EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 27.07.2023 05:55 Uhr | Titus Reinmuth

Aus der Zeit gefallen

O-Ton 01: Ich fand das so ganz schön, die Vorstellung, dass die Zeit ohne mich weiterläuft. Alle anderen gehen ihren normalen Lebensweg weiter und entwickeln sich weiter und ich fühlte mich so, als wär‘ ich da rausgefallen durch meine Krankheit.

Autor: Jens Jüttner hat das so erlebt. Gut zehn Jahre lang ist er psychisch krank gewesen, hat unter einer paranoiden Schizophrenie gelitten. Mich fasziniert immer wieder, wie Menschen ihren Weg aus einer Krise finden. Manchmal spielt auch der Glaube dabei eine Rolle. Für Jens Jüttner ist am Anfang wichtig gewesen:

O-Ton 02: … dass man zunächst einmal für sich die Krankheit annimmt, sich eingesteht, dass man krank ist und dann auch bereit ist, sein Leben zu ändern.

Autor: Er ist 27 Jahre alt und steht gerade vor dem zweiten juristischen Staatsexamen, als die ersten Anzeichen der Erkrankung auftauchen. Heute arbeitet er als Ex-In-Genesungsbegleiter für psychisch erkrankte Menschen. Auf dem Weg zur Genesung ist für ihn noch etwas wichtig gewesen:

O-Ton 03: Dass man eine gute Struktur in seinem Alltag hat, … und … dass man das Gefühl hat, dass das, was man tut, einen Sinn hat. Ich glaube, jeder Mensch braucht eine Aufgabe ... dann gibt es ganz viel auch an Zufriedenheit im Leben.

Autor: Die Krankheit annehmen und sein Leben verändern. Den Alltag strukturieren und eine sinnvolle Aufgabe finden. Das schafft man nicht allein. Für diesen Weg braucht es professionelle medizinische und therapeutische Begleitung. Und auch das:

O-Ton 04: … stabile Beziehungen, gute Beziehungen zu Freunden, Familie, Partnerin. Dass

man da auch wirklich darauf achtet: Mit welchen Menschen umgebe ich mich? Sind das positive Beziehungen für mich?

Autor: Die Jahre mit der Krankheit sieht er nicht als verlorene Zeit an. Er hat viel über sich gelernt, heute geht es ihm gut. Es war wichtig für ihn, Altes loszulassen.

O-Ton 05: Und da, glaube ich, ist auf jeden Fall der christliche Glaube ein guter Weg, weil es ja im Glauben angelegt ist, dass man … auch Altes abstreifen kann und immer wieder, eigentlich jeden Tag, die Chance zum Neuanfang hat.

Autor: Ganz neu anfangen, das hört sich nicht so leicht an. Ich weiß ja nie, wo ich ankomme, wenn ich einen neuen Weg einschlage.

O-Ton 06: Und da gehört dann auch ganz viel Vertrauen zu: dass man, ja, das Vertrauen hat, loszulassen. Vertrauen hat, es wird schon irgendwo hinführen, wenn ich jetzt die alten Bahnen verlasse.

Autor: Jens Jüttner hat über seinen Weg ein Buch geschrieben, das so heißt, wie er die Jahre der Krankheit erlebt hat: Als ich aus der Zeit fiel (1). Er wünscht sich, dass davon auch ein Signal für andere ausgeht.

(1) Jens Jüttner: Als ich aus der Zeit fiel. Mein Weg durch die paranoide Schizophrenie, pinguletta Verlag; 3. Ausgabe Edition (20. Mai 2020).

Redaktion: Pastorin Sabine Steinwender-Schnitzius