

Burkhard Rosin

40 JAHRE ERFAHRUNGEN MIT DEPRESSIONEN, BIPOLAREN STÖRUNGEN UND VERSCHIEDENEN THERAPIEN

Mein Name ist Burkhard Rosin. Ich wurde am 2. Juli 1945 in Sagan, in Schlesien, in russischer Kriegsgefangenschaft geboren.

Meine Grundschulzeit, 1952 bis 1958, absolvierte ich in der Evangelischen Schule in Berlin-Neukölln, in der noch alles normal verlief. Als ich 1958 auf das Gymnasium, die Ernst-Abbe-Schule, wechselte, hatte ich schon Hemmungen, mich zu melden und schriftlich auszudrücken. Deshalb schickte mich mein Vater zu einem ihm bekannten Neurologen, Prof. Götze, der aber nichts Auffälliges an mir finden konnte.

Ich ließ schließlich Ende 1963 in den Leistungen in fast allen Fächern so nach, dass ich die Schule freiwillig, zu Weihnachten, also noch vor Ende des Schuljahres, verließ.

Aus heutiger Sicht kann ich sagen, ich war das erste Mal in meinem Leben depressiv.

Ich hatte jetzt, bevor ich Ostern 1964 auf die höhere Wirtschaftsschule ging, ein Vierteljahr Zeit. Meine Eltern ließen mich in dieser Zeit den Führerschein machen, den ich mit nur 18 Fahrstunden gleich beim ersten Mal bestand. (Die Durchfallquote betrug zu diesem Zeitpunkt 80%). Nach der Niederlage am Gymnasium ein voller Erfolg!

Auf der Wirtschaftsschule waren alle schon, wie ich, etwas älter. Ich fühlte mich dort wohl. Bis auf Steno und Maschine-schreiben brachte ich die notwendigen Leistungen. Ostern 1966 schaffte ich einen befriedigenden Abschluss, der in der Wirtschaft mit dem Abitur gleich gesetzt wurde.

Obwohl ich nun schon 21 Jahre alt war, hatte ich keine Vorstellung von meinem zukünftigen Beruf. Da mein Vater, ein dominierender Chefchirurg, sowohl den Personalchef bei Schering, als auch den bei der Oberfinanzdirektion kannte, kam er zu den Einstellungsgesprächen mit. Es fand jeweils nur eine Unterhaltung zwischen den Männern statt. Ich fing schließlich am 1. Oktober 1967 eine Ausbildung beim Finanzamt an.

DIE ERSTE DEPRESSION

Kaum hatte ich meine Ausbildung 1968 beendet, wurde ich auffällig, da ich keine eigenen Leistungen zeigte, d.h., ich war das zweite Mal **depressiv**. Über den nervenärztlichen Amtsarzt wurde ich zu dem Psychiater Dr. Ammon übermittelt und fing dort mit einer **analytischen Gruppenpsychotherapie** an. Die meisten Patienten kamen dort wegen massiver

Herr Burkhard Rosin ist seit über 40 Jahren von bipolaren Störungen betroffen.

In dieser Zeit hat er vielfältige Erfahrungen mit diversen Psychotherapien gemacht.

Er lässt uns an den wichtigsten Stationen seines Lebens sowie den Verlauf seiner Erkrankung und der Therapieversuche teilhaben.

Dieser Vortrag wurde im Rahmen des 4. bipolaris-Informationstages „Psychotherapie der bipolaren Störung“ am 28.08.2010 in Berlin-Friedrichshain gehalten.

Informationen zum Infotag und den weiteren dort gehaltenen Vorträgen:

www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/bipolaris-infotage/4-psychotherapie

*Kontakt:
bipolaris – Manie & Depression
Selbsthilfvereinigung Berlin-
Brandenburg e. V.*

*Jeverstr. 9
12157 Berlin*

bipolaris@bipolaris.de
www.bipolaris.de

*Copyright © 2010 bei bipolaris –
Manie & Depression Selbst-
hilfvereinigung Berlin-
Brandenburg e. V.*

*Vervielfältigung im Ganzen oder in
Teilen ist ohne ausdrückliche
Genehmigung von bipolaris e. V. in
jeglicher Form auf jedem Medium
verboten.*

Arbeitsstörungen hin, egal, ob als Student oder Berufstätiger. Die Gruppe fand 2-mal in der Woche statt.

Als Grund für unsere Krankheit wurde die krankmachende Familie bzw. der Partner gesehen. Wir wurden regelrecht gegen unsere Eltern bzw. Partner aufgehetzt, was dann Zuhause zu massiven Problemen, bis hin zur Trennung, führen konnte.

Wenn wir depressiv waren, so wurde uns das vorgeworfen: „Nun hängen sie doch nicht so depressiv rum!“ Das „ÜBER-ICH“ wurde als äußerst gefährlich angesehen, was es zu bekämpfen galt. Da das eigentlich, heimliche „ÜBER-ICH“ aber Dr. Ammon war, hatte man Angst vor ihm und war seinen Launen und schlimmen Urteilen, über einen, ausgesetzt.

Er war eigentlich sowieso omnipotent (=dass der Patient den Therapeuten als ideale, *omnipotente, gottähnliche Person* behandelt).

Jedes Gruppenmitglied hatte während der Sitzungen Gelegenheit, sich in die Gruppe mit seinen Problemen einzubringen, die dann vom Therapeuten analysiert wurden und wobei die anderen Patienten mithalfen. Schüchterne, so wie ich, hatten es schwer, ran zu kommen.

Neben dieser Therapie gab es die milieuthérapeutischen Einsätze im Bayerischen Wald und in Süditalien. Hier hatte Dr. Ammon je ein Haus gekauft. Unsere Aufgabe bestand nun darin, die Häuser so aus- bzw. umzubauen, dass sie für das Abhalten von Kongressen dienen konnten. Es gab zu diesen Einsätzen Vor- und Nachsitzungen und „Vor-Ort-Gruppensitzungen“ unter therapeutischer Anleitung.

Da wir alle unter Arbeitstörungen litten, war das eine Möglichkeit, zu beweisen, dass man in der Lage war, handwerkliche Tätigkeiten, und seien sie auch noch so klein, auszuführen. Die technische Leitung hatte ein Architekt, der aber, da er selbst Patient war, oft konfus war.

Wir bekamen für unsere Arbeit kein Geld. Sie wurde als therapeutischer Fortschritt deklariert. Wir haben uns eigentlich voll ausnutzen lassen.

Neben all der Therapie war ich der, von mir so genannte, Page von Dr. Ammon und seiner Frau. Das heißt: ich machte einfach alles, was sie von mir verlangten, wie z.B. Fahrdienste mit dem großen Citroen, eine Glühlampe auswechseln, eine Tür streichen, die Tageseinnahmen zur Postbank bringen, Vorbereitungen von Empfängen, Kellner- Dienste bei Vorträgen in Berlin usw.

Während Dr. Ammon seine Mitarbeiter oft schlecht behandelte, habe ich von seinen Aggressionen nie etwas abbekommen. Ich wurde oft von ihm gelobt und als treu anerkannt. Er machte oft seine Patienten und seine Mitarbeiter „zur Sau“ und „klein“. Als er einmal zu mir sagte: „Sie machen erst mal Abitur“ wirkte das aber therapeutisch auf mich. Ich kündigte beim Finanzamt und holte mein Abitur nach.

Als ich danach meine Therapie beendete, hatte ich folgenden Traum: Ich hatte eine Wunde und bat die Mitarbeiter des Instituts, mir doch zu helfen. Doch alle wandten sich von mir ab. Und plötzlich war die Wunde von selbst geheilt und es war von ihr nichts mehr zu sehen.

Die Therapie bei Dr. Ammon dauerte von 1968 bis 1972.

STUDIUM, ABSCHLUSSANGST UND TRANSAKTIONSANALYSE

Nach ein paar Anläufen, ein Studium zu finden, das ich wollte und welches mir Spaß machte, fing ich am 1.4.1975 an, das Lehramt mit den Fächern Deutsch und Spiel- und Theaterpädagogik zu studieren. Es machte mir Freude, besonders Spiel- und

Theaterpädagogik und ich war fleißig. Ich wohnte zwar noch bis 1979 bei meinen Eltern, aber es war auszuhalten.

1980 hätte ich an sich mit beiden Fächern fertig sein müssen und hätte mich zur Prüfung melden können. Aber ich tat es nicht. Ich wurde **depressiv** und verschob die Prüfungsmeldung Jahr für Jahr.

Ich arbeitete als studentische Hilfskraft in Spiel- und Theaterpädagogik und in der Veterinärmedizinischen Bibliothek der FUB. Beide Arbeiten tat ich gerne. Ich traute mich aber nicht, mich für die Prüfung zu melden.

1984 fing ich schließlich eine **Transaktionsanalyse in einer Gruppe** an.

Hierbei brachte ein Gruppenmitglied ein Problem in die Gruppe ein, welches dann von der Therapeutin analysiert wurde, wobei die ganze Gruppe mithalf. Es galt dabei Lösungen zu finden. Hierbei achtete die Therapeutin besonders darauf, unseren Gefühlen freien Lauf zu lassen und diese zu verstärken, um uns zu befreien. Zum Beispiel, wenn wir auf Etwas oder eine Person wütend waren, unter ihrer Aufsicht diese Wut heraus zu lassen, indem wir z.B. mit einem Bataka (Schaumstoffschläger) auf ein Kissen einschlugen oder Tonklumpen gegen die Wand schmissen. Die Therapeutin verstärkte dann das Rauslassen der Wut, bis wir völlig erschöpft waren. Das war eine sehr große Befreiung für uns. Wenn wir Gefühle nicht richtig raus lassen konnten, trieb sie es so weit, bis wir unter Umständen kotzen mussten.

Dann wurden auch Spiele in einem Kasten mit vorher gewärmten Sand gemacht, was der Gedankenangeregung dienen sollte. Wenn Einer vorher nie erlebte Geborgenheit erleben wollte, bekam er unter ihrer Aufsicht- und der der Gruppe- diese von einem anderen Gruppenmitglied.

In den Herbstschulferien bot die Therapeutin eine **Intensivwoche in Dänemark** am Meer an. Diese Woche war natürlich viel intensiver als die Therapie in Berlin. Allein das nahe Meer wirkte auf uns befreiend und bewusstseinsweiternd. Ich selber habe am Meer einen Ritterkampf gegen meinen allmächtigen Vater inszeniert und gewonnen.

Ich habe bei dieser Therapeutin das Ziel, das erste Staatsexamen für Lehrer zu bestehen, nach 2 Jahren geschafft.

Damit endete auch meine Therapie.

FAMILIE, LEHRAMT, DEPRESSION UND MANIEN

1986 lernte ich meine Frau in Spiel- und Theaterpädagogik kennen und wir heirateten 1990. 1991 bekamen wir die erste Tochter, 1994 die zweite.

Vom 20.11.1987 bis 10.10.1989 war ich Lehreranwärter einer Grundschule in Schöneberg. Ich war während dieser Zeit eher **depressiv**. Ich hatte dort drei wunderbare Mentoren, die alle zu mir hielten. Aber der Rektor, der Deutsch-Seminarleiter und eine Seminarleiterin waren gegen mich. Ich hatte vor jeder Vorführstunde Angst und bekam sie deshalb auch oft nicht hin.

Ich versuchte die Spiel- und Theaterpädagogik immer wieder in den Unterricht einzubringen, was besonders bei dem Deutsch-Seminarleiter auf Unverständnis stieß. Ich bestand schließlich am 10.10.1989 das Zweite Staatsexamen für das Amt des Lehrers, wobei sich meine Hauptseminarleiterin und meine Lieblingsmentorin besonders für mich ins Zeug legten.

Ich bekam nun aber trotz Bewerbungen in allen Berliner Bezirken keine Anstellung als Lehrer. So arbeitete ich als Eilzusteller, wobei ich gut und schnell arbeitete, während, als Briefzusteller- Zuarbeiten bei mir Depressionen auslösten. Ich konnte das nicht.

Das Alles fand vom 4.12.1989 bis 6.12.1990 statt.

Vom 7.1.1991 bis 3.7.1991 bekam ich eine Stelle als Lehrer an einer Grundschule in Steglitz. Ich war **depressiv** und hatte massive Disziplin-Schwierigkeiten. Ich bekam auch keine Verlängerung.

1991 bis 1992 machte ich eine Ausbildung in **Psychodrama**, zusammen mit einer Gruppe, bei einem Schulrektor, der dafür die Genehmigung hatte. Diese Gruppe löste sich dann aber leider wieder auf.

Ich hatte danach **Einzelsitzungen** mit Unterbrechungen von einem Jahr in Psychodrama bei diesem Rektor. Wir schlüpfen dabei in die verschiedenen Rollen und versuchten diese aus unterschiedlichen Perspektiven zu betrachten, um so eine Lösung für die auftauchenden Probleme zu bekommen.

Im August 1992 bekam meine Frau eine Stelle als Pastorin in Bremerhaven und ich zog mit, da wir ja eine 1,5 jährige Tochter hatten. Ich war nun Hausmann und Pfarrmann. Als ich im Oktober 1993 nach vielen weiteren Bewerbungen eine Stelle als Lehrer an einer Grundschule in Moabit erhielt, nahm ich diese an. Ich wohnte also in Berlin und sah meine Familie nur an den Wochenenden und in den Schulferien. Ich hatte als Lehrer wieder große Disziplin-Schwierigkeiten und wurde **depressiv**, machte aber **keine Therapie**.

Meine Frau kehrte mit unserer ersten Tochter 1994 nach Berlin zurück.

Hier wurde dann im Dezember unsere zweite Tochter geboren..

Im Oktober und im Dezember 1993 bekam ich von meinem Vater als Schenkung bzw. als Erbteil zusammen 300.000,- DM geschenkt, von denen ich bis heute nicht weiß, wofür ich sie ausgegeben habe. Ich muss einfach **manisch** gewesen sein, ebenso wie 1995 bis 1996, wo ich 162.000,- DM ausgegeben habe.

WEITERHIN SCHULDIENTST UND DEPRESSIONEN

Im August 1998 wurde ich an die Johannes-Kepler-Oberschule, eine Hauptschule, versetzt. Auch hier hielten meine Depressionen an, ich durfte nur noch Vertretungen machen. Der Direktor trieb zusammen mit einer GEW- Kollegin schärfstes Mobbing gegen mich. Ich fiel in eine **starke depressive Episode** und wurde im August 1998 an die 1. Grundschule in Neukölln versetzt.

Ich hatte vorher einen Aufenthalt in einer **Psychosomatischen Klinik** im Odenwald beantragt und trat diesen im September für 10 Wochen an. Dort hatten wir neben **Musiktherapie**, die mir großen Spaß machte, auch Gruppentherapie. Während der Gruppensitzungen fand auch „**Familienstellen**“ statt. Auch fanden **Einzelgespräche** statt.

Die Therapeutin äußerte sich mir gegenüber sehr merkwürdig. Sie sagte, was ich denn überhaupt hier wolle, mir würde doch gar nichts fehlen.

Zurückgekehrt in die Grundschule war ich trotzdem wieder **depressiv**. Da der Schulrat mein Verbleiben an dieser Grundschule auf ein halbes Jahr befristet hatte, waren die drei Schulräte über meine weitere Beschäftigung ziemlich ratlos und Einer schickte mich zum Anderen. Schließlich kamen sie zu einer Dreierkonferenz zusammen und so kam ich im September 1999 schließlich an eine Neuköllner Realschule.

Die Rektorin war sehr nett und versuchte mich überall einzusetzen. Es ging nicht. Ich war weiterhin depressiv. So wurde ich bis zum Oktober 2005 nur als Vertretungslehrer eingesetzt, bekam dabei aber jede Menge Disziplinschwierigkeiten. Ich verteilte nur abgezogene Aufgabenblätter, die die meisten Schüler sowieso nicht bearbeiteten. Es war wirklich ein Wunder, dass das meine Rektorin über Jahre zuließ.

Doch irgendwann war das Maß voll. Sie musste der Schulrätin eine Beurteilung über mich abliefern, die natürlich sehr schlecht ausfiel. Ich wurde mit meinem Einverständnis an eine Neuköllner Hauptschule versetzt, an der ich aber nur eine spezielle Aufgabe zugewiesen bekam. Zusammen mit einem Kollegen betreuten wir die im Unterricht störenden Schüler, die von dem jeweiligen Lehrer zu uns geschickt wurden, mit dem Laufzettel. Auf diesem mussten sie ausfüllen, wie sie den Unterricht gestört haben, warum und was sie machen können, um dies zu vermeiden. Danach fand ein ausführliches Gespräch mit ihnen statt.

NOCH MEHR THERAPIE

Ich blieb weiterhin **depressiv**.

Ich machte zwar eine **Verhaltenstherapie**, die aber nur darin bestand, dass ich meine Schwierigkeiten zwar vortrug, aber keine Änderung meines Zustandes stattfand. Der Therapeut drohte mit immer mit der Klinik, in die ich aber nicht wollte.

Weihnachten 2003 trennte ich mich von meiner Frau und reichte die Scheidung ein, die 2006 richterlich ausgesprochen wurde.

Im Februar 2006 **plante ich Selbstmord** zu begehen. Auslöser war die Wahnvorstellung plötzlich ganz arm zu sein.

Ich legte 50 Tabletten Psychopharmaka bereit, bestellte in der Apotheke Rattengift, dachte daran, aus dem Fenster zu springen, mich vor die U-Bahn zu werfen, auf dem Dachboden aufzuhängen, raus in die eisige Kälte zu gehen, um zu erfrieren.

Mit der Hilfe meiner Frau und der Caritas wurde ich in die **Charité** in der Eschenallee eingeliefert. Ich entdeckte dort in der Ergotherapie, dass ich gut malen und zeichnen konnte. Ich hatte das Glück, dass ich bei einer Psychologin, die dort ihr Praktikum absolvierte, eine Einzeltherapie bekam. Auch übte ich zusammen mit anderen Patienten in einer Gruppe, wie man konsequent und sicher anderen gegenüber auftritt. Dann bekamen wir auch beigebracht, wie man besonders, wenn man depressiv ist, negative Gedanken durch positive ersetzt.

Ich bekam vor der Entlassung, am 12.5.2006, **Trevilor** und die Ärzte haben nicht bemerkt, dass ich durch diese hohe Dosis an Tabletten voll **manisch** war. Ich kaufte ein Auto und viele teure Sachen. Ich redete sehr viel, baggerte die Tochter einer Restaurantbesitzerin an, legte mich mit verschiedenen Leuten auf das Heftigste an und brauchte wenig Schlaf.

Als ein Vierteljahr um war, ging ich auf Anraten meiner Nichte, die Internistin ist, am 16.09.2006 in die Klinik zurück.

Auf Anraten der Klinik bekam ich einen Betreuer zugewiesen. Da ich dort der einzige bipolare Patient war, habe ich 8 Interviews gegeben, eines vor Pharmavertretern. Leider habe ich bei allen Interviews die Meinung des Oberarztes wieder gegeben, besonders im Hinblick auf die Wirkung von Tabletten.

Als ich nach einer Entlassung eine **depressive** Episode bekam, ließ mich mein Psychiater am 28.6.2007 in die **Friedrich-von-Bodelschwingh-Klinik** einweisen. Hier war ich auf der **Station**, dann in der **Tagesklinik** und schließlich in der **Ambulanz**.

Ich musste **6 verschiedene Tabletten** schlucken. Diese Menge war mir eindeutig zuviel, so dass ich mich entschloss, nicht mehr in die Ambulanz zu gehen.

Mit Hilfe meines Psychiaters schafften wir es, auf eine Tablettenart, **Ergenyl** (Valproinsäure), runter zu kommen.

ZUR ZEIT

Zurzeit bin ich in **2 Selbsthilfegruppen**, wobei die eine von einem Psychologen geleitet wird.

Im Februar 2009 zog meine Frau mit beiden Töchtern nach Melle weil sie dort eine Stellung annahm.

Seit etwa drei Wochen bin ich in eine neue **manische Episode** gerutscht. Ich rede sehr viel, streite mich mit Leuten, schlafe wenig, gebe viel Geld aus, wofür ich ja meinen **Betreuer** habe.

Andere gewesene Auffälligkeiten: Ich rede plötzlich los wie mein eigener Vater, mit seinem Vokabular. Ich setze mich anderen gegenüber durch, dulde keinen Widerspruch, habe Humor. So ein Gefühl, als wenn sein Geist plötzlich in mich gefahren ist.

Wenn er jetzt von oben zuschaut, hat er sicher seine Freude an mir.

Ich habe dagegen 200 mg **Seroquel** bekommen und bewege mich wieder in einem normalen Zustand, der leider schon wieder Richtung **Depression** geht.

ZUM SCHLUSS NOCH EIN GEDICHT VON HEINZ ERHARDT

Depressionen

Gestern war ich noch so fröhlich

Heute hat es sich gegeben

Gestern schlug ich Purzelbäume,

Heute will ich nicht mehr leben.

Solch ein Zustand ist entsetzlich,

Mich und meine Umwelt quäl ich;

Doch er dauert nicht sehr lange:

Morgen bin ich wieder fröhlich.