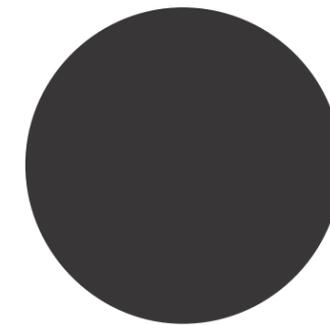


Auf den Fotos, die wir zeigen, ist **Ronja** kaum zu erkennen.
Sie will zwar über ihr Schicksal sprechen,
um anderen zu helfen. Aber sie wünscht sich Anonymität.
Mit den ausgewählten Bildern war sie einverstanden



*Anders als ein Punkt steht das Semikolon nicht für das Ende.
Ronja hat sich das Zeichen in ihren Nacken tätowieren lassen*



Weiterleben

*Ein junger Mensch will sich umbringen, aber der Versuch scheitert.
Was wird nun aus ihm? Und aus denen, die ihn lieben?
Über Ronja, die mit 18 Jahren aus dem Leben fallen wollte*

Von Felix Schröder und Dominik Stawski; Fotos: Julia Sellmann

Dieser Artikel besteht nur aus Zitaten. Die Namen wurden auf Bitte der Interviewten verändert – mit Ausnahme der Psychiaterin Katja Becker, die mit dem Fall von Ronja nie befasst war.

Ronja wünschte sich, dass ihre Mutter angesichts des sensiblen Themas nicht interviewt wird.

Die Redaktion schildert keine Details zum Ablauf des Suizidversuchs, weil dies Nachahmungstaten provozieren könnte.

Es sprechen:
Ronja
24 Jahre, lebt und studiert in einer deutschen Großstadt

Der Vater
52 Jahre, arbeitet im öffentlichen Dienst und betreut Jugendliche

Suse
25 Jahre, lernte Ronja in der Grundschule kennen. Sie ist Studentin

Kathi
32 Jahre, studiert ebenfalls. Sie kennt Ronja seit zehn Jahren

Heiner Richter
Oberarzt in der Unfallchirurgie. Er leitete die Not-OP, die Ronja das Leben rettete

Katja Becker
Direktorin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie an der Uni Marburg. Sie kennt Ronja nicht, behandelt aber regelmäßig suizidgefährdete Jugendliche

Ronja, heute 24 Jahre alt: „Ich brauche mittlerweile keinen Rollstuhl mehr. Aber das leichte Humpeln sieht man gleich. Ich sage fast immer: War ein Autounfall. Fahrerflucht. Ende. Nur ab und zu erzähle ich die Wahrheit.“

Vater, 52 Jahre alt: „Meine Tochter hat mir den glücklichsten Moment meines Lebens geschenkt, damals, als sie geboren wurde. Und den schlimmsten, dieses Chaos, dieses Leid und diesen Schmerz.“

Ronja: „Öffentlich darüber zu reden belastet mich schon sehr, weil alle Erlebnisse sorgsam in Kisten verpackt sind. Aber vielleicht entsteht daraus etwas Gutes. Und wenn es nur zwei Leser und ihre Familien sind, die wieder einen Weg herausfinden. Mir ist wichtig, dass rüberkommt, dass Menschen wie ich total normal sind, dass wir aber hart zu kämpfen haben. Ich habe eine sehr gute Beziehung zu meiner Familie, sehr enge Freundschaften, komme in der Uni gut klar. Niemand würde auf die Idee kommen, dass ich die Tante bin, die gesprungen ist.“

Katja Becker, Direktorin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie an der Universität Marburg: „Suizid ist immer noch ein Tabu. Dabei ist es bei Jugendlichen die zweithäufigste Todesursache. An erster Stelle kommen Unfälle, dann lange nichts und dann Suizid. 2017 waren es 186 Suizidtote in der Altersgruppe von 15 bis unter 20 Jahren. Jeder zwölfte Jugendliche zwischen 14 und 15 Jahren gibt an, dass er schon mal einen Suizidversuch unternommen hat. Obwohl diese Zahlen gravierend sind, wissen die Menschen so wenig darüber, weil Suizid und psychischen Problemen immer noch ein Stigma anhaftet. Nachbarn tuscheln, wenn ein Kind in die Kinder- und Jugendpsychiatrie kommt, was mit den Eltern los ist. Hat ein Kind einen Blinddarmdurchbruch, diskutiert niemand, ob es nur Weißbrot bekommen hat. Das ist weder richtig noch fair.“

Der Tag

Ronja: „Es war ein kalter Februartag vor sechs Jahren. An das Fallen kann ich mich nicht erinnern. Zwei Spaziergänger haben mich gefunden. Wenn das länger gedauert hätte, wäre es vorbei gewesen. Die erste OP dauerte acht Stunden.“

Heiner Richter, 45, Oberarzt in der Unfallchirurgie: „Ronjas Blut sickerte unentwegt in ihr Becken. Das

mussten wir priorisiert behandeln – ‚treat first, what kills first‘, sagen wir. Ihre Wirbelsäule hat beim Aufprall auf dem Boden das Becken durchstoßen. Eine Katastrophe für ein Lebewesen auf zwei Beinen.“

Vater: „Ich war mit meiner damaligen Freundin auf Kuba. Ronjas Mutter rief an. Ich hab gleich versucht, einen Rückflug zu organisieren. Aber das ging nicht. Das Schlimmste war, völlig ohnmächtig zu sein. Und diese Frage: War sie schon tot und ihre Mutter wollte es mir nicht sagen? Wenn sie stirbt, dachte ich, dann gehe ich ins Meer.“

Suse, Ronjas beste Freundin, 25 Jahre alt: „Als mir die Lehrerin erzählte, was mit Ronja passiert ist, nahm ich nur noch ein Rauschen wahr. Wie wenn du im Wasser bist und jemand mit dir spricht. Ich rief ihre Mutter an. Sie sagte: ‚Ich bin nicht sauer, aber wusstest du irgendwas?‘ Ich wusste einfach nichts.“

Richter: „Hätten Sie mich im OP-Saal gefragt, ob Ronja noch mal laufen kann, hätte ich gesagt: Niemals. Das Sprung- und Fersenbein wurden zertrümmert, die unteren Sprunggelenke zerlegt. Dann diese schwerwiegende Beckenverletzung. Sie hatte unfassbar viel Glück.“

Vater: „Letztendlich lag sie eine Woche im Koma. Nach fünf Tagen haben sie angefangen, sie aufzuwecken. Wir wussten nicht, was nun wird.“

Das Leben davor

Ronja: „Bis zu dem Tag habe ich nach außen normal mein Leben gelebt, mich nicht zurückgezogen.“

Vater: „Ich kann mich an keinen erinnern, der gesagt hat: Das war absehbar. Alle waren überrascht.“

Ronja: „Dieser Gedanke, sterben zu wollen, der war sehr oft da. Ich habe schon mit 13 überlegt, was ich machen kann, ohne dass mich meine Familie irgendwo findet. Das Nachdenken ist erst einmal nicht problematisch, aber man sollte etwas dagegen tun.“

Becker: „Meist gibt es eine Phase, in der ein Jugendlicher abwägt: Gibt es Lösungsmöglichkeiten oder Menschen, die hilfreich sind? Oder wird die Situation von ihm im Augenblick als aussichtslos erlebt? Das Zeitfenster, in dem der Jugendliche dann wirklich entschlossen ist, zu sterben, ist eng. Deswegen ist es so wichtig, es früh zu erkennen.“

Suse: „Jahre zuvor gingen wir über den Schulhof. Ich kann mich an den Kontext nicht erinnern, aber sie meinte: Bevor das passiert, sterbe ich lieber. Da meinte ich: So etwas sagt man nicht. In dem Moment war es nicht bedeutsam. Aber als es dann passiert war, dachte ich: War das das Zeichen?

Becker: „Es gibt Einzelfälle, in denen vorher nichts für das Umfeld erkennbar war. Beim Großteil aber deutet es sich an. Nur, diese Anzeichen zu erkennen ist oft nicht leicht. Wenn ein Jugendlicher sich zurückzieht, Freunde nicht mehr trifft, ist es wichtig nachzufragen. Du, ich mache mir Sorgen um dich. Die Botschaft muss sein: Du bist mir wichtig. Es gibt nichts, was du allein tragen musst. Die Suizidhandlung selbst ist oft impulsiv. Wenn jemand es ankündigt: Sofort reagieren! Dann braucht es Fachleute in einer Jugendpsychiatrie, für jedes Dorf ist eine Klinik zuständig. Dieser Satz ‚Wer darüber spricht, tut es nicht‘ ist falsch. Genauso falsch wie der Mythos: Wenn man danach fragt, bringt man den Jugendlichen erst auf die Idee.“

Vater: „Sie war unmittelbar davor bei ihrem damaligen Freund. Ich dachte als Erstes: Wenn der etwas damit zu tun hat ... Ich rief ihn an. Er erzählte, dass sie den ganzen Tag komisch und ablehnend gewesen sei. Als sie gegangen sei, habe er sich Sorgen gemacht. Er wollte sie auf dem Handy erreichen, sie nahm nicht ab. Irgendwann ging die Polizei ran.“

Ronja: „Mein Freund und ich hatten uns nicht gestritten, aber die Stimmung war sehr gedrückt. Ich bin dann gegangen. Am nächsten Tag hätte ich eine Vorabi-Klausur schreiben müssen. Englisch war immer mein Horrorfach. In der Bahn dachte ich, dass alles zu viel ist. Ich schaffe das nicht mehr.“

Suse: „Es war schon viel Druck in der Schule. Wir waren der erste G8-Jahrgang, die Versuchskaninchen.“

Kathi, 32 Jahre alt, Ronjas zweite beste Freundin: „Wir haben uns auf den Bildungsstreiks kennengelernt. Die Wochen davor hat sie oft bei mir gepennt. Wir haben am Fenster gesessen und geredet. Und sie hat viel bei mir gelernt. Ihr ging es damals nicht so gut. Ich habe den Druck gespürt.“

Becker: „Es gibt nicht den einen Grund. Manchmal ist es eine Situation, die das Fass zum Überlaufen bringt. Aber das Fass ist davor lange vollgetropft. Und mit jedem Tropfen fühlen sich die Jugendlichen hilfloser. Es fallen dann Sätze wie ‚Es hat alles keinen Sinn.‘ Oder: ‚Wird sowieso nicht besser.‘ Da nutzt es nichts, zu sagen: ‚Du hast es doch schön.‘ Es zählt nur, was der Mensch aktuell subjektiv fühlt.“

Ronja: „Ich hatte immer diesen Berg vor Augen, was ich schaffen muss. Niemand geht gerne zur Prüfung, aber ich hatte Todesangst. Es fühlte sich an wie Sterben. Dabei war ich ziemlich gut, im Abgangszeugnis hatte ich einen Schnitt von 1,5. Ich war dieser Typ Mitschüler, den alle zum Kotzen finden, weil er nach der Klausur rumjammert und danach doch eine Eins bekommt. Aber ich spüre diese Angst heute noch, wenn wochenlang nur

über Renten geredet wird. Ich denke: Ich werde nie eine Rente bekommen. Es gibt einen Unterschied zwischen ‚sich Gedanken machen‘ oder ‚in einen Angstzustand fallen‘. Angst lähmt dich.“

Suse: „In der Oberstufe hatte sie viele Fehlstunden. Ich habe sie gefragt, ob sie Schulangst hat. Ich habe schon gemerkt, dass sie Probleme hat und überfordert ist.“

Vater: „Sie hatte immer einen hohen Anspruch an sich selbst. Diesen unheimlichen Ehrgeiz. Hatte drei Jobs, kurz vor dem Abi. Und obwohl sie eine 1,5-Schülerin war, hat sie sich Nachhilfe geholt.“

Ronja: „Es wäre besser gewesen, wenn mir jemand gesagt hätte: Du brauchst das Abitur nicht, du kannst einen Fachhochschulabschluss machen. Es gibt andere Wege.“

Vater: „Ich glaube, hätte sie kein Abi gemacht, wäre es genauso passiert. Wir haben uns gefragt, ob wir zu viel Druck aufgebaut haben. Aber nein. Sie wollte alles immer perfekt machen.“

Becker: „Bei den Betroffenen herrschen oft falsche Grundannahmen. Sie fragen sich: Haben mich meine Eltern noch lieb, wenn ich doch kein Abitur mache? Wenn wir dann in der Klinik mit den Eltern reden, sind die häufig überrascht. Die meisten Entscheidungen im Leben sind ja nicht endgültig: Man kann ein Abitur nachholen. Man kann einen neuen Partner finden. Ein Suizid aber ist final. Deswegen ist auch das Ziel jeder Therapie, dieses Gefühl von Sicherheit zu erzeugen: Wenn Probleme kommen, kann ich sie selbst lösen. Und wenn ich sie nicht lösen kann, dann gibt es Menschen, die mir dabei helfen.“

Suse: „Auffällig war, dass sie sehr früh entwickelt war, von allem her: vom Kopf, vom Körper. Ronja hat nie rebelliert, hatte nie Stress zu Hause. Dieses Pubertäre fehlte bei ihr. Irgendwann gab es dann eine Phase, in der sie viel Gewicht verloren hat. Ich habe das auf ihre vegane Ernährung geschoben. Hab ihr gesagt, dass sie vorsichtig sein soll. In unserer Stufe hatten viele Mädchen Probleme mit der Ernährung. In jeder Klasse gab es ein paar, die mal in die Klinik mussten.“

Ronja: „Ich wurde gemobbt, von der Grundschule bis zur neunten Klasse. Ich war ein bisschen pummelig. Ich habe dann eine Essstörung entwickelt, Bulimie.“

Becker: „80 Prozent der Kinder und Jugendlichen, die eine psychische Störung haben, sind nicht in Behandlung. Vor allem weil sie Angst vor dem Stigma ►

haben oder sich sagen: ‚Das geht schon wieder weg.‘ Aber das ist falsch.“

Vater: „Als wir von der Bulimie erfuhren, haben wir sie in eine Therapie geschickt. Als wir der Therapeutin später erzählten, dass sie sich umbringen wollte, fiel sie aus allen Wolken. Wenn nicht mal solche Leute damit rechnen, muss man es verdammt gut verbergen können.“

Ronja: „Während meiner Bulimie-Therapie hat sich meine Therapeutin mit meinen Eltern getroffen. Die drei sind mögliche Gründe durchgegangen. Und so kamen sie dann auf die Geschichte, dass mein Vater nicht mein leiblicher Vater ist. Meine Therapeutin hat meinen Eltern geraten, es mir zu erzählen. Da war ich 17.“

Suse: „Sie war komplett aufgelöst, hat hier gepennt. Ronja fragte sich, wieso es ihre Eltern jahrelang verheimlicht hatten. Oder wieso sie so viele Hinweise als Kind nicht hatte deuten können.“

Ronja: „Ich kam mir verarscht vor. Meine Eltern sind gute Menschen, aber das haben sie wirklich verbockt. Meine Mutter sagte, dass sie es mir auch früher gesagt hätten, aber mein Vater hatte Angst, dass ich ihm dann nicht mehr vertraue.“

Vater: „Ich habe sie auf die Welt gebracht, indem ich ihr die Nabelschnur durchgeschnitten habe. Ich sehe sie als meine leibliche Tochter an.“

Ronja: „Er hat meine Mutter kennengelernt, als sie schwanger war. Ich habe heute ein sehr gutes und vertrauensvolles Verhältnis zu ihm.“

Becker: „Die Jugend, das Erwachsenwerden, hält viel Unvorhergesehenes bereit. Es stellen sich viele Fragen: Wer bin ich? Wer will ich sein? Wo will ich hin? So viele schwere Entscheidungen. Die Hormone stellen sich um. Das alles kann einen besonders verletzlich machen.“

Suse: „Bei ihr kam so viel zusammen. Und niemand kannte ihre ganze Story. Ich wusste zwar das mit dem Vater. Von der Bulimie wusste ich nichts. Und vom Missbrauch aus ihrer Kindheit auch nichts.“

Ronja: „Das mit meinem Opa kam erst hoch, als ich 15 war. Es war immer früh morgens passiert, wenn wir im Urlaub bei ihm waren. Geredet habe ich damals mit niemandem darüber. Ich hatte fünf Freunde, die sich teilweise gar nicht kannten, und habe jedem immer nur stückchenweise Dinge erzählt, vom Missbrauch wussten nur Kathi und meine Therapeutin. Dadurch ist dieses Gesamtbild nie zustande gekommen.“

Becker: „Alle psychosozialen Belastungen können das Suizidrisiko erhöhen. Aber Missbrauch führt nicht

zwangsläufig zu psychischen Störungen. Man darf einen Menschen nicht darauf reduzieren, Opfer einer Situation geworden zu sein. Sie ist Teil einer Lebensgeschichte. Aber sie muss nicht das ganze Leben bestimmen.“

Das Leben danach

Vater: „Sie lag auf der Intensivstation. Schliefe. Wie geht man mit jemandem um, der sich das Leben nehmen wollte? Was sage ich, wenn sie die Augen aufmacht? Ich kenne eine Therapeutin. Die habe ich gleich angerufen. Sie sagte, das Wichtigste sei: Seid da und geht nicht weg. Versteckt euch zur Not hinter einer Wand, wenn sie euch erst einmal nicht sehen will.“

Ronja: „Das Erste, woran ich mich erinnere: Oh Gott, ich muss meine Prüfung schreiben. Bitte bringt mir die Bücher. Meine Mutter war da. Und mein Papa, aber den habe ich gar nicht erkannt.“

Vater: „Ich war sehr braun, durch die Sonne auf Kuba. Ronjas erste Worte waren: Habe ich einen schwarzen Pfleger? Und das war kein Witz von ihr. Sie muss noch sehr benebelt gewesen sein.“

Ronja: „Ich hatte Durst. Ich durfte aber nichts trinken, weil ich vorher beatmet wurde. Ich habe den Waschlappen ausgelutscht und an Wattestäbchen mit Fanta genuckelt. Wenn ich heute wählen kann, trinke ich alles andere lieber.“

Vater: „Wir haben ihr keine Vorwürfe gemacht. Wir haben nur gesagt: Schön, dass du noch da bist. Wir kriegen das hin.“

Kathi: „Ich habe ihr gesagt, dass es mir leidtut. Dass sie mit ihrem Leben abschließen wollte, dass es nicht geklappt hat und dass sie nun gehandicapt ist, obwohl sie doch ein Mensch war, der immer so körperlich war, so viel Sport machte. Sie hat zwar überlebt, aber man trauert trotzdem.“

Suse: „Mir hat Ronja als Erstes gesagt, dass es ihr leidtue. Soll es auch, habe ich gesagt.“

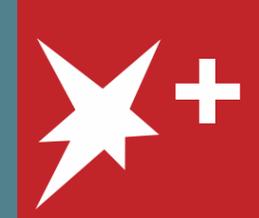
Ronja: „Suse hat mich zehn Minuten beschimpft. Es war mir lieber, als wenn jemand heuchelt: Oh, du Arme.“

Becker: „Nach einem Suizidversuch sind Vorwürfe fehl am Platz. Es bringt sich keiner gern um. Was muss passiert sein, damit ein junger Mensch sagt: So wie das Leben gerade ist, halte ich es nicht mehr aus?“

Vater: „Ich kam Gott sei Dank nie in die Situation, dass sie uns nicht sehen wollte. Ich glaube, sie hat es uns hoch angerechnet, dass wir so positiv auf sie zugegangen sind. Wir haben keinen Druck erzeugt, dass sie reden soll. Wir haben abgewartet, bis sie bereit war.“

Ronja: „Vorher habe ich nie darüber geredet. Dass sie zugehört haben, war wichtig. Und das Nicht-alone-Sein. Meine Eltern hätten mich auch verstoßen können. Sie sind trotz aller Mängel sehr gute Menschen. Sie und meine Freunde waren die Wichtigsten. Mit meinem Freund, das war dann schnell vorbei.“

Vater: „Ein Bekannter von mir arbeitet fürs Fernsehen. Bevor das alles passierte, hatte er einen Film gedreht, in dem auch Ronja auftrat. Ronja sah ihn ▶

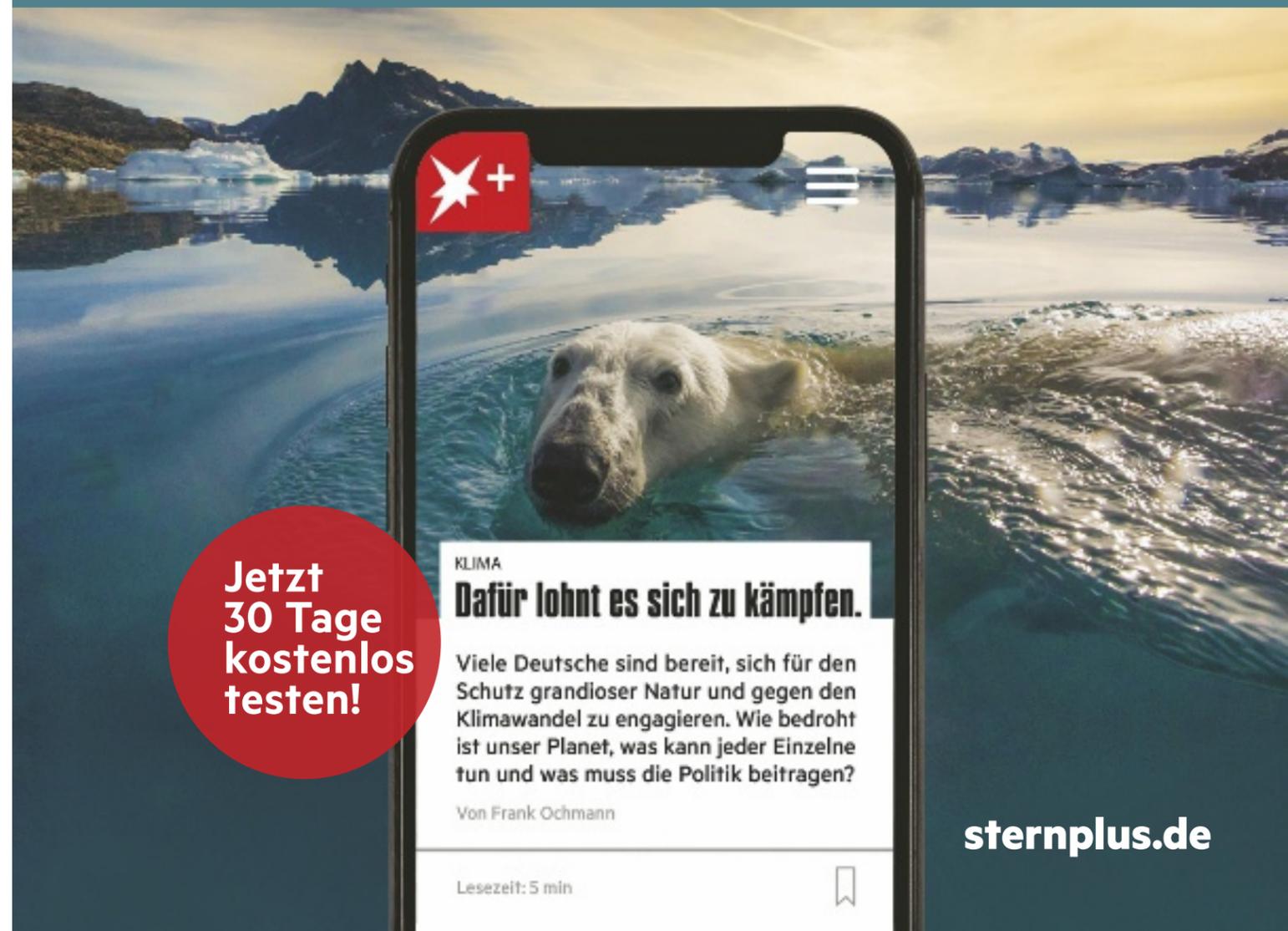


STERN PLUS

Näher dran.

Das neue digitale Abo vom STERN

Exklusive STERN PLUS Inhalte ++ Audiostories für unterwegs ++ praktische Merklelisten-Funktion ++ werbefrei ++ inklusive wöchentlichem STERN ePaper ++ monatlich kündbar



in der Klinik. Da hat sie gesagt: ‚Scheiße, ich war ja gar nicht zu dick. Ich habe ja richtig gut ausgesehen.‘ Da ist mir klar geworden, dass sie eine komplett falsche Wahrnehmung von sich hat.“

Becker: „Wenn Jugendliche die Welt verzerrt sehen, wenn Suizid als einziger Ausweg erscheint, sind sie im Denken und in der Wahrnehmung eingengt. Der erste Schritt ist es, sie aus dem Tunnel herauszuholen. Zeit zu gewinnen. Wieder Perspektiven aufzuzeigen.“

Vater: „Wir haben ihr klipp und klar gesagt: Bevor du aus der Klinik darfst, wirst du eine Therapie machen.“

Ronja: „Das Ziel der Therapie war nicht, dass ich nie wieder versuche, mich umzubringen, sondern dass die Zeit bis dahin gut ist. Dass ich damit nicht jeden Tag belastet bin.“

Vater: „Über Monate hat sie gesagt, dass sie nicht mehr leben will. Diese Phase war nur schwer zu ertragen. Ihr wurde bewusst, dass die Schmerzen an den beschädigten Nerven bleiben werden. Sie sagte einmal: Was habe ich jetzt noch?“

Suse: „Wenn man sich verabschiedet hat, wusste man nicht, ob sie sich wieder umbringen will. Anderthalb Jahre war das akut.“

Becker: „Das Wiederholungsrisiko ist in den ersten zwölf Monaten am höchsten. Das macht Familie und Freunden Angst. Am liebsten würden sie jeden Schritt kontrollieren. Aber das geht nicht. Der Jugendliche muss immer das Gefühl haben, Hilfe holen zu können.“

Vater: „Krass war, was in der Schule passierte. Wir hatten die Schulleitung darum gebeten, nicht zu sagen, was genau bei Ronja los ist. Aber die Schulleiterin hatte das Informationsinteresse der Schüler höher eingeschätzt als den Schutz unserer Familie.“

Ronja: „Letztens habe ich meine ehemalige Schulleiterin zufällig in einer Arztpraxis gesehen. Aber sie ist umgedreht, als sie mich erkannt hat. Ich hätte ihr gerne gesagt, wie unangenehm es sich für mich anfühlte, dass einfach alle es wussten.“

Suse: „Einige Mitschüler behielten sie so als das Mädchen in Erinnerung, das versucht hat, sich umzubringen.“

Kathi: „Die Stimmungslage in den ersten Jahren war sehr schwankend. Sie musste schauen, wo sie ihren Platz findet, weil ihr durch die Handicaps einiges genommen wurde. Manche fragten sich: Kann man mit der normal reden? Ja, na klar. Normaler als mit vielen anderen Menschen.“

Vater: „Ich hätte nie gedacht, dass sie danach wieder so lange bei mir lebt. Bevor das alles passierte, wollte sie

ihr Abi machen und nach Israel reisen. Und dann hast du plötzlich wieder ein Baby: sauber machen, füttern, Zähne putzen, bei null anfangen.“

Kathi: „Sie hat viel gelesen, viel geschrieben. Wir waren mit dem Rollstuhl oft draußen unterwegs. Irgendwer hat immer geschoben. Das klingt nicht so spannend. Aber das musste es auch nicht sein.“

Ronja: „Nach einer Weile konnte ich besser laufen. Ich habe ein Praktikum angefangen und dann die Lehrstelle in einer Kanzlei bekommen. Aber nach der Ausbildung wollte ich nicht weitermachen. Die suchen dort eher Frauen mit langen Fingernägeln. Deswegen studiere ich jetzt noch einmal.“

Heute

Ronja: „In den letzten Jahren war vieles sehr anstrengend. Aber jetzt hat sich etwas beruhigt in meinem Leben. Für die nächsten drei Jahre gibt es einen Plan. Das Studium läuft. Ich bin direkt mit meinem neuen Freund zusammengezogen, wir haben ein paar Schritte übersprungen. Er weiß Bescheid, aber wir reden nicht viel darüber.“

Vater: „Ich weiß, dass sie noch immer Panikattacken bekommt, die man teilweise sehr schwer erklären kann. Obwohl sie viel älter und selbstständiger ist, mache ich mir mehr Sorgen um sie.“

Ronja: „Ich bin heute psychisch nicht mehr so labil. Die Panikattacken sind seltener geworden. Einmal alle zwei Wochen vielleicht. Im Februar ist es schlimm, wenn der Jahrestag ansteht. Im Krankenhaus ist es ganz schlimm. Ich kriege keine Luft mehr oder heule. Aber man kann über äußere Reize einen Ausweg aus den Attacken finden: Kälte zum Beispiel. Eispacks auf die Beine. Oder Zitronen essen. Das lenkt das Gehirn ab. Meine Therapeutin hat mir ein Sprachmemo aufgenommen, das ich mir in diesen Situationen anhören kann. Sie beschreibt darin einen Ort, von dem ich ihr erzählte. Sie nennt es den ‚sicheren Ort‘. Es ist eine Waldlichtung bei meiner Tante in Schleswig-Holstein. Sie erzählt, wie ich dort hinlaufe, es ist Sommer, die Bäume und Sträucher sind supergrün, ein Nadelwald, ein weicher Boden, der nicht wehtut. Ich kann dort barfuß laufen. An einem Kirschbaum vorbei, einem Ententeich, links ein alter verwitterter Carport, dann ein riesiges Feld, da stehen Pferde, in einem angrenzenden Wald läuft ein kleiner Bach.“

Kathi: „Unser Galgenhumor hat ihr geholfen, das alles zu bewältigen. Einmal, da konnte sie gerade erst wieder ein paar Schritte laufen, standen wir in einem Kaufhaus auf einer Rolltreppe, deren Ende näher kam. Und sie meinte scherzhaft: ‚Ich hoffe, dass ich jetzt den Absprung schaffe.‘ – ‚Einmal hast du den Absprung ja schon geschafft‘, sagte ich zu ihr. Wir mussten beide lachen, und das war heilsam.“

Ronja: „Im Moment habe ich wieder eine offene Wunde am Fuß. Es wird langsam nervig, wenn man immer irgendwas hat. Insgesamt hatte ich schon um die 35 Operationen.“ ▶

WILLKOMMEN IN MEINEM GEHIRN!

BIN ICH SCHLAUER ALS Günther Jauch?

LIVE AM 15.11. | FR | 20:15





Die Idee für das Semikolon-Tattoo kam Ronja, als sie von der Bewegung „Project Semicolon“ in den USA las. Die Bewegung wendet sich mit dem Zeichen an gefährdete Menschen

Suse: „Es ist nicht einfach für sie, körperlich behindert zu sein. Sie will nicht bemitleidet werden.“

Ronja: „Jedes Paar der orthopädischen Schuhe kostet Hunderte Euro, manchmal sogar 1000 Euro. Meine Behinderung kann man von außen nur erahnen, mittlerweile sieht es aus wie ein leichtes Humpeln. Trotzdem beschäftigt mich häufig eher das, was ich nicht mehr machen kann. Ganz schlimm ist es, wenn ich sehe, wie jemand der Bahn hinterherläuft und

schnell laufen kann. Das belastet mich schon.“

Kathi: „Am Anfang hat sie sich immer entschuldigt, wenn sie Hilfe brauchte. Bis das mal selbstverständlich wurde, hat es ein paar Jahre gedauert. Ich habe ihr gesagt: Es ist doch kein Problem, ich habe halt zwei funktionierende Beine.“

Ronja: „Was tut mir gut? Fingernägel lackieren, weil man sich konzentrieren muss. Oder gestern, da war ich beim Handballgucken. Und Kathi hatte einen Schlüssel für die Wohnung und war schon bei mir, als ich nach Hause kam. Sie hat gekocht und Sekt gekauft. So was freut mich. Und ich gehe supergerne in die Sauna, Wärme tut mir gut. Gegen die Schmerzen. Ich kann aber nicht alleine hin, weil der Boden rutschig ist. Tatsächlich hat sich die Aufmerksamkeit für kleine Dinge geschärft: Der Frühling kommt, und man hört die Vögel zwitschern.“

Suse: „Sie ist weniger streng mit sich, kann sich besser einschätzen. Bei Prüfungen hat sie um Hilfe gebeten. Das ist ein sehr gutes Zeichen.“

Ronja: „Ich nehme jetzt jeden Tag Antidepressiva. Und ich glaube, ich habe einen kaputten Endorphin-haushalt, meine Gehirnströme, Synapsen, irgendwas ist da falsch geschaltet. Ich erinnere mich an schlechte Dinge länger als an gute. Und wenn ich mich freue, dann völlig übertrieben. Es ist wie bei einem Topf. Der Deckel ist meistens drauf, manchmal springt er hoch, wie beim Überkochen. Und dann ist er sehr schnell wieder drauf.“

Vater: „Sie macht mir heute einen zufriedeneren Eindruck. Aber ich zucke noch immer zusammen, wenn ihre Mutter zu ungewöhnlichen Zeiten anruft. Oder wenn Ronja anruft. Ich gehe immer ran, egal zu welcher Uhrzeit.“

Ronja: „Ich kann schwer sagen, was mir rückblickend geholfen hätte. Vielleicht hätte es mir geholfen, schulischen Druck herauszunehmen. Und ich hätte nicht nur mehreren Menschen Bruchteile erzählen, sondern mit einem über alles reden sollen. Die Entscheidung, sich umzubringen, ohne offensiv Hilfe geholt zu haben, ist dämlich.“

IHRE GEDANKEN KREISEN UM DAS THEMA SUIZID?

Oder Sie kennen jemanden, dem es so geht?

Hilfe bietet die Telefonseelsorge.

Sie ist anonym, kostenlos und rund um die Uhr unter 0800/1110 111 und 0800/1110 222 erreichbar. Auch eine Beratung über

E-Mail ist möglich (nach Anmeldung über die Website www.telefonseelsorge.de).

Eine Liste mit bundesweiten Hilfsstellen ist auf der Seite der Deutschen

Gesellschaft für Suizidprävention abrufbar: www.suizidprophylaxe.de

Suse: „Das Wichtigste ist, dass man sich einer Person anvertraut und auch zugibt, dass das Leben außer Kontrolle und scheiße ist. Ronja hat das damals nicht gemacht.“

Ronja: „Das Problem ist, dass es in Deutschland nicht genügend Hilfe gibt: nicht genug Schulen, die präventiv arbeiten, nicht genug Einrichtungen für Jugendliche und viel zu wenig soziale Arbeit in dem ganzen Bereich.“

Becker: „Es muss sachlich und unaufgeregt über das Thema gesprochen werden, auch mit Jugendlichen. Letztes Jahr gab es dazu eine schöne Themensendung in der ‚Sendung mit der Maus‘. In der wurde erklärt, dass auch die Seele krank werden kann. Sie wird aber auch wieder gesund. Die Sendung hat vielen Eltern geholfen, mit ihren Kindern über ihre eigene Erkrankung sprechen zu können. Man kann psychische Störungen sehr gut behandeln, besser als viele körperliche Erkrankungen. Einmal psychisch krank, immer psychisch krank – das stimmt so nicht.“

Ronja: „Meine Therapeutin hat mich letztens gefragt, was mir am Leben gefällt. Wo will ich in fünf Jahren sein. Ich finde das schwierig. Ich will keine Kinder, ich halte heiraten eher für Quatsch. Ich stelle mir auch nicht meinen Traumjob vor, weil ich dann Angst bekomme, ihn nicht zu kriegen. Ich muss gucken, dass es mir jetzt gut geht. Es ist egal, was in zehn Jahren oder noch später ist. Was würde mir gefallen? Vielleicht entspannt am See mit einer Katze sitzen und den Sonnenuntergang anschauen.“

Becker: „Erfolgreich war eine Therapie, wenn der Jugendliche das Gefühl hat: Ich habe einen guten Kopf auf meinen Schultern, und Probleme kann ich lösen. Krisen gehören zum Leben. Aus ihnen kann man gestärkt hervorgehen.“

Kathi: „Ronja ist viel ruhiger geworden, bedachter. Davor war sie viel aufgedrehter. Ich finde sie heute so stark, wie sie niemals zuvor war. Es gab eine lange Zeit, in der ich für sie da war. Mittlerweile funktioniert es aber auch wieder andersrum. Sie ist genauso oft für mich da. Sie kann das wieder. Darüber freue ich mich sehr.“

Ronja: „Ob ich dankbar bin, dass ich lebe? Doofe Frage, finde ich. Dankbar ist man, wenn einem etwas Gutes passiert. Ich wäre nicht dankbar, wenn ich jetzt auf einmal sterbe. Ich habe viel gewonnen, aber auch viel verloren. Es ist in Ordnung so.“ ✖