

Der individuelle Umgang mit der Erkrankung

Erstmals gab es auf der DGBS-Jahrestagung eine „Meet-the-Expert-Session“, die ausschließlich von Betroffenen bestritten wurde - ein Fortschritt auf dem Weg der Anerkennung der „Experten in eigener Sache“. Zunächst berichteten fünf Betroffene über ihren Genesungsweg, anschließend wurde mit den Besuchern diskutiert.

Kalle Pehe schilderte, wie er nach traumatisierenden Erfahrungen in einer psychiatrischen Klinik (Zwangsmedikation und andere Zwangsmaßnahmen) die Verantwortung für seine Erkrankung und Genesung übernahm und auf die Kraft der Selbsthilfe setzte. So konnte er ohne Medikation zwei weitere Jahrzehnte im Schuldienst arbeiten und ist in seiner Heimatgemeinde eine von Profis, Kollegen, Schülern und Bürgern anerkannte Persönlichkeit der Selbsthilfeszene geworden.

Martin Kolbe erzählte von einem Leben als erfolgreicher Musiker. Er erlebte schwere Zeiten, in denen Manien seine Karriere und sein soziales Umfeld zerstörten, bis er zu der Erkenntnis gelangte, den Rest seines Lebens nicht der Krankheit zu überlassen, sondern aktiv dagegen vorzugehen; individuell angepasst und ebenfalls ohne Phasenprophylaxe.

Anne R. schilderte ihr Erleben einer schon früh eingetretenen Erkrankung. Sie musste, wie es durchaus nicht selten ist, einen Verlauf erleben, der geprägt war von Fehldiagnosen und Fehlbehandlungen. Heute engagiert sie sich in der DGBS - auch mit dem Ziel, dass solche „Fehlverläufe“ seltener werden.

Anke Ziesemer beschrieb ihren Kampf, trotz Betroffenheit im Arbeitsleben zu bleiben und berichtete vom Widerstand und der fehlenden Flexibilität der zuständigen Behörden. Solche Zumutungen, die stur nach Vorschrift vorgehende Ämter psychisch Beeinträchtigten antun, sollte es im Zeitalter von Inklusion nicht mehr geben.

Margret Osterfeld, eine selbst betroffene Psychiaterin, nahm jahrelang Phasenprophylaxe, um nicht aus dem Beruf gedrängt zu werden. Geholfen haben ihr Eigensinn und das Hinterfragen psychiatrischer Theorien. Seit 2007 lebt sie ohne Medikation und ohne erneute Episoden.

Zusammenfassend ist festzustellen, dass Selbstbeobachtung, das Lernen aus den akuten Episoden und die persönliche Krankheitsverarbeitung wesentlich sind für den Genesungserfolg. Dies zeigten auch die vielen Fragen und Beiträge aus dem Publikum. Wieder einmal wurde deutlich, wie verschieden die Verläufe der Erkrankung sein können und wie individuell man ihr begegnen kann bzw. muss. Obwohl hier einige Beispiele gezeigt wurden, bei denen es mit gar keinen oder nur sehr geringen Dosierungen von Medikamenten gelingt, mit der Bipolaren Störung umzugehen, wurde auch betont, dass es in vielen Fällen unverzichtbar ist, Prophylaktika dauerhaft zu verwenden.

Autoren: die Referentinnen und Referenten des Workshops