

Schizophrenie
Bericht einer Mutter

»Nahaufnahmen«



Ada Norden

Schizophrenie

Bericht einer Mutter



Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie.
Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
abrufbar unter <http://dnb.d-nb.de>

Besuchen Sie gern unsere Verlage im Internet:
www.alma-marta.de
www.marta-press.de

Die Namen der Autorin und ihres Sohnes wurden
verändert, um die Persönlichkeitsrechte des Sohnes zu
schützen.

1. Auflage April 2023

© 2023 Marta Press, Hamburg, Germany

www.marta-press.de

Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch
Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne
schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Lektorat: Ulrike Gramann, Berlin.

© Umschlaggestaltung: Andreas Imhof, Hamburg,
unter Verwendung eines Fotos von

© Laura Chouette, unsplash.com

Printed in Germany.

ISBN: 978-3-96837-026-2

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Über dieses Buch	12
Einleitung.....	15
Wir haben schon auf Mama gewartet	17
Ist das die Pubertät oder stimmt was nicht?.....	20
In der Kinder- und Jugendpsychiatrie.....	27
Gehen Sie lieber nicht allein.....	44
Waschen und Trocknen	54
Wir konnten nichts machen	58
Die Fremdenlegion.....	63
Ich bin da, wo ich immer bin	70
Der Umzug.....	79
Ich dachte, diesmal ist es real.....	93
Da ist er ja wieder	97
Mir geht es gut, ich therapiere mich selbst.....	100

Nachwort oder der Blick nach vorn	111
Epilog.....	115
Politische Verbesserungen im Interesse der Angehörigen	118
Begriffserklärungen und hilfreiche Adressen.....	121

Dieses Buch ist allen
Angehörigen und Wegbegleiter:innen
psychisch erkrankter Menschen gewidmet.
Sie möchten helfen und
suchen immer wieder nach Wegen.
Oft möchten sie mehr tun,
als es ihnen möglich ist.

Ada Norden, März 2023.

Einleitung

*Man muss sein Leben aus dem Holz schnitzen,
das man hat.*
(Theodor Storm)

Mein Sohn erkrankte mit 17 Jahren an einer Psychose aus dem schizophrenen Formenkreis. Es gab Zwangseinweisungen, und seine durch die Krankheit bedingten Verhaltensweisen führten neben vielen anderen Problemen zu Strafanzeigen und zum Wohnungsverlust. Mehrere Monate war mein Sohn in der französischen Fremdenlegion und für mich unerreichbar. Bessere und sehr schlechte Phasen wechselten sich ab, auch bedingt durch wiederholtes Absetzen der Medikation und durch seinen Versuch, sich selbst zu behandeln.

Für mich waren das immer wieder auch eigene persönliche Krisen. Seine Krankheit ist bis heute nicht überwunden, und ich musste lernen, mich und mein Leben davon möglichst unabhängig zu machen.

Den Kontakt zu meinem Sohn abubrechen, kam für mich nie in Frage. Ich fühle nicht nur eine moralische Verpflichtung, für meinen Sohn da zu sein, sondern auch immer wieder ein Band zwischen uns, das nie zerreißen wird. Eine belanglose Unterhaltung über alltägliche Dinge mit meinem

Sohn kann mich fröhlich stimmen, und Zeiten, in denen ich ihn in seiner Welt nicht erreichen kann, machen mich immer wieder sehr traurig. Dann schmerzt die leere Stelle in meiner Seele.

Ich möchte mit diesem Buch Hilfestellung und auch Hoffnung geben. Auch bei einer chronischen psychischen Erkrankung gibt es gute Zeiten, und Besserung ist immer noch und immer wieder möglich. Angehörige und Freunde können die Herausforderung annehmen und den Erkrankten so gut wie möglich zur Seite stehen. Wir können neben der medizinischen Behandlung für die Besserung und Genesung eine wichtige Säule sein.

Wir haben schon auf Mama gewartet

*Es ist normal,
verschieden zu sein.*
(Richard von Weizsäcker)

„Ihr Sohn hat psychotrope Substanzen genommen, oder er ist psychisch erkrankt. Wir wissen nicht, was noch passiert, und müssen ihn in jedem Fall hierbehalten. Am besten fahren Sie jetzt nach Hause und rufen uns morgen wieder an, dann wissen wir vielleicht mehr.“ Nach diesen Worten des Arztes in der psychiatrischen Klinik war ich entsetzt, aber gleichzeitig auch erleichtert darüber, meinen Sohn jetzt in Sicherheit zu wissen. Jens war zu diesem Zeitpunkt 17 Jahre alt.

Ich weiß nicht mehr, wie ich es geschafft habe, nach Hause zu kommen. Aber ich weiß, dass ich die ganze Nacht wach blieb und mich fragte: „Wie konnte ich mit Jens in diese Situation geraten, und warum fühle ich mich wie in einem falschen Film?“

Der Gedanke an den Konsum illegaler Drogen allein war für mich schon eine Horrorvorstellung und eine psychische Erkrankung unvorstellbar. Etwas musste ja in jedem Fall komplett schiefgelaufen sein. Hatte ich irgendeine Schuld? Ich zerbrach mir den Kopf, und Erinnerungen

stiegen in mir auf. Sie gingen zurück bis in die Zeit, als Jens noch ein Kleinkind war.

„Es wird aber höchste Zeit, dass Jens in den Kindergarten kommt, der sitzt ja immer nur auf Deinem Schoß herum!“ Als meine Freundin das sagte, saßen wir beim Kaffee in ihrer Küche, und sie war sehr ärgerlich. Jens hatte wieder mal keine Lust mit dem Sohn meiner Freundin zu spielen, weshalb wir eigentlich gekommen waren. Er blieb – wie meistens – lieber bei mir auf dem Schoß. Ich machte mir darüber aber keine Sorgen und war immer sehr glücklich mit meinem Wunschkind. Manchmal fühlte ich mich sogar als bessere Mutter, was ich heute nur ungern zugebe.

Der erste Tag im Kindergarten kam tatsächlich bald, denn ich musste wieder arbeiten. Jeden Morgen Krokodilstränen bei Jens und ein nagendes schlechtes Gewissen bei mir waren die Folge. Glücklicherweise gab es eine liebevolle Erzieherin, die sich viel Zeit für Jens nahm. Oft trug sie ihn auf den Armen, wenn ich zum Abholen kam, und sagte dann: „Wir haben schon auf Mama gewartet.“

Für mich war das eine schwierige Zeit, und ich entschied mich damals, kein zweites Kind zu wollen. Heute sehe ich das anders, aber meine Ehe lief nicht gut und dadurch war die Entscheidung besiegelt.

Die Bindung zwischen meinem Sohn und mir blieb eng. Die Wochenenden verbrachte ich meist mit Jens bei den Großeltern oder auf kleinen

Ausflügen, während sein Vater anderen Interessen nachging. Meine Versuche, die Ehe zu retten, scheiterten. Bis zur Trennung dauerte es aber noch Jahre.

Es folgte die Zeit in der Grundschule. Jens war unterfordert, und ich diskutierte mit den Lehrerinnen, ob das Überspringen einer Klasse sinnvoll wäre. Die Klassenlehrerin hatte es empfohlen, aber letztlich entschied ich mich im Einvernehmen mit der Schule doch dagegen. Ich bemühte mich stattdessen, Jens andere Angebote zu machen. Für eine Musikschule, die ich kurzzeitig mit ihm besuchte, konnte er sich nicht begeistern. In der Schule erhielt Jens außerdem die Möglichkeit, Klavierspielen zu lernen, brach aber auch das schnell wieder ab. Ich versuchte es mit mehr Sport. Tischtennis wurde eine kleine Leidenschaft meines Sohnes. Er hatte einen sehr guten Trainer, gewann Turniere, und sogar in der Zeitung wurde über seine Erfolge als jüngster Spieler berichtet.

Gleichzeitig entwickelte Jens eine andere, noch größere Leidenschaft für Basketball. Er übte fast täglich auf dem Schulhof, der direkt gegenüber unserem Haus lag. Im Fernsehen wurden alle großen Spiele mit Spannung verfolgt und bewertet. Der Sportverein nahm Jens erst später auf, für Kinder im Grundschulalter gab es zu der Zeit noch keine Trainingsgruppen. Trotzdem nahm Basketball schon zu diesem Zeitpunkt viel Raum im Leben von Jens ein. Er wartete sehr darauf, endlich in einem

Verein spielen zu können, und trainierte fast täglich am Basketballkorb auf dem Schulhof.

Als Jens zwölf Jahre alt war, wurde die Trennung von seinem Vater für mich unvermeidlich.

Ist das die Pubertät oder stimmt was nicht?

*Wenn es holprig wird, steigt man nicht aus,
sondern man schnallt sich an.
(Verfasser:in unbekannt)*

Diese Frage stellen sich viele Eltern. Ich möchte deshalb über die damalige Situation und über mögliche erste Anzeichen, dass etwas nicht stimmte, berichten. Leider konnten damals weder ich noch andere die Zeichen richtig deuten. Ob ein sehr frühzeitiges Erkennen möglich gewesen wäre und wie konsequentes Handeln die weitere Entwicklung verändert hätte, kann natürlich heute niemand sagen.

Nach der Trennung war ich mit Jens in eine kleine Wohnung gezogen, die in der Nähe seiner Schule und meines Arbeitsplatzes lag. Jens besuchte inzwischen das Gymnasium, und ich wollte ihm nicht auch noch einen Schulwechsel zumuten. Ich

konnte meine Arbeitszeiten so einrichten, dass ich mittags länger zu Hause war. So hatte ich Zeit für Jens und konnte mich auch um unseren kleinen Hund, der mit uns umgezogen war, und um das Mittagessen kümmern.

Basketball war immer noch sehr wichtig für Jens. Er spielte inzwischen in einem Verein, und ich fand mich jedes Wochenende in einer anderen Sporthalle auf der Zuschauer:innenbank wieder. Ich wurde als Fahrerin benötigt und hatte oft noch zwei oder drei andere Spieler in meinem Wagen. Auch unser Hund war immer dabei und wurde zwischendurch von mir ausgeführt.

Nach der ersten schweren Zeit hatte ich bald das Gefühl, die Trennung ohne große Einbrüche gut überstanden zu haben. Ich hatte den Eindruck, dass das auch für Jens galt. Mir ging es besser als zuvor, aber ich ahnte natürlich nicht, was kommen würde.

Ein Anruf der Englischlehrerin von Jens sorgte für erste Unruhe und ist mir bis heute im Gedächtnis geblieben. Die Lehrerin sagte, dass sie lange überlegt habe, ob sie mich anrufen solle oder nicht, und schilderte dann Folgendes: Es gäbe im Unterricht immer wieder Situationen, in denen mein Sohn bewusst und absichtlich mehrfach mit der Stirn auf den Tisch schlage. Fragen nach dem Grund für dieses Verhalten würde er nicht beantworten. Die Lehrerin sagte mir, dass ihr Mann Neurologe sei und sie das Problem mit ihm besprochen habe. Er hätte empfohlen, meinen Sohn bei einem

Schulpsychologen vorzustellen, worum sie mich nun bitten wollte. Ich war natürlich sehr darüber irritiert und fragte zuerst Jens, was das zu bedeuten habe. Das sei doch klar, war seine Antwort: „Die sind einfach zu blöd!“ Er halte die dämlichen Fragen und Aufgaben im Unterricht manchmal einfach nicht mehr aus.

Ich setzte mich mit der schulpsychologischen Beratungsstelle in Verbindung und konnte Jens mit dem Hinweis, dass dort auch ein Intelligenztest gemacht wird, überreden den Termin wahrzunehmen. Die wesentlichen Ergebnisse waren ein hoher Intelligenzquotient, an der Grenze zur Hochbegabung und keine weiteren Auffälligkeiten. Einen besonderen Rat oder Tipp konnte ich nicht erhalten – alles im grünen Bereich, hieß es. Mein Sohn war stolz auf das Testergebnis und sagte später immer, er hätte einen schlechten Tag gehabt, sonst wäre er noch besser gewesen.

So lief unser Alltag also erst einmal weiter, allerdings wurden Jens' Leistungen in der Schule immer schlechter. Das hörte ich auch von anderen Müttern und schob die Probleme auf die beginnende Pubertät. Natürlich bemühte ich mich, Einfluss zu nehmen, aber leider ohne Erfolg. Später habe ich mir oft Vorwürfe gemacht, nicht konsequent genug gewesen zu sein. Hätte ich mit mehr Autorität doch etwas erreichen können? Jens interessierte sich mehr für Diskotheken und Partys als für Schule und

Hausaufgaben. Aber war das nicht bei allen Jugendlichen so?

Im Gegensatz zur Schule ging es mit dem Basketball zunächst aufwärts. Jens fiel mit seinen besonderen Spielleistungen einem Trainer des deutschen Basketballbundes auf und wurde in ein Auswahlteam aufgenommen. Ich war zu Elternabenden des Basketballbundes eingeladen und erfuhr, dass Jens in einem bis zwei Jahren auf Kosten des Basketballbundes ein Sportinternat besuchen könnte. Ich war sehr stolz auf ihn und besuchte schon bald beim Tag der offenen Tür mit Jens das Internat. Er war nicht so begeistert wie ich, aber auch nicht ablehnend. Ich dachte, das wird schon werden. Natürlich war meine stille Hoffnung, dass im Internat auch seine Schulleistungen wieder besser werden würden.

Jens hatte zu dieser Zeit herausgefunden, dass mit einem Röntgenbild der Handwurzelknochen bestimmt werden kann, welche Körpergröße ein Mensch erreicht. Da die Körpergröße im Basketball eine große Rolle spielt, drängte Jens darauf, die Untersuchung zu machen. Es stellte sich heraus, dass er unter zwei Meter Größe bleiben würde. Das Ergebnis bedrückte ihn, denn er war der Meinung, dass er mit maximal 1,98 m nicht zu den Besten gehören könnte. Später sagte Jens, dass er dadurch die Motivation verloren hätte, was ich nie richtig nachvollziehen konnte. Offensichtlich hatte Jens nur daran Interesse, als Einzelperson der Beste zu

sein. Zu einem besten Team zu gehören, reichte ihm wohl nicht. Tatsächlich ließen seine Leistungen im Basketball bald nach, und Jens wurde zu wichtigen Turnieren nicht mehr aufgestellt. Ich suchte das Gespräch mit dem Trainer und erfuhr, dass Jens nicht bereit war, sein Bestes zu geben. Seine Leistungen seien für einen Auswahlspieler nicht mehr ausreichend. Er könne mehr, spiele aber nicht mit vollem Einsatz und sei auch nicht zu motivieren. Die Körpergröße wäre dabei gar nicht entscheidend, so der Trainer.

Natürlich versuchte ich alles, um Jens erneut zu begeistern und suchte auch Unterstützung durch seinen Vater. Es war aber nichts zu machen, und ich nahm Abschied von meinem kurzfristigen Traum als Mutter eines berühmten Basketballspielers. Das fiel mir nicht schwer, denn ich wünschte mir viel dringender, dass es in der Schule wieder besser klappen würde. In dieser Zeit gab es zahlreiche Schulgespräche, in denen ich immer wieder auf den Leistungsabfall hingewiesen wurde. In Französisch besuchte Jens auf mein Drängen hin mittlerweile einen Nachhilfeunterricht.

Trotz der Scheidung war ich in der glücklichen Lage, mit meinem Sohn verreisen zu können. Meine Hoffnung war, in einem gemeinsamen Urlaub wieder einen besseren Zugang zu Jens finden zu können. Ich suchte ein Sporthotel auf Fuerteventura aus. Meine Idee war, dort mit Jens große Fahrradtouren zu unternehmen, zu schwimmen und

Billard zu spielen. Ich ging davon aus, dass Jens in einem Sporthotel Gleichgesinnte finden würde, und bot ihm außerdem an, die dortige Surfschule zu besuchen. Daraus wurde leider nichts. Die Surfschule lehnte Jens ohne Begründung komplett ab, zu Fahrradtouren hatte er keine Lust, und am Strand langweilte er sich. Den Billardtisch nutzten wir zweimal. Oft blieb Jens trotz strahlenden Sonnenscheins und zahlreicher sportlicher Angebote bis mittags im Bett und war den Rest des Tages missgestimmt. Nur zwei Tage in diesem Urlaub konnte ich mit einer Tour in einem geliehenen Jeep über die Sandpisten retten. Dabei hatten wir viel Spaß. Aufgefallen war mir nur, dass Jens auf keinen Fall fotografiert werden wollte. Leider brachten diese beiden gelungenen Tage jedoch keine Veränderung, es wurde alles wieder wie vorher. Ich hoffte weiterhin, dass das allgemeine Desinteresse und die Antriebsarmut vorübergehende pubertäre Erscheinungen waren.

Zurück zu Hause wurde der Umgang mit Jens noch schwieriger. Ich begann Erziehungsratgeber zu lesen und besuchte Seminare. Dort sprach ich mit anderen Müttern, die erzählten, dass ihre Söhne seit Wochen nicht mehr ihre Zimmer verlassen hätten, und ich hörte von Mädchen, die das Essen verweigerten. Ich dachte, das ist ja viel schlimmer und da bin ich ja noch gut dran. Die Vorträge des Erziehungsexperten empfand ich ermutigend und tröstlich. Es hörte sich für mich so an, als ob noch

alles gut werden könnte. Einen „Königsweg“ aus diesen schwierigen Situationen konnte der Seminarleiter natürlich nicht aufzeigen. Ich kann mich nicht erinnern, dass jemand in diesen Seminaren den Tipp erhielt, einen Psychiater oder Psychologen zu Rate zu ziehen. Vielleicht wäre es möglich gewesen, eine sich anbahnende psychische Erkrankung zu erkennen und frühzeitig zu therapieren? Allerdings hätte ich nicht gewusst, wie ich meinen Sohn davon hätte überzeugen sollen. Dieses Problem besteht bis heute und ist in fast allen Familien mit einem psychisch Erkrankten ein schwieriges Thema.

Es dauerte nicht mehr lange, und Jens musste das Gymnasium verlassen.

Ein sehr freundlicher Realschulrektor erklärte sich bereit, meinen Sohn aufzunehmen, und ein paar Monate ging alles gut. Auf einem Elternabend wurde Jens sehr gelobt, und es hieß, er sei eine Bereicherung für die Klasse. Diesen Moment werde ich mein Leben lang nicht vergessen. Etwas Schöneres konnte ich mir nicht vorstellen, und ich sah Licht am Ende des Tunnels. Ich war überglücklich, aber leider sollte mein Glück nicht lange dauern.

Die Fremdenlegion

*Die Stille ist der Ort, an dem die Seele sagt,
was der Verstand ihr ausreden will.*

(Verfasser:in unbekannt)

Jens erzählte mir von Erfolgen bei seinem Fitnesstraining und von langen Wanderungen mit einem schweren Rucksack. Auf meine Frage nach dem Ziel antwortete er: „Ich muss fit werden für die französische Fremdenlegion.“

In meinen Augen war das eine neue verrückte Idee, die ich überhaupt nicht ernst nahm. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie Jens, der noch nie allein verreist war, überhaupt nach Frankreich kommen und sich ohne Sprachkenntnisse zurechtfinden könnte. Erst als Jens mir wiederholt ein Datum nannte, an dem er nicht mehr da sein würde, begann ich über die Fremdenlegion zu recherchieren und war entsetzt. Ich las, dass es tatsächlich möglich war, einfach zu einem der Rekrutierungsbüros in Frankreich zu reisen, und dass es um die Aussicht auf eine Aufnahme für Jens womöglich gar nicht so schlecht stünde. Ich konnte aber immer noch nicht glauben, dass Jens diese Idee wahr machen würde, und nahm an, dass sein geplantes Unternehmen schon bei der Anreise scheitern würde. Falls Jens es aber doch nach Frankreich schaffen sollte, würde

denen sicher bald auffallen, dass er psychisch krank ist. Das redete ich mir jedenfalls ein. Ich erwartete also, dass Jens, falls er denn überhaupt abreisen sollte, schnell zurückkommen würde. Jens hingegen war von seiner Idee nicht abzubringen und trainierte weiter. Sein Plan war, sich für viele Jahre zu verpflichten und dadurch genug Geld zu verdienen, um sich anschließend einen schönen Lebensabend gestalten zu können. Sorgen um seine körperliche Gesundheit machte er sich nicht, und moralische Bedenken hatte er keine. Er hielt es für ausgeschlossen, dass er schlimmstenfalls irgendwo auf der Welt in einem Kampf sterben könnte.

Der genannte Abreisetag kam, und Jens war telefonisch wieder einmal nicht erreichbar. Das konnte aber erfahrungsgemäß alles Mögliche bedeuten, und so wartete ich einige Tage ab. Vielleicht war der Grund ein neuer Klinikaufenthalt, oder Jens hatte, wie so oft, sein Handy einfach ausgestellt. Sollte er wirklich abgereist sein, so erwartete ich seine baldige Rückkehr. Ich war mir ganz sicher, dass Jens entweder sein Ziel nicht erreichen oder als nicht tauglich eingestuft werden würde.

Dann nahm meine Unruhe aber von Tag zu Tag zu. In einer langen und schlaflosen Nacht beschloss ich, am nächsten Morgen zu Jens in seine Wohnung zu fahren. Ich hatte inzwischen Ersatzschlüssel für die Haus- und Wohnungstüren. Nachdem Jens sich zweimal durch Vergessen seiner Schlüssel ausge-

sperrt hatte, konnte ich mich durchsetzen, Schlüssel nachmachen zu lassen. Einmal hatte Jens seine Wohnungstür einfach eingetreten, und beim zweiten Mal rief er einen Notdienst, der mich ein kleines Vermögen kostete.

Ich fuhr also los und schlich mich wieder möglichst lautlos in das Haus, um keine Nachbarn zu treffen. In der Wohnung stellte ich fest, dass der große Rucksack verschwunden und der Kühlschrank leer war. „Nun ist er also doch weg!“, dachte ich und konnte es nicht fassen. Es war bereits eine Woche vergangen, und Jens war nicht zurück. War er wirklich in die Fremdenlegion aufgenommen worden? Oder unterwegs irgendwo auffällig geworden und in eine Klinik gebracht worden? Die zweite Möglichkeit hielt ich immer noch für sehr viel wahrscheinlicher, und in diesem Fall würde sich ja sicher bald jemand bei mir melden.

Es meldete sich jedoch auch in den nächsten Tagen niemand. Ich fuhr noch mehrmals in die Wohnung, um dort für Ordnung und Sauberkeit zu sorgen – eine einmalige Gelegenheit, wie ich fand. Außerdem beruhigte es mich ein wenig, etwas tun zu können. Vor allem aber trug es dazu bei, dass ich weiterhin auf eine baldige Rückkehr hoffte.

Dann kam das Monatsende, und ich wusste, dass Jens keinen Dauerauftrag für die Miete eingerichtet hatte. Eine gesetzliche Betreuung hatte Jens zu diesem Zeitpunkt nicht mehr. Er war

mittlerweile Ende 20 und im letzten psychiatrischen Gutachten war festgestellt worden, dass eine Verlängerung der Betreuung nicht erforderlich sei. Ich bedauerte das sehr, denn die Betreuerin hatte eine Bankvollmacht und hätte vermutlich auch nach Jens suchen lassen können.

Ich wollte in jedem Fall eine Kündigung der Wohnung verhindern und entschloss mich, seine Monatsmiete von meinem Konto zu überweisen. Die Kontoverbindung der Wohnungsbaugesellschaft und die Höhe der Miete waren mir zum Glück aus älteren Unterlagen bekannt. Jens hatte sich keinerlei Gedanken um seine Wohnung gemacht.

Es vergingen weitere vier Wochen, ohne dass ich etwas hörte oder herausfinden konnte. Meine Gedanken drehten sich wie in einem Hamsterrad, und meine Phantasievorstellungen überschlugen sich. Ich fragte mich, ob ich jetzt nie wieder etwas von meinem Sohn hören würde oder womöglich nur im Falle seines Todes. Vielleicht würde er schon bald irgendwo am anderen Ende der Welt eingesetzt werden und kämpfen? Ich fühlte mich schon jetzt wie eine verwaiste Mutter und wusste nicht mehr weiter. Erst später wurde mir klar, dass es besser gewesen wäre, wenn ich an diesem Punkt psychologische Hilfe gesucht hätte. Vielleicht tat ich es nicht, weil ich immer alles geschafft hatte und stark sein wollte.

Ich überwies ein zweites Mal seine Monatsmiete.

Mir war natürlich bewusst, dass ich so nicht weitermachen konnte. Geplagt von meinem Seelenschmerz und der nagenden Ungewissheit hatte ich in der Familie und bei Freunden immer wieder mein Herz ausgeschüttet. Von meinem Bruder kam schließlich Hilfe. Er hatte einen ehemaligen Arbeitskollegen ausfindig gemacht, der früher Kontakt zur französischen Fremdenlegion hatte. Der Kollege kannte sich in den Strukturen aus und hatte noch persönliche Kontakte. Er konnte herausfinden, dass Jens in der Nähe von Paris in einem Ausbildungslager war. Mehr war nicht zu erfahren. Schon diese Auskunft war eine Besonderheit, denn ohne diesen persönlichen Kontakt wäre für Außenstehende nichts zu erfahren gewesen.

Nachdem ich mich von dem ersten Schreck über diese Nachricht erholt hatte, benötigte ich eine Auszeit. Ich buchte kurz entschlossen drei Nächte in einem Hotel am Nordseestrand. Lange Spaziergänge an der Brandung hatten mich meine Probleme immer bewältigen lassen. Darauf hoffte ich jetzt. Aber die ersehnte Entspannung und Beruhigung meiner geplagten Seele trat nicht ein, die Wunde war zu groß. Ich war und blieb unendlich betrübt und untröstlich. Ich weinte viel und fand das Leben ebenso unzumutbar wie unerträglich. In diesem Gemütszustand reiste ich wieder ab und hatte noch keine Vorstellung, wie ich das überwinden sollte. Es war ein Tiefpunkt, aus dem ich trotz aller liebe-

vollen partnerschaftlichen Unterstützung und trotz aller gelernten und geübten Bewältigungsstrategien nicht wieder herausfand.

Zu Hause blinkte der Anrufbeantworter. Meine Freundinnen und Bekannte benutzten immer meine Handynummer, deshalb dachte ich an etwas Berufliches oder eine Terminabsage und drückte die Abhörtaste. Es erklang die Stimme meines Sohnes: „Hallo, ich bin`s. Habe Deine Handynummer vergessen und wollte nur sagen, dass ich zurückkomme. In zwei Wochen bin ich wieder da. Ich darf nicht öfter telefonieren, aber jetzt weißt Du ja Bescheid. Bis dann!“

Meine Erleichterung war unbeschreiblich. Eine unsäglich schwere Last fiel von einer Sekunde auf die andere von mir ab, und ich fühlte mich urplötzlich wie auf Wolken. Unzählige Male drückte ich die Abhörtaste und hörte die Nachricht immer und immer wieder ab. Alle trüben Gedanken waren wie weggeblasen, und meine Freude war trotz aller Probleme, die mit Sicherheit auf mich zukamen, riesengroß. Wie gut, dass ich die Wohnung gehalten hatte und Jens nicht wieder bei mir einziehen musste!

Dann war Jens einfach wieder da und wirkte ganz unaufgeregt. Er erzählte nicht viel, nur dass es ihm eigentlich ganz gut gefallen hätte. Er sei aus gesundheitlichen Gründen zurückgeschickt worden. Eine starke Schwellung seines Beines hätte verhindert, dass er die Armeestiefel tragen konnte.

Auf der Krankenstation hätte er ein Antibiotikum bekommen, aber die Ursache der Schwellung sei unklar geblieben. Mehr weiß ich bis heute nicht. Ich bin nicht sicher, ob das die Wahrheit oder nur eine von Jens erfundene Geschichte war.

Jens nahm es als selbstverständlich hin, dass seine Wohnung aufgeräumt und nicht gekündigt war. Mit der Schilderung meiner Aufregung und den Mietzahlungen konnte ich ihm immerhin einen Dank abringen. Das Arbeitsamt kürzte Jens für einige Zeit die Leistungen, da er während seiner Abwesenheit Termine versäumt hatte. Weitere negative Folgen ergaben sich aus diesem Abenteuer glücklicherweise nicht. Es gab sogar einen Fortschritt: Jens hatte in der Fremdenlegion gelernt, seine Kleidung selbst zu waschen und seine Hemden zu bügeln. Ich kaufte ihm eine Waschmaschine und beendete nach Jahren endlich meinen Wäscheservice.

Ich dachte, diesmal ist es real

*Träumend plant der Geist
seine eigene Wirklichkeit*
(Sören Kierkegaard)

Als Jens Mitte 30 war, kündigte sich die nächste psychotische Krise an. Eine akute Ursache oder einen Auslöser konnte ich nicht identifizieren. Ich vermutete eine späte Reaktion auf die Belastungen während der Kündigungsphase und des Umzugs. Meine Vorstellungen über unsere Zukunft fielen wie ein Kartenhaus in sich zusammen. Nun also doch wieder eine psychotische Krise und trotz aller positiven Umstände scheinbar eine unendliche Geschichte.

Jens wurde wieder nervös, unkonzentriert und überaktiv. Er selbst bemerkte diese Veränderungen an sich nicht und wiegelte meine Befürchtungen ab. An einem frühen Sonntagmorgen rief Jens wieder einmal an: „Mein Fahrrad ist kaputt. Ich brauche noch heute 300 Euro als Anzahlung für ein neues Fahrrad und komme nachher vorbei!“

So ging es mit ähnlichen, ständig fordernden Anrufen weiter, und Jens' Zustand verschlechterte sich stetig. Er verstrickte sich immer tiefer in seine imaginäre Welt und verlor vollkommen den Bezug

zur Realität. Und wir mussten es hilflos miterleben und ihm dabei zusehen.

Zu meinem Lebenspartner hatte Jens seit seiner letzten Krise großes Vertrauen gefasst und einen sehr guten Kontakt. Mein Partner wollte seinen Einfluss nutzen und meldete sich bei Jens zu einem Besuch an. Er wollte versuchen, ihn wenigstens zu einem Arztbesuch zu überreden. Eine Behandlung im Krankenhaus zu erreichen, hielten wir für aussichtslos und versuchten es deshalb gar nicht erst. Doch zum verabredeten Termin öffnete Jens die Tür nicht und war auch telefonisch nicht erreichbar. Was nun? Uns schien zunächst nur das Warten zu bleiben, doch dann ging es sehr schnell. Schon am nächsten Tag erhielt ich wieder einmal einen Anruf aus der Klinik. Jens war erneut aufgenommen worden und alles begann von vorn. Seine – vielleicht nur scheinbare – Krankheitseinsicht und die letzten positiven Veränderungen hatten Jens nicht vor einem Rückfall bewahrt.

Die Wohnungsschlüssel waren dieses Mal von der Station verwahrt worden, und so war es einfacher, Jens zeitnah seine Sachen zu bringen. Die Wohnung war leichter in Ordnung gebracht als früher, und ich fuhr ihn wieder regelmäßig in der Klinik besuchen. Mittlerweile fühlte ich mich als erfahrene Angehörige und Wegbegleiterin. Ich war von den Ereignissen nicht mehr so sehr aus der Bahn geworfen und konnte in vielen Dingen

pragmatisch reagieren. Ich war froh und erleichtert, Jens jetzt in Behandlung zu wissen.

Ich ließ mir mit Jens' Einverständnis Schlüssel für seine Wohnung nachmachen, denn ich befürchtete, in der Zukunft mit weiteren Notfällen rechnen zu müssen.

Später erzählte mir Jens, dass er nachts gegen die Wände gehämmert hatte, wusste aber nicht mehr, warum. Er hatte viel Alkohol getrunken, weil er die Stimmen loswerden wollte. Aber der Alkohol habe ihn aggressiv gemacht. Ich fragte Jens, warum er mit diesen Problemen, die er ja schon kannte, nicht zu seinem Arzt gegangen sei, zu dem er doch Vertrauen hatte. Jens sagte: „Ich dachte, diesmal ist es real.“ Das ist ein Satz von Jens, den ich auch niemals wieder vergessen werde. Es war Jens in der Krise also sehr wohl bewusst, dass er früher schon Stimmen gehört hatte, die nicht real waren. Er konnte aber nicht erkennen, dass die Stimmen ihn auch diesmal wieder getäuscht hatten. Nachbarn hatten in der Nacht die Polizei gerufen, und da Jens den Polizisten schon bekannt war, wurde er direkt in die Klinik gebracht. Es wurde diagnostiziert, dass Jens unter Denkstörungen mit Wahnideen litt und mit imaginären Personen sprach. Ein Anlass zur Unterbringung in der Forensik lag nicht vor, und ich war froh, dass Jens wieder in dieser Klinik behandelt wurde, wo seine Vorgeschichte bekannt war.

Jens kooperierte wieder gut mit dem Stationsteam, und ich konnte wichtige Gespräche mit ihm führen. Er erzählte mir, dass er während der akuten Phase eine Taube auf dem Balkon gesehen hatte, die zu ihm sprach. An einem anderen Tag hatte er gespürt, dass eine Münze in seiner Hosentasche zu vibrieren begann. Die Vorstellungen waren so klar, deutlich und intensiv, dass Jens keine Zweifel an ihrer Realität kamen. Ich war dankbar, dass Jens so offen mit mir darüber sprach. Es half mir, noch besser zu verstehen, was in einem Menschen bei einer Psychose vorgeht, und es tat mir gut, dass Jens dieses Vertrauen zu mir hatte. In dieser Zeit begann ich, an dialogischen Gesprächen mit Betroffenen, Fachleuten und Angehörigen teilzunehmen, was noch mehr zu meinem Verständnis für die unterschiedlichen Krankheitssymptome beitrug.

Vor der Entlassung aus der Klinik wurde Jens' Medikation auf eine Depotspritze umgestellt. Es brauchte einiges an Geduld und viel Zuspruch von allen Seiten, um Jens davon zu überzeugen, die Spritzen anzunehmen. Aber es gelang. Die Vergangenheit hatte ja gezeigt, dass Jens seine Medikation immer wieder schnell absetzte. Deshalb schien allen Beteiligten die Umstellung auf eine Depotspritze, die alle zwei Wochen verabreicht wird, der bessere Weg zu sein.