

Vieles findet im Kopf statt

Niklas Buscholl möchte eine Selbsthilfegruppe gründen

im Lüchow-Dannenberg. Wenn Niklas Buscholl auf der Bühne steht, dann ist ihm nichts peinlich. Das Improvisieren fällt ihm leicht, und er geht auf seine Mitmenschen zu – ganz ohne Scheu. „Das Theaterspielen hilft mir sehr. Es schult, und es hilft dabei, aus sich herauszukommen“, beschreibt der 29-jährige Wendländer seine Leidenschaft. Überhaupt – eine Leidenschaft zu haben sei wichtig, besonders für Menschen wie ihn, wie er selbst sagt. Denn Niklas Buscholl leidet an Depressionen, Ängsten und Zwängen – und das seit seiner Kindheit. Behandlungen und Therapien habe er schon viele gehabt. Im vergangenen Jahr sei er in einer psychosomatischen Klinik gewesen, in Berlin. „Ich wollte mir noch einmal richtig helfen lassen. Dort war die Gemeinschaft unter den Patientinnen und Patienten ganz gut. Ich habe mich aufgehoben gefühlt, was das anging. Zu den Therapeuten habe ich allerdings keinen richtigen Zugang gefunden“, blickt Buscholl zurück. Den richtigen Therapeuten zu finden, sei noch mal eine ganz andere Sache und nicht leicht, weiß er aus Erfahrung.



Sina Strauchmann ist die Koordinatorin der Selbsthilfekontaktstelle und Ansprechpartnerin für alle, die eine Selbsthilfegruppe suchen oder gründen möchten.

Aufn.: A. Beckmann

„Aber mir wurde dort klar, dass es auf die Gemeinschaft ankommt. Dass man Menschen findet, die in einer ähnlichen Situation sind“, betont er. Daher habe er sich entschlossen, in Lüchow-Dannenberg eine Selbsthilfegruppe

zu gründen für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Mit Unterstützung von Sina Strauchmann, der Ansprechpartnerin der Selbsthilfekontaktstelle.

„Mir ist schon klar, dass es solche Gruppen gibt, aber ich

würde mich gerne mit jüngeren Betroffenen austauschen. Ich war schon in Gruppen mit älteren Menschen und empfand es als schwierig. Es gab Generationenkonflikte“, resümiert er. Anbieten will er diese Gruppe für junge Erwachsene ab 18 Jahren. Unter dem Motto „Sweet but psycho“ solle es um Themen wie Depressionen, Ängste und Zwänge sowie um Borderline gehen. Bei ihm selbst etwa würde vieles im Kopf stattfinden. Er leide an einem Ordnungszwang, und die Gedanken würden oft umherkreisen. „Mittlerweile kenne ich die Muster und weiß damit umzugehen“, erklärt er. In der Selbsthilfegruppe wünsche er sich einen fröhlichen und humorvollen Umgang mit den Erkrankungen. „Und natürlich das nötige Finger-spitzengefühl“, betont der Betroffene. Derzeit sei er beim Paritätischen angestellt und betreue einen Rollstuhlfahrer. „Die Arbeit gibt mir Kraft“, sagt der gelernte Erzieher und Kaufmann. Wer Interesse an einer Gruppe hat, kann sich unter niklas.buscholl@gmx.de melden sowie bei Sina Strauchmann unter (05841) 9747377.