

Mein Leben ist wieder wunderbar, gut und sinnvoll

Nicht einmal Psychiater haben bemerkt, dass er kifft. Auch seine Eltern konnte er raffiniert täuschen, wenn er Geld für einen Rausch brauchte. Doch vor allem täuschte er sich selbst.

Bild & Text: Christel Müller

Freudestrahlend berichtet Marc-André aus Schaffhausen seiner Therapeutin, dass heute die Anmeldebestätigung für sein Studium in Kalifornien eingetroffen ist. In gut zwei Monaten wird er in Santa Barbara Biotechnologie studieren, ein Höhepunkt im Leben des 22-Jährigen, von dem er noch im Frühling vergangenen Jahres weit entfernt war.

Es begann bereits im Kindergarten, als er in sich etwas Revoltierendes spürte. Er lag nicht auf gleicher Wellenlänge mit den Spielgefährten, fühlte in sich etwas Eigenes, Persönliches das zum Massstab für sein Handeln wurde. Einige Jahre später stellte er sich in der Schule die Frage „Wer soll ich sein?“ und sah im Bildungswesen eine Maschine, aus der nach angemessener Bearbeitung standardisierte Arbeiter plumpsten. „Was ist mein Weg, womit soll ich mich identifizieren, wie mit den gesellschaftlichen Anforderungen umgehen – diese Fragen haben mich geprägt“, denkt Marc-André an die Zeit zurück, als er nicht gewillt war, eben jene Fragen missachtend, den genormten Weg zu gehen. In ihm wuchsen die Zweifel, den Erwartungen seiner Umwelt gerecht werden zu können; trotzdem musste und wollte er „etwas“ sein, aber was genau und wie? Seine ausgeprägte Phantasie war da nicht hilfreich. Er begann, sich gedanklich abzuschotten, wollte dem sich teilweise selbst auferlegten Riesendruck entkommen und begann mit vierzehn dummerweise zu kifften. „Es dämpfte meine negativen Empfindungen“, erklärt Marc-André heute seinen Start in die Fluchtwelt des Cannabis.

DREIMAL

DIE SCHULE ABGEBROCHEN

Seine Eltern hätten sich stets liebevoll um ihn gekümmert. „Sie haben lange nicht gewusst, dass ich kiffte. Ich habe das Geld, das mir meine Mutter für Essen oder Kleidung mitgab, oft für Cannabis ausgegeben. Auf kriminelle Art und Weise habe ich mir nie etwas beschafft.“ Diese Worte nimmt man dem jungen Mann sofort ab. Marc-André scheiterte immer wieder mangels motivierender Perspektiven. Er fand keine Lebensmotivation



Der Schaffhauser Marc-André beim Abschlussgespräch mit seiner Therapeutin, Hanna Hänseler. Das Leben des 22-Jährigen hat dank eines intensiven Neurofeedback-Trainings eine tiefgreifende Wende erfahren.

in der Gesellschaft, so wie er sie sah, war lustlos, sah sich in einem System gefangen, das geprägt war von wirtschaftlichen und nicht menschlich orientierten Werten. Dreimal hat er die Schule abgebrochen und mit 21 doch noch seine Matura an der Academia Engiadina gemacht. Obwohl er kiffte, machte er schulischen Fortschritt, der persönliche Erfolg blieb jedoch lange unerfüllt. Aus all dem Wirrwarr in Kopf und Körper wollte er eines Tages sogar durch Selbstmord flüchten. Und noch immer hatte kein Psychiater bemerkt, dass er kifft...

„Ich war schliesslich an einem Punkt angelangt, an dem ich mein Wesen völlig verloren hatte. Als mir das eines Tages bewusst wurde, wollte ich sofort etwas ändern“, beschreibt Marc-André den Klick für einen Neubeginn. Anfang vergang-

enen Jahres bei einer Berufsberatung mit Persönlichkeitstest hörte er dann erstmals von der Behandlung mit Neurofeedback und organisierte auch gleich eine erste Sitzung in der Bülacher Praxis bei Hanna Hänseler. Dort wurde als erstes eine präzise Diagnose erstellt, und zwar mit der relativ neuen Methode QEEG (quantitatives EEG mit evozierten Potenzialen). Diese gibt klare Hinweise, wo genau das Gehirn Probleme hat. Kiffer haben zum Beispiel frontal und zentral meist verlangsamte Hirnwellen, die im QEEG eindeutig sichtbar sind und mit Neurofeedback normalisiert werden können.

AUS EINEM NEBEL WIEDER ZURÜCKGEFÜHRT

„Die ersten Therapiestunden habe ich als sehr starkes Erlebnis in Erinnerung. Vor dem

Neurofeedback ging ich im Ozean meiner Empfindungen fast unter. Doch schon nach wenigen Sitzungen haben sich die Wogen geglättet und Platz gemacht für eine ruhige Sicht auf das Wesentliche, in dem unter anderem Cannabis keinen Platz mehr hat“, bebildert Marc-André seine Erfahrung. – Durch Neurofeedback ist es ganz ohne Medikamente gelungen, einen jungen Menschen aus einer absoluten Sinnkrise langsam wieder zu dem guten Sein zurückzuführen, das er wirklich ist. Jetzt hat Marc-André wieder Ideen und Visionen, und er – sowie auch seine Eltern – sind von einer Last befreit. Er hat einen neuen Zugang zu sich gefunden und wieder Vertrauen zu sich selbst entwickelt. Und er möchte jedem Jugendlichen die Botschaft mitgeben: „Das Leben ist gut, sinnvoll und wunderbar, aber es liegt an dir, es zu erkennen.“

WAS IST NEUROFEEDBACK?

Durch das wissenschaftlich anerkannte computergestützte Gehirnwellentherapie Neurofeedback lernt das Gehirn relativ schnell, jene Hirnwellen zu produzieren, welche Voraussetzung für eine entspannte Aufmerksamkeit, für Kreativität und für Spitzenleistung sind. Hirnwellen, welche Ängste, Depressionen und Stressgefühle bewirken, können gleichzeitig reduziert werden. Ein Neurofeedback-Training ist nachhaltig, hat keine Nebenwirkungen und wird bereits von mehreren Krankenkassen über die Zusatzversicherung übernommen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Hanna Hänseler unter info@source-connection.ch, Telefon 044 862 48 78 oder auf der Webseite www.source-connection.ch.