

Feuer und Asche

Ein Bericht über das Regensburger Fortbildungsseminar

Die Manie ist das Feuer, die Depression die Asche der Erkrankung. Mit diesem Bild, im Original von A. Koukopoulos¹, beschrieb Hr. Dr. Matthias Dobmeier (Psychiatrische Tagesklinik Cham) wirkungsvoll die beiden gegensätzlichen Pole der bipolaren Störung (früher auch manisch-depressive Erkrankung). Er leitete zusammen mit Fr. Dipl.-Psych., Dipl.-Theol. Rita Schmid (Bezirksklinikum Regensburg) und Hr. Horst Giesler von der DGBS e.V. ein Seminar speziell für Angehörige unter dem Titel „Bipolare Störungen – Zwischen Manie und Depression, wenn auch die Angehörigen gefangen sind.“

Etwa 15 Angehörige folgten im Februar 2008 der Einladung vonseiten der DGBS ins Bezirksklinikum im bayrischen Regensburg, um sich gemeinsam fortzubilden und auszutauschen. Nach einer herzlichen Begrüßung stellten die Teilnehmer sich und die Krankheitsgeschichte ihrer Angehörigen vor. Mit dem dabei deutlich gewordenen, sehr breiten Spektrum unterschiedlichster Krankheitsausprägungen fiel es Dr. Dobmeier nicht leicht, seine Zusammenfassung zum derzeitigen Stand der medizinischen Bewertung der bipolaren Störung ohne Unterbrechung vorzutragen – unzählige auf der Seele brennende Zwischenfragen bewegten ihn zu verschiedenen Exkursen, die er aber stets gerne antrat. Gerade auch beim Thema Medikation wurde deutlich, dass die anwesenden Angehörigen oft bereits zu Experten der Krankheit geworden waren. Doch sind es nicht nur die richtig eingesetzten Medikamente, die eine wirksame Behandlung, welche nach Dr. Dobmeier in den meisten Fällen durchaus ein symptomfreies Leben bedeutet, ausmachen. Ein wichtiges Element ist die sogenannte Psychoedukation², auf deren Grundlage weitere (Psycho-)Therapien aufbauen können. Hr. Giesler, Sprecher der DGBS Angehörigeninitiative, appellierte in diesem Zusammenhang an die Teilnehmer, den unbedingt notwendigen Dialog zwischen Arzt, Patient und Angehörigen einzugehen und aktiv zu begleiten. Der Tag klang nach soviel teils schwer verdaulicher psychischer Kost mit einem gemeinsamen Abendessen im gemütlichen Ambiente der Uni-Pizzeria Regensburg entspannt aus.

Am zweiten Tag fanden sich die Teilnehmer erneut ein, um sich zusammen mit der erfahrenen Diplom-Psychologin Rita Schmid den Herausforderungen der Kommunikation mit dem Erkrankten zu stellen. Nach der ausführlichen Vorstellung verschiedener Methoden einer verbesserten Kommunikation mit dem Patienten durch Frau Schmid wurden unter dem Motto einer phasenabhängigen, symmetrischen Kommunikation Kleingruppen gebildet, die sich verschiedenen Gesprächssituationen widmeten: Aggression, Schweigsamkeit, fehlende Krankheitseinsicht. Nach der Beratung im kleinen Kreis, bei der es um Belastungsfaktoren, richtige und falsche Strategien ging, wurden die Ergebnisse im Plenum präsentiert und diskutiert. So konnten in Form von Verhaltensstrategien einige ‚Patentrezepte‘ zumindest für den kommunikativen Umgang mit dem Erkrankten ausgestellt werden – was von vielen Angehörigen bereits im Vorfeld herbeigesehnt und somit sehr begrüßt wurde.

Zum Abschluss zog Hr. Giesler stellvertretend für alle Teilnehmer ein kurzes Resümee: alleine geht nichts, man braucht eine „Koalition von echten Verbündeten mit kurzen Wegen“. Anschließend wurde die Feedback-Runde eingeläutet, welche noch einmal die Möglichkeit bot, die letzten zwei Tage Revue passieren zu lassen und sich das von der Seele zu reden, was noch (be-)lastete. Mit nach Hause nahmen die Teilnehmer neben dem Hoffnung gebenden Bild vom Tunnel, an dessen Ende Licht und nicht Dunkelheit wartet, einen „Werkzeugkoffer“, so betitelt von Hr. Giesler, gefüllt mit einem Inhalt, der mit Literaturtipps, neuen Strategien, zusätzlichem Fachwissen, und nicht zuletzt neuer Kraft und Hoffnung wertvoller nicht sein könnte.

Das Regensburger Fortbildungsseminar für Angehörige war von einer sehr offenen, dadurch oft emotionalen Atmosphäre geprägt, ein insgesamt – nicht zuletzt auch Dank der vom Bezirksklinikum bereitgestellten, bei der Thematik durchaus notwendigen Verpflegung für Leib und Seele – rundum gelungenes Seminar. In diesem Sinne einen herzlichen Dank an die hochkompetenten Fachleute: Dr. Matthias Dobmeier, der so liebevoll über ‚seine‘ Maniker sprach, Dipl.-Psych. Rita Schmid, die echtes Mitgefühl ausstrahlte, und DGBS Vorstandsmitglied Horst Giesler, der stets zurecht betonte: „Es tut gut, nicht allein zu sein.“

Ein Bericht von Julia Stolpp und Michael Cramer-Fürtig

¹ Dr. Athanasios Koukopoulos ist ein italienischer Psychiater aus Rom.

² Als Psychoedukation wird die Schulung von Menschen bezeichnet, die an einer psychischen Störung leiden. © wikipedia.org