

Ab jetzt heißt es anders wachsen

Online-Kongress „Aphasie 4.3“ thematisiert Traumatisierungen durch Sprachverlust

Plötzlich gibt es nichts mehr, überhaupt gar nichts mehr, worauf man sich ganz doll freuen würde: Menschen, die aufgrund eines Schlaganfalls oder eines Schädel-Hirn-Traumas plötzlich nicht mehr sprechen können, laufen Gefahr, in tiefe Depressionen zu versinken. Dieser Aspekt der Erkrankung „Aphasie“ stand im Mittelpunkt des diesjährigen Online-Kongresses „Aphasie 4.3“ des Zentrums für Aphasie & Schlaganfall Unterfranken (AZU). Der fand vom 24. bis 26. März mit über 450 Teilnehmerinnen und Teilnehmern statt.

Selbst Menschen, die einst wie ein Wasserfall reden konnten, sind nach einem Schlaganfall oft nicht mehr im Stande, auch nur ein einziges Wort herauszubringen. „Das ist eine traumatisierende Erfahrung“, so der Aachener Neurologe Walter Huber. Über den Schock und die Trauer nach dem Verlust der Sprache tauschten sich am zweiten Kongresstag Expertinnen und Experten aus. Am dritten Kongresstag fand ein Gespräch mit Betroffenen statt. Moderiert wurden beide Veranstaltungen von den jungen Aphasikern Matthias Beck und Marina Fraas.

Etwas sagen wollen, und dazu nicht im Stande sein, mitreden wollen und keine Worte finden - das fühlt sich fast wie eine persönliche Niederlage an. Und nagt massiv am Selbstwertgefühl. „Es war für mich wirklich ganz furchtbar, dass ich plötzlich nicht mehr sprechen und lesen konnte“, bekannte Annett im Sonntagsforum. Nur etwas gab es, das für sie noch schwieriger zu bewältigen war, so die Informatiklehrerin, die vor zwölf Jahren nach einem Aneurysma aphasisch wurde: „Viele Freundinnen sind von mir gegangen.“ Dieses Erlebnis haben etliche Aphasiker hinter sich. „Durch die Aphasie lernt man, was echte Freunde sind“, erklärte Mara, die bereits im Alter von 14 Jahren betroffen war.

Auch Maras Verlobter Jörn weiß, wie das ist, wenn man eines Tages aufwacht und kein Sterbenswort mehr sagen kann. Zwei Tage hatte Jörn im Koma gelegen: „Ich war dem Tod nahe.“ Mit intensiven Therapien kämpft er sich bis heute zurück ins Leben. Wie anstrengend das ist, bestätigt Matthias Beck. Manchmal halte man es vor Ungeduld schier nicht mehr aus. „Auch ich wurde nach einem Dreivierteljahr, als es mir immer noch nicht gut ging, nervös, und hab schließlich beim Neurologen Rotz und Wasser geheult“, bestätigte Thomas Loch. Durch sein Engagement in der Aphasie-Selbsthilfe und durch Psychopharmaka geht es dem 61-Jährigen inzwischen deutlich besser.

Als Mensch mit Behinderung muss man ziemlich cool sein. Oder versuchen, es zu werden. Denn wie die Umwelt reagiert, traumatisiert zusätzlich. Davon berichtete die aphasische Psychologin Marina Fraas in beiden Foren: „In meiner Ausbildung bin ich häufig gekränkt worden, überhaupt habe ich mich richtig diskriminiert gefühlt in der Gesellschaft.“ Durch Psychotherapie sei es ihr gelungen, selbstbewusst zu werden und sich zu wehren. Wie notwendig dies ist, unterstrich Matthias

Beck. Auch er entschied sich irgendwann, selbstbewusst zu kämpfen: „Ich hab mir gesagt, du wirst jetzt entweder ein Statist in einem Zombie-Film, oder du kriegst dein Leben wieder auf die Reihe.“

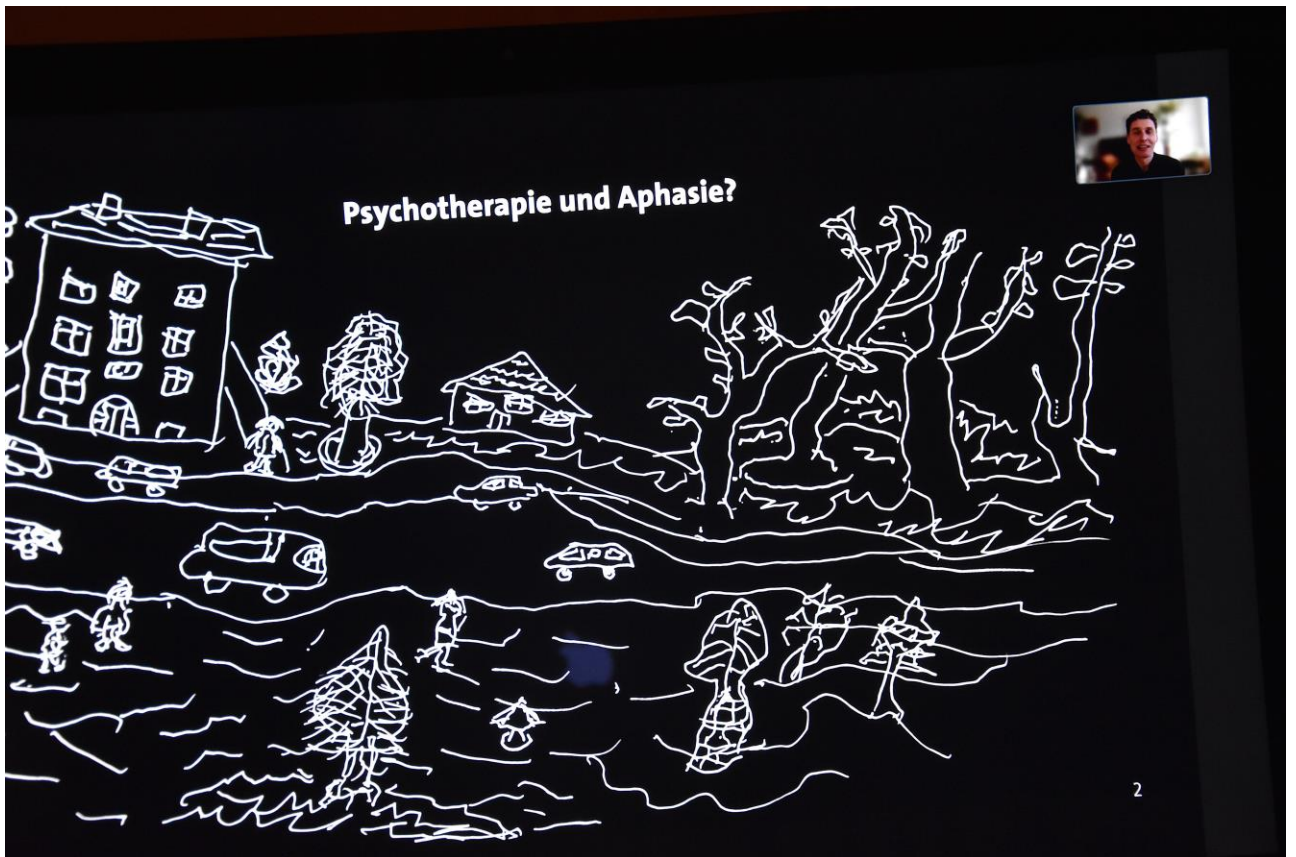
Marina Fraas hat als selbst betroffene Psychologin gegenüber ihren Kollegen den großen Vorteil, dass sie aus dem reichen Fonds ihrer persönlichen Erfahrungen schöpfen kann. Wer weiß, vielleicht gelingt es ihr dadurch sogar, eine eigene Psychotherapie für Aphasiker zu entwickeln? Diese Frage warf Benjamin Stahl, Professor für klinische Psychologie in Berlin, auf. Noch stehen ihm zufolge jedoch Antworten auf die Frage aus, ob und inwieweit Psychotherapie bei Aphasie helfen kann. Grundsätzlich gelinge es, psychisches Leid durch Gespräche zu lindern. Sprachliche Schwierigkeiten könnten durch den Einbezug von Bildern in die Psychotherapie überwunden werden.

Wie viel seelisches Leid es verursacht, aufgrund einer Aphasie plötzlich Outsider respektive Outsiderin zu werden, weiß Benjamin Stahl durch viele psychotherapeutische Sitzungen, die er schon mit aphasischen Menschen hatte. „Nach einem Schlaganfall schließen sich viele Türen“, bestätigt er. Lebenspläne werden zerschlagen, seelische Wachstumsprozesse unterbrochen. Es gelte, fortan „anders zu wachsen“. In der Psychotherapie könnten entsprechende Möglichkeiten ausgelotet werden, so der Wissenschaftler, der im Herbst in Berlin eine erste Forschungsambulanz für Psychotherapie bei Aphasie eröffnen wird.

Verkannt wird oft, dass gerade Menschen, die nicht sprechen können, ein reiches Innenleben haben. Karina Lønborg, Sprachheilpädagogin aus Dänemark, ist das bewusst. In ihrer Sprachtherapie geht es denn auch nicht nur darum, Wörter oder Grammatik zu üben. „Es ist wichtig, zu spüren, dass da ein Mensch ist, der in einer Krise steckt“, betonte sie. Häufig sieht Karina Lønborg Probleme mit der Identifikation: „Nach der Aphasie taucht die Frage auf, wer man denn nun als Mensch eigentlich ist.“ Früher sei man vielleicht der Witzigste in jeder Runde gewesen. Oder jemand, der bei Problemen immer gefragt wurde. Plötzlich fragt niemand mehr. Und niemand lädt mehr ein.

Nach einem Schlaganfall neu die eigene Sprache lernen zu müssen, ist etwas grundlegend anderes, als sich Englisch, Polnisch oder Spanisch anzueignen. „Es ist frustrierend, ein Wort, das man sein Leben lang ohne nachzudenken verwendet hat, nicht mehr aussprechen zu können“, so Franz Miller, Musiktherapeut aus Oberbayern. In der von ihm 2008 gegründeten Musiktherapiepraxis hat sich Miller der Sprachförderung mit Musik verschrieben. Sein Konzept VOcADrUM, das er bei „Aphasie 4.3“ vorstellte, basiert auf Vokaltrommeln. Miller übt mit Silben, die, zusammengesetzt, keine sinnvollen Wörter und Sätze ergeben. Eben um Patienten Frust zu ersparen.

1_Über die Notwendigkeit von Psychotherapie bei Aphasie referierte der Berliner Psychotherapie-Experte Benjamin Stahl (rechts oben im Bild). Fotos: Zentrum für Aphasie & Schlaganfall Unterfranken



2_3_Musiktherapeut Franz Miller stellte sein Konzept VOcADrUM zur Sprachförderung mit Musik vor.



4_Die Teilnehmer am Online-Kongress „Aphasie 4.3“ nutzten gerne die Chat-Funktion zur Kommunikation mit den Referenten.

