

## **Gruppentherapie**

### *Kurzgeschichte von Jonas Lehmann*

Doktor Akkuz war ein Experte auf seinem Fachgebiet. Er war viel gebuchter Redner auf Kongressen, Foren und Fortbildungen. Der Ablauf ganzer Fachtagungen wurde für ihn -und um ihn herum gebaut. In seinem Lebenslauf standen Universitäten, wie die Havard Medical Shool und das Kings College in London. Sein neuestes Buch hatte für einen Aufschrei unter Kollegen gesorgt. Seine Theorien wurden viel diskutiert, mitunter in einem Atemzug gleichzeitig genial und trotzdem fernab jeglicher Praxis genannt. Selbst außerhalb des Kosmos, der Wissenschaft war die Auflage beträchtlich. Er unternahm Lesereisen nach Zürich, Salzburg, Paris und Leipzig. Doktor Akkuz Annahmen fundierten nicht auf neuen Erkenntnissen. Er machte die Umstände unserer Zeit verantwortlich für Zwangsstörungen. Ständige Erreichbarkeit, Selbstoptimierungswahn, Entwurzelung, Stress. Radikal hingegen wirkte sein Ansatz. Der Hauptteil seines Buches, den Vorträgen und seinen Lehren im Allgemeinen, bestand aus einer neuen Form der Gruppentherapie. Dr. Akkuz versprach jeden Menschen von seinen Zwangsstörungen heilen zu können.

Wolfgang Ebelmeier hatte die Erziehung von zwei Generationen unsicherer Frauen, zu einem ängstlichen Mann heranwachsen werden lassen. Er war in die Fußstapfen eines jeden männlichen Ebelmeiers getreten und hatte nach dem Studium die Firmenleitung übernommen. Was ihm im alltäglichen Leben fehlte, glich er im Beruf durch sein strategisches Handeln aus. Mit klugem Weitblick hatte er das mittelständische Familienunternehmen in der Peripherie Baden-Württembergs - irgendwo zwischen Stuttgart und Mannheim, zu einem Softwareriesen umgebaut. Vor fünf Jahren verkaufte er die Firma an eine chinesische Investorengruppe. Fortan hatte er ausgesorgt, aber lebte ein Leben ohne Ziele. Sein großes Talent für Zahlen, Daten und Fakten, führte mit der Zeit zu einer ausgeprägten Zwangsstörung. Wolfgang wusste, dass der Zahnbürstenhalter der Gegenstand mit den drittmeisten Keimen im Haushalt war und schaffte ihn ab. Er achtete, darauf seine Zahnbürste nicht in der Nähe der Toilette und des Hahns zu lagern und einen Ort zu finden, wo sie mit möglichst wenig Wasser in Berührung kam. Er gab auf und nahm fortan jedes Mal eine neue, separat verpackte Bürste. Er klickte auf Onlineartikel mit Überschriften wie: *„Killer-Bakterium: Gran-Canaria-Urlauberin wochenlang im Koma“* oder: *„Multiresistente Keime: Mehr Tote durch Keime, als durch Krebs.“*

Irgendwann fand er heraus, dass er durchschnittlich 2.500 Mal pro Tag auf sein Handy tippte und das etwa 100 verschiedene Bakterien auf der Displayoberfläche einen undurchsichtigen Film bildeten. Er desinfizierte es nach jeder Berührung und hörte irgendwann auf sein Smartphone zu benutzen. Seine Angst vor den Gefahren dieser Welt und einen plötzlichen Tod, steigerte sich so weit, dass er kaum noch das Haus verließ.

Ein Jahr später fand er sich mit leichtem Gepäck vor einem großen, holzvertäfelten Würfel wieder. Das Gebäude wirkte fremdartig und deplatziert. Wie aus einem Magazin herausgeschnitten und mitten in die Landschaft dieser verschlafenen Nordseeinsel gesetzt. Der Kasten ragte knapp über die hohen Dünen hinaus und seine scharfkantigen Ecken trotzten stoisch der rauen Landschaft, sowie Windstärken, deren Böen Wolfgang unangenehm tief in die Glieder fuhren.

Die Tür öffnete sich geräuschlos. In einer Ecke der Eingangshalle plätscherte ein künstlich angelegter Brunnen. Hinter einem aus Naturstein gefliesten Empfang, wartete ein Mann mit schmalem Schnurrbart, der seine überhebliche Arroganz, nicht hinter seinen französischen Manieren zu verstecken vermochte. Mit einer entsprechenden Distanz – als bestünde die Gefahr, sich bei zu viel Zuwendung anzustecken –, nahm er Wolfgang anliegen entgegen. Vielleicht lag dies an den Einmalhandschuhen, die Wolfgang erst auszog, nachdem er den Aufzug bedient und sein Zimmer betreten hatte. Auf den ersten Blick unterschied diesen Raum nichts von einer luxuriösen Hotelsuite, deren weicher Teppichboden jeden Schall in sich aufnahm und bis hin zur Unhörbarkeit abdämpfte. Nur im Detail offenbarten sich die Unterschiede. Es gab keine spitzen Gegenstände, das Mobiliar war fest verschraubt und die Fenster ließen sich nicht öffnen. Wenigstens die Bettwäsche war so weich, wie Wolfgang es erhofft hatte. Er war seit zwei Jahren in keinem Hotel mehr gewesen und bei dem Gedanken, die Matratze anzuheben, kribbelten seine Mundwinkel. Er vergewisserte sich gründlich, genügend Einmalhandschuhe mitgenommen zu haben, bevor er langsam einschlief. Die unterschwellige Angst, sich mit irgendwas zu infizieren, saß da schon längst neben ihm auf dem Kopfkissen und begleitete Wolfgang tief hinein in seine Träume.

Bei seiner Anreise war ihm niemand begegnet (und auch wenn er es besser wusste) hatte er nur die Vorstellung, allein mit einem Mann hier zu sein, der ständig die spitzen

Enden seines Schnurrbarts zwirbelte. Wolfgang Vorstellung passte sich schnell der Realität an, als er der den nüchternen Gruppenraum betrat.

In einem kleinen Kreis saßen diejenigen, die gestern bereits vor ihm angekommen waren. Eine Dame in schwarzem Kleid, deren dünner Hals aus einem voluminösen Federkragen herausragte. Sie neigte den Kopf schräg und sah zu ihrer Sitznachbarin. Eine schlanke Frau mit strengem blondem Zopf, deren sportliche Figur durch einen engen Jogginganzug gut sichtbar wurde und ein Mann, dessen Durchschnittlichkeit ihn zum Auffälligsten der Runde machte. Wolfgang setzte sich auf den einzigen freien Stuhl. Es ging schnell, die anderen kennenzulernen. Sie erzählten bereitwillig von ihren Leiden. Wolfgang kannte das aus anderen Therapien. Die Krankheit wird zu einem Teil der Identität, wie der eigene Fingerabdruck.

Die Dame im Kleid bestand darauf, mit ihrem Titel angesprochen zu werden. Die Fürstin war Herrin über ein Schloss mit über fünfhundert Räumen. Sie verfügte über einen gespiegelten Ballsaal und eine komplexe Ticstörung. Fünf Mal in der Minute, plusterte sie sich auf, und flatterte mit den Ellenbogen, wie ein Vogel.

Stefanie Evers war 1980 für die DDR bei den Olympischen Sommerspielen in Moskau angetreten und hatte es nie verwunden, nur den vierten Platz beim Turnen errungen zu haben. Danach entwickelte sie ebenfalls eine Ticstörung, deren seltene Kombination aus Echopraxie und Echolalie, zu einem besonders schweren Fall machte. Stefanie nahm den Kern von Aussagen anderer auf, wiederholte sie und schlug Saltos und Räder dazu.

Jörg Lahmer beeinträchtigten seine Zwangsgedanken und sein zwanghaftes Zweifeln so stark, dass er sich mittlerweile komplett sozial isoliert hatte. Der Millionenerbe lebte in der ständigen Angst, jemanden aus Versehen umgebracht zu haben oder durch seine Taten aus Versehen umzubringen.

Dann betrat Doktor Akkuz die Szenerie. Er war klein, sehr klein. Eine zwergenhafte, ergraute Version des charismatischen Geistes, welcher Wolfgang vom Einband des Buches *„Das Ende der Einsamkeit – neue kognitive Therapie“*, schmallippig aus angelächelt hatte. Er zwirbelte seinen Spitzbart auf die Weise, wie der Mann am Empfang – mit Daumen – und Zeigefinger. Er wählte ein paar warme Worte zur Begrüßung, bei denen deutlich wurde, dass sie ihm selbst am meisten gefielen. In seine Begrüßung murmelte Jörg in ständiger Wiederholung:

„Ich muss zurück. Die Strecke absuchen! Da war ein Schatten im Rückspiegel! Was ist, wenn ich auf meiner Hinfahrt jemanden überfahren habe.“ Dabei wippte er vor und zurück. Stefanie wiederholte:

„Ein Schatten! Ein Schatten“ und stand auf. Das wiederum missfiel der Fürstin, die mit ihrer knöchigen Schnabelnase in Richtung der ehemaligen Olympiaturnerin zu hacken schien.

„Unterstehen Sie sich und unterbrechen den Doktor nicht. Setzen Sie sich!“

„Hinsetzen! Hinsetzen!“, schrie Stefanie und führte einen perfekten Flickflack aus.

Die Fürstin ruderte heftig mit ihren Armen und schien von ihrem Platz abzuheben. Begleitet von Jörgs Schreien wurde Wolfgang unruhig, weil er nicht wusste, wer bereits auf seinem Stuhl gesessen hatte. Die Situation entglitt dem Therapeuten zusehends. Mit einem freundlichen:

„Für den ersten Tag, haben wir ganz gute Fortschritte gemacht.“, beendete er die Sitzung nach einer halben Stunde. Wolfgang stürmte hinaus, machte einen Umweg über die Garderobe und ging in die Empfangshalle, Richtung Ausgang.

„Monsieur, Sie sollten nicht allein nach draußen. Monsieur. Sir vous plait!“, rief ihm der Mitarbeiter hinterher.

Draußen war Wolfgang zunächst ratlos. Das raue Klima begrüßte ihn, wie einen fallengelassenen Freund. Er ging über eine schmale Holzterrasse auf die Düne. Die See war so grau wie der Himmel und der Sand war es irgendwie auch. Ein einziger ungemütlicher Brei. Wolfgang zog sich die Kapuze seiner Windjacke tiefer in das Gesicht. Er wollte nicht umkehren und dem Franzosen ein triumphierendes Zwirbeln schenken. Die salzige Luft half ihm dabei, sich zu beruhigen. Seine Panikattacke klang langsam ab. Im Chaos der Sitzung hatte er vergessen, wie oft er sich im Gesicht berührt hatte. Ein kurzes Augenwischen, jedes kleine Kratzen. Seine Finger konnten vorher überall gewesen sein. Auf diese Art werden die meisten Krankheiten übertragen. Wolfgang ging die Düne auf der anderen Seite wieder hinunter. Es gab nur eine asphaltierte Straße. Hinter ihm war das Ende der Insel. Er entschied sich vorwärtszugehen. Bei seinem Spaziergang kam ihm niemand entgegen. Er brauchte zwanzig Minuten und war zum Kern der Insel vorgedrungen.

In dem kleinen Ort gab es einen Leuchtturm und ein Leuchtturmmuseum - beide waren geschlossen. Ebenso der Souvenirladen und das Fischrestaurant. Nur die Kneipe hatte geöffnet.

„Wenigstens bin ich nicht auch noch Alkoholiker“, dachte sich Wolfgang und ging hinein.

In der Ecke saßen sich zwei Männer gegenüber und schwiegen sich über ihren schwarzen Tee hinweg an. Ihm gefiel die Stille, bei der lediglich noch das Ticken einer Wanduhr gefehlt hätte. Er bestellte ein Bier, trank es langsam aus und machte sich wieder auf den Rückweg. Der Schnauzbart schien sich ernsthafte Sorgen gemacht zu haben. Er war sichtlich erleichtert, als Wolfgang durch die geräuschlose Tür wieder hereinkam. In seinem Zimmer überlegte er nicht, wie viel Millionen, mikroskopisch kleine Wesen an dem Rand eines Bierglases lebten, sondern hatte nur noch die roten Haare der Barfrau vor Augen. Sie waren schulterlang, lockig und strahlten weiter, als jeder Leuchtturm, bis hinein zu ihm auf das Bett.

\*

„Meine Panik wird stärker! Jetzt gerade! Jetzt habe ich Angst! Ich sollte wirklich nach dem Fenster sehen. Wenn jemand wegen mir in den Tod stürzt! Bestimmt habe ich es offengelassen! Ich muss nur schnell nachsehen!“

Jörg Lahmer stand in der Mitte. Lautes Sprechen, verbalisieren, Zuwendung zur Angst. Konfrontation! Nicht nur aushalten, sondern besser wahrnehmen und erleben. Spüren, wenn die Reaktion auf ein erträgliches Maß absinkt. Das war das Ziel dieser Übung. Stefanie Evers saß mit den Händen unter ihrem Schoß auf dem Stuhl, wie ein zappeliges Kind. Die Fürstin stakste mit den Armen auf dem Rücken im Kreis und bewegte zu jedem Schritt, den Kopf vor und zurück. Wolfgang starrte auf seine Einmalhandschuhe. Doktor Akkuz klatschte einmal laut in die Hände. Erst sagte zunächst zu allen:

„Sehr gut gemacht, jeder von Ihnen. Ich gebe Ihnen noch eine Hausaufgabe auf den Weg. Denken sie über folgende Fragen nach: 'Warum bin ich so? Warum verhalte ich mich nicht anders?' Und nun wünsche ich Ihnen einen schönen Tag!“ Danach direkt zu Wolfgang: „Herr Ebelmeier. Auf ein Wort.“ Und wartete, bis die anderen den Gruppenraum verlassen hatten. Dr. Akkuz drehte Wolfgang den Rücken zu und sah aus dem Fenster.

„Herr Ebelmeier. Ich habe den Eindruck, sie machen nicht richtig mit. Haben sie Ihre Zahnbürste inzwischen schon mehrmals verwendet?“

Wolfgang schüttelte den Kopf. Der Doktor registrierte die Bewegung in der Spiegelung der Scheibe.

„Sie sind bereits seit zwei Wochen hier. Gehen offensichtlich jeden Tag spazieren. Das ist gut. Die Natur kann helfen. Aber Sie müssen auch hier anfangen, die kleinen Schritte zu gehen. Es ist Ihr Monat. Ihr Fortschritt. Jacques hat sie gestern aus der Kneipe kommen sehen. Ich möchte sie nur daran erinnern, dass Alkohol strengstens untersagt ist.“

Bevor Wolfgang antworten konnte, drehte sich der Doktor um: „Die Gruppe unternimmt morgen Nachmittag eine Wanderung zum Watt. Es ist freiwilliges Angebot.“

Das Wort freiwillig betonte einen unterschwelligem Zwang.

„Ich überlege es mir noch“, sagte Wolfgang zum Abschied.

Ihre Augen waren dunkelbraun. Fast schwarz. Schwarz mit einem Schimmer von Blau. Wie bei einem Kohlestück, wenn man es gegen die Sonne hielt. Vor Wolfgang stand ein Glas Traubensaft - zur Sicherheit. Jacques musste man alles zutrauen. Er war mit der Barfrau allein. Die beiden stummen Männer hatten die Fähre genommen. Vermutlich Schwarztee kaufen. So stellte es sich Wolfgang jedenfalls vor. Er vermisste hier drin immer noch eine Wanduhr. Ein Ticken, auf das man sich verlassen konnte.

„Wann fragen Sie endlich!“, sagte die Barfrau und riss beide aus der meditativen Stille.

„Bitte?“, entgegnete Wolfgang.

„Sie kommen seit zwei Wochen jeden Tag in meine Bar, um mich anzusehen. Nicht mehr lange und es wird von niedlich zu merkwürdig. Also noch mal, wann fragen Sie mich endlich.“

Ein Teil von ihm wünschte sich jetzt Jacques herbei, während der andere versuchte, eine Antwort zu formulieren.

„Ich merke schon. Sie sind nicht von der aktiven Sorte. Ich habe morgen geschlossen. Holen sie mich einfach am Nachmittag ab.“

Ein kleines Fischerboot lag halbschräg auf der Seite und wartete auf die Rückkehr des Wassers. Das Watt sah selbst aus wie das Meer. Wellig erstreckte sich das feste Gemisch aus Sand und Schlick bis in die Unendlichkeit, eines Horizonts, der sich in der Mitte mit dem Himmel traf. Das Panorama kam Wolfgang heute viel weniger grau vor. Es gab keine Wolken und keine Sonne. Auch keinen Wind. Zum ersten Mal seit seiner Ankunft war es windstill. Er saß neben Petra auf einer Bank. Beide hatten die Hände tief in ihren Jackentaschen vergraben. Bestimmt pickte die Fürstin gerade auf der anderen Seite der Insel nach kleinen Krebsen im Sand. Dr. Akkuz würde seine Abwesenheit schon verkraften. Bisher verlief Wolfgang's erste Verabredung seit Ewigkeiten nicht sonderlich schlecht und auch nicht sonderlich gut. Weder unangenehm, noch magisch. Eher irgendwo dazwischen. Immerhin hatte er ihren Namen erfahren. Petra passte ganz gut zu ihren roten Haaren, fand er. Er hätte aber auch mit Sibylle leben können, oder Lola. Völlig egal. Hauptsache, sie saß noch eine Weile neben ihm.

„Bist du eigentlich hier geboren? Ich meine auf dieser Insel?“, fragte er.

„Hier gibt es kein Krankenhaus mehr. Babys kommen schon lange auf dem Festland zur Welt. Aber nein. Ich bin wegen der Liebe hier gelandet. Er wollte damals einen Shuttleservice vom Fähranleger zu den Hotels und Ferienwohnungen anbieten. Lizenzen dafür sind leider so gut wie unmöglich zu bekommen. Nur mit Verbindungen, weshalb er wieder verschwand.“

Eine Möwe sank im Sturzflug nach unten und kämpfte mit einer anderen um ihr Fressen.

„Und du, bist nicht mitgegangen?“

„Nein. Ich hatte zu viel investiert, weißt du. Zusammen mit der Hoffnung und Zuversicht, bringen wir in jede neue Beziehung auch die Erfahrungen aller zuvor gescheiterten ein. Mit 35 hatte ich dann das Gefühl, es wäre nicht mehr viel von mir übrig. Und das, was noch übriggeblieben war, wollte ich unbedingt bewahren. Es gab die Möglichkeit, die Bar zu übernehmen, und ich entschied mich zu bleiben. Das war es.“

„Offensichtlich habe ich einen miserablen Männergeschmack.“

Wolfgang fühlte sich so wackelig und weich, wie eine tote Qualle, die das Meer in der Ebbe zurückgelassen hatte.

„Wieso bist du hier?“, fragte sie gegen des kreischen der beiden streitenden Möwen an.

Wolfgang öffnete seinen Mund und machte ihn wieder zu.

„Du brauchst nichts sagen. Du bist in diesem Therapiezentrum oder? Ich habe gleich gemerkt, dass du anders bist. Normalerweise verirren sich die Patienten von dort nicht bis zu uns in den Ort. Außer einmal, letzten Winter. Da ist ein Prominenter nackt durch die Straße gelaufen – vermutlich Drogen.“

Sie summte den Anfang der Melodie einer berühmten Quizsendung und sagte:

„Reiche Menschen – reich an Problemen.“

Wolfgang erzählte nicht, wie viel er für die vier Wochen bei Dr. Akkuz zahlte. Die herabstürzende Möwe hatte den Kampf gewonnen und flog mit ihrer Beute davon. Wenn sich im Sommer die Nordsee auf über zwanzig Grad erhitzt, begünstigt das die Vermehrung von Vibrionen. *Vibrio vulnificus* kann offene Wunden infizieren und bei Personen mit geschwächtem Immunsystem im schlimmsten Fall eine gefährliche Blutvergiftung auslösen. Wolfgang hatte das in einem Onlineartikel mit der Überschrift: „*Vibrionen in der Nordsee: Gefährlich für Mensch und Sylter Austern?*“ gelesen.

Zum Glück war es bald Winter. In tiefer Kälte überlebt fast nichts. Wolfgang tröstete dieser Gedanke - auch wenn es seit Jahren schon nicht mehr richtig kalt wurde. Petra sah ihn an und kniff die Augen leicht zusammen. Der bläuliche Schimmer verschwand für einen Moment.

„Du bist keiner von diesen klassischen Verrückten, oder? Also, ich meine. Einer vor denen man Angst haben müsste. Zumindest hast du keinen verrückten Blick. Im Gegenteil. Ich mag deinen Blick sogar.“

Wolfgang erinnerte sich an einen Satz von Dr. Akkuz. „Der Gegenpol von Angst ist Vertrauen.“ Er entschied sich dazu, seine Angst ein Stück weit zu überwinden und Petra zu vertrauen. Es wurde mit jedem Satz einfacher. Als er bei seiner Kindheit angelangt war, küsste sie ihn. So blieben beide noch sitzen, während sich die See das Land längst wieder einverleibt hatte.



Wolfgang unternahm kleine Schritte, blieb flexibel und dachte zukunftsorientiert. Die Erfahrung der Gruppe, gab ihm die tröstliche Erkenntnis, dass andere ähnliche Probleme haben. Sie wünschten sich alles Gute. Zum Abschied winkte er Jacques und sagte: „Auf Wiedersehen.“ Denn Wolfgang wusste, er würde noch länger als vier Wochen auf dieser Insel bleiben.

ENDE

© by Jonas Lehmann

Braunschweig, den 24. Februar 2020