

# Unsere Autorin hat sich um ihre Mama gekümmert, bis sie selbst krank wurde

Vorsicht:  
Hier geht es auch  
um suizidales  
Verhalten.

Als meine Mutter in die Psychiatrie kommt, hat niemand in unserer Familie eine Ahnung, was das bedeutet. Was wir auch nicht wissen: Es wird vier Jahre dauern, bis sie in ihre Wohnung zurückkehren und wieder ein selbstständiges Leben führen kann.

Die Psychiatrie wirkt wie aus dem 19. Jahrhundert: hohe Decken, lange Gänge, Ärzte mit strengen Mienen. Obwohl die Station voll ist, hat sie das Gefühl, die Einzige zu sein, der „so was“ passiert.

Zwei Monate später wird sie entlassen: Sie sei medikamentös eingestellt, kein Akutzustand, die Klinik braucht den Platz. An ihrem Zustand hat sich nichts verändert, wir müssen selbst eine Lösung finden. Ich bin 21 und fürs Studium in eine andere Stadt gezogen. Nun fahre ich fast jedes Wochenende nach Hause. Unter der Woche ist der Partner meiner Mutter da, wir wechseln uns ab. Der Rest der Familie ist über die ganze Welt verstreut, außer meinem Opa ist niemand in der Nähe.

Mein eigenes Leben schnüre ich auf die Zeit von Montag bis Freitag zusammen. Meine Wochen sind komplett voll, ich will trotzdem alles machen. Ich will jede Hausarbeit schreiben, ich will eine Einwei-

hungsfeier schmeißen, ich will zum Training, zum Orgatreffen, mit in die Bar und zum Baden im Fluss.

Der Partner meiner Mutter und ich sind ständig in Kontakt. Er holt Rezepte ab, googelt Nebenwirkungen, ich telefoniere mit der Hausärztin meiner Mutter, wir suchen nach neuen Kliniken. Jeden Abend schreibt er mir, wie der Tag war. War sie stabil, bin ich erleichtert; war sie unruhig, bin ich es auch. Es ist egal, ob ich da bin oder nicht, ich will immer weg und gleichzeitig hin.

Die Füße meiner Mutter bewegen sich ununterbrochen. Wir laufen mit schnellen Schritten am Fluss entlang, als müssten wir dringend irgendwohin. Ich hoffe, dass sie müde wird. Aber selbst beim Abendessen bewegen sich ihre Füße immer noch unter dem Tisch. Und auch später unter der Bettdecke, während ich ein Zimmer weiter in die Kissen falle.

Aus größter Verzweiflung verletzt sich meine Mutter selbst so schwer, dass sie auf die Intensivstation muss. Es ist der Tiefpunkt, aber leider noch nicht der Wendepunkt. Von diesem Tag an habe ich riesige Angst, sie könnte sich wieder etwas antun und nächstes Mal sterben.

Meine Mutter hat nun auch ein körperliches Leiden, sie muss zur Reha. Die liegt am Arsch der Welt. Das ständige Hin-und-her-Fahren schlaucht. Was meine Mutter in den Stunden im Café oder im Park erzählt, ist ausnahmslos negativ. Sie wird sich nie wieder wie vorher fühlen. Wie soll das alles funktionieren, wenn sie wieder zu Hause ist? Ob wir nicht sehen, wie schlecht es ihr geht? Manchmal schaffe ich es aber, zu ihr durchzudringen, und wir lachen über eine Situation aus der Vergangenheit.

Als mir der letzte Bus zum Bahnhof vor der Nase wegfährt, will ich

einfach nur noch umfallen und liegen bleiben. Da ist ein Backstein auf meiner Brust und ein flatternder Kolibri darunter. Das Gefühl geht nicht mehr weg. Bei jedem Telefonat fragt mein Papa, ob ich schon zur psychologischen Beratungsstelle der Uni gegangen bin.

Wie läuft's mit deiner Mutter? Meine Freundinnen und Freunde fragen regelmäßig. Ihr Interesse ist ehrlich, aber ich kann nur in Floskeln antworten. Keine Ahnung, wie ich ihnen die Situation begreiflich machen soll. Ich bin von wunderbaren Menschen umgeben und fühle mich trotzdem einsam.

Wir brauchen dringend wieder einen Klinikplatz. Ich rufe noch mal in der Klinik an. Bisher wurde ich getröstet. Mir bricht die Stimme. Die Frau am Telefon sagt, gerade sei ein Platz frei geworden. Eigentlich hätte sie jetzt die nächste Person auf der Warteliste angerufen, aber sie würde ihn ausnahmsweise uns geben. Es fühlt sich falsch an, den Platz zu nehmen. Doch ich bedanke mich tausendmal und sage zu.

# Take

Die Psychologin der Uni-Beratungsstelle sitzt mir gegenüber. „Sie sind nicht für das Leben Ihrer Mutter verantwortlich.“ Ich weiß, dass sie recht hat, aber ich fühle das genaue Gegenteil. Sie sagt, ich befinde mich in einer Co-Abhängigkeit zu meiner Mutter. Zwischen uns gibt es keine Grenze mehr. Wie es ihr geht, bestimmt, wie es mir geht.

In meiner Mutter läuft ein Motor, so beschreibt sie es. Wir sitzen in ihrer Küche. Rhythmisch bewegt sie ihre Hand vor ihrer Brust hoch und runter. Wwww, wwww, wwww, so klinge ihre ständige Unruhe.

Immer und immer wieder erklärt sie uns ihren Zustand: Sie könne sich selbst nicht mehr greifen, sei allem ausgesetzt. Ich kann es nicht mehr hören. Aber viel schlimmer ist, dass ich den Motor nicht für sie abstellen kann.

Ich checke noch mal mein Handy. Keine neue Nachricht. Um halb elf schläft meine Mutter meist schon. Um halb zwölf stehe ich mit Freundinnen und Freunden in einer Bar, es gibt eine Runde Kutscher. Dann kommt unser Lied. Wir schreien uns den Refrain gegenseitig ins Gesicht: Ich fühl mich Disco / Ich bin so heiß / Disco Disco / Sexy in the night. Es ist der beste Abend.

Ich habe mich für den Master eingeschrieben. Mein Freund fragt mich, ob ich nicht eigentlich vorhatte, an eine andere Uni zu gehen. Ich schaue ihn mit großen Augen an. Das habe ich schlichtweg vergessen. Ich kann unmöglich weg.

Die ersten Coronamaßnahmen werden verkündet. Mir sind sie egal. Mich interessiert nur, dass man noch spazieren gehen darf, und das darf man. Ich weiß nicht, wie wir sonst die Tage rumbekommen. Meine Mutter muss raus und wir mit ihr.

Die Pandemie macht vieles komplizierter. Aber sie schafft auch Gleichheit. Alle anderen um mich können ihr Leben auch nicht mehr wie vorher leben. Es ist ein eigenartiger Trost.

Ich habe ein Stechen im linken Bein, oberhalb der Kniekehle. Vor ein paar Wochen bekam ich das Bein beim Ballett nicht mehr so hoch wie sonst, jetzt kann ich es kaum noch ausstrecken. Meine Orthopädin schickt mich zum MRT. Der Befund ist eindeutig: Bandscheibenvorfall.

Ich kann keine 200 Meter mehr gehen. Den Weg zur Mensa teile ich in Etappen ein: bis zu den Sitzen an der Straßenbahnhaltestelle,

dann zur kleinen Mauer an der Kreuzung, erste Parkbank, zweite Parkbank, dann in die Schlange vor dem „Vitalgericht“. Ich hasse alle, die dort anstehen. Ihre fitten Körper, ihr ausgelassenes Lachen, ihre Leichtigkeit. Fuck you all.

Mein Vater und ich sitzen im Auto. Sein Blick ist starr auf die Straße gerichtet. Er habe es nicht so mit den Worten, setzt er an. Aber, er schluckt, er habe Angst, dass ich selbst in eine Klinik muss, wenn ich nicht bald etwas ändere. Ich sage nichts, so weit habe ich nie gedacht.

Ich weiß nicht, die wievielte Klinik es aktuell ist. In keiner einzigen wurden wir Angehörigen gefragt, wie es uns geht, welche Fragen wir haben, wie wir den Zustand meiner Mama sehen, ob wir Unterstützung brauchen.

Ich bestehe nur noch aus Angst. Angst um meine Mutter, Angst davor, sie und ihren Partner allein-zulassen, sie zu enttäuschen, Angst vor Schuldgefühlen. Aber eine Angst ist jetzt größer als alle anderen, und das ist die Angst um mich selbst. Ich darf nicht draufgehen. Und da ist sie, die Grenze, noch zart, wie mit Bleistift gezeichnet, aber dennoch: die Grenze zwischen meinem Leben und dem meiner Mutter.

Drei Tage nach meinem 24. Geburtstag werde ich operiert. Ein Chirurg zupft die Gallertmasse weg, die aus meiner Bandscheibe gegen den Nerv drückt. Am nächsten Tag kann ich wieder aufrecht gehen.

Die Wochen nach der Operation verbringe ich bei meinem Vater im Garten oder auf dem Sofa. Meine Mutter und ich hören uns nur sporadisch. Ich schaue Serien, bestelle mir ein mit Perlen besticktes Oberteil und höre „Running Up That Hill“ von Kate Bush. Ich sehne mich nach der Welt und will gleichzeitig nichts von ihr wissen. Mein Papa und seine Frau unter-

stützen meine Mutter jetzt mit. Das hat meine Therapeutin eingefädelt. Ich habe keine Ahnung, was ich ohne sie machen würde. Ich zitiere sie ständig, unter meinen Freundinnen und Freunden ist sie mittlerweile eine Berühmtheit.

Die Narbe an meinem Rücken ist gut verheilt, aber ich fühle mich immer noch wund. Ich will nicht mehr hören, was ich jetzt verändern oder tun muss. Und in diesem Gefühl verstehe ich meine Mutter. Ich werde ihr keine Ratschläge mehr geben.

# Care

Meine Mutter ist wieder in der Klinik. Die ist von Obstwiesen umgeben, die Wände sind hell gestrichen, sie kennt das Personal und ein paar andere auf der Station. Am Telefon spricht sie zunehmend anders. Sie spürt sich wieder, sie sieht einen Weg. Ich bin skeptisch.

Meine Freundin antwortet mir abends nicht auf meine Nachricht. Panik. Was, wenn ihr etwas zugestoßen ist? Oder jemandem in ihrer Familie? Ich weiß, dass sie zu Hause ist und all das unwahrscheinlich. Aber meine Angst schickt Bilder in meinen Kopf wie Liveaufnahmen. Am Morgen entschuldigt sie sich hundertmal; sie ist aus Versehen eingeschlafen. Ich sehe immer noch Gespenster, obwohl es gar nicht mehr spukt.

Meiner Mutter geht es seit mehreren Monaten besser. Ich spüre Erleichterung. Wir hören nicht mehr jeden Tag voneinander. Ein paar Wochen am Stück nicht nach Hause zu fahren, fühlt sich ungewohnt an. Immer wieder denke ich: Ich müsste doch. Aber ich muss nicht. Meine Mama ist okay. Meine Zeit gehört mir.