

Bericht über das Angehörigenseminar:

„Bipolare Störungen – Spagat zwischen helfen wollen und Grenzen setzen“

2. und 3. Dezember 2011 in Kempten

25 Angehörige von Menschen mit Bipolarer Störung waren Anfang Dezember für zwei Tage nach Kempten gereist, um von zwei Experten Hilfestellung und Antworten bei akuten Problemen und Fragen zu erfahren sowie um sich untereinander auszutauschen. Der Empfang von Barbara Wagenblast von der DGBS war sehr herzlich und, auch wenn angesichts der großen Teilnehmerzahl keine individuelle Vorstellung stattfinden konnte, war schnell sichtbar, wie vielfältig das Erscheinungsbild der Bipolaren Störung ist – und wie viele Fragen es daher rund um das Thema gibt.

Der erste Tag stand unter dem Schwerpunkt „Kommunikation“. Gastreferent war Diplom-Psychologe Michael Binzer, der vor Ort im Sozialpsychiatrischen Dienst der Diakonie auch immer wieder mit betroffenen Familien zu tun hat. Zuerst sammelte er die Anliegen der Angehörigen, um sie im Laufe des Tages besprechen zu können. Wer als Angehöriger mit psychisch Kranken kommunizieren will, sollte sich laut Binzer darüber im Klaren sein, wie er mit sich selbst kommuniziert, welche Konflikte es möglicherweise in ihm selbst gibt sowie wie innerlich mobil er selbst ist. Denn als Angehöriger sei man schnell von der Stimmung des Betroffenen abhängig. Wer dann emotional autonom (u.U. mithilfe einer psychotherapeutischen Begleitung) sei und sich immer wieder klar mache, was er selbst täglich leiste, könne besser mit akuten Phasen umgehen. Binzer veranschaulichte im Folgenden verschiedene Kommunikationsfallen und -probleme und gab Tipps, wie und wann man am besten mit dem Betroffenen sprechen kann. Daneben betonte er auch, wie wichtig die Kommunikation mit dem Arzt, der sogenannte Dialog, sei.

Als Gast gesellte sich am Nachmittag ein Betroffener zum Seminar, der in sehr mitreißender Weise erzählte, wie eine starke Depression sein Leben völlig aus den Angeln hob und auf welche Weise er wieder die Füße auf den Boden bekam. Am Abend traf sich, wer wollte, zu einem gemeinsamen Abendessen und formlosen Austausch untereinander.

Am zweiten Tag begleitete Prof. Dr. med. Peter Brieger vom BKH Kempten die Angehörigen. Auch er ließ sich zunächst die brennenden Fragen der Angehörigen nennen und versuchte, im folgenden Vortrag alles zu beantworten. Der Schwerpunkt dieses Tages lag dabei stärker auf medizinischen Themen, wie z.B. typischen Symptomen von Hypo-/Manie und Depression, Früherkennung, Genetik, Medikamenten und möglichen Behandlungsformen (Psychoedukation, Selbsthilfegruppen). Die Schilderung zahlreicher „Fälle“ sowie die vielen individuellen Fragen, die Prof. Brieger beantworten konnte, zeigten den Angehörigen mögliche Wege aus Krisen mit ihren Betroffenen. Ebenso war es sehr gut geplant, dass immer wieder kleine Pausen angesetzt waren, in denen sich die Angehörigen untereinander austauschen konnten. Dies spiegelt auch die sehr gute Beurteilung des Seminars.

NN, Zwei Teilnehmerinnen