

## **Soteria. Das Haus**

### **Bemerkungen eines Angehörigen**

Vortrag an der Jubiläumstagung „25 Jahre Soteria Bern – aus Freude zur Innovation!“ vom 8. Mai 2009, Inselspital Bern, Hörsaal Langhans

Bertrand Knobel

Meine Damen und Herren. Es ehrt mich, einen Beitrag an diese Tagung leisten zu dürfen. Ich danke für die Einladung.

Lassen Sie mich zurückblenden.

15. August 2004: Unsere Tochter kommt von einem dreimonatigen USA-Aufenthalt in die Schweiz zurück; voller Eindrücke, prall mit Erfahrungen. Geplant wäre gewesen, dass sie unmittelbar nach ihrer Heimkunft ein Semesterexamen an der Universität nachholt, für das sie vor ihrer Abreise keine Zeit gehabt hatte. Vorerst aber hat sie viel zu erzählen. Sehr viel. Stundenlang sitzen wir am Familientisch, betrachten ihre Fotografien.

Was uns in den folgenden Tagen auffällt: Unsere Tochter, die ansonsten in schulischen Dingen sehr gewissenhaft ist, bereitet das Examen nicht richtig vor. Sie sucht Leute auf, denen sie von Amerika erzählen kann, sie engagiert sich im Service Civil International, will Projekte anreissen, mehrere aufs Mal, ist dauernd in Bewegung.

Und auch neu für uns: Sie hält sich nur noch schlecht an Abmachungen.

Ihre Unruhe beunruhigt. Was ist los mit ihr? Hat sie sich so verändert? Sie schläft kaum, oder zumindest sehr unregelmässig, spricht davon, das Studium abbrechen zu wollen.

5. Oktober 2004: Als meine Frau und ich von einer zweitägigen Wanderung zurückkommen, ist unser Haus voll mit Fäden behangen, die kreuz und quer gespannt sind und an denen unzählige kleine farbige Zettel mit allerlei Sprüchen angeheftet sind. In der Toilette enthalten die WC-Rollen Aphorismen, Sentenzen, Skizzen. Geniales steht da neben Banalem, verblüffend Kreatives, wortspielerische Neologismen, neben kindlich Hilflosem.

Wir wissen sofort, was los ist.

Es sollte ein Geschenk an uns sein. Es ist ein Geschenk. Allerdings das verstörendste, das wir je von ihr erhalten haben. Die Psychose trifft wie ein Blitzschlag in die heile Welt unserer Familienidylle ein. Unsere Tochter, unser geliebtes Kind, ältestes von vier Geschwistern, kreativ, lebendig, begabt, ist krank. Schwer krank. Sie hat den Faden verloren und spinnt nun hundert Fäden im Hause.

Sie ist nicht daheim, und sie bleibt trotz nächtlicher Suche unauffindbar. Das einzige, was wir in zahlreichen Telefonaten mit Freundinnen und Bekannten erfahren: Sie ist nach Zürich gegangen, an eine Party, und sie hat im Sinn, am nächsten Abend an der Vorstandssitzung des Service Civil zu sein.

6. Oktober 2004: Wir erkundigen uns nach der Sitzung, und ich warte vor dem Eingang. Unsere Tochter erscheint tatsächlich, in ungewohnt ungepflegtem Erscheinungsbild, begleitet von einer sehr auffälligen Person, einem Transsexuellen, der sich als ihr neuer Freund vorstellt. Ihr Gesichtsausdruck ist verändert. Ihre Augen treffen mich und treffen mich doch nicht. Sie spricht, wiewohl in Mundart und mit ihrer Stimme, in einer anderen Sprache. Ihre Sätze reißen ab, zersplittern. Es spricht etwas aus ihr, etwas Unkohärentes, das ich so noch nie wahrgenommen habe. Ich versuche, sie mit meinen Worten in meine Welt zurückzuholen. Doch es misslingt. Der transsexuelle Begleiter beginnt sich über den spiessigen Vater lustig zu machen, der es wohl nicht erträgt, dass seine bis dahin so bürgerlich-brave Tochter einmal über die Stränge schlägt. – Mir geht es um etwas ganz anderes als um irgend einen Bruch mit der gesellschaftlichen Norm. Den würde ich angesichts der rasenden Sorge, die mich um meine Tochter erfasst, sehr gut ertragen.

Meine Tochter schüttelt mich ab und geht mit ihrem Begleiter fort; als wäre sie aus meiner Welt herausgefallen.

Ich fühle mich hilflos wie noch nie in meinem Leben, taumle, greife ins Leere. Eine Entfremdung kafkaesken Ausmasses erfasst mich. Eine Ahnung geht mir durch den Kopf, dass von diesem Moment an nichts mehr so sein wird, wie es einmal war.

Die folgenden Tage, Wochen, gestalten sich schwierig. Ja, sie sind recht eigentlich die Hölle. Unsere Tochter lebt daheim und ist doch an einem andern Ort. Wir, meine Frau und ich, erreichen sie nicht mehr, auch nicht mit unserem Wunsch, einen Arzt aufzusuchen. Sie fühlt sich gut wie noch nie, schreibt menschenverbessernde Texte, möchte in einem Anflug grenzenloser Liebe die ganze Welt umarmen. Fieberhaft versucht sie uns in ihren Plan einzubinden, möchte um jeden Preis verstanden werden. Ich lese ihre Texte, sie haben ihre Logik, müssen eine Logik haben, ich merke es; aber diese ist gegenüber der meinen wie „versetzt“, „ver-rückt“. Um ihre Texte verstehen zu können, müsste ich weit über das, was mir zu denken möglich ist, hinausgehen können.

Höhepunkt der Krise ist eines der nächsten Wochenenden: Unsere Tochter bleibt zwei Tage und eine lange Nacht verschollen. Wir suchen sie fieberhaft, verzweifelt. Signale kommen aus Genf, wo ein Passant, ihren Pass, ihr Portemonnaie, ihr Tagebuch und andere Gegenstände gefunden hat, alles schön geordnet auf einer Mauer in der Nähe eines Ausgangslokals. Unsere Tochter hat sich entgrenzt. Sie zieht keine klare Linie mehr um sich, will sich mit der Welt verbinden.

Wir haben Angst.

Sollen wir nach Genf fahren?

Hoffnungslos hoffen wir auf einen Anruf. – Von wem?

Dieser kommt, spätabends, von der Genfer Polizei. Eine Patrouille hat unsere Tochter aufgegriffen und in eine Klinik gebracht.

Wir atmen auf. Sie ist am Leben.

Doch der Horror geht weiter. Unsere Tochter wird per Ambulanz in ein grosses psychiatrisches Zentrum im Raum Bern verlegt. Sie ist ans Bett gefesselt, erkennt uns nicht, ist mit Medikamenten vollgepumpt. Zwei Wochen bleibt sie in der geschlossenen Abteilung dieser Klinik. Dort halten sich mehrere Patienten in akut psychotischem Zustand auf. Unsere Tochter mit dabei. Eine Wahnwelt für sich, „*One Flew Over the Cuckoo's Nest*“, so kommt es uns bei unseren Besuchen vor. Das Personal kann gegen die Dynamiken wenig ausrichten; die Besetzung ist, gemessen an der hohen Anzahl von Problempatienten, zu knapp. Wir läuten und warten oft sehr lange um Einlass. Wir müssen, wenn wir endlich eintreten können, unsere Taschen und Jacken zurücklassen. Alle Gegenstände, auch Geschenke, werden genauestens untersucht.

Wenn ich sage, dass diese Besuche für uns traumatisch waren, ist das kein Angriff auf die Klinik. Kontrollen, Medikamente; all das musste sein. Die Pflegepersonen gaben sich alle erdenkliche Mühe. Einer Ärztin dieses Spitals verdanken wir, dass unsere Tochter, unserem Wunsch entsprechend, nach gut zwei Wochen in die Soteria an der Bühlstrasse überführt werden konnte.

Der Merianpark in Basel. Der Berner Künstler Markus Rätz hat in scheinbar wirrer Weise verschiedene Holzquader aufgestellt. Man steht hilflos vor dieser Anordnung von Balken und fragt sich, im Dunklen tappend, was diese moderne Kunst denn wieder einmal soll.



Das erste, was ich wahrnehme, als wir unsere Tochter nach dem Abklärungsgespräch in die Soteria begleiten, ist der Geruch: Kein Spitalgeruch, sondern ein ausgesprochener Hausgeruch: Backgeruch, Küchengeruch, der sofort das Bild eines gedeckten Tisches in mir aufsteigen lässt. Ein guter Geruch; da hat sich jemand beim Zubereiten einer Mahlzeit sehr Mühe gegeben; besonders die interessante Gewürzmischung sticht in die Nase. Eine zarte Form von Sinnlichkeit, Wärme. Hinwendung zum Elementaren, zu dem, was uns im Magen gut tut. Zur ursprünglichsten Form der Selbst-Stärkung, dem Essen.

Soteria, das Haus. Keine Klinik; nein, die Soteria ist ein Haus.

Die zweite Wahrnehmung: Menschen bewohnen dieses Haus. Wir werden von den beiden Betreuerinnen sehr freundlich und mit einer menschlichen Wärme empfangen, die sich für uns wie eine Oase in einer wüst und fremd gewordenen Welt ausnimmt.

Unsere Tochter kommt ins weiche Zimmer und erhält eine Eins-zu-eins-Betreuung. Endlich wird sie von den vielen verstörenden Eindrücken, denen sie in der Klinik ausgesetzt war, abgeschirmt. Inzwischen haben wir, meine Frau und ich, in der Küche Platz genommen und erhalten von der zweiten Betreuerin etwas zu trinken. Einen warmen Tee. Die Grundsätze der Behandlungsmethode der Soteria werden uns vorgestellt. – Ja; ein Gespräch wie eine Oase in einer fremd und wüst gewordenen Welt.

Vor zwei Jahren, als mich die Soteria-Leitung freundlicherweise dazu einlud, an dieser Jubiläumstagung etwas aus der Sicht eines Angehörigen zu erzählen,

stand als Referatsimpuls unter anderem: „*Umgang mit psychotischen Menschen; Lerneffekt für die Angehörigen.*“ – Lerneffekt... – Ich leugne nicht, dass mich das etwas irritierte. Was soll ich von der Psychose meiner Tochter lernen? „*Krankheit als Metapher*“? Schon Susan Sontag hatte sich dagegen gewehrt. Musste auch noch dem Schwersten, das mir in meinem Leben bisher widerfahren war, eine Bedeutung, ein Sinn abverlangt werden?

Die Psychose eines lieben, uns nahen Menschen trifft uns unmittelbar, wie ein Blitzschlag, sie tötet unsere Sprache ab, weil sie uns das Denken raubt. Nicht nur der Betroffene stürzt ins Chaos. In einem gewissen Sinne auch die Angehörigen.

Es gibt eine existenzielle Überforderung dem Leben gegenüber, sie ist ganz grundsätzlich, und wir sind ihr mehr oder weniger alle ausgesetzt. Nie war diese Überforderung für mich virulenter und besser spürbar als im Moment, da unser Kind erkrankte. Meine Realität existierte nicht mehr für es. Sie drohte nun auch mir abhanden zu kommen. Alles fühlte sich so unwirklich und fremd an. Und nun diesem Schicksalsschlag irgend einen Sinn abzuverlangen, wenn möglich einen positiven, ist ein Zwangsakt, gegen den man sich mit Fug auch wehren darf.

Das Schlimme für die Angehörigen: Man kann nichts machen, man steht daneben. Gewaltsam wird man in ein Drama hineingestossen, fühlt sich als Akteur. Es ist aber, als hätte einem der Regisseur die Beine und die Hände gefesselt. Alle anderen agieren auf der Bühne, nur man selbst nicht. Eine mächtige Dynamik überrollt uns. Schlimmer noch, rollt neben uns her. Und das Kind wird von dieser Dynamik mitgerissen. Wir möchten es zurückhalten, helfen, als Mutter, Vater, sowieso und erst recht. Der Beschützerinstinkt heult laut in uns auf. Doch die Fessel ist stärker. Man wird auf die eigene Hilflosigkeit zurückgeworfen. Ich erinnere mich, wie die Verzweiflung Überhand zu nehmen drohte, wie sie mich besetzte, mich beherrschte.

Und doch musste ich gegen diese Verzweiflung ankämpfen. Nicht weil wir im Zeitalter des positiven Denkens leben und sich das gut macht, sondern weil die Verzweiflung und das Leiden der Angehörigen den Erkrankten noch zusätzlich belastet: Unsere Tochter hat immer gesagt, das Schlimmste an ihrer Psychose sei nicht die Krankheit gewesen, sondern die Tatsache, dass wir als Eltern in so grosser Sorge gewesen seien.

Am liebsten, so einer ihrer Aussprüche wörtlich, wäre sie mit ihrer Krankheit allein gewesen.

Die Konsequenz für die Angehörigen: Nicht mit elterlichem Kummer zusätzlich zur Last fallen, auch den also hartnäckig bekämpfen. Oder noch besser: ihn ver-

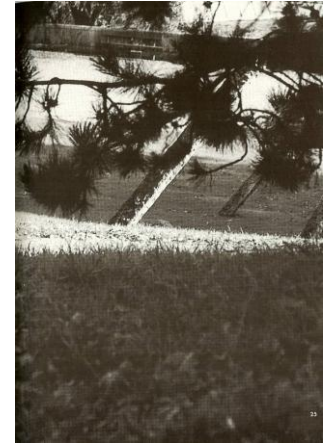
stecken. Krampfhaft positiv bleiben, lächelnd in allem einen Sinn sehen. – Also doch: „*Krankheit als Metapher*“?

Für mich war dies das Schwierigste überhaupt: mir sogar den Ausdruck meiner abgrundtiefen Traurigkeit versagen zu müssen. Es symbolisierte den Gipfel meiner Handlungsunfähigkeit.

Und doch, als Angehörige kann man nicht nichts machen. Auch wenn man nichts machen kann. Man begibt sich auf einen Weg, setzt sich in Bewegung, auch wenn das Ziel nicht klar ist; man stellt sich einer neuen Lebensbedingung. Vielleicht ist das bereits ein Lerneffekt. Einfach einmal zu gehen, auch wenn man sich im Niemandsland bewegt.

Wir haben im Leben keine andere Wahl, als uns dem zu stellen, was es uns bereithält und zumutet.

Merianpark in Basel. Ich weiss, dass Markus Rätz mir als Künstler etwas sagen will. – Doch was? Ich bewege mich durch die Holzquader der Parkanlage. Reizvoll, gewiss, aber rätselhaft.



Ich vergesse nie, was mir einmal ein Freund in einem Moment tiefer Niedergeschlagenheit gesagt hat: „*Kannst du es nicht abgeben, irgendwie?*“ – „Abgeben“; das Wort hat sich festgehakt. Ein Wort kann manchmal eine Initialwirkung haben.

Und ich vergesse nie: einen Besuch, morgens, in der Soteria; die Zeit, die uns ein Betreuer geschenkt hat. Wir, meine Frau und ich, tranken wieder einen Tee und durften unseren Kummer artikulieren. Ich erinnere mich an die Kraft, die wir tanken konnten. Es war kein Therapiegespräch und hatte doch diese Wirkung.

Ja, ich konnte abgeben, von dem Moment an, als ich unsere Tochter in der Soteria in guten Händen wusste.

Nach jedem Besuch, nach jedem Gespräch gingen wir gestärkt hinaus. Soteria, wie es das griechische Wort auch sagt: Ort einer wundersamen rettenden Geborgenheit.

Und was so erstaunlich war: die Natürlichkeit, die Selbstverständlichkeit im Reden über das, was solches Gewicht, ja was zentnerweise Last für uns hatte. Reden über die Psychose wie über eine Grippe oder eine Angina, aber ohne Verharmlosung, in warmer, wohnlicher Atmosphäre; und immer dieser wunderbare Hausgeruch als Begleiter.

Als Angehöriger erlebt man die Soteria als Kommunikationsort, als eine Brücke zum erkrankten Kind. Das Gespräch, das während der Psychose wie abgerissen ist, kommt wieder in Gang. So vieles wird plötzlich verständlich; auch wenn das Unfassbare bleibt. Ich erinnere mich an die neue Sensibilität, die zwischen unserer Tochter und uns entstand. Wunderbare Momente eines neuen Beisammenseins während unserer Besuche. Kleine Aufbruchsituationen, Annäherungen.

Auch bei ganz spontanem Bedarf ist für die Angehörigen immer jemand von der Soteria ansprechbar. Die Kontaktnahme kann direkt, ohne administrativen Aufwand, erfolgen. Auch Wochen oder Monate nach dem Aufenthalt kann man als Angehöriger telefonieren oder vorbeigehen und sich beraten lassen.

Für mich hatten diese Gespräche in der Soteria eine Signalwirkung. Ich habe dank ihnen etwas gelernt. Und etwas Entscheidendes dazu: dass es immer weitergeht, wenn es nicht weitergeht. Ich habe gelernt, dass jemand da ist und helfen kann, wenn man sich selbst nicht mehr zu helfen weiss.

Und dass es weiterging, sahen wir auch am Fortschritt unserer Tochter. Im Hause Soteria fand sie Halt, Boden, Kontur.

Das Haus, hier, als Metapher für Bindung, für Rück-Bindung. Festigkeitgebendes Zentrum in der Dynamik zerfliessender Grenzen. Das Haus als Ruhepol, als Kontur-spendende Form im vexierspielartigen Chaos zentrifugaler Kräfte.

Die Welt, die aus den Fugen geraten ist, auch jene der Angehörigen, erhält in der Struktur des Hauses wieder eine Ordnung: Hier ist die Küche, da bereitet man das Essen vor, hier die Toilette, hier ein Zimmer für die Gemeinschaft, hier der Privatraum. Im Schutze des Hauses, und nur dort, finden wir wieder zu uns, zu elementarer Ordnung zurück.

Nicht über gross angelegte Therapien, sondern übers Kochen, Essen, über die Haushaltspflege und Alltagsgespräche gewann unsere Tochter, die sich in sich selbst und in der Aussenwelt verloren hatte, wieder Boden unter die Füsse. Übers Elementare, von dem ich vorher sprach.

Die Soteria war Schonraum, Rückzug und Ort des Zur-Ruhe-Kommens für sie. Allerdings kein Fluchttort für Regression: Sie ist auch Ausgangsort für neue Schritte gewesen. Von der Soteria, als einem Haus der Sicherheit, tastete sich unsere Tochter später behutsam wieder in die Aussenwelt.

Der psychotische Mensch bringt seine subjektive Innenwelt mit der Aussenwelt nicht mehr in Einklang. Die Soteria, so wie ich sie erlebt habe, ist eine Scharnierstelle von aussen und innen. Sie ist eine kleine Innenwelt in der Aussenwelt, ist jener Ort, in dem beide Welten wieder zum Einklang finden können. Unsere Tochter fand während ihrer Aufenthalte in der Soteria sowohl den Weg zu sich selbst zurück als auch jenen wieder in die Welt hinaus.

Das Haus als Metapher für die Osmose zwischen Innen und Aussen.

Paul Nizons Erstling trägt den Titel „*Im Hause enden die Geschichten*“. Wir haben es in der Soteria anders erlebt. Für unsere Tochter und für uns hat im Hause eine neue Geschichte angefangen, im Hause Soteria.

Wichtig dabei war die Auseinandersetzung mit dem Stress- / Verletzlichkeitsmodell und mit Fragen der Rückfallprophylaxe. Dass dabei auch die Angehörigen einbezogen werden, erachte ich als zentral. Wir, meine Frau und ich, hatten plötzlich eine neue Funktion für unsere Tochter: Mitten in ihrem Selbständigkeits- und Ablösungsprozess mussten wir, nach der Soteria, wieder zu ihr schauen wie zu einem kleinen Kinde. Nach explosionsartiger Flucht der Totalrückzug in den Kokon der Familie. Die Zeit nach der Psychose nahm sich wie eine zweite Kindheit aus, so anhänglich und unselbständig, so schwach und innerlich wund war unsere Tochter. Ohne die aufklärenden Familiengespräche und die Informationen an den Angehörigenabenden hätten wir uns wohl an diesen Widersprüchen aufgerieben.

Wichtig war, dass die Soteria für unsere Tochter auch nach dem Aufenthalt offen blieb.

Ehemalige Klientinnen können, wenn es ihnen nicht gut geht, wenn sie Angst haben, anklopfen. Ohne bürokratischen Aufwand. Ohne FFE, ohne vorgängige ärztliche Verordnung. Einfach so: vorbeigehen, einen Besuch abstatten, mit einer Betreuerin einen Tee trinken und mit ihr sprechen, Rat und Hilfe holen.

Wo gibt es das sonst?

Und müsste es, in der Psychiatrie, nicht ganz allgemein so sein wie hier? Das Haus als niederschwellige Anlaufstation; als eine Zuflucht für den kranken Menschen, als eine Art Zuhause. Nicht sein wirkliches Zuhause, vielleicht aber so etwas wie ein „Krankheits-Zuhause“ oder ein „Zuhause während der Krankheit“.

Wir wissen, dass der Umgang mit dem uns Fremden, Unfassbaren, Unkontrollierbaren ein Gradmesser für die Kultiviertheit und die Menschlichkeit einer Gesellschaft bedeutet. Bei Michel Foucault habe ich gelesen, auf welcher erschreckend brutale Art und Weise die frühere Psychiatrie mit Erkrankten umgegangen ist, welche unmenschlichen Methoden die Vertreter der so genannten „gesunden Welt“ anwenden mussten, um ihre Macht gegenüber dem Unzählbaren, dem Nicht-in-den-Griff-zu-Bekommenden, demonstrieren zu können. Man züchtigte, quälte, betrachtete die Kranken als von Dämonen Besessene und versuchte sie mit Teufelsaustreibungen zu „heilen“.

Die Medizin hat im Verlauf der Jahrhunderte gelernt.

Stigmatisierungen wurden bekämpft, die Würde des kranken Menschen steht heute überall als oberstes Prinzip. Dank neuer Methoden sind zudem viele Krankheiten nun heilbar. Vieles ist machbar geworden.

Indes; der Massstab für die Menschlichkeit, auch der modernen Psychiatrie, ist ihr Umgang gerade mit dem Nicht-Machbaren, mit dem Nicht-in-den-Griff-zu-Bekommenden.

Die Soteria ist, in diesem Sinne, ein menschliches Haus, genauer gesagt: der Ort einer menschlichen Psychiatrie.

Als Angehöriger habe ich davon gelernt (Lerneffekt!): Nicht alle Probleme sind lösbar, und nur, wenn wir dies akzeptieren und uns vom Wahn der Machbarkeit befreien, wird der Weg für einen produktiven Umgang mit ihnen, den Problemen, frei. Das Beste, was wir einem kranken Menschen geben können, ist menschliche Nähe, Da-Sein, ein schützendes Dach und einen guten Boden. Mit anderen Worten: einen rettenden Ort – Soteria! – an dem er wieder zu sich finden und wieder aufstehen kann.

Unterwegssein im Land der Ausweglosigkeit; tätig sein als Antwort auf das Still-gelegt-Werden. Wieder und wieder aufstehen. – Wir haben keine andere Wahl. „*Man muss sich Sisyphus als einen glücklichen Menschen vorstellen*“, hat Camus einmal gesagt. Vielleicht liegt hier ein Geheimnis, ja das Geheimnis dafür, dass das Leben gelingen kann, trotz allem. Durch Tätigsein, Unterwegssein, trotz allem, und als Antwort auf unsere existenzielle Hilflosigkeit.

Unser Gang durch Markus Raetz' Quader-Ansammlung im Merianpark. Und ist man genug unterwegs gewesen, bleibt man plötzlich stehen und sieht, erkennt etwas: ein Gesicht. Man ist überrascht, nun ist klar, was uns der Künstler sagen wollte. Wäre ich nur auf einer Bank sitzen geblieben und hätte bloss über sein Werk gebrütet, ich hätte nie diese plötzliche Sicht, diese plötzliche Ein-Sicht gewonnen.



Zum Abschluss möchte ich, im Sinne einer Zusammenfassung, noch einmal sagen, warum die Soteria für mich, für uns als Angehörige, ein wichtiger Ort geworden ist und was es genau war, was in schwerer Zeit geholfen hat:

- die Soteria als stets offene Anlaufstation für den kranken Menschen, aber auch für die Angehörigen
- das Instrument des Familiengesprächs mit seinem systemischen Ansatz. Die Gespräche waren stets lösungsorientiert und öffneten verschlossen geglaubte Türen der Verstrickung in Schuld-, Versagungs- und Resignationsgefühlen. Sie liefen nicht nach dem Schema ab, wonach nur der klinische Helfer weiss, was für den Patienten Hilfe ist. Im Gegenteil: Als Angehörige wurde man in Entscheidungen einbezogen. Und die Gespräche brachten, wie vorher erwähnt, Aufklärung in die unauflösbar scheinenden Paradoxien von Abkehr und Wiederanbindung des erkrankten Kindes
- die Informationen zum Psychiatrie-Ansatz der Soteria, das Weitergeben wichtiger Kenntnisse über die Krankheit, die Medikation und die Behandlungsmethoden. So hat mich der Einblick in das Vulnerabilitätsmodell sensibler gemacht gegenüber der Verletzlichkeit und psychischen Zartheit meiner Tochter. Die Auseinandersetzung mit der Rückfallprophylaxe schärfte unseren Blick auf Stolpersteine und mögliche Erfolgsfaktoren nach der Behandlung. Wir wissen nun Frühsymptome recht sicher zu er-

kennen, und bereits zweimal liess sich eine heikle präpsychotische Dynamik dank rechtzeitigen Eingreifens entschärfen.

Meine Aufmerksamkeit hat auch im Berufsleben ganz eindeutig zugenommen, in dem ich es, als Rektor eines Gymnasiums, mit vielen Jugendlichen in zum Teil schwierigen, ja gefährdeten biografischen Situationen zu tun habe

- der Angehörigenabend als Austauschplattform für Menschen, die ähnliche Belastungen ertragen müssen. Sie waren – und sind es noch heute – sehr wichtig für uns, weil wir erst hier Gesprächspartner fanden, die den Grad unserer elterlichen Sorge wirklich ausmessen konnten. Ansonsten blieb unser Kummer, selbst in Gesprächen mit mitfühlenden Freunden, nie wirklich kommunizierbar.

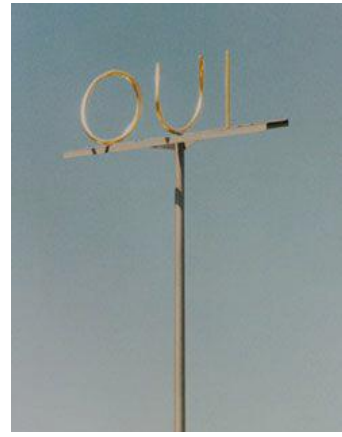
Und was noch viel mehr geholfen hat als all die erwähnten Angebote und Instrumente des medizinischen Modells: dass wir in der Soteria am Bühlplatz nicht einfach Psychiatrieangestellten, sondern Menschen begegnet sind. Menschen, welche dank ihrer Sensibilität, ihrer fachlichen Kompetenz nicht nur unserer kranken Tochter, sondern auch uns Angehörigen geholfen haben und uns eine Stütze gewesen sind.

Im Austausch mit ihnen ist uns bewusst geworden, an welchen beiden wichtigsten mentalen Fähigkeiten wir uns zu orientieren hatten und noch immer zu orientieren haben: an der Gelassenheit und an der Zuversicht.

Gelassenheit nicht als Distanznahme, nicht als Gestus der Indifferenz, sondern als die richtige Balance zwischen Mitleiden, Mithoffen, Identifiziert-Sein einerseits und Loslassen-, Abgeben-Können, Linderung andererseits.

Zuversicht als gemeinsamer Boden für die weiteren Lebensschritte mit dem psychisch wunden, angeschlagenen Kind. – Zuversicht als Botschaft an es: Ja, ich glaube an dich, ich glaube daran, dass es, was auch weiter passieren wird und wie wenig wir es im Griff haben, gut kommen wird in deinem Leben, in unserem Leben.

Mehr als tausend Worte sagt eine zweite Installation von Markus Rätz, mit der ich aufhören möchte:



Ich danke der Soteria, dem ganzen Team.

Und ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit.

BKn/Mai 2009

SoteriaJubiläumstagungMai09ReferatAngehöriger.doc