

## Meine Erfahrungen und die Depressionen meines Mannes (I.G.)

Wie haben Sie den Beginn einer psychischen Erkrankung bei Ihrem Mann erlebt?

Die Veränderungen wurden schleichend erkennbar. Da ich bislang noch keinen Menschen mit einer psychischen Erkrankung erlebt hatte, brachten mir diese Veränderungen Irritationen.

Was haben Sie wahrgenommen?

Zunehmende Schweigsamkeit, erlahmende Energien, Appetitlosigkeit, Schlaflosigkeit.

*Wie entwickelte sich die Situation für Ihren Mann in der folgenden Zeit?*

Zunächst: Keine ärztliche Behandlung! Als die Störungen stetig zunahmen, Konsultation bei einem Neurologen (ambulant). Die Diagnose: Fortschreitende Depression. Behandlung mit Tabletten. Bald war eine Berufstätigkeit nicht mehr möglich. Nach mehreren Wochen: Anordnung einer Klinikbehandlung.

*Was hat die Erkrankung Ihres Mannes mit Ihnen als Ehefrau gemacht?*

Meine Rolle: Hilfllosigkeit, Aufrechterhalten der Familiensituation (2 kleine Kinder), im Bewusstsein, dass die Kinder möglichst geschont würden. Nach Monaten der Erkrankung langsame Stabilisierung. Und bei mir: Die Hoffnung, dass die Störung nur einmalig war und wir wieder ein normales Familienleben führen könnten. Meine Lebensplanung bestand in dieser Zeit nur im Durchhalten und Ertragen unserer Lage.

*Wie war das Befinden Ihres Mannes nach der depressiven Phase?*

Zunehmende Energien! Versuche, Versäumnisse in den menschlichen Beziehungen zur Zeit der Depression aufzuarbeiten. Teilweise übertriebene Aktivitäten, die auch von mir oft nur mühsam zu ertragen waren. Nur eingeschränkt war es meinem Mann möglich, ein "offenes Ohr" für jene Menschen zu entwickeln, die in der Phase der Krankheit mitleiden mussten.

*Wie war Ihre Befindlichkeit?*

Hoffen auf eine ausgeglichene Gelassenheit bei meinem Mann. Meine Informationen über "Psychische Erkrankungen" holte ich mir aus der Literatur und in den Gesprächen mit den behandelnden Ärzten.

*War es eine einmalige Episode im Leben Ihres Mannes?*

Neue (4) Depressionen entwickelten sich in den folgenden 20 Jahren.

*Welche Bedeutung hatten für Sie die erneuten depressiven Phasen Ihres Ehemannes?*

Es bedeutete für mich: Ständiges Dazulernen und das Vertrauen in die eigenen Kräfte während der Begleitung. Anschluss an eine Angehörigen-Gruppe. Bilanz: Depressionen gehören für den Betroffenen und für die Angehörigen zu den gemeinsten Erkrankungen.

(Interview mit Ilse G.)