

Wie im Albtraum

Psychose-Seminar: Gesprächsrunde mit Angehörigen, Betroffenen und Fachleuten



Einige hören bei einer akuten Psychose Stimmen.

Foto: ©vchalup - stock.adobe.com

HERSBRUCKER SCHWEIZ – Was Betroffene erleben, wenn sie eine Psychose haben, ist für Außenstehende kaum zu verstehen. Es wirkt fremd und „verrückt“. Daher bietet die Beratungsstelle für seelische Gesundheit ab 15. März ein Psychose-Seminar an.

Rolf Riedel, Diplom-Psychologe an der Beratungsstelle für seelische Gesundheit, weiß: „Es gibt viele Versuche, Ursachen und Symptome von Psychosen zu erklären, die aber alle bruchstückhaft sind. Ein Weg, um den Psychosen auf die Spur zu kommen, kann die Auseinandersetzung mit dem sein, was die Menschen in einer Akutphase der Erkrankung erleben, wie sie in dieser Zeit denken und was sie wahrnehmen. Für den Außenstehenden wirken diese wahnhaften Erlebnisse oft bizarr, vielleicht (Alb-)Träumen ähnlich. Der Betroffene ist erst einmal davon überzeugt, dass seine Wahrnehmung richtig ist. Er hört beispielsweise Stimmen, die für ihn ganz real sind. Andere Menschen hören die Stimmen natürlich nicht und dann kann die Kommunikation schwierig werden. Welche Welt ist die Wirklichkeit?“

Bei der Kommunikation setzt daher das Psychose-Seminar an. Fachleute, Betroffene und Angehörige sprechen miteinander über ihre Erfahrungen und persönlichen Sichtweisen. Jede Meinung gilt, denn in dieser Gruppe wird nicht um „Recht haben“ gerungen, sondern um gegenseitiges Verstehen.

Häufig distanzieren sich Erkrankte nach Abklingen der Akutphase von den wahnhaften Wahrnehmungen und sind oft zutiefst verunsichert. „Wie konnte ich nur so etwas denken?“ oder „Kann ich mich auf mich selbst überhaupt noch verlassen?“. Riedel berichtet: „Manche Betroffenen sagen, sie mussten den Sinn ihres Wahns verstehen, so wie Träume manchmal eine Bedeutung für unser Leben haben. Das hätte ihnen geholfen, stabil zu bleiben.“

Medikamente und mehr

Im Psychose-Seminar kommen neben persönlichem Erleben auch alltägliche Probleme zur Sprache, mit denen sich Betroffene und ihre Familien auseinandersetzen müssen. Das können Themen sein

wie „Umgang mit Medikamenten“, „Beruf und Beschäftigung“, „Absicherung im Alter“, „Zusammen Wohnen“, „Umgang mit der Elternrolle“, „Betreuung“ oder „Partnerschaft“. Die Teilnehmer wählen am ersten Abend Schwerpunkte, die sie am meisten interessieren.

Unter der Leitung von Rolf Riedel und Mechthild Holzapfel, beide Mitarbeiter der Beratungsstelle, ist es das Ziel des Seminars, sich auszutauschen und von den Erfahrungen der anderen zu profitieren. Eingeladen sind Betroffene, Angehörige und auch Fachleute, die beruflich Kontakt zu Betroffenen haben.

Die Beratungsstelle wird von Caritas und Diakonie, dem Bezirk Mittelfranken und der Katholischen Erwachsenenbildung finanziell unterstützt. Das Seminar ist daher kostenfrei.

Das erste Treffen ist am Donnerstag, 15. März, um 19.15 Uhr in der Beratungsstelle für seelische Gesundheit, Gartenstr. 29, Hersbruck, Tel. 09151/2019. Weitere Treffen sind vorgesehen am 22. März, 12. April, 19. April und 26. April.