

## «Mama hat die Traurigkeitskrankheit»

Das Kino Lichtspiele in Olten war an diesem regnerischen und kalten Sonntagmorgen bis zum letzten Platz besetzt. Das Solothurner Bündnis gegen Depression und die Kontaktstelle Selbsthilfe zeigten im Rahmen der Aktionstage psychische Gesundheit Kanton Solothurn den Film «Looking like my mother».

Der Regisseurin gelang es, zu zeigen, wie es sich für sie anfühlte, mit einer Mutter aufzuwachsen, die an schweren Depressionen litt. Die absolute Sprachlosigkeit in der Familie im Film war erdrückend. So tat es gut, den Bildern und den Aussagen des Films in der anschließenden dialogischen Diskussion Worte zu geben.

Auf dem Podium begrüßte Moderator Daniel Göring drei Menschen, die aus unterschiedlichen Perspektiven über ihre Erfahrung mit einer psychischen Erkrankung berichteten: Als Betroffene, als Angehörige und als Fachperson.

Die Depressions-Betroffene ist Mutter von drei schulpflichtigen Kindern. Sie wurde vor ein paar Jahren von starken Depressionen erfasst, war mehrmals zur Behandlung in einer Klinik. Heute arbeitet sie als Genesungsbegleiterin. Offen erzählte sie über ihre Zeit der Erkrankung und wie sie ganz bewusst versuchte, kein Geheimnis aus ihrer Situation zu machen.

In der Familie suchten sie mit den Kindern nach Worten und irgendeinmal war klar: «Mama hat die Traurigkeitskrankheit.»

«Mein eigenes Leben weiterleben», so die Aussage der Angehörigen, sie ist Mutter von erwachsenen Töchtern, die psychisch erkrankt sind. Es sei ein langer Weg, der gemeinsam gegangen werden müsse, um trotz Widrigkeiten der Krankheit das Verbindende zueinander und im Leben wieder zu sehen.

Eine Depression sei nicht wie ein Beinbruch, der nur an einem Teil des Körpers schmerze. Eine Depression sei eine Krankheit, die den ganzen Menschen erfasse, meinte die Fachperson, die lange Jahre in der Pharmaindustrie zu psychischen Krankheiten forschte.

In der Diskussion mit dem Publikum wurde die Situation von psychisch kranken Männern und Frauen in der Arbeitswelt angesprochen: Die Stigmatisierung im Betrieb sei ein grosses Thema.

Die Teilnehmenden des dialogischen Podiumsgesprächs erläuterten dem Publikum, welchen Umgang sie mit und welche Wege sie aus der Depression gefunden hätten, und mit diesen Erfahrungen entliess die Filmmatinee die Besucher hoffnungsvoll in den Sonntagnachmittag.