

Der lange Schatten der Vergangenheit

Der Asphalt ist kalt, aber immerhin trocken. Torben rollt eine Isomatte darauf aus, legt sich hin und schließt die Augen. Die Straße ist jetzt sein Zuhause. Die Wohnung wurde ihm gekündigt, der Job auch, seine Freundin hat ihn verlassen. Ein leichtes Leben hatte er nie. Aber selten war der Ausblick so trüb wie in diesem Moment.

Torben, heute 42 Jahre alt, wächst mit zwei Geschwister in einer kleinen Stadt bei Wiesbaden auf. Die Familie ist bürgerlich und streng. Zumindest zu ihm. Geschenke, wie das Eisenbahnmodell von seiner Taufpatin, muss er zurückschicken, seine Spielzeugautos macht die Mutter mutwillig kaputt. „Was brauchst denn du so einen Scheiß“, brüllt sie. Zu seinen Geschwistern scheinen die Eltern nicht ganz so streng zu sein. Torben vermutet, es könnte daran liegen, dass sie aufs Gymnasium gehen.

Er besucht die Hauptschule. „Bist du zu allem zu blöd“, brüllt sein Vater, wenn Torben eine Vier nach Hause bringt. Und es bleibt nicht bei den Demütigungen. Sein Vater verprügelt ihn, peitscht Torben mit dem Gürtel. Ein Trauma, dass er erst sehr viel später in seinem Leben verarbeiten wird. Dass dieser Mann gar nicht sein echter Vater ist, weiß er zu diesem Zeitpunkt noch nicht. Torben ist adoptiert. Auch die Mutter ist nicht seine leibliche, genauso wenig wie die Geschwister.

Seine leibliche Familie musste den jungen Torben abgeben. Der Vater hatte die Mutter misshandelt, ihr mehrmals während der Schwangerschaft in den Bauch geschlagen. Später wird er nur wenige Kilometer von ihm entfernt wohnen. Sein leiblicher Bruder geht kurzzeitig auf die gleiche Schule wie er. Die Brüder wissen nicht, dass sie verwandt sind. Kontakt nehmen weder Vater noch Mutter zu dieser Zeit auf.

Nach der Schule macht Torben zunächst eine Ausbildung. Doch der Beruf macht ihm wenig Freude. Deshalb meldet er sich freiwillig bei der Bundeswehr. Er arbeitet dort im Sanitätsdienst, bleibt auch nach seiner aktiven Bundeswehrzeit in Reserve. Eingezogen wird er nicht. Eigentlich möchte er Rettungsflyer werden, doch diesen Traum wird er sich nie erfüllen. Stattdessen fängt er in einem Steuerfachbüro an. Die Arbeit ist hart, jeden Tag verbringt er fast zwölf Stunden im Büro. Abends engagiert er sich zusätzlich in der Kommunalpolitik. Seine Freundin sieht er wenig. Und doch ist er zufrieden mit sich und dem Leben abseits der Adoptivfamilie.

Der Wendepunkt kommt, als ihn die Zeit bei der Bundeswehr einholt. Eines Tages klingelt sein Telefon, er geht ran, am anderen Ende der Leitung ist eine Männerstimme. „Wir hätten Sie gerne für Afghanistan. Halten Sie sich mal bereit.“,

so erinnert sich Torben heute an das Gespräch. „Habe meiner damaligen Lebenspartnerin das gezeigt und sie war ganz erschüttert.“ Pauline, seine Freundin, will sofort heiraten. Um sich abzusichern, falls Torben im Einsatz etwas zustoßen sollte. Torben willigt ein, auch wenn er Pauline erst seit einigen Monaten kennt. Als er seiner Familie davon berichtet, reagieren die Eltern ablehnend. Sie wollen die Hochzeit verhindern. Denn die Eltern fürchten, dass auf dem Standesamt die Wahrheit über Torbens Eltern herauskommt. Einige Zeit später erzählt ihm seine Schwester von der Adoption.

Afghanistan, Hochzeit, die Ablehnung der Familie. Das alles nimmt ihn mit. Sich auf die Arbeit zu konzentrieren, fällt ihm zunehmend schwer. Er wird versetzt, an einen neuen Standort bei Frankfurt, die Hauptzentrale des Dienstleisters. Dort will ihn zunächst keiner der Vorgesetzten in sein Team aufnehmen. Sie wissen, dass er nicht ohne Grund versetzt wurde. Wollen keinen vermeintlich schlechten Mitarbeiter mitziehen. Dazu kommen Geldsorgen. Torben finanziert sich zu einem großen Teil über die Provision, die er bei Vertragsabschlüssen bekommt. Weil er bei der Arbeit zunehmend Schwierigkeiten hat, verdient er immer weniger. „Und dann hat es auch privat angefangen zu kriseln“, sagt er.

Eines Tages kommt er von einer langen Arbeitsschicht nach Hause, seine Freundin wartet am Küchentisch. Sie bittet ihn, sich zu setzen. „Du, ich habe seit einem halben Jahr einen anderen“, sagt sie. „Mit der Heirat wurde es ja jetzt doch nichts. Von dem bin ich schwanger. Ich gehe jetzt.“ Die Nachricht wirft ihn völlig aus der Bahn. „Ich habe mich dann erstmal gute zweieinhalb Jahre komplett zurückgezogen. Ich wollte von nichts und niemandem mehr wissen. Habe fast nur geschlafen.“

Nach Afghanistan muss er nicht. Doch er verliert seinen Job, das Geld wird knapp. "Ich wusste erst nicht, dass es Sozialhilfe oder Hartz IV gibt, war dementsprechend dann auch total abgemagert und alles.“ Um essen zu bekommen, klaut er Karotten, Kartoffeln und anderes Gemüse von Feldern in der Umgebung. Irgendwann kann er auch seine Wohnung nicht mehr bezahlen. Zu seinen Eltern zurück möchte er nicht, er geht auf die Straße.

Von nun an lebt Torben als Obdachloser und geht betteln. Eines Tages begegnet er dem Pfarrer aus seiner Heimatstadt. „Sie unter der Brücke? Was ist denn das hier?“, fragt ihn der Pfarrer. Der Geistliche nimmt ihn auf. Die ersten Tage sind hart. Torben versucht, sich umzubringen.

Der Suizid schlägt fehl, stattdessen landet er in einer Klinik. Nach seiner Entlassung nimmt der Pfarrer ihn wieder zu sich, kümmert sich intensiver um ihn, hilft ihm auf die Füße, beantragt zusammen mit Torben die Sozialhilfe. Es geht ihm langsam besser. Mit der Hilfe des Pfarrers findet er wieder eine Wohnung und einen Job, mit dem er sich zumindest über Wasser halten kann.

Von da ab scheint es aufwärts zu gehen. Halt sucht er fortan im Religiösen. Heute sagt er zwar, er sei sich nicht sicher, ob es einen Gott gebe. Damals ist er aber überzeugt. Der Glaube an eine gute Macht gibt ihm Halt. Im nahegelegenen Wäldchen gibt es einen Baum, unter dem er die Verbindung zu Gott besonders stark spürt. Manchmal steht er mitten in der Nacht nochmal auf, fährt mit dem Fahrrad zu „seinem“ Baum und versucht, mit Gott zu sprechen. Neben der Bindung zu Gott meditiert Torben viel, rezitiert verschiedene Mantren und begibt sich in Therapie. Auch Lesen hilft ihm. Zum Beispiel interessiert er sich für Neurowissenschaften, versucht über diesen Weg seine Geschichte besser zu verstehen. Und er lernt Simone kennen. Die beiden ziehen bald zusammen. Simone verdient gut, sodass Torben nicht mehr in leidigen Jobs arbeiten muss. Stattdessen widmet er sich jetzt einem Traum, den er schon länger hegt:

Er will Psychologie studieren. Nach einigem Suchen findet er eine private Hochschule, die ihn aufnimmt. In seiner Freizeit hat er jetzt genug Muße, um an seinen Autos zu basteln oder Spazieren zu gehen - am liebsten mit seinem Schäferhund-Husky-Mix Finn.

Torben versucht auch, seine Vergangenheit aufzuarbeiten. Das Verhältnis zu seiner Familie spielt eine wichtige Rolle in der Therapie. In einer der ersten Sitzungen will der Psychologe genau wissen, wie die Verhältnisse in der Familie sind. Als er von den Misshandlungen erzählt, wird der Psychologe ernst: „Wir sollten uns dringend öfter sprechen.“ Die beiden haben häufige und regelmäßige Sitzungen, Torben schafft es nach und nach, mit seiner Vergangenheit ins Reine zu kommen.

Zu seiner leiblichen Mutter hat er inzwischen regelmäßigen Kontakt, die beiden verstehen sich gut, reden viel über früher. Mit dem leiblichen Vater spricht er nicht. Der bestreitet heute, dass Torben sein Sohn ist. Mit der Adoptivfamilie will Torben nichts mehr zu tun haben. Er strebt ein Verfahren wegen Misshandlung gegen seinen Adoptivvater an, es schlägt jedoch fehl.

Aus Mangel an Beweisen. Stattdessen findet er einen anderen Weg, sich von seiner Adoptivfamilie loszusagen. Er will sich erneut adoptieren lassen. Dieses Mal von seiner leiblichen Mutter.

Danksagung

Diese Geschichte ist im Rahmen von psyGA in Kooperation mit dem Mannheimer Institut für public health und der Health Vision GmbH entstanden. Es ist der Bericht einer echten Erfahrung, einer realen Person. Der Name wurde für die Veröffentlichung geändert.

Anlass für das Projekt war die Beobachtung, dass viele Menschen, die unter einer psychischen Krise oder Erkrankung leiden, diese oftmals vor ihren Mitmenschen verbergen. In der Rückschau sagen die meisten: „Ich hätte mich viel früher um mich kümmern müssen.“ Aber woran lässt sich erkennen, was ein Anzeichen für eine echte Krise ist und was vorüber geht? Aus der empirischen Forschung wissen wir, dass viele Anzeichen einer Überlastung frühzeitig erkannt werden können und dass ihnen entgegengewirkt werden kann. Aber woher weiß ich, wann es bei mir selbst soweit ist? Keine leichte Frage. Das dachten sich auch die Entwickler*innen des psyGA-Teilprojekts „Aufstehen nach dem Fall“ und haben nachfragt - bei denen, die es wissen müssen: Das Projektteam suchte und fand 36 Menschen und ihre Geschichten. Diese Menschen waren bereit, davon zu erzählen wie sie eine schwierige Zeit bewältigt haben. Mit Ihrer Offenheit können sie anderen Menschen mit psychischen Problemen Mut machen und Inspiration geben, ihre Situation weniger ausweglos zu erleben und Unterstützung anzunehmen. Wir danken allen Mitwirkenden herzlich. Ohne sie wäre dieses besondere Projekt nicht möglich gewesen. .

