

Aus dem Nest gefallen und fliegen gelernt ...

Meine sehr verehrten Damen und Herren, als man mich vor dem Sommer darauf ansprach anlässlich des Schleswiger Psychiatrietages 2017 einen Redebeitrag zum Thema „Die Ambulantisierung der psychosozialen Versorgung im Kreis Schleswig-Flensburg“ zu liefern, da habe ich spontan zugesagt.

Ich selbst habe diese psychosoziale Hilfe vor nicht all zu langer Zeit in Anspruch genommen und werde gerne Ihnen, meine sehr verehrten Damen und Herren, meine durchaus positiven Erfahrungen mit dem psychosozialen Dienst, der mich ambulant über einen längeren Zeitraum betreute, hier und heute in Form eines durchaus heiteren Vortrages mitteilen.

Dazu aber etwas später mehr, lassen Sie mich doch am Beginn meines Vortrages ein paar Fragen aufwerfen, die ich mir gestellt habe, und die wir vielleicht gemeinsam etwas beleuchten können.

Zuallererst wundert es mich, dass dieser Schleswiger Psychiatrietag nicht kurzfristig verschoben oder abgesagt wurde. Gut, als man diesen Termin ins Auge fasste, da war natürlich allen klar, dass 14 Tage vorher die Wahlen zum Deutschen Bundestag stattfinden würden. Aber kein Mensch hat angenommen, dass Berlin nach der Wahl, und hier speziell der Bundestag zu einem Brennpunkt würde, der den Einsatz aller im psychosozialen Dienst tätigen Mitarbeiter aus ganz Deutschland erforderlich machen würde.

Quer durch die Parteien gab es Abgeordnete, die vor laufenden Kameras ihre Haltung verloren, politische Gegner anpöbelten, an Realitätsverlust litten, oder mit Schnappatmung in einer Ecke saßen und über einen suizitären Rückzug aus der Politik nachdachten.

In Berlin geht es gar nicht um die Variante „ambulant oder stationär“, dort wäre die einzige Lösung eine wesentliche Vergrößerung der Charieté, man könnte in einer nun wesentlich erweiterten Abteilung für psychosoziale Dienste den Abgeordneten zum Bundestag, die ja während des Wahlkampfes vielerorts sämtliche Regeln über Bord warfen, wieder Struktur für einen geregelten Tagesablauf geben. Die Nähe der Charieté zum Bundestagsgebäude ist optimal. Die Parlamentarier können vormittags ihre Sitzungen abhalten und werden dann, vom psychosozialen Dienst begleitet und streng nach Parteizugehörigkeit, in kleinen Gruppen zur Charieté gebracht.

Ich bin übrigens der Meinung, dass auch Politiker aus anderen Staaten dringend psychologische Betreuung brauchen würden. Aber wer geht schon gerne nach Nordkorea oder in die Türkei. Und auch das, was Donald Trump aus dem Weißen Haus twittert, ist sehr bedenklich.

Ich vermute ja, dass sein Kampf gegen die von seinem Vorgänger Barack Obama auf den Weg gebrachte Gesundheitsreform auch damit zu tun hat, dass dem psycho-sozialen Dienst auch in den Vereinigten Staaten eine größere Aufmerksamkeit zukommen soll. Wer hat schon gerne Besuch vom ambulanten, sozialen Dienst im Weißen Haus.

In den Vereinigten Staaten gibt es jede Menge Psychiater. Jeder Schauspieler, Manager, Sportler liegt dort einmal in der Woche auf der Couch. Nur der amerikanische Präsident verweigert in punkto Psyche jeden gut gemeinten Rat. Dementsprechend sehen seine Twitter-Nachrichten aus.

Aber kommen wir jetzt mal zu meiner Person. Mich hier vorzustellen, das hieße die berühmten Eulen nach Schleswig tragen. Ich lebe seit 1989 hier an der Schlei, damals hat man mich als Schauspieler an das Schleswig-Holsteinische Landestheater verpflichtet. Neben meiner Arbeit „auf den Brettern, die die Welt bedeuten“, habe ich immer wieder Zeit für Lesungen und Moderationen gefunden. Ich bin Mitglied einer Schleswiger Autorengruppe und Vorsitzender des Verbandes der Schriftsteller in Schleswig-Holstein. Darauf bin ich als Migrant mit österreichischen Wurzeln besonders stolz. Als einige Freunde und Bekannte erfuhren, dass ich hier und heute aus meinem Leben erzählen würde, da stieß ich bei manchen auf Unverständnis.

Ich frage mich, warum?

Scheinbar haben seelische Erkrankungen im Vergleich zu Knochenbrüchen und Operationen einen schlechteren Stellenwert. Alles, was die Psyche betrifft, wird nicht so gerne öffentlich gemacht. Wer aus dem Schiurlaub mit einem Gipsbein zurückkommt, der wird umsorgt und getröstet. Stolz erzählt der Betroffene, wie es dazu kam und wird fast als Held gefeiert. Versuchen Sie mal als psychisch kranker Mensch Ihre Süchte, Ihre Depressionen, Ihre Ängste, anderen Menschen mitzuteilen. Sie würden sich wundern, welche ablehnende Haltung Ihnen gegenüber eingenommen wird. Sogar im engsten Familienkreis heißt es dann, der tickt nicht richtig, der spinnt ja, den kann man nicht ernst nehmen.

Ein gebrochenes Bein heilt im Regelfall innerhalb von wenigen Wochen. Der abgenommene Gipsverband wird dann im Hobby- und Partykeller als Andenken an die Wand genagelt und die fröhliche Runde der Sportkameraden stößt auf die Trophäe mit einem zünftigen Obstler an.

Viele sagen sicher: Geselliges Beisammensein mit einem Menschen, der psychische Probleme hat, wie soll denn das gehen. Dabei braucht gerade ein Mensch mit diesem Krankheitsbild Gespräche, die möglicherweise schon sehr früh in eine Therapie führen.

Mein Weg in meine psychische Erkrankung war ein schleichender. Nun glaube ich ja von mir behaupten zu können, dass ich auch schon damals genügend Intelligenz besaß, um zu wissen, wohin mein psychisches Problem führen würde. Gesammelt habe ich schon immer, 40 Jahre Theaterleben dokumentiert in Bildern, Kritiken, Plakaten, Premierengeschenken, Theaterzeitschriften, Fachbüchern und archiviert in Wandschränken, Umzugskartons und Plastiktüten.

Etliche Kartons und Tüten wurden bei Umzügen einfach von einer Wohnung in die nächste transportiert, ohne mal nachzusehen, was man möglicherweise entbehren und entsorgen könnte. Eigentlich hätte ich mir sagen müssen: „Lieber Franz Kratochwil, Du bist zwar ein Publikumsliebbling am Landestheater, ein wunderbarer Moderator, ein faszinierender Rezitator mit wienerischem Charme, ein viel gebuchter Auktionator bei Versteigerungen, der es mit Geschick versteht, die Preise für Exponate in die Höhe zu treiben, aber Du bist auf dem besten Weg zum Messie.“

Ich habe nicht Zwiesprache mit mir selbst geführt, so ging alles seinen Gang, ohne Innehalten, ohne Kurskorrektur.

Als am Landestheater dann am Anfang der Jahrtausendwende ein Intendantenwechsel eintrat und mein Vertrag als Schauspieler nicht mehr verlängert wurde, da beschleunigte sich meine Talfahrt. Mein Selbstwertgefühl war ziemlich angeknackst. Die nicht mehr vorhandenen Streichelheiten durch Beifall klatschen des Publikums versuchte ich durch vermehrte Nahrungsaufnahme zu kompensieren.

Sie werden jetzt möglicherweise sagen, essen ist ja an sich nichts schlechtes. Aber wenn sie beim Pizza-Service binnen kurzer Zeit zum Stammkunden werden und ihre Einkäufe im Supermarkt sich auf Coca-Cola, Schokoriegel, Chips, Erdnüsse, Pudding, Pralinen, Negerküsse, Gummibärchen, und vor Weihnachten, ganz lecker, Lebkuchen,, Kokosmakronen, Spekulatius, Christstollen und andere Dickmacher beschränken, dann wissen sie ja, wo das endet.

Eine leichte Zäsur erhielt mein Einkaufsverhalten durch die Tatsache, dass nach einem Jahr mein Anspruch auf Arbeitslosengeld ablief. Ich hätte natürlich einen Antrag auf Sozialhilfe stellen können, aber es wäre mir peinlich gewesen. Der große Kratochwil auf dem Sozialamt, nein, das durfte nicht sein.

Ab und zu wurde ich noch für Lesungen engagiert, das dabei verdiente Honorar mußte dann wieder für einige Tage reichen. Ein Kranz Fleischwurst, eine Packung geschnittenes Brot und zwei Tüten Chips, alles zusammen kostete damals beim Diskounter keine fünf Euro. Benzin für meinen alten

Kleinwagen, der sich immer mehr zur rollenden Mülltonne entwickelte, brauchte ich auch noch. Aber irgendwie kam ich über die Runden.

Obwohl, damals wurde mir schon klar, dass ich zum Messie geworden war. In meiner Wohnung gaben sich verschiedene Arten von Müll ein Rendezvous. Kartons vom Pizza-Service, Leere Pralinenschachteln, Konservendosen, Pfandflaschen, Bierdosen und natürlich mittendrin mein Theater-Archiv in Plastiktüten und Kartons. Ich hatte mir zwischen hüfthohen Müllbergen Laufwege geschaffen, konnte den Ein- und Ausknopf an meinem Fernsehgerät nur mehr mit einem Besenstiel bedienen, weil zwischen mir und dem Gerät ebenfalls der Müll sich häufte, saß aber ganz entspannt in meinem Fernsehsessel wenn ich Dokumentationen über andere Messie-Haushalte sah, in denen die Müllberge oft bis zur Decke ragten.

Wenn dann aber auch noch Hunde, Katzen oder Goldhamster von Müllberg zu Müllberg sprangen, dann biss ich verärgert in meinen Fleischwurskranz und dachte mir: „Alles was Recht ist, aber das geht ja wohl gar nicht.“ Dann öffnete ich empört eine Bierdose, trank den Gerstensaft in einem Zug und warf die leere Dose hinter mich.

In den diversen Schleswiger Wochenblättern hatte ich schon oft eine Ankündigung gelesen, in der Hilfe für Messies angeboten wurde. Man traf sich angeblich einmal im Monat in der KIBIS-Beratungsstelle, dem heutigen Mehrgenerationenhaus, das auch als „Thilo“ am Schleswiger Lollfuß bekannt ist. In der Vorfreude, endlich das Heft des Handelns in die Hand genommen zu haben, rief ich dort an und bekam die traurige Nachricht, dass es leider eine Beratung für Messies seit kurzer Zeit nicht mehr gäbe.

Der Mann, der seine eigenen Erfahrungen mit dieser psychischen Erkrankung an andere weitergeben, und Hilfe anbieten wollte, der saß monatelang im „Thilo“ und wartete vergebens. Kein Messie ließ sich blicken, ich habe zu spät angerufen und den guten Mann um ein kleines Erfolgserlebnis gebracht.

Die Zeiten wurden immer härter.

Mein letztes Erspartes ging für Miete und Telefon auf, als die finanziellen Reserven aufgebraucht waren, dann ging alles sehr schnell. Mein Telefonanbieter sperrte mir die Möglichkeit anzurufen, ich konnte also nur mehr Telefonate in Empfang nehmen.

Als auch diese Möglichkeit nach einigen Tagen nicht mehr gegeben war, da sorgten sich einige enge Freunde um mein Wohlergehen. Einige wollten mir spontan einen Besuch abstatten. Natürlich hörte ich das Klingeln und Klopfen an meiner Tür, aber welcher Messie präsentiert seinen Freunden eine

vollkommen verwarloste Wohnung? Also blieb nur eine Möglichkeit, sich totstellen.

An einem wunderschönen Herbsttag half auch totstellen nicht mehr. Eine gute Freundin, ebenfalls in Sorge um mich, war extra aus Hamburg angereist, um nachzuforschen, warum ich denn plötzlich alle meine Kontakte abgebrochen habe. Sie klingelte, klopfte und trommelte mit den Fäusten gegen meine Wohnungstür, sie hatte irgend ein Geräusch vernommen, das sie darin bestätigte, ich müsse zu Hause sein.

Ich setzte meine Kopfhörer auf, legte eine Kasette in meinen Video-Recorder und sah mir einen Hollywood-Schinken an. „Das Gewand“, einen Monumental-Film, der in Rom zu Zeiten Caligulas spielt, mit Richard Burton und Jean Simmons. Der Film hatte für mich den Effekt, dass die martialische Filmmusik, die aus meinen Kopfhörern drang, all das Klopfen und Klingeln an meiner Tür übertönte.

Leider übertönte sie auch das Öffnen meiner Wohnungstür durch die Polizei, die von meiner Hamburger Freundin verständigt wurde.

Als das Ende des Films nahte gab es für mich kein Happy-End. Ein freundlicher junger Polizist klopfte mir auf die Schulter und fragte mich: „Geht es Ihnen gut, Herr Kratochwil?“ Schade, dass niemand in diesem Moment ein Foto machte, mein Gesichtsausdruck war in diesem Moment mit Sicherheit eine Mischung aus Entsetzen, Panik und Scham. Obwohl ich damals kein Deo unter den Achseln hatte, näheres will ich dazu nicht sagen, nahm mich meine Freundin in den Arm. Ein kleiner Trost in schweren Zeiten.

Jetzt ging alles sehr schnell, ein Amtsarzt wurde angefordert, der kam in Begleitung einer Frau vom sozialen Dienst, machte sich ein Bild von der Situation und empfahl meine sofortige Einweisung in die Fachklinik. Einige Minuten später brachte mich ein Krankenwagen in mein neues Domizil. Um die Entrümpelung meiner Wohnung musste ich mir nun keine Sorgen mehr machen, das übernahmen Profis.

In der Fachklinik war für Messies keine Abteilung vorgesehen, also verbrachte ich meine erste Nacht in einem Zweibettzimmer neben einem Alkoholiker, der auf Entzug war. Ich war in meiner persönlichen Talsohle angekommen.

Als ich dem damaligen Leiter, Dr. Oschinsky, während eines Spaziergangs auf dem Gelände der Fachklinik begegnete, vermutete dieser, ich wäre für eine Lesung engagiert worden. Wir kannten uns schon von einigen Veranstaltungen, für das Projekt „Wolkenpass“ hatte ich einige Kunstobjekte versteigert. Als er erfuhr, dass ich sein neuester Patient sei, da ließ er es sich

nicht nehmen, bei einer der nächsten Visiten auf meiner Station dabei zu sein. Für mich war das ein großer Vorteil, denn als Pfleger und Schwestern merkten, der Chef kennt den Kratochwil, da wurde ich sofort für die restliche Zeit meines Aufenthaltes in der Fachklinik zur Very Important Person erklärt. Wer will es sich schon gerne mit dem Chef verscherzen.

Ich bekam sogar ein Zimmer, das zwar für zwei Patienten vorgesehen war, das aber nur von mir in Anspruch genommen wurde. Gut, im Hotel „Waldschlösschen“ wohnt man mit Sicherheit komfortabler, aber der Service hatte, was meine Person betraf, 5-Sterne-Qualität.

Zum ersten mal in meinem Leben sprach ich auch in längeren Sitzungen mit einem Psychiater der Fachklinik darüber, wie ich zum Messie wurde. Über Ursachen, Auslöser und Gründe meiner psychischen Erkrankung.

Der große Karl Kraus, übrigens auch ein Wiener, hat einmal in einem Zitat gesagt: „Krank sind die Meisten, aber nur wenige wissen, dass sie sich etwas darauf einbilden können. Das sind die Psychiater.“ Ich habe meine Gespräche in der Fachklinik mit so einem Arzt für die Seele als sehr klärend, wohltuend, ja sogar befreiend empfunden. Wenn ich da an manche Zahnarztbesuche denke, die waren mit Sicherheit schmerzhafter.

Mitlerweile hatte das Amtsgericht Schleswig mir einen gesetzlichen Betreuer zur Seite gestellt, der sich um die wichtigen Kontakte zu Ämtern und Behörden kümmerte. Ein mit mir befreundeter Arzt verhalf mir auf schnellem Wege zu einer dringend notwendigen neuen Hüfte, die mir in Damp eingesetzt wurde. Nach dem darauffolgenden Reha-Aufenthalt konnte ich in eine, von meinem Betreuer organisierte, neue Wohnung ziehen. Dort begann ich kreativ zu schreiben, um mein künstlerisches Ego zu befriedigen. In dieser Zeit entstanden Gedichte, kurze Prosatexte und Haiku, das ist japanische Kurzlyrik. Einige meiner Haiku wurden sogar in einer japanischen Zeitung veröffentlicht, als „Haiku des Tages“. Es muss nicht immer das Theater sein, wenn man kreativ erfolgreich sein möchte.

Meine finanzielle Situation ließ mir als Ausweg aus der Krise nur meinen Weg in die private Insolvenz. Ich hatte Schulden bei meiner Bank, bei meinem Telefon-anbieter, bei den Stadtwerken, bei meiner KFZ-Werkstatt, bei meinem Vermieter und bei verschiedenen anderen Gläubigern. Durch die Privat-Insolvenz war ich nach sieben Jahren schuldenfrei. Das hefte ich mir als Mensch mit Gewissen nicht als Ruhmesblatt ans Rever, schließlich wurde ich in dem Sinne erzogen: Wer Schulden macht, der muss sie auch zurückzahlen.

Als der Vermieter meiner neuen Wohnung Eigenbedarf anmeldete, immerhin einige Jahre nach Fachklinikaufenthalt und Hüft-OP, wurde festgestellt, dass

ich wieder in alte Verhaltensmuster zurückgekehrt war. Wieder war ich auf dem Weg zum Messie. Nicht so schlimm wie schon mal, aber untrüglich erkennbar.

Ich hatte leider aus meinem früheren Verhalten nichts gelernt.

Mein gesetzlicher Betreuer musste gegensteuern und brachte mich in einer Tagesklinik der Diakonie Kropp unter. Da meine Schleswiger Wohnung sowieso nicht zu halten war, zog ich gleich komplett nach Kropp, wo die dortige Diakonie eine Wohnung verwaltete, die WG-geeignet war. Ich zog also zu einem mir völlig unbekanntem Menschen, der echt sauer war, dass er in Zukunft die Wohnung mit einem Mitbewohner teilen musste. Mir stand ein Zimmer mit geschätzten 15 Quadratmetern zur Verfügung. Gemeinsames Bad, gemeinsame Küche, gemeinsame Toilette. Ich glaube, ich muss ihnen nicht mehr erzählen.

Wochentags war ich zum Glück außer Haus, aber die Wochenenden mit meinem Mitbewohner brachten mich regelmäßig an den Rand eines Nervenzusammenbruchs.

Der Aufenthalt in der Tagesklinik war auch nicht das gelbe vom Ei. Ein Gespräch mit einem Psychologen war maximal einmal in der Woche möglich, und dann nur 30 Minuten. Blieben als Beschäftigungstherapie nur Bilderdomino, gemeinsames Kochen, Bälle zuwerfen mit Städte raten und andere einfache Gruppenspiele, tut mir Leid, da war mein Intellekt komplett unterfordert.

In Schleswig hatte ich mir nach langen Jahren wieder ein soziales Netzwerk aufgebaut, pflegte Freundschaften, nahm an Lesungen teil, engagierte mich in einer Autorengruppe und organisierte äußerst erfolgreich Krimi-Dinner im „Alten Kreisbahnhof“. Diese Veranstaltung läuft übrigens bis heute sehr erfolgreich.

Das alles war von Kropp aus nicht möglich. Es war also nach einigen Monaten wieder an der Zeit, nach Schleswig zurückzukehren. Aber versuchen Sie mal mit meiner Vorgeschichte eine Mietwohnung zu finden. Da kann die Stadt noch so freundliche Vermieter und Verwalter von Wohnanlagen beherbergen, bist du ehemaliger Messie, trockener Alkoholiker, oder hingst du früher an der Nadel, dann hast du ganz schlechte Karten. Vielen bleibt dann nur der Weg in ein von einer sozialen Einrichtung verwaltetes Wohnheim.

Die meisten aber wollen, wenn es irgendwie trotz psychischer und körperlicher Behinderung möglich ist, ein weitgehend selbstbestimmtes Leben führen. Ist das denn so schwer zu begreifen?

Ich hatte Glück, ich fand in Schleswig einen neuen Vermieter, der das Wagnis, einem ehemaligen Messie eine Chance zu geben, einging. Natürlich hatte meine gesetzliche Betreuung vorgesorgt, eine Putzfrau kam alle 14 Tage, nicht nur zum Putzen, sie war mit Sicherheit auch damit beauftragt, immer wieder nachzusehen, ob nicht irgendwo eine verdächtige Anhäufung von Tüten zu erkennen war. Streng nach dem Motto: Wehret den Anfängen.

Jetzt kam auch eine ambulante Betreuung durch den psychosozialen Dienst ins Spiel. Zwei mal in der Woche sollten Mitarbeiter dieser Einrichtung für je eine Stunde mir helfen, eine Tagesstruktur zu entwickeln, Arztbesuche zu organisieren, mich beim Einkauf zu begleiten, kurz, mich wieder „alltagstauglich auf Schiene zu bringen“.

Das klappt anfangs nicht sonderlich gut. Obwohl man mir zu meiner Betreuung ausgesprochen charmante und hübsche Damen ins Haus schickte. Ich sagte trotzdem oft kurzfristig Termine ab, weil ich wusste, wenn diese jungen Damen zu mir in die Wohnung kamen, dann fanden sie sicher wieder etwas, um den Finger in die Wunde zu legen. Schmutziges Geschirr in der Spüle, Chaos im Schreibtisch, mangelnde sportliche Aktivitäten, ungesunde Ernährung irgendetwas fanden die Mädels immer. Mit der langsam heraufdämmernden Erkenntnis, dass ja alles zu meinem Besten geschieht, schmolz auch mein anfänglicher Widerstand gegen meine Betreuung durch den psychosozialen Dienst. Und ganz im Vertrauen gesagt, welcher Mann kann schon von sich behaupten, zwei mal in der Woche attraktiven Damenbesuch zu bekommen. Ich habe mir sogar schon überlegt, ob ich mir nicht eine kleine psychische Macke zulegen sollte, aber dann kommt möglicherweise ein männlicher Betreuer ins Haus und mit dem macht die Betreuung dann wirklich keinen Spaß.

Aber nun Spaß beiseite:

Heute ist mir klar, dass gerade die Betreuung durch den psychosozialen Dienst mir geholfen hat, dort zu stehen, wo ich heute bin. Sozial integriert, künstlerisch erfolgreich, körperlich auf einem guten Weg, da gibt es aber zugegebenermaßen noch Verbesserungspotential, trotzdem kann ich sagen: „Es geht mir gut!“

Den Mitarbeitern vom psychosozialen Dienst wünsche ich weiterhin ganz viel Erfolg bei der Betreuung jener Menschen, die Ihnen anvertraut wurden, und allen jenen, die selbst betreut werden wollen, aus welchen Gründen auch immer, kann ich nur sagen, geben Sie ein Zeichen, nur wer gesehen oder gehört wird, dem kann auch geholfen werden.

Ich danke für Ihre Aufmerksamkeit!