

Das Positive im Leben sehen

Anlass der Vereinigung der Angehörigen von psychisch Kranken (VASK) in Wohlen

Am Sonntag war es wieder so weit – die Vereinigung der Angehörigen von psychisch Kranken (VASK) organisierte in Wohlen die Kinomatinee mit dem Spielfilm «Good Will Hunting». Die Hauptfigur im Film kann vielen als Vorbild dienen.

Der Film handelt von einem Jungen mit aussergewöhnlichen Fähigkeiten – Will Hunting. Er ist in Pflegefamilien aufgewachsen, wo er körperlich misshandelt wurde. Im Verlauf der Geschichte lernt er aber, sich den Herausforderungen im Leben zu stellen, statt ihnen auszuweichen, und er beginnt über sich hinauszuwachsen. Obwohl er sich lange weigert, aus Angst vor Verletzungen, schafft er es trotzdem, seine aussergewöhnlichen Fähigkeiten auszuschöpfen und sein Leben neu zu gestalten.

Im Film wird eindrücklich gezeigt, wie es Menschen gelingen kann, aus ihren belastenden Lebensmustern auszubrechen und sich auf das Neue im Leben zu fokussieren. Er macht



Marie-Theres Keller ist Vorstandsmitglied der VASK und leitet zudem die Selbsthilfegruppe in Wohlen.

Bild: rul

Mut, indem er einem zeigt, dass es doch möglich ist, eine schwierige Vergangenheit zu überwinden und sich

im Leben neu zu orientieren. Doch das ist leichter gesagt als getan, nicht wahr?

«Laut einer Studie sind 4 Prozent der Bevölkerung stark psychisch belastet, 13 Prozent mittelstark. Dabei sind es nicht nur die Betroffenen, die an ihrer psychischen Krankheit leiden, sondern oft auch ihre Angehörigen», erzählt Marie-Theres Keller, Leiterin des VASK-Forums. Dabei liegt die Wurzel der Krankheit oft in der Vergangenheit eines Menschen, weshalb es enorm wichtig ist, sich mit dieser auseinanderzusetzen und sie zu akzeptieren. Es wird Zeit, das Positive im Leben zu sehen, auch wenn man es oft nicht auf den ersten Blick erkennen kann. Solche Schicksalsschläge gehören einfach zum Leben dazu.

Universalrezepte gibt es keine

«Es ist enorm wichtig, sich die richtige Frage im Leben zu stellen», betont Keller. Besonders für junge Leute ist es wichtig, zu wissen, was man will. Dabei soll man seinem Herzen folgen und das Ziel nie aus den Augen verlieren. Wie Walt Disney bereits sagte: «Alle Träume können wahr werden, wenn wir den Mut haben, ihnen zu

folgen.» Ein Universalrezept, wie man das erreicht, gibt es leider nicht – es ist von Mensch zu Mensch verschieden.

Eigene Fehler akzeptieren

Was psychisch belastete Menschen allerdings gemeinsam haben, ist die Angst davor, zu scheitern oder verletzt zu werden. Um diese Angst zu überwinden, braucht es viel Geduld, Liebe, aber auch Härte und Verständnis – nicht nur für die Betroffenen, sondern auch für die der Angehörigen. Mithilfe von fachlicher Unterstützung, einer gesunden Einstellung und einem unterstützenden Umfeld ist es jedoch möglich, einen neuen Weg einzuschlagen.

Man muss lernen, seine Fehler zu akzeptieren – wenn man ehrlich ist, haben wir sie doch alle. Schliesslich sind es die kleinen Schwächen, die den Menschen sympathisch machen.

Wer Gefallen am Film hatte, muss sich noch ein bisschen gedulden bis zum nächsten VASK-Kinoanlass. Mitte Oktober wird, wieder im Kino Rex, «Helene» aufgeführt. --rul