

16.08.2014 um 07:10 Uhr

hr1 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von

Helwig Wegner-Nord,

Evangelischer Pfarrer, Frankfurt

Licht und Schatten

Als ich die Nachricht von Robin Williams' Suizid auf meinem Handy sah, konnte ich's kaum glauben. So viele tolle Filme, lustige und einfühlsame. Nun höre ich von Ängsten und Depressionen. Nach außen hin oft komisch – aber tief drinnen war er wohl auch anders. Zwei Seiten in einem Menschen. Seit sich der Torwart Robert Enke selbst getötet hat, sind viele sensibler für das Thema. Ich denke an andere liebe Menschen mit zerstörerischen Depressionen. Einer ist an die S-Bahngleise in Frankfurt gegangen. Sah in diesem krassen Moment keine Hoffnung, keinen Ausweg. Eine andere nimmt eine große Menge Tabletten, die sie lang angesammelt hatte.

Ich höre das ohnmächtig, aber das Thema lässt mich nicht mehr los. Bin ich zu oberflächlich oder abgestumpft, um die dunkle Seite in Menschen wahrzunehmen? Viele sehen nach außen glücklich aus, wie Robin Williams, erfolgreiche Filmprojekte, verheiratet, drei Kinder. Es heißt, dass jeder Zehnte an Depressionen leidet. Der Grad dieser oft kaschierten dunklen Seite ist verschieden: Tiefsinnig, in sich gekehrt oder melancholisch. Oder richtig erkrankt. Dann kommt ein kleiner Auslöser dazu – und eine dramatische Kurzschlusshandlung. Familie, Freunde, Nachbarn, Kollegen fragen: Warum habe ich das nicht bemerkt? Wie kann ich helfen? Neben Gesprächstherapien helfen den Betroffenen oft nur Medikamente. Oft schämen sie sich zu erzählen, dass sie Depressionen haben und Tabletten nehmen müssen. Aus Angst, abgewertet zu werden.

Ich nehme mir vor, die abgründige Seite wahrzunehmen. Ich allein kann die hoffnungslose Spirale nicht durchbrechen oder anhalten. Ich kann aber versuchen, darauf zu bestehen, dass einer zum Hausarzt geht. Oder mitgehen. Und ich kann eins: Vorsichtig deutlich machen: Ich bin da. Auch wenn es dunkel und angstvoll wird, ich bin da. Vielleicht können Menschen in der Krise das auch nicht mehr spüren. Aber: Ich bin da. So gut ich kann.