

„Meine Maske sitzt perfekt“

Persönliche Gedanken eines Vaters nach dem Suizid seiner Tochter



Ich bin Vater von drei zwischenzeitlich erwachsenen Kindern, von denen jedes den je eigenen Weg gefunden hat. Ich glaubte noch bis vor fast sechs Jahren an unsere heile Familienwelt und freute mich schon auf meinen immer näher rückenden Ruhestand. Wie naiv von mir...

Heile Familienwelt

Meine jüngste Tochter – damals 20 Jahre jung und fast am Ende ihrer Ausbildung – kam in die Psychiatrie: ein Suizidversuch. War es aus Liebeskummer oder war sie wirklich psychisch krank? Die Antwort darauf bekam ich kurz nach ihrem zweimonatigen Aufenthalt auf der geschlossenen Abteilung im Abschlussbericht. Die Diagnose lautete: kombinierte Persönlichkeitsstörung und depressive Episode, aber

nun frei von suizidalen Gedanken und zukunftsorientiert. Okay, alles wird gut...

Sie wohnte noch bei uns, hatte aber in der Klinik bereits entschieden, dass sie eine eigene Wohnung mieten möchte. Sie war bei der Wohnungssuche schnell erfolgreich und fing auch schon in der Klinik an, alles für ihre neue Wohnungseinrichtung zu bestellen. Bei uns zu Hause sah es durch die unzähligen Lieferungen bereits wie in einem Versandlager aus. Auch nahm sie wenige Tage nach der Entlassung ihre Arbeit wieder auf, um die Ausbildung schnell abschließen zu können. Vier Wochen nach ihrer Entlassung bekam sie zum Wochenende hin die Wohnungsschlüssel und sah glücklich aus. Sonntags bestellte sie das noch fehlende Sofa. Alles wird gut...

Am folgenden Montag teilte sich von einer Sekunde zur anderen das Leben unserer Familie in ein DAVOR und ein DANACH. Polizei, Notfallseelsorge...

Sie verstarb einsam auf eine sehr fürchterliche Art – an den Folgen ihrer psychischen Erkrankungen.

Meine Maske sitzt perfekt

Wenige Tage vor ihrem Tod sagte sie zu mir „Meine Maske sitzt perfekt“. Erst später verstand ich genau, was sie mir damit eigentlich sagen wollte. Zu spät. Ihre Maske saß wirklich so perfekt, dass ich weder vor ihrem ersten Suizidversuch noch nach ihrer Entlassung gemerkt habe, wie schlecht es ihr wirklich gegangen ist.

Mein/unser Leben DANACH begann: „Freunde“ haben uns den Rücken gekehrt, Nachbarn und Bekannte haben teilweise die Straßenseite gewechselt... Und dann war ja auch noch die eigene Familie einschließlich Großeltern, Tanten und Onkels..., die jeder auf seine eigene Art mit dem Verlust und der Trauer umgingen und umgehen.

Selbsthilfe entdeckt

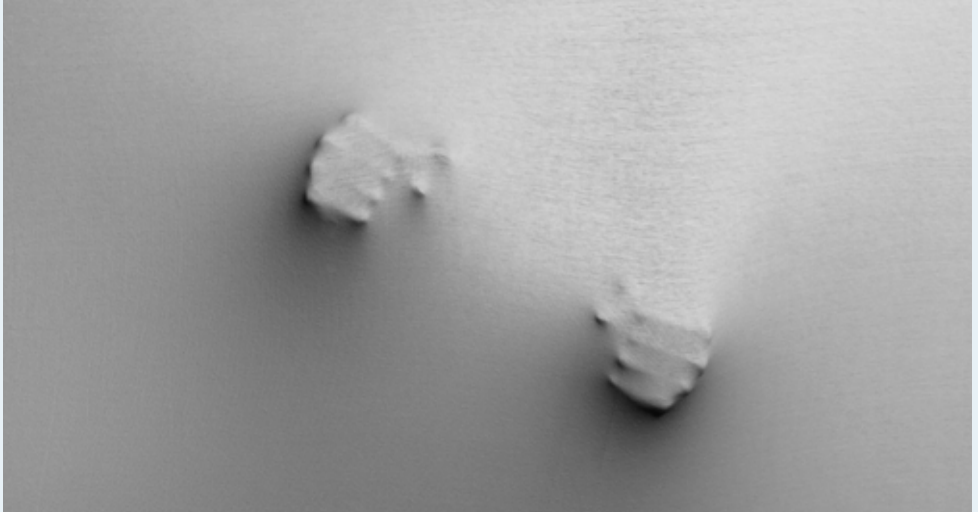
Ich habe für mich schnell die Selbsthilfe entdeckt, um für mich das Geschehene besser verarbeiten zu können und im Austausch mit anderen Angehörigen auf Augenhöhe „MEINEN“ WEG DANACH besser finden zu können. AGUS hat mit seinen vielfältigen Angeboten maßgeblich dazu beigetragen, dass ich meinen Weg zwischenzeitlich gefunden habe und auch viele meiner ursprünglichen Gedanken

wieder neu einsortieren konnte.

Dazu gehörte besonders in den ersten ein bis zwei Jahren auch die Frage: „Was hast Du mir angetan?“ Kaum noch etwas ist so geblieben, wie in unserem Leben DAVOR. Alles fühlt sich wie ein riesengroßer Scherbenhaufen an – und vieles sieht auch so aus. Diese Frage höre bzw. lese ich nicht selten in der AGUS-Gruppe und auch in der Facebook-Gruppe AGUS-Online. Verständlich...



Allerdings fing ich auch an, mich sehr intensiv mit dem Krankheitsbild unserer Tochter auseinanderzusetzen: Depressionen, Persönlichkeitsstörung... -Eine Krankheit, deren Verlauf in vielen Bereichen unlogisch erscheint, ähnlich wie Krebs, nur



schwer zu behandeln ist und leider auch tödlich enden kann. Ich spreche daher auch oft von Seelenkrebs, wenn ich mit Dritten über unsere Jüngste spreche.

In letzter Zeit häufen sich auch die Diskussionen und Reportagen zum Thema „Assistierter Suizid“. Hier gibt es oft großes Verständnis, wenn z.B. sterbenskranke Menschen den Wunsch haben, zu einem selbstgewählten Zeitpunkt ihrem Leid ein Ende zu setzen, aber vor allem unsere Politiker tun sich dabei gefühlt sehr schwer, einen gesetzlichen Rahmen dafür zu schaffen. Beim Ausfüllen meiner eigenen Patientenverfügung halfen mir diese Diskussionen aber dabei, den für mich richtigen Weg festzulegen, wenn ich irgendwann gesundheitlich am Ende sein sollte. Allerdings kam bei mir dann auf einmal der Gedanke auf, dass unsere Tochter auch sehr schwer krank war. Weitestgehend unbemerkt, aber letzten Endes doch tödlich. Wenn eine junge Frau wie unsere Tochter Angst vor der winzigsten Spinne

hatte, aber dann doch den „Mut“ hatte, ihr Leben auf eine so grausame Art zu beenden, dann war sie meines Erachtens auch todeskrank und sah für sich offensichtlich auch keine Alternative mehr. Allerdings sah man ihr ihre tödliche Krankheit nicht an – Stichwort Maske. Ich werde auch nie erfahren, ob sie diesen Schritt geplant hatte, es eine spontane Entscheidung war oder sie den viel zitierten Tunnelblick hatte. Aber mit dieser Frage beschäftige ich mich schon länger nicht mehr und die Antwort würde sie auch nicht mehr lebendig machen.

Gesetzliche Grundlage

Was wäre aber, wenn es die gesetzliche Grundlage für einen assistierten Suizid geben würde und was wäre gewesen, wenn mich meine Tochter damals gefragt hätte, ob ich sie auf ihren letzten Weg begleiten würde? Ich hätte vielleicht die Möglichkeit gehabt, gemeinsam mit ihr ihre Entscheidung zu überdenken und auch zu

verstehen. Ich hätte sie dabei begleiten und verabschieden können. Viele der nun offenen Fragen hätte ich im Vorfeld klären können. Aber hätte ich den Mut und die Kraft gehabt, diese Entscheidung mitzutragen und meine Tochter auf ihrem Weg zu begleiten? Eine Frage, die mich sehr oft beschäftigt, auf die ich für mich aber noch keine Antwort gefunden habe.

Schwere Krankheiten wie Krebs und deren Folgen kann man oft direkt sehen. Eine psychische Krankheit eher nicht...

Diese Überlegungen haben mir aber auch geholfen, die Frage „Was hast Du mir angetan?“ in „Was hätte ich Dir nur angetan?“

für mich neu zu formulieren. Wie hätte vielleicht ihr weiteres Leben ausgesehen? Dauerhafte schwere Medikation, in einer Klinik weggesperrt, Stigmatisierung, Schmerzen und Leid...

Ich weiß es nicht. Was ich aber weiß ist, dass sie jetzt nicht mehr ihr schweres Leid hinter einer Maske verstecken muss...

Vielleicht helfen meine Gedanken Euch auch ein klein wenig bei der Suche nach Eurem persönlichen Weg.

Peter Wollborn

E-Mail: brueggen@agus-selbsthilfe.de



Ein geschützter Raum im Internet

AGUS Online – Geschlossene Gruppe bei Facebook



Diese Facebook-Gemeinschaft richtet sich ausschließlich an Hinterbliebene, die einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben. Es ist ein geschützter Raum, der von Nichtmitgliedern nicht einsehbar ist. Der Austausch mit anderen Angehörigen ist zu jeder Tages- und Nachtzeit möglich. Die Reaktionen durch Kommentare oder auch Smileys von anderen Mitgliedern können schnell das Gefühl aufkommen lassen: „Ich bin nicht allein!“ Das „WIR“ steht dabei stets im Vordergrund.

www.facebook.com/groups/agus.selbsthilfe