

2. Auflage

Meyer

Mal himmelhoch, mal abgrundtief

Bipolare Störungen – Hilfen für
Betroffene und Angehörige



Arbeitsmaterial

BELTZ

zu einem stabilen Leben sein.

2 Was bedeutet »bipolar affektive Störung«?

Wenn man in Lehrbüchern der Psychiatrie oder klinischen Psychologie nachschlägt, kann der Eindruck entstehen, es sei leicht, die Diagnose einer bipolaren Störung zu stellen, und die Hochs und Tiefs seien sehr eindeutig. Aber dem ist nicht so. Dies spiegelt sich auch darin wider, dass zwischen dem Zeitpunkt des Auftretens von ersten depressiven

und manischen Symptomen und der richtigen Diagnose im Durchschnitt 8 bis 10 Jahre vergehen.

Betroffene berichten. Gerrit, 27, erzählt: »Eigentlich war ich ein ganz normaler Junge. Während meiner Schulzeit lief alles glatt, bis auf diese Stimmungsschwankungen, die mich manchmal alles leicht bewältigen ließen und mir dann wieder alles schwer machten. In den kleinen Hochs war ich voll aufnahmefähig und wusste, ich muss nicht viel lernen, um mitzukommen. Doch in den Tiefs war alles anders; ich schleppte mich von einem Tag zum anderen ... Aber niemand ahnte, dass etwas

mit mir nicht stimmte, außer mir selbst; ich wusste, dass etwas im Busch war.« Erst Jahre später wurde er während einer Auslandsreise so offensichtlich manisch, dass er stationär behandelt werden musste.

Manche Betroffene wie Gerrit merken selbst, dass etwas nicht stimmt; andere hingegen erleben die Aufs und Abs als etwas, das zu ihnen gehört – wie Beate, 50: »Andere sprachen mich immer wieder darauf an, dass ich stimmungslabil sei. Mir war irgendwie auch bewusst, dass ich abwechselnd durch tiefe Täler und über sonnige Höhen ging, aber ich dachte, das ist bei kreativen Personen einfach so und gehört

dazu.« Ein Suizidversuch Jahre später führte dazu, dass sie erstmals professionelle Hilfe erhielt und die Diagnose »bipolar« gestellt wurde.

Extreme

Stimmungsschwankungen. Wie kann es passieren, dass oft Jahre vergehen, bis etwas passiert bzw. unternommen wird? Zum Teil liegt das daran, dass die konkreten Symptome, Verhaltensweisen und Auffälligkeiten sehr unterschiedlich sein können von dem, was wir als reine »bipolare Störung« bezeichnen. Gefühle und Stimmungen (wie z. B. Wut, Freude oder Niedergeschlagenheit) gehören zu unseren täglichen Erfahrungen