

Fortbildungsseminar für Angehörige, 18. - 19. Juli 2008, Kassel

Bipolare Störungen.

**Zwischen Manie und Depression, wenn auch die Angehörigen gefangen sind.
Informationen und Hilfen für Angehörige.**

Aktiv Handeln durch Hoffnung

Töchter, Söhne, Väter, Mütter, Brüder, Schwestern– bipolar erkrankt mit oder ohne Suchtabhängigkeit. Über 30 Angehörige mit unterschiedlichen „Schicksalen“ und belastet mit persönlichen Erfahrungen und Problemen trafen sich bei sommerlichem Schauerwetter in der Jugendherberge Kassel. Den Profis der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V. (DGBS) gelang es ausgezeichnet, in den knapp 15 Stunden eine konstruktive Gesprächsatmosphäre zwischen allen Anwesenden zu schaffen. Nachfolgend einige persönliche Eindrücke zu den Inhalten:

Viele Fakten hatte ich über Literatur, Internet oder in Gesprächen schon mal gelesen oder gehört. Es wurden jedoch neue Zusammenhänge aufgezeigt und ergänzende Informationen vermittelt. Mich hat die Aussage besonders beeindruckt, dass der Kranke hochsensibel dafür sein soll, welcher Angehörige belastbar ist und welcher eher nicht. Eine gute Antwort auf die Frage, warum immer alles an mir hängen bleiben muss.

- Was soll ich denn noch alles leisten? Nicht nur das Maß der bislang ertragenen Belastung bestimmt, wie offen ein Angehöriger für Selbsthilfe ist. Die Grenzen der Belastbarkeit sind sehr individuell und verschieben sich mit dem Grad der Herausforderung. Abhängig unter anderem von der persönlichen Konstitution, der Unterstützung aus dem sozialen Umfeld, den materiellen Lebensumständen, der bisherigen Leid-Erfahrung und dem Verhältnis zur kranken Person. Für ein so kompliziertes Gebilde kann es kein Patentrezept geben. So hielten es einige Teilnehmer aufgrund ihrer langjährigen Erfahrung für nicht mehr möglich, als Angehörige in Selbsthilfe bei einer Manie oder Depression gegenzusteuern. Während andere noch voller Hoffnung auf die eigene Kraft setzen, bleibt für die erste Gruppe nur noch Verlass auf professionelle Hilfe.
- Zwischen den Erfahrungen der Teilnehmer gibt es viele Gemeinsamkeiten, jeder Fall hat aber auch seine Besonderheiten. Trotz der Parallelen im Krankheitsbild einer bipolaren

Störung muss jeder für sich entscheiden, wie er wann wo was tun kann. Diese Last für den einzelnen Angehörigen wird gemildert durch den „Orientierungskorridor“, den das Fortbildungsseminar vermittelt hat.

- Die Kommunikation zwischen allen (!) Beteiligten ist ein zentraler Punkt für die Problemlösung. Nicht nur bilateral jeweils zwischen kranker Person und Angehörigem sowie Patienten und Arzt sondern auch zwischen Arzt und Angehörigem. Dieser Dialog ist der Schlüssel zur Lösung, auf den in Zukunft noch mehr gesetzt werden muss. Das Zeitfenster für die Heilung des Patienten kann durch den Dialog besser gefunden werden. Die Bedingungen für dialogbereite Angehörige sind jedoch zurzeit noch mangelhaft. Professionellen Helfern stehen für Gespräche mit Angehörigen psychiatrischer Patienten ganze 10 Minuten pro Woche und Patient in der Regelbehandlung zur Verfügung (SCHMID/SPIEßL/CORDING: Zwischen Verantwortung und Abgrenzung: Emotionale Belastungen von Angehörigen psychisch Kranker. Psychat Prax 2005; 32: p. 278).
- Der Themenkanon der Veranstaltung könnte an der einen oder anderen Stelle noch ergänzt werden. So z.B. im Bereich Kommunikation durch die Vermittlung geeigneter Instrumente, mit denen der Angehörige noch besser mit Reaktionen im sozialen Umfeld umgehen kann. Teilnehmer berichteten vom „Todschweigen“ der Krankheit durch Familienangehörige oder dass von der kranken Mutter behauptet worden sei, sie habe einen „schlechten Charakter“. Interessant in diesem Zusammenhang ist, dass sich aktuell eine vom Bipolar Selbsthilfe Netzwerk e.V unterstützte Studie der Universität Bielefeld mit diesem wichtigen Thema beschäftigt.
- Ebenfalls vertieft werden sollte der Aspekt, wie es in Partnerschaften nach einer schweren Depression („Tod ohne Leiche“) oder einer schweren Manie weitergehen kann. Sei es der Abbau von Misstrauen, der Schutz vor „Tretminen“ oder die Lösung von Problemen mit der gemeinsamen (?) Sexualität.
- Die Lobbyarbeit für bipolar Erkrankte und die Arbeit der DGBS ist unverzichtbar. Themen wie dem Stellenabbau in medizinischen Einrichtungen, der fehlenden Beratung für Angehörige und der Stigmatisierung kann nur mit Aufklärung begegnet werden.

Herzlichen Dank an Herrn Dr. Matthias Dobmeier, Frau Tanja Schielein, Diplom Psychologin und dem moderierenden Gastgeber Herrn Horst Giesler.

Eberhard Otto