

Wahrnehmungsstörungen - was bedeutet das eigentlich für die Betroffenen?

„Es ist nichts mehr so, wie es einmal war.“ Dieser Seufzer stammt zwar von einer Angehörigen. Er gilt jedoch genauso auch für die betroffenen Menschen, welche unter den Folgen einer Psychose leiden.

Am Beginn einer schizophrenen Erkrankung kommt es oft zu einem vollständigen Vertrauensverlust zwischen Angehörigen und ihrem Sohn, ihrer Tochter bzw. zwischen Ehepartnern. Der oder die Erkrankte lebt in einer völlig anderen Welt, und es entstehen laufend Spannungen und Streit darüber, was normal und vernünftig ist.

Was tun, um eine fragile Brücke von vertrauensvoller Kommunikation zu Ihrem Sohn, Ihrer Tochter, Ihrem Partner zu erhalten oder wieder aufzubauen? Eine sehr schwierige Aufgabe. Versuchen Sie es!

Zehnmal „Versuchen Sie...“:

1. Versuchen Sie, ihn bzw. sie spüren zu lassen, dass Sie sich in seine/ihre besondere Welt einfühlen und sie auch akzeptieren können.
2. Versuchen Sie, sich vorzustellen, was einem Menschen während einer Psychose geschieht.
3. Versuchen Sie zu verstehen, was Halluzinationen sein könnten
 - visuelle Halluzinationen - der Augen, des Sehannes
 - Halluzinationen des Gehörs, des Hörsinnes
 - Halluzinationen der Zunge, des Geschmacksinnes
 - Halluzinationen der Nase, des Riechsannes
 - Halluzinationen der Haut, konkret z.B. der Haut unserer Hände, der Füße, des Rückens, der Lippen, unserer Sexualorgane, usw.
 - Halluzinationen unserer inneren Organe, unserer inneren Sinne, z.B. über Temperatur, Druck, Gleichgewicht, usw.
3. Versuchen Sie, sich vorzustellen, dass Sie selbst unheimliche Geräusche hören, vielleicht gleichzeitig seltsame Dinge sehen und unbekannte Gerüche wahrnehmen, und dass Sie Schwierigkeiten haben, Ihre Eindrücke zu beschreiben, weil Ihr Vokabular dafür keine Worte findet.
4. Versuchen Sie, sich vorzustellen, dass diese für Sie fremden und unheimlichen Eindrücke und Empfindungen unregelmässig auftreten, zeitlich z.B. nur am Nachmittag, nicht aber am Morgen, am nächsten Tag nur am Abend, örtlich vielleicht nur beim Einkaufen, nicht aber zuhause.
5. Versuchen Sie, sich vorzustellen, wie Sie selbst reagieren würden auf für Sie ganz neuartige Wahrnehmungen, wenn Sie Dinge hören, sehen, schmecken, riechen oder spüren würden, welche ganz anders sind, als alles was Sie aus den Erfahrungen Ihres bisherigen Lebens kennen, was Sie bisher als „Wahr“ genommen haben.
6. Versuchen Sie, sich vorzustellen, dass Sie selbst von einem Tag auf den andern oder langsam auf unerklärliche Weise Ihre Fähigkeit verlieren würden,
 - etwas tun zu wollen
 - sich zu freuen oder traurig zu sein
 - ihren Gesichtsausdruck mit ihren Gefühlen zu koordinieren
 - eine Entscheidung zu treffen
 - andere Dinge zu tun, welche für Sie heute so selbstverständlich sind, dass Sie nicht einmal realisieren, dass es wichtige Fähigkeiten sind.
7. Versuchen Sie zu akzeptieren, dass Ihr Sohn oder Ihre Tochter, oder Ihr Partner, Ihre Partnerin
 - den eigenen Körper
 - unsere tägliche Weltauf eine ganz andere Weise erfährt, als Sie selbst.
8. ist, was normal ist, ob die gemachten Erfahrungen und Reaktionen vernünftig oder unvernünftig sind.
9. Die fremden, unerklärlichen, unheimlichen, bedrohlichen Wahrnehmungen und Erfahrungen führen oft zu Unruhe, Furcht, Besorgnis, Beklemmung, schlimmstenfalls zu Panik und Todesangst.
10. Wenn Ihr Sohn, Ihre Tochter, Ihr Partner Ihnen über solche Erfahrungen (z.B. das Hören von bedrohlichen Stimmen) berichtet, versuchen Sie ihn oder sie davon zu überzeugen, dass Sie verstehen,
 - dass er oder sie andere Erfahrungen/Wahrnehmungen machen
 - dass Sie jedoch völlig sicher sind - 150% sicher - dass die Situation für ihn oder sie ungefährlich ist.Brauchen Sie z.B. die folgenden Worte: „Das ist wie Du die Situation erlebst. Deine Erfahrung ist anders als meine Erfahrung. Du nimmst die Welt anders wahr als ich. Aber ich bin absolut sicher - 150 % sicher - dass Dir keine Gefahr droht, obwohl Dir das so scheint.“