere das aber zusätzlich. „Wir müssen näher an den Jugendli-

chen dran sein“, meint Schönmehl. Jedes Kind individuell zu begleiten, sei nur schwierig zu leisten und oft eine echte Herausforderung. Wenn dann ein Kind in Quarantäne müsse, sitze es alleine vor dem Computer, müsste dabei aber eigentlich betreut werden. „Wir sind da manchmal echt am Limit.“

Auch den Kindern tue das nicht gut. Viele fühlten sich alleine gefangen und entwickelten sich rückwärts. Negative Nachrichten schürten die Angst der Kinder in Quarantäne zusätzlich. Das führe zu Depressionen.

Andrea Schönmehl und das Team wollen den Jugendlichen deshalb mehr Alternativen und Angebote bieten. Gespräche führen sie dabei mehr als zuvor, doch nach draußen geht es kaum: Der Platz ist begrenzt. Wenige Möglichkeiten, sich zu entfalten – denn nach draußen dürfe man nicht in der Gruppe. Schönmehl hofft auf Lockerungen, die Kinder sollen wieder mehr gemeinsam machen dürfen: Sport machen, Fußballspielen, Spazierengehen. „Das, was sie so gerne machen.“

Die Skifreizeiten fallen ja ohnehin aus. „Alles, was gemeinschaftsfördernd ist, fehlt gerade“. Das mache allen zu schaffen. Doch was fehlt, ist ein geeigneter Platz – und ein größeres Team. „Um alles aufzufangen und alles leisten zu können, bräuchten wir mehr Personal“, sagt sie.



Andrea Schönmehl
Foto: Schönmehl

Menschen ein Ohr geben

Anja Jäger vom Caritasverband über Doppelbelastung und Hoffnung

Von Lili Judith Oberle

WORMS. Das iPad klingelt um 16 Uhr. Pünktlich zur digitalen Verabredung. Noch vor Corona wäre dieses Gespräch sicherlich an einem Tisch bei der Caritas in der Renzstraße geführt worden. Heute ist es digital. Und obwohl es für viele schon zur Gewohnheit gehört, sich jetzt digital zu sehen, sind Mimik und Gestik ganz anders. „Das Digitale ersetzt einfach nicht das Persönliche“, sagt Anja Jäger vom Caritasverband über ein Videogespräch. Aber „irgendwie halten wir Kontakt.“

Das ist ihr besonders wichtig. Denn vor allem Menschen mit psychischen Problemen leiden unter der jetzigen Situation. Während der erste Lockdown für viele eine Art Auszeit gewesen sei, zögen die erneuten Einschränkungen durch Corona diese Menschen erneut in eine Depression. Sie sind verunsichert und ratlos.

Anja Jäger hilft diesen Menschen im Psychosozialen Zentrum des Caritasverbandes. Gespräche, die sie normalerweise persönlich führt, müssen jetzt auch digital stattfinden. „Etwa die Hälfte der Klienten kommen in die Tagesstätte, die andere Hälfte erhält Arbeitspakete, wird über Spaziergänge, Videochat oder Telefonate betreut.“

Doch das reicht vielen nicht. An Orten wie bei der Caritas, an denen normalerweise der Kontakt das A und O ist, herrscht jetzt Stille. Wenig Kontakt, denn nur wirklich notwendige Treffen finden statt. Viele Menschen verlassen nicht mehr ihr Zuhause. Jäger sieht besonders

bei ihnen die Gefahr, in eine erneute Depression zu fallen. Was fehlt, sind Kontakte. „Die Klienten wollen wieder ohne Bauchgrummeln andere treffen“, sagt sie. Auch bei den Menschen, die noch in die Renzstraße kommen, werde auf Abstand und Hygienemaßnahmen geachtet. Manchmal müsse man auch einschreiten. Eine Klientin habe sich bei der „Übergabe“, gerne noch mit einer anderen unterhalten wollen. Eigentlich eine sehr positive Entwicklung, doch das hätte man nicht zulassen können. Das habe Jäger sehr getroffen.

Trotz allem ist sie froh, dass es überhaupt noch die Möglichkeit gibt, persönlich im Kontakt zu sein. Große Büroräume und ein Außenbereich mit Decken sorgen bei der Caritas dafür, dass sich die Mitarbeiter, wenn nötig, noch mit den Klienten persönlich treffen können. Aber immer nur zu zweit, betont sie. „Sich im Innenhof zu treffen, hängt stark von den Temperaturen ab.“ Was hier helfen würde? „Ein Infrarot-Strahler, mit dem man es länger draußen aushält“, sagt sie und fügt hinzu: „Die Mitarbeiter sind schon mal ein paar Stunden draußen, wenn sie mehrere Klienten nacheinander betreuen“. Da wäre so etwas eine große Hilfe.

Bei allen Treffen, die persönlich stattfinden, müsse man sich fragen: Ist was wirklich notwendig? Was riskiere ich dabei und wie kann ich mich als

Mitarbeiter schützen? Das sei sehr schlimm, denn „Wir wollen ja unbedingt mehr mit unseren Klienten in Kontakt sein. Nicht jeder könne gleich gut mit dem Digitalen umgehen. Bei manchen klappe es besser als bei anderen. Die ganze Corona-Krise gehe aufs Gemüt. Für Menschen mit psychischen

Problemen sei es eine Doppelbelastung. Viele haben Existenzängste und die Unklarheit mache sie fertig. „Sie wissen nicht, wie es weiter geht.“

Wie Jäger ihnen hilft? Zuhören und füreinander da sein, den Menschen ein Ohr geben, sagt sie. Es sei keine leichte Zeit, für niemanden. Aber wenn der Frühling komme, mache er vieles wieder besser, hofft sie. Manchen, die sich zurückgezogen hätten, helfe auch mal ein kurzes Telefonat.

Es werde noch eine Weile dauern, bis sich nach der Krise alles wieder einigermassen eingespielt habe. „Die Pandemie bleibt aber eingegraben“, ist sie sich sicher.

Eine Sache gibt Anja Jäger immer wieder Hoffnung. „Die Menschen sagen zu mir oft: Wenn Corona vorbei ist, dann machen wir das wieder“. Das sei ein Lichtblick, die Menschen haben Träume und Ziele. Sie glauben daran, dass man sich irgendwann wieder treffen und nah sein kann – ohne sich nur am Bildschirm, ganz entfernt zum Abschied eines Videotelefonats zuzuwenden.



Anja Jäger
Foto: Jäger