

Patientenporträt

Wege aus der Dunkelheit

Nach seiner Krebsdiagnose kehrten sich für Manfred M., der als Therapeut und Supervisor tätig war, die gewohnten Rollen um. Plötzlich benötigte er Hilfe und Rat. Durch seine Familie stieß er auf Haus LebensWert. In der Kunsttherapie lernte er, achtsam loszulassen und entdeckte neben der bedrückenden Schwere und Tiefe auch wieder Leichtes und Heiteres.

„Sommer 2009, warmes Wetter, ich streiche meine Beratungsräume. Auf der Toilette bemerke ich eine sehr rötliche Urinausscheidung. Und dann verlief alles sehr rasch. Gang zum Urologen, Entfernung der rechten Niere, das Ärzteteam beruhigt. Dann die Diagnose: papilläres Nierenzellkarzinom auch auf der linken Niere. Eine weitere, diesmal nierenerhaltende Operation und ein Rehaaufenthalt folgten. In diesen Wochen und Monaten fand ich mich wie in einem Strudel, so als wäre mir der Boden unter den Füßen weggezogen worden.

Eine Krebserkrankung hatte ich irgendwie für mich ausgeschlossen. Ich sah mich als Mann von Ende fünfzig, der schon einige Lebensklippen überwunden hatte und nun mit mehr Gelassenheit und Souveränität sein zukünftiges Leben gestalten wollte.

Als traumatisierter Patient befand ich mich plötzlich in einer Dunkelheit, in der ich keinen Ausweg sah. Ich suchte nach Halt und Orientierung. Der Zukunftshorizont wie auch die sozialen Rollen brachen wie ein Puzzle auseinander.

Ich klammerte mich an meine alten Rollen, die scheinbar so viel Sicherheit und Kontrolle gaben, und füllte erneut den Kalender mit Terminen, die dann doch nicht einzuhalten waren. Loslassen und die Krebserkrankung mit all ihren Folgeerscheinungen zu akzeptieren – es fiel mir so schwer.

Umgekehrte Rollenidentität

Meine Rollenidentität als Therapeut und Supervisor hatte sich auf einmal umgekehrt. Nun brauchte ich Unterstützung und Lebensüberblick. Jetzt stützten die besorgten Söhne den geschwächten Vater und meine Frau recherchierte für mich, weil ich dazu nicht in der Lage war.

Anfragen bei der Krankenkasse, wie beim Urologen führten leider nicht weiter und die ambulante Anbindung der Nachsorge an meine Krankenanstalt galt nur für Privatversicherte. Glücklicherweise stieß meine Frau über das Internet auf das Haus LebensWert. In ihrer eigenen Art und Weise empfahl sie mir, mich dort unverbindlich über die verschiedenen Angebote zu informieren.

Die anfängliche Skepsis und Unsicherheit verlor sich rasch, als ich in der Psychoonkologin Regina Ulrich endlich ein Gegenüber hatte, das mir geduldig zuhörte und meine Nöte ernst nahm, ohne sogleich zu beschwichtigen. Über LebensWert erhielt ich auch die Information,

dass die medizinische Nachsorge in der onkologischen Abteilung der Uni-Köln durchgeführt werden könne.

In der Klinik hatte ich es anders erlebt. Ich wurde zwar trotz hohem Zeit- und Arbeitsdruck medizinisch sehr gut betreut, aber auf meine nicht zu verbergende tiefe Niedergeschlagenheit und Verzweiflung zeigte sich das Ärzteteam besorgt und empfahl mir, den Mut nicht zu verlieren, nach vorne zu schauen, denn beide Operationen wären gut verlaufen und ich hätte noch Glück im Unglück gehabt. Ich nickte zustimmend und schwieg.

Bei LebensWert nun hatte ich endlich einen Ort, die Krebserkrankung mit all ihren körperlichen, seelischen und sozialen Folgen anzusprechen und zu verarbeiten.

Die Empfehlung, das kunsttherapeutische Angebot bei Richard Berners für mich auszuprobieren, nahm ich trotz leichten Zögerns gerne an.

Kreatives Chaos gestalten

Anfangs dachte ich, ich sei zu deprimiert und blockiert und sähe mein Versagen nur noch deutlicher. Außerdem sind Männer in diesem Bereich eher unterrepräsentiert.

Doch die Vorbehalte verschwanden schnell, als ich nach einigen kunsttherapeutischen Einzelsitzungen in die Freitagsgruppe aufgenommen wurde.

Die offene und herzliche Gruppenatmosphäre gab mir das Gefühl, nicht alleine mit den persönlichen Themen zu sein.

Die Krebserkrankung zeigte mir nicht nur die sichtbar gewordenen Erschütterungen des seelischen Gleichgewichts in Formen dunkler Symbolik auf, sondern legte auch ein „kreatives Chaos“ frei, das zu gestalten war.

Das Spektrum der eigenen Gefühlswelten erlebte ich in den Wechselspielen zwischen Farb- und Formenwahl, wobei die Impulse zu kleinen und großen Bewegungen mit Pinsel und Spachtel führten und einem Gestaltungswillen, Entstehendes manchmal wieder zu zerstören, zu übermalen, um es dann wieder neu zu kreieren.

Anfangs merkte ich schon meine Hemmungen, mit dem Material zu arbeiten. Aber die nicht wertende und unterstützende Atmosphäre erlaubte es mir, meine „Werke“ in den Kontext meiner Lebensgeschichte zu stellen und die Erkrankung auch als eine Chance für eine Überprüfung und Neuorientierung zu sehen.

So durfte aus der dunklen bedrückenden Schwere auch wieder Leichtes und Heiteres entstehen, das nicht nur dem Bild „Höhe und Tiefe“ gab.

Die Freitagsgruppe wurde so zu einem wichtigen Bestandteil meines Alltags, die ich noch nicht missen möchte, hilft sie mir doch, achtsam loszulassen, Neues zu entdecken und Vertrauen in einen ungewissen Zukunftshorizont zu legen.“