

# Interview

Die Menschen, denen wir eine Stütze sind, die geben uns den Halt im Leben  
Marie von Ebner-Eschenbach

## **Wege, die sich kreuzten. Seite an Seite mit einem bipolar Erkrankten**

***Sie haben einen Bekannten, der Sie seit einigen Jahren immer wieder kontaktiert, wenn er Unterstützung für die Bewältigung seiner bipolaren Erkrankung sucht. Können Sie uns erzählen, wie es zu dieser Bekanntschaft gekommen ist?***

Die Bekanntschaft ist im Rahmen eines Volkshochschulkurses entstanden und für mich sehr bereichernd, da mein Bekannter über ein außerordentlich umfassendes Wissen verfügt, sehr anschaulich darüber erzählen kann und wir gut miteinander diskutieren können. Zu Anfang ist mir interessanterweise immer wieder mal aufgefallen, dass er an manchen Tagen hektisch und unkonzentriert wirkte.

***Hektisch oder unkonzentriert sein ist doch eigentlich nichts besonderes?***

Für mich erschien es ungewöhnlich, weil bis dahin von ihm immer eine große Ruhe ausging und deshalb war ich so überrascht, dass sich sein Verhalten manchmal plötzlich änderte.

***Hatten Sie den Eindruck, dass es dafür einen auslösenden Grund gab?***

Nein, zunächst nicht. Ich weiß auch gar nicht mehr, wann ich zum ersten Mal darauf gekommen bin, dass etwas anderes dahinter stecken könnte. Ich glaube, dass kam durch ein früheres Erlebnis, dass ich mit der Tochter meiner Freundin hatte, die mitunter ähnliche Verhaltensmuster zeigte. Ich wurde neugierig und hinzu kam eine Fernsehsendung über bipolare Erkrankungen. Daraufhin habe ich an den Fernsehsender geschrieben, sie möchten mir Unterlagen schicken. Ich erhielt ein Literaturliste in der u.a. auch das Buch „Meine ruhelose Seele“ von K. R. Jamison aufgeführt war. Nachdem ich es gelesen hatte wurde mir klar, dass die Verhaltensweisen, die ich bei meinem Bekannten beobachtete, in den Bereich bipolarer Störungen passen könnten, woraufhin ich mir dann weitere Informationen beschaffte.

***Wie konnten Sie diese Informationen für sich nutzen?***

Ich lernte sehr viel mehr Geduld und sehr viel mehr Einfühlungsvermögen zu haben und nicht immer gleich ungeduldig zu werden, sondern mich zurückzunehmen. Bei neuen Erlebnissen mit meinem Bekannten setze ich mich zu Hause hin und suchte in der Literatur nach ähnlichen Situationsbeschreibungen, um festzustellen welche Fehler ich gemacht hatte und wie ich reagieren sollte, um den Kontakt zu ihm zu behalten.

***War Ihnen der Kontakt zu Ihrem Bekannten denn so wichtig?***

Ja, er war mir schon wichtig, denn ich wusste inzwischen viel von ihm, seinem enormen Wissen, seiner Familie und es ist ja immer so, wenn man einen guten Gesprächspartner hat, dann möchte man ihn nicht missen und möchte den Kontakt aufrecht erhalten.

***Und wie ist es Ihrem Bekannten dann weiter ergangen?***

Ja, das Bild wurde sehr viel krasser, er hatte ja auch viele Schwierigkeiten mit seiner Familie und im Freundeskreis, die an die Substanz gingen. Dabei hat er mich manchmal um Hilfe gebeten.

***Welche Hilfe wollte er haben?***

***Nur mich als Menschen. Ich hatte das Gefühl, er brauchte mich als Menschen, um nicht allein zu sein. Können Sie ein paar Beispiele schildern über Begebenheiten in solchen Phasen?***

Ja, ich bin hingegangen, wenn er mich gerufen hat, z. B. sind wir gemeinsam ein ganzes Stück gelaufen oder haben irgendwo etwas getrunken. Ich habe zugehört und niemals eingewirkt, das hatte ich aus meiner Literatur entnommen, dass so etwas in dieser Situation keinen Zweck hat. Ich habe ihn so sein lassen wie er ist und versucht, dass er keine groben Fehler macht. Es ist besser, man ist einfach nur da. Und was ich bei solchen Treffen beobachtete und an ihm bisher nicht kannte war, dass er sich z. B. zu den Kellnern übertrieben kumpelhaft verhielt, aber nie aggressiv. Einmal ist es in einem Lokal passiert, als er auch wieder ein bisschen hektisch reagierte, aber nett hektisch, dass die Bedienung mich fragte: „Kennen Sie den schon lange?“, woraufhin ich sagte: „Welchen von den beiden meinen Sie denn?“ und ich glaube es wurde verstanden was ich meinte. Einmal wollten wir mit dem Taxi zu seinem Arzt fahren. Er weigerte sich anzuschnallen und als der Taxifahrer darauf bestand, da ist er während der Fahrt einfach ausgestiegen. Der Taxifahrer meinte natürlich, er wäre betrunken, so wirken diese Menschen dann in ihrer manischen Phase. Als ich das Taxi dann stoppen ließ, sagte der Fahrer: „Ach wollen Sie ihn jetzt wieder auffangen?“ und ich sagte: „Ja, das möchte ich“. Das war mir wichtig, wenn ich da war, konnte ich diese Dinge mildern.

***Wie ist diese Geschichte weiter gegangen, ist die Belastung für Sie immer größer geworden?***

Also die Belastung war nicht klein, die war schon groß, denn seine Bereitschaft professionelle Hilfe anzunehmen war gleich Null. Diese Ablehnung hing mit den Erfahrungen zusammen, die er bei seiner Schwester, die auch manisch-depressiv erkrankt ist, beobachtet hatte. Deshalb versuchte ich, die Häufigkeit unserer Treffen zu forcieren, denn ich hoffte einen Ansatzpunkt zu finden. Wenn es sich ergab, bemühte ich mich, das Wort Therapie oder Tablette oder Ähnliches ins Gespräch zu bringen. Aber ausschlaggebend war der Hinweis der DGBS e.V. auf den Tag der offenen Tür bei einer Selbsthilfegruppe. Ich hab ihm erzählt, es gibt einen Tag der offenen Tür und das würde mich schon interessieren, um vielleicht etwas Neues zu hören, denn inzwischen sprachen wir auch ganz offen über seine Erkrankung und meine Hilfen. Da passierte es das erste Mal, das es sagte: „Ach ja, das könnte ich auch mal machen.“ Der dort referierende Arzt hatte ihm gut gefallen und dann hat es noch ungefähr fünf Monate gedauert bis er den Weg zu seiner Ärztin fand. Inzwischen nimmt er regelmäßig seine Tabletten, der Medikamentenspiegel stimmt jetzt auch und er sagt: „Ich habe mich mit den Tabletten so arrangiert, die gehören jetzt schon zu mir.“

***Und Sie haben das Gefühl, dass es ihm jetzt deutlich besser geht ?***

Bis jetzt ja. Aber im Moment mag es vielleicht auch meine Überempfindlichkeit sein, weil ich da mehr rein gucke, dass er wieder ein bisschen hektisch ist, aber er muss z. Zt. auch viel Reisen und vorbereiten, es ist eine Stresszeit für ihn.

***Gab es in dieser langen Zeit auch mal Situationen wo Ihnen der Kragen geplatzt ist?***

Nee, der ist mir nie geplatzt.

***Warum nicht? Wie machen Sie dass ?***

Dann schweig ich still.

***Ist das gut für Ihren Bekannten?***

Wenn ich dann so reagieren würde, wie ich beispielsweise vor 30, 40 Jahren reagiert habe, dann würde da etwas kaputt gehen und er ist kein Mensch, der dann wieder schlichtet und ich möchte nicht, dass da etwas kaputt geht, sondern da kann ich ja lieber den Mund halten und das nächste Mal kann man in aller Ruhe über das Thema reden.

***Vielen Dank für das Gespräch.***

Die Autorin ist der DGBS e.V. bekannt. Kommentare sind erwünscht