

Aus Scham zu spät in die Therapie

25. Heidelberger Symposium zur Sozialpsychiatrie: „Stigma psychischer Erkrankungen“ – Ein Betroffener berichtet

Von Marion Gottlob

Nach und nach war nichts mehr so, wie es war: Benjamin Drechsel hatte in Gießen Fachjournalismus Geschichte studiert, später mit einem Stipendium der Studienstiftung des Deutschen Volkes promoviert, anschließend für ein internationales Institut gearbeitet und in verschiedenen europäischen Ländern Vorträge gehalten. Dann machte eine Angst-erkrankung einen Strich durch sein Leben. Er sagte: „Ich hatte Todesängste.“ Plötzlich war er ein „Mensch mit einer psychischen Erkrankung“. Über diese Erfahrungen berichtete er vor fast 100 Gästen des 25. Heidelberger Symposiums zur Sozialpsychiatrie in der Klinik für Allgemeine Psychiatrie.

Der Vortrag war ein Zeichen für den Wandel der Psychiatrie: In der Reihe der Vorträge von Experten kam ein Betroffener zu Wort. Drechsel zitierte keine Statistiken, sondern berichtete über seine konkreten Probleme: „Ich hatte schon Monate vor einem Vortrag Angst.“ Nach einem Aufenthalt in einer psychiatrischen Einrichtung kehrte er in sein normales Leben zurück. Aber bald wurde er erneut von Ängsten und Depressionen heimgesucht.

In der Folge gab Benjamin Drechsel seine Arbeit auf und wurde Hausmann für die mittlerweile fünfköpfige Familie. Aber die Angst holte ihn wieder und wieder ein. Die Wende kam, als er im Wartezimmer eines Dienstes zur Krisenprävention in Ludwigshafen aus Langeweile ein Fallblatt in die Hand nahm. Der Flyer warb für die Ausbildung zum Genesungsbegleiter. Dieser Flyer wurde zum Aha-Erlebnis.

Nach Rücksprache mit seiner Frau startete der Hausmann die Ausbildung in Heidelberg. Bis heute ist er den Organisatoren dankbar, dass sie ihm als Betroffenen diese Chance eröffnet haben. Er sagt: „Ein weiterer Dank geht an meine Frau und meine Eltern, die mir die Ausbildung ermöglicht haben.“ Inzwischen arbeitet er als Genesungsbegleiter an der Heidelberger Klinik für Allgemeine Psychiatrie, ist in der Forschung tätig und unterrichtet Studierende. Er sagte: „Ich kann wieder meinen Teil zu der Gesellschaft beisteuern.“

Aus eigener Erfahrung kannte er die Stigmatisierung psychisch kranker Menschen. Fast genauso bedrückend und schwierig empfand er die Selbststigmatisierung.



Zu 25. Heidelberger Symposium zur Sozialpsychiatrie waren rund 100 Gäste gekommen. Mit dabei (v.l.) Benjamin Drechsel, Bürgermeisterin Stefanie Jansen, Frank Brecht, Niels Bergemann und Andreas Sturm. Foto: mio

sierung. Als er mit seiner Ausbildungsgruppe im Restaurant über psychische Erkrankungen sprach, warnte einer der Gruppen: „Pssst! Das können andere hören.“ Drechsel erzählte: „Wir wurden leise und wechselten später das Restaurant.“

Drechsel berichtete über die Umwertung des eigenen Lebens infolge der Erkrankung: Was zuvor „gemütlich“ war, wurde von ihm selbst nun als „faul“ bewertet. Was zuvor „Angst“ war, wurde zu „Feiheit“. Dazu kamen überwältigende Schuldgefühle: „Ich war der böseste Mensch der Welt.“ Der Weg zur Heilung bestand aus vielen, winzigen Schritten.

Inzwischen hat der Genesungsbegleiter in den vergangenen vier Jahren mit Hunderten von Betroffenen gesprochen. Im Gegensatz zu den Vorgaben für Ärzte, Therapeuten und Psychiater, die zu professioneller Distanz verpflichtet sind, gestaltet er Gespräche nach dem Motto: „Ich erzähle dir von mir – und du erzählst mir von dir.“ Wenn zum Beispiel

Studierende Angst haben, dass sie infolge einer seelischen Krise ihren Beruf später nicht ausüben könnten, macht er Mut: „Gerade mit der Erfahrung der Katastrophe wird es möglich, diese Berufe auszuüben. Ich möchte helfen, dass die Betroffenen ihre Laufbahn fortführen können.“

Das Heidelberger Symposium wurde vor 25 Jahren von Frank Brecht und Gustav Rückemann gegründet. Der Arzt und Psychiater Brecht hatte vor rund 50 Jahren St. Thomas gegründet. Die psychiatrische Nachsorgeeinrichtung betreut heute 350 Betroffene. Brecht lebte 16 Jahre lang in Heidelberg und in Schwetzingen im gleichen Haus mit psychisch Kranken, Tür an Tür. Er erzählte: „Damals haben wir 40 Frauen aus Russland und der DDR, die infolge einer psychischen Erkrankung ihr Kind getötet hatten, aufgenommen. Ich habe mein Kind dort taufen lassen – das Kind ging von Hand zu Hand.“

Gerade hat St. Thomas ein früheres Heim in Ladenburg übernommen, das zu einer St. Thomas-Einrichtung werden soll. Brecht sagte: „Das wird sich durch Einsprüche von Bürgern verzögern. Gleichzeitig stehen 20 Jugendliche mit psychischen Erkrankungen auf der Warteliste.“ Ein weiteres Problem stellen einige gesetzliche Vorgaben dar. Brecht nannte auch hier ein Beispiel: St. Thomas wurde eine Villa für Therapieräume und Zimmer für sechs Klienten angeboten. Ein einziger Raum hatte jedoch nur eine Höhe von 2,37 Meter – vom Gesetz sind 2,40 Meter vorgeschrieben. Brecht: „An drei Zentimetern scheiterte das Projekt, so ist Bürokratie.“

Niels Bergemann, Ärztlicher Direktor der Klinik Regena in Bad Brückenau, hatte die Tagung organisiert und moderiert. Er sagte: „Die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen führt dazu, dass Betroffene sich viel zu spät in Behandlung begeben, und das hat negative Folgen für den Krankheitsverlauf.“

Erinnerung an mutige Frauen

Performance am Freitag

RNZ. Im Rahmen der Französischen Wochenspielt der Verein Theaterpädagogik vor Ort ein letztes Mal sein Stück „Courage Féminin – im Herzen die Résistance“: am Freitag, 10. Oktober, im Interkulturellen Zentrum, Berghemer Straße 147. Einlass ist ab 19.45 Uhr, Beginn um 20 Uhr.

Deutsche und französische Widerstandskämpferinnen stellen sich in den 1930er und 1940er Jahren der NS-Diktatur entgegen – ihre Geschichten sind geprägt von Stärke und Lebendigkeit. Anhand ihrer Biografien fungieren sie als Vorbilder im Kampf gegen Populismus, Hass und Diskriminierung und rufen in der Gegenwart zu Mut und Tatkraft auf. Die allgegenwärtige Frage ist dabei: „as macht uns heute widerständig?“ „Courage Féminin“ setzt sich gegen das Vergessen dieses Teils der Geschichte ein und schafft Sichtbarkeit für den Mut jener Frauen. Die Tanztheater-Aufführung will ein Zeichen gegen Menschenfeindlichkeit und Diskriminierung im damaligen wie auch im heutigen Sinne setzen – und auch das Publikum ermutigen, sich für mehr Mitmenschlichkeit und Liebe einzusetzen. Eintritt auf Spendenbasis.

Zweimal Protest für den Linden-Erhalt

shy. Anwohner und Naturschutzverbände protestieren diese Woche gleich zweimal gegen die Fällung beziehungsweise Umpflanzung der Linden an der Dossenheimer Landstraße auf Höhe der Haltestelle Burgstraße. Ein „stiller Protest“ soll am Mittwoch, 16. Uhr, vor dem Rathaus am Marktplatz in der Altstadt stattfinden – vor der Sitzung des Gemeinderats. Eine weitere Demonstration findet am Samstag, 11. Oktober, ab 16 Uhr, an der Burgstraße statt. Dann soll auch ein Banner an den Bäumen aufgehängt werden. Die Stadt hat vor wenigen Tagen mitgeteilt, dass die Bäume in Tage zurückgeschnitten werden. Der Schnitt diene der Vorbereitung zur Umpflanzung von sieben Linden in die nahe gelegene Straße Im Weiher. Die Linden müssen aufgrund von Baumaßnahmen weichen.