

## **Viel geweint, sehr viel geheilt**

**Bei einer Routineuntersuchung wird bei Ulrike K. Gebärmutterhalskrebs entdeckt. Die 37-Jährige stürzt ins Bodenlose, begräbt ihren Kinderwunsch, kämpft ums Überleben. Bei Haus LebensWert wird sie aufgefangen und gestärkt. Inzwischen ist sie ins Arbeitsleben zurückgekehrt.**

Ende 2014 hatte ich einen Vorsorgetermin bei meiner Frauenärztin. Ich hatte mir nicht wirklich Sorgen gemacht, aber irgendwie geahnt, dass etwas nicht stimmt. Meine Gynäkologin fand „unnormales“ Gewebe, schon mit bloßem Auge erkennbar. Sie überwies mich direkt ins Krankenhaus. Die Untersuchung dort war mehr oder minder traumatisch. Fazit der Chefärztin: „Frau K., es tut mir leid, aber ich kann Ihnen keine große Hoffnung machen.“

Ich war total geschockt, mir lief das Blut aus dem Kopf, Tränen schossen in die Augen. Zwei Tage lang stand ich komplett neben mir. Eine Ausschabung später stand die Diagnose endgültig fest: Adenokarzinom der Zervix Uteri. Gebärmutterhalskrebs. Empfehlung: Totale Mesometriale Resektion des Uterus. Im Klartext Entfernung der Gebärmutter, der Eierstöcke, des Blinddarms und genügend umliegender Lymphknoten, um sicherstellen zu können, dass eine Metastasierung noch nicht stattgefunden hat.

Ab da ging es nur noch ums Überleben. Die Operation verlief komplikationslos. Keine Bestrahlung, keine Chemo notwendig. Ich solle dafür dankbar sein, sagt man mir und versucht, mich zu trösten. Aber ich kann das so nicht fühlen. Eigentlich hatte ich mir eine Familie und Kinder gewünscht. Mein Leben steht Kopf, alles wirbelt, trudelt. Mit 37.

### **Wie komme ich zurück in die Normalität?**

In mir regierte das Chaos und ich wusste nicht, wie ich zurück in die Normalität kommen soll. In der Anschlussheilbehandlung hatte mir die Psychologin die Angebote von Haus LebensWert empfohlen. Es dauerte fast drei Monate, bis ich anfangen zu begreifen, was passiert war. Dass ich Hilfe brauchte, um mich in ein normales Leben zurückzukämpfen. Natürlich haben mich Familie, allen voran meine Schwester, und Freunde unglaublich unterstützt, und für diese Erfahrung bin ich unendlich dankbar. Aber manchmal braucht man auch einfach Hilfe von außen. Um Gedanken aussprechen zu können, die man der Familie und Freunden so vielleicht nicht sagen kann...

Im März 2015 habe ich dann Kontakt zu Haus LebensWert aufgenommen und bekam einen Termin bei der Psychologin Anja Gattinger. Sie begleitete mich, half mir

empfindlich und kompetent herauszufinden, was mir helfen kann. Es war schon verrückt, was auch an alten, schon bewältigt geglaubten Themen in so einer Zeit wieder hochkam und aktuell wurde.

Ich hatte komplett vergessen, was mir Spaß macht. Ich probierte die Bewegungstherapie bei Alex Fissmer, zeitgleich fing ich auch außerhalb von Haus LebensWert mit Yoga an und bin bis heute dabei geblieben.

### **Schlüsselmomente in den Bildbesprechungen**

Ende April hatte ich auch meinen ersten Termin mit Kunsttherapeut Richard Berners, um zu sehen, ob das etwas für mich sein könnte. Nach zwei intensiven Vorgesprächen war ich Teil der „Freitagsgruppe“ und merkte sehr schnell, wie gut mir das tat. Erstaunlich, was mein Unterbewusstsein so in das eine oder andere Bild hineinschmuggelte. Ich hatte einige Schlüsselmomente in den Bildbesprechungen. Viel geweint, sehr viel geheilt.

Zusätzlich habe ich auch eine Weile beim Töpfern mit Sabine Puschmann-Diegel mitgemacht. Das war weniger kopflastig, einfach Ton fühlen und machen. Auch das war sehr schön. Leider konnte ich das nicht so lange weiterführen, weil ich dann Anfang 2016 mit dem Hamburger Modell wieder ins Arbeitsleben zurückgekehrt bin.

Mein Jahr bei LebensWert ging viel zu schnell vorbei. Aber ich bin sehr dankbar, dass ich die Chance hatte, die Angebote in Anspruch nehmen zu können. Vor allem bei Anja Gattinger, die mich am Anfang meines Weges aufgefangen hat, und bei Richard Berners, der mir geholfen hat, die Themen anzuschauen und durchzukauen, die in den Bildern aufgetaucht sind, möchte ich mich besonders bedanken. Ehrlich gesagt, weiß ich nicht, wie es mir heute ohne Ihre Hilfe gehen würde. DANKE!!!