

Süddeutsche Zeitung JETZT

Letzter Ausweg Psychose





Besonders junge Menschen sind von Schizophrenie betroffen – und den Vorurteilen dazu. Gerrit hat schon mehrere Ausbrüche durchgemacht. Aber seine neue Therapie gibt ihm Hoffnung.

Text: Kolja Haaf, Illustrationen: Federico Delfrati

25. April 2024 - 7 Min. Lesezeit

 Artikel verschenken



E-Mail



Whatsapp



Facebook



Plattform X

Mitten im Gespräch steht Gerrit auf, um etwas aus einem anderen Raum zu holen. Etwas, das er geschrieben hat. Weiches Licht, leichtes Holz, gutmütige Matt-Töne an den Wänden und ein paar Zimmerpflanzen – jetzt, als es still ist, entfaltet der „Wintergarten“ seine ganze thera-

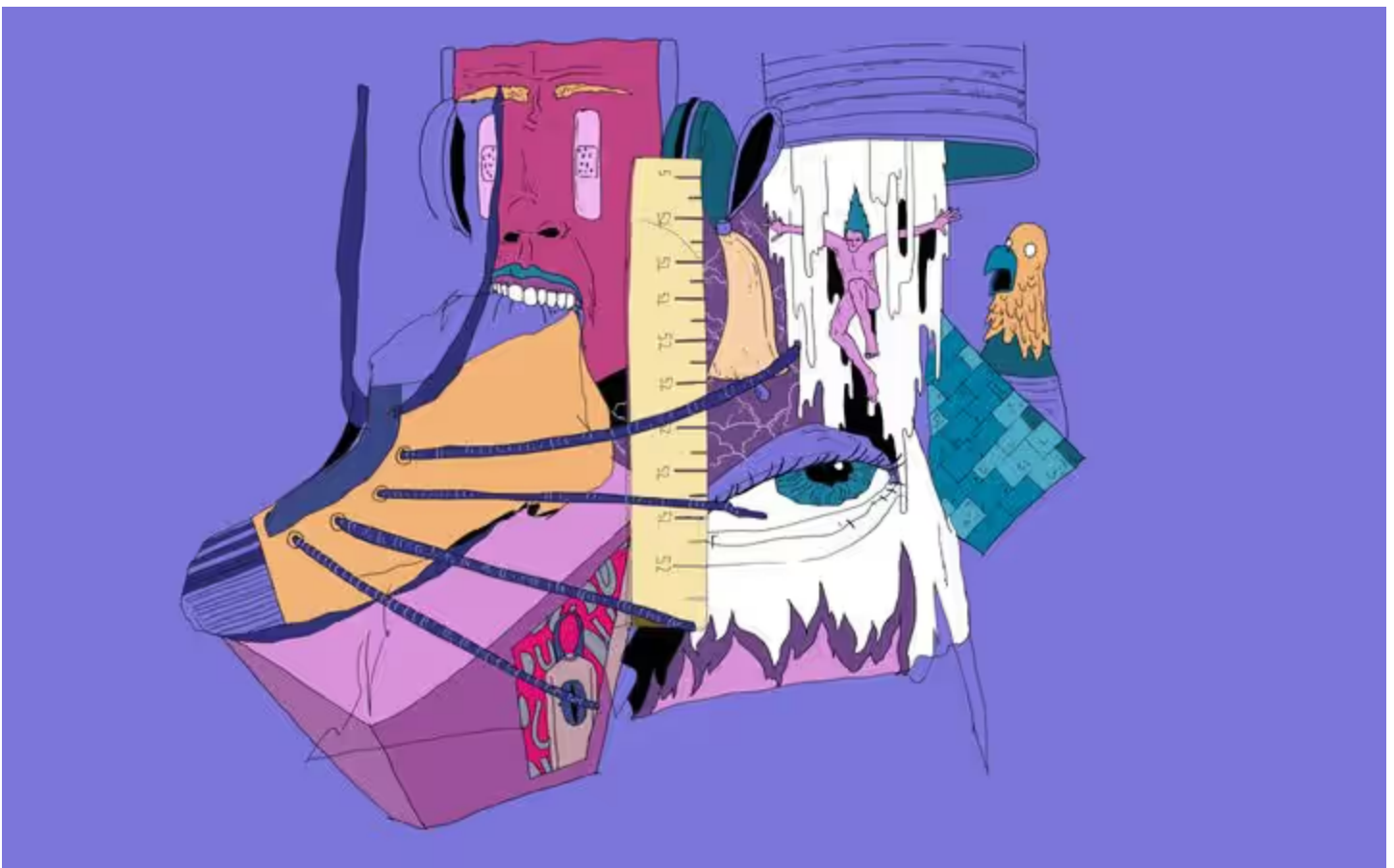
peutische Wirkung. Man vergisst, dass man im Zentrum Berlins ist, nur 15 Gehminuten vom Fernsehturm entfernt. Dort, wo Gerrit im vergangenen Dezember stand, in die tief hängenden Wolken blickte und sich sicher war: Er muss nur den Turm hinauf laufen. Dann begegnet er Gott.

Gerrit, der eigentlich anders heißt, ist ein schlaksiger Maschinenbaustudent und 22 – ein typisches Alter für das Auftreten einer Schizophrenie. Eine Krankheit, die das bisherige Leben der Betroffenen komplett durchschüttelt. Mit erstickender Angst, Verfolgungswahn, mit Extremen wie Allmachtsgefühl und tiefer Depression. Und mit dem Stigma der Unberechenbarkeit. Gerade dann, wenn doch eigentlich die Zukunft beginnen soll.

ANZEIGE

Umgangssprachlich wird Schizophrenie fälschlicherweise mit einer „gespaltenen Persönlichkeit“ gleichgesetzt. Tatsächlich ist Schizophrenie eine Sammelbezeichnung für Krankheitsbilder, die von Psychosen geprägt sind. „Eine Psychose“, erklärt Martin Voss, Psychiater am St. Hedwig-Krankenhaus in Berlin-Mitte, „kann sehr plötzlich und ohne einen bestimmten Auslöser auftreten. Oder aber als Reaktion auf ein unauflösbares inneres Dilemma. Die Psychose ist dann gewissermaßen der einzige Ausweg.“

Die Folge können Schwierigkeiten sein, zwischen dem Innenleben und der Umwelt zu unterscheiden, außerdem Wahnvorstellungen und Halluzinationen. Psychiatrisch wird zwischen den beiden unterschieden: Wahnvorstellungen sind falsche, fantastische Annahmen über die Wirklichkeit, Halluzinationen falsche Sinneseindrücke. „Die Filterfunktion des Gehirns ist gestört“, sagt Voss, „die Wahrnehmung ist zersplittert. Man kann Wichtiges von Unwichtigem nicht mehr gut unterscheiden und Dinge schwerer in ihrer Gesamtheit betrachten.“ Unter Schizophrenie könne man die Neigung verstehen, in diesen „Modus Psychose“ zu verfallen.



Etwa 800 000 Menschen leiden [laut Bundespsychotherapeutenkammer](#) aktuell in Deutschland an Schizophrenie. Die erste Psychose tritt in den meisten Fällen zwischen 18 und Mitte 20 auf. Begünstigt wird sie zum Beispiel durch den Stress am Beginn eines Studiums, den Wegzug von Zuhause, Liebeskummer, Identitätssuche, Zukunftsängste. Gerrit hatte mit seinen 22 Jahren schon drei Episoden mit Psychosen. Die erste nach der Trennung

von seiner ersten Freundin. Damals war er erst 14.

Alltagsgefühl und gemeinsame Unternehmungen als Therapie

Gerrit rechnet nicht damit, dass ihn die Krankheit jemals ganz verlassen wird. Aber im Laufe seiner Behandlungsgeschichte war er noch nie so zuversichtlich wie jetzt. Er lebt zurzeit mit 14 anderen Patient:innen im Alter von 18 bis 35 Jahren in der Soteria-Station des Alexianer St. Hedwig-Krankenhauses Berlin-Mitte. Wenn Bewohner:innen und Personal über die Soteria sprechen, reden sie lieber von einer Wohngemeinschaft.

Soteria, griechisch für „Rettung“, ist ein Behandlungskonzept für Menschen, die an psychotischen Krisen leiden. Die Idee der Soterien ist, den Patient:innen eine „alltagsnahe“ Behandlung zu bieten. Sie sollen nicht das Gefühl haben, sie seien in einer Ausnahmesituation. In herkömmlichen Psychiatrien mit typischer Krankenhaus-Atmosphäre, gestresstem Personal und Patient:innen mit völlig verschiedenen Diagnosen, die laut, aggressiv oder verwirrend auf Schizophrenie-Patient:innen wirken können, kann das schnell passieren.

Die Station im Berliner Alexianer St. Hedwig-Krankenhaus wurde zusammen mit einem Architekten gestaltet. Licht, Farben, Einrichtung und Raumanordnung sollen ein Gefühl der Geborgenheit vermitteln. Außerdem sollen sie sozialen Kontakt vereinfachen und Bewohner:innen wieder an so etwas wie Alltag gewöhnen.

Die Bewohner:innen kaufen zusammen ein, kochen und essen zusammen, können verschiedene Angebote wie Kunst- und Bewegungstherapie oder Gartenarbeit wahrnehmen. Wenn jemand unruhig wird, kann er ins „weiche Zimmer“, das geräumig und reizarm ist. Und das Personal ist bei allem dabei, es soll kein Gefühl von Hierarchie entstehen. „Selbst wenn ich nur mit einem Patienten in der Küche zusammen Kartoffeln schäle, dann ist auch das eine therapeutische Handlung“, sagt Voss. Er ist auch ärztlicher Leiter

der Soteria. Mit Gerrits Worten: Hier ist es „lauschig“.



Er braucht es lauschig, nach dem, was ihm widerfahren ist. Im vergangenen Dezember, sagt Gerrit, glaubte er, wieder gesund zu sein. Er hatte lange keine Episode mehr erlebt. Also setzte er seine Medikamente eigenständig ab. Es folgten „spannende Sachen“, wie er es sagt. Er merkte, wie eine Psychose anrollte, und ließ sich von seinen Eltern, bei denen er wohnte, in die Psychiatrie bringen.

Aber es war zu spät. Gerrit verlor sich in Wahnvorstellungen. Er erinnert sich noch genau daran, wie er plötzlich glaubte, er müsse nach Berlin fliehen. Er stahl sich aus der Psychiatrie in Süddeutschland und stieg ohne Ticket in die erste Klasse eines ICE, so erzählt er es heute. Im Zug stellte er „den Reichen“ pausenlos Fragen und weigerte sich, auszusteigen, bis er am Berliner Hauptbahnhof rausgeschmissen wurde. „Dieser Zug fährt ins Verderben“, schrie er am Bahnsteig. Danach freundete er sich mit einem Ob-

dachlosen an, schenkte ihm sein iPhone und bestellte ihm 101 McRibbs bei McDonald's.

„Ich habe mich eigentlich super gefühlt“, sagt Gerrit und lächelt. Seine Psychosen haben eine manische Ausprägung, die mit Allmachtsgefühlen und Euphorie einhergehen kann. Aber Gerrits Zustand war gefährlich – für sich und für andere. Als er später den Fernsehturm hinaufsteigen und Gott treffen wollte, stellte er sich vorher vor die Straßenbahn und brachte sie mit seinen vermeintlich eigenen göttlichen Kräften zum Stehen. In Wirklichkeit legte der Fahrer eine Notbremsung hin.

Aus Allmachtsfantasien wird irgendwann Weltuntergangsstimmung

Die Polizei kam und musste ihn überwältigen. Kurze Zeit später wurde der schreiende Gerrit im Isolationsraum des St. Hedwig-Krankenhauses mit Riemen ans Bett fixiert. Gerrit weigerte sich, Antipsychotika zu nehmen und sein manischer Zustand dauerte noch mehrere Tage an. Aus seinen Allmachtsgefühlen, sagt er, wurde Weltuntergangspanik. Mehrmals griff er Pflegekräfte an. Wenn er alleine war, schlugen Bomben ein und Kugeln zischten an ihm vorbei, während er mit den Händen über dem Kopf auf dem Boden lag.

Hannah glaubt, dass dieses auffällige Verhalten Betroffener während einer psychotischen Krise davon ablenken kann, was in ihnen vorgeht – und welche leidvollen Lebensumstände die Psychose womöglich ausgelöst haben. Das sei eine Barriere für eine wirkliche Normalisierung der Krankheit. Auch Hannah hat eigentlich einen anderen Namen. Die 22-Jährige ist eine von Gerrits Mitbewohner:innen in der Soteria.

Ihr soziales Umfeld habe zwar sehr verständnisvoll auf ihre Erkrankung reagiert. Aber die wenigsten hätten sie während einer Psychose erlebt. In den ersten Wochen nach ihrer jüngsten Psychose, als sie begann, sich an ihr manisches Verhalten zu erinnern, schämte sie sich.

In der Großstadt zu leben, ist ein Risikofaktor

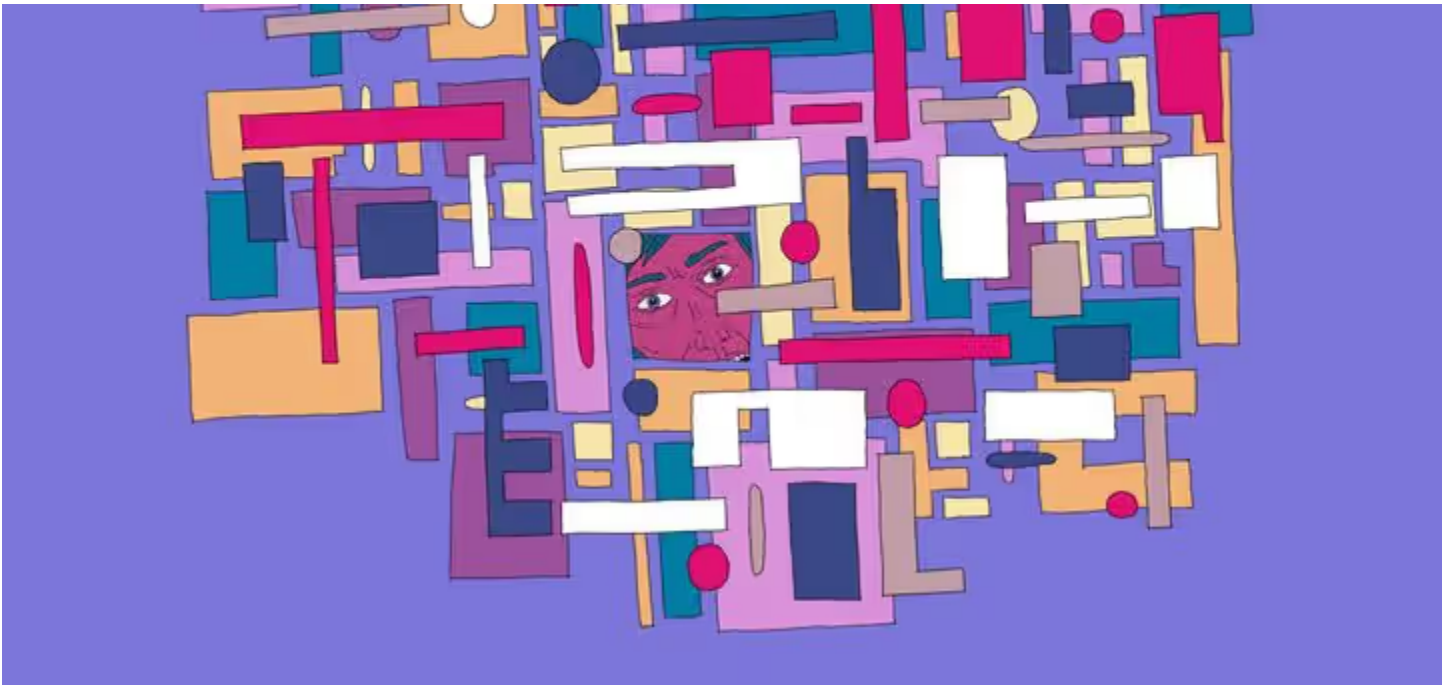
Mittlerweile lacht sie nicht nur darüber, sondern trennt auch den Menschen von der Krankheit. „Wenn ich früher so ein Verhalten bei anderen gesehen habe, war mein erster Reflex: Dieser Mensch will einfach provozieren, will Aufmerksamkeit. Da halte ich mich lieber mal fern. Heute, wo ich selbst betroffen bin, sehe ich so oft Menschen in Berlin, die wie ich damals ganz offensichtlich gerade eine Psychose haben und die man nicht auf dieses akute Verhalten reduzieren sollte.“

Andere haben es mit Vorurteilen schwerer als sie, sagt Hannah. Als sympathisch wirkende junge Frau habe sie immer wieder Hilfe von Fremden bekommen, weil ihr Verhalten und ihre Erscheinung der Norm nach nicht zusammengepasst hätten. „Während einen das gleiche Verhalten bei obdachlosen oder drogenabhängigen Menschen nicht überrascht. Dabei sind das einfach Menschen wie ich, denen nicht früh genug geholfen wurde.“

Schizophrenie tritt bei Menschen jeden Hintergrundes auf. Allerdings gibt es Risikofaktoren, die eine Erkrankung begünstigen. Einer ist die Großstadt – dort gibt es dreimal mehr Fälle von Schizophrenie als anderswo. Erklärt wird das unter anderem damit, dass in Großstädten viele Menschen auf engem Raum, aber [gleichzeitig isoliert leben](#).

Außerdem spielt die pausenlose visuelle und auditive Stimulation eine Rolle, erklärt Voss. „Unsere Patienten können kommen und gehen, wann immer sie wollen. Allerdings ist ein wichtiger Teil der Therapie, Reizüberflutung zu vermeiden, indem wir dazu raten, Außenaktivitäten runterzufahren. Im Herzen Berlins nicht so einfach.“ Schon Einkaufen oder U-Bahn zu fahren, könne eine große Herausforderung sein.





Auch die mediale Reizflut macht es Betroffenen heute schwerer, mit ihrer Krankheit umzugehen, als noch vor 30 Jahren, sagt Voss. Das Internet unterscheidet außerdem nicht zwischen Psychose und Nichtpsychose. Alles, was sie in diesem Zustand online stellen, sucht Betroffene später womöglich heim.

„Manchmal“, sagt Hannah, „stolpere ich über Dinge, die ich gepostet habe, und denke mir nur: ach du Scheiße.“ Gerrit hat sich ein komplettes Social-Media-Verbot auferlegt und vermeidet Nachrichten, wo es nur geht. „Ich kann einfach aus Selbstschutz nicht verfolgen, wer gerade gegen wen Krieg führt.“

Dann ist da noch das Kiffen. Seit dem ersten April darf das in Deutschland jeder über 18. Voss wirft die Stirn leicht in Falten. „Mit den Wechselwirkungen von Cannabis und Psychosen haben wir hier jeden Tag zu tun“, sagt er. Mehr als die Hälfte seiner jungen Patient:innen würden regelmäßig Cannabis konsumieren.

Antipsychotika haben teilweise starke Nebenwirkungen

Besonders 16- bis 25-jährige Männer scheinen laut einer [Studie der Universität Cambridge](#) anfällig für die Schizophrenie begünstigende Wirkung von Cannabis zu sein. Ein Fünftel dieser Gruppe, schätzen die Autor:innen der Studie, wären ohne Cannabis-Abhängigkeit wahrscheinlich keine Schizophreniepatient:innen.

Neben stationärer Behandlung während akuter Krisen wird Schizophrenie medikamentös behandelt. Das heißt in den meisten Fällen: ein Leben lang Antipsychotika nehmen, die teilweise starke Nebenwirkungen verursachen. Gerrit hatte seine Medikamente auch abgesetzt, weil er zu wenig fühlte. Weniger Tiefs, aber auch weniger Hochs. Hannah sagt, sie leidet wegen der Medikamente unter Nervosität, Zittern, Konzentrationsschwierigkeiten und Erschöpfung. Die Soterien versuchen, so weit wie möglich auf Medikamente zu verzichten.

Als Gerrit in den Wintergarten der Soteria-Station in Berlin zurückkehrt, hat er einen roten Ordner dabei. Aller Herausforderungen, aller Stigmatisierung zum Trotz – er sieht in seiner Krankheit mittlerweile sogar etwas Positives. Der Ordner, den Gerrit aufschlägt, enthält Texte, die er geschrieben hat, Gedichte, Essays. Er liest einen davon vor, auf Englisch. Dann schlägt er den Ordner wieder zu. „Ein Arzt hat kürzlich zu mir gesagt, dass ich *psychosefähig* bin. Die Krankheit ist schlimm, aber sie ermöglicht mir auch einen Zugang zur Welt, den andere Menschen nicht haben.“

Text: Kolja Haaf; **Redaktion:** Carim Soliman; **Illustration:** Federico Delfrati; **Digitales Storytelling:** Daniela Rudolf-Lübke

© SZ - Rechte am Artikel können Sie [hier](#) erwerben.

Diese Geschichte teilen



E-Mail



Whatsapp



Facebook



Plattform X

Süddeutsche Zeitung



SZ Plus-Abonnement:

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Abo kündigen](#)

Vertrag mit Werbung:

[Vertragsbedingungen](#)

[Datenschutz](#)

[Cookie Policy](#)

[Vertrag mit Werbung kündigen](#)

[Widerruf nach Fernabsatzgesetz](#)

[Widerspruch](#)

[Utiq verwalten](#)

[Kontakt und Impressum](#)