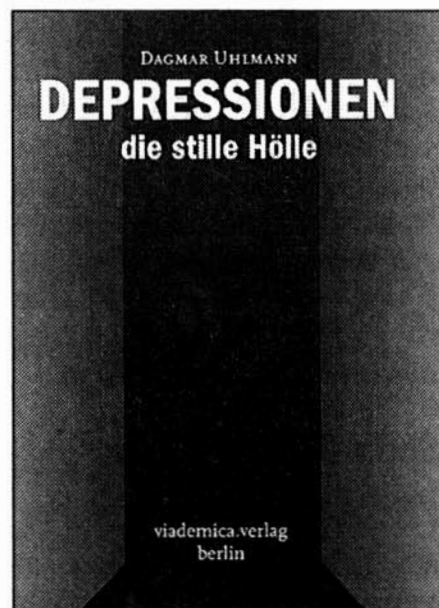


Die Schwierigkeit aufzustehen

Eine Betroffene beschreibt ihr Leiden der Seele und warum diese entgleiste

Eines morgens fühlte sie sich wie tot. Es gelang ihr nur mühsam, aus dem Bett aufzustehen und wie immer zur Arbeit zu gehen. Jede Bewegung war zäh und fiel unendlich schwer. Kaum etwas drang von außen an sie heran. Dagmar Uhlmann litt unter einer schweren Depression. Die in Frankfurt (Oder) lebende ehemalige Lehrerin gehört zu den Menschen in Brandenburg, deren psychische Erkrankung nach dem Untergang der DDR ausbrach. Nicht, weil sie den Verlust des Staates bedauerte, sie hatte die neue Zeit, wie sie in ihrem Buch schreibt, von Herzen begrüßt. Doch mit dem realen Leben in dieser neuen Welt kam sie dann oft nicht zurecht. Die Frau, die



sich seit der Wende in der Politik als SPD-Mitglied und in sozialen Projekten engagierte, fühlte sich von vielen unverstanden, geriet mit ihrer Eigenwilligkeit oft zwischen die

Stühle und war von Ellenbogenmentalität selbst in der eigenen Partei schockiert.

In ihrem Buch erzählt Dagmar Uhlmann, die sich als ursprünglich lebenslustig weltzugewandt beschreibt, wie sie beziehungsweise ihre Hauptfigur Sarah die Krankheit Depression erlebte und durchlitt. Es ist ihre Sicht auf die Dinge, die der nicht betroffene Leser nicht immer nachvollziehen kann. Doch gerade dadurch erhält er einen Blick in das Seelenleben von Depressionen Betroffener, denn Dagmar Uhlmann erzählt auch die Geschichten von Leidensgefährten. Da geht es um Beziehungsprobleme, Abhängigkeiten – oft mit Ausgangspunkten in frühkindlichen negativen Er-

fahrungen in der Familie. Auch Sarah versucht herauszufinden, warum ihre Seele entgleiste. Das Fazit, das man aus der Lektüre ziehen kann: Es war eine Mischung aus Veranlagung, privaten und gesellschaftlichen Faktoren – die verzweifelte Suche nach Anerkennung. Die Autorin, verheiratet und Mutter zweier Söhne, will mit ihrem Buch anderen Betroffenen Mut machen, mit der Krankheit zu leben und bei Außenstehenden Verständnis dafür wecken. Ein erfülltes, glückliches Leben sei auch mit dieser Krankheit möglich, sagt sie aus eigener Erfahrung. *jth*

► *Dagmar Uhlmann: Depressionen – die stille Hölle. viademica Verlag, 226 S., 12,90 €*