In: SeelenLaute [Völklingen], 2024, Nr. 66/67, S. 2

Franz-Josef Wagner mit Cornelia Schäfer: »Hinfallen, Aufstehen, Weitergehen – Recovery durch Selbsthilfe«

Rezension von Peter Lehmann (Gastbeitrag)

Den Autor und Selbsthilfeaktivist Franz-Josef Wagner (geb. 1955, Wohnort Trier) kenne ich seit den 1990er-Jahren und schätze ihn unter anderem wegen seines Muts, sich an Probleme heranzuwagen, um die andere einen Bogen machen. Jetzt hat er, unterstützt von der Journalistin Cornelia Schäfer und ergänzt um Stimmen von WeggefährtInnen in kurzen Einschüben, ein Buch darüber geschrieben, wie er zu dem wurde, der er heute ist. Wer nun befürchtet, es handele sich um eine selbstgefällige Nabelschau oder die unkritische Leidensgeschichte eines »psychisch Kranken«, liegt komplett falsch. Vorweg: Es ist nicht nur ein Buch für Psychiatriebetroffene. Auch für andere trägt es eine hoffnungsvolle Botschaft: Wer übel stürzt, immer wieder, kann aufstehen, immer wieder. Jedenfalls meistens. Und gewinnt dabei sogar etwas hinzu: eine andere Perspektive auf die Welt.

Franz-Josef Wagner geht immer weiter – trotz psychotischer Phasen, bei deren Herannahen er zur Behandlung in die ihm vertraute Station einer psychiatrischen Klinik geht, um nach überstandener Krise sein ihn mittlerweile erfüllendes Leben weiterzuführen und im Selbsthilfebereich aktiv zu bleiben: im Bundesnetzwerk Selbsthilfe seelische Gesundheit (NetzG), bei der Aktion Psychisch Kranke, dem Deutschen Zentrum für Psychische Gesundheit und an weiteren Stellen. Für all sein bürgerschaftliches Engagement erhielt er den Brückenpreis des Landes Rheinland-Pfalz.

Der Autor wuchs in der Eifel als ältester Sohn einer einfachen Bauernfamilie auf. Er überstand eine Kinderlähmung, war Messdiener in der katholischen Kirche, spielte im Fußballverein. FJW absolvierte nach der Volksschule eine Lehre als Landmaschinenmechaniker, ging über den zweiten Bildungsweg, schloss sowohl das Studium des Landmaschinenbaus ab wie auch später das der Betriebswirtschaftslehre. Er schildert, wie er seine Ehefrau aus »besserem Hause« kennenlernte, wie er beruflich Karriere machte, wie er sich (vergeblich) abmühte, von seinem reichen Schwiegervater trotz seiner kleinbäuerlichen Herkunft anerkannt zu werden, wie seine Berufskarriere und dann auch seine Ehe den Bach runtergingen. Wie er verwahrloste, verrückt wurde, mit der Ferndiagnose »Schizophrenie« in der Psychiatrie landete und wie seine Frau und seine Kinder sich von dem »Irren« abwandten – bis heute, laut Buch.

Glücklicherweise schlug die psychiatrische Behandlung mit hochdosierten Neuroleptika fehl, sein Lebenswille blieb ungebrochen. Er rappelte sich wieder auf, fand Freundschaften in Selbsthilfegruppen. Sein Organisationstalent, seine Verbindlichkeit und seine Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, ließen ihn seinen Weg in der Selbsthilfebewegung gehen, nachzulesen in seinen reflektierten Worten. Wie viele andere machte auch er die Erfahrung, dass die »Bewegung« – wie in anderen gesellschaftlichen Bereichen – zerstritten ist, oft durchsetzt von Machtkämpfen, Missgunst und fehlendem Anstand. Auch aus diesen Erfahrungen ging er gestärkt hervor, wie er auch die Ausgrenzung aus seiner Wahlfamilie, die psychiatrische Intensivbehandlung und die unerwünschten Wirkungen der Neuroleptika inklusive ihrer suizidalen Eigenwirkung überstand.

Recovery (Erholung, Gesundung), Achtsamkeit, Empowerment: Das sind die Schlagworte, die zu diesem in Ich-Form geschriebenen selbstkritischen Buch passen. Und die Übernahme von Verantwortung und Selbstverantwortung, was zum Lebensmotto des Autors wurde. In meinem Regal steht sein Buch gleich neben Kerstin Kempkers »Mitgift – Notizen vom Verschwinden«, ein ebenso schonungsloser Bericht mit derselben Botschaft, dass man, selbst wenn man ganz tief unten ist, noch die Chance hat, dem von der Mainstreampsychiatrie vorgezeichneten Chronikerdasein zu entkommen. Kart., 144 Seiten, ISBN 978-3-96605-226-9. Paranus im Psychiatrieverlag 2024, 20 €