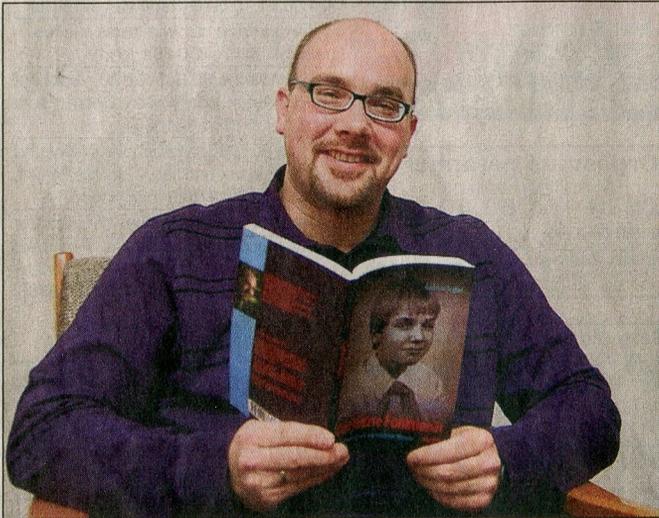


Andreas Rothe verarbeitet Erfahrungen mit Krankheit beim Schreiben - heute als Familientherapeut selbstständig

Bücherschreiben als Therapie gegen Depression



Der Zwickauer Andreas Rothe hat seine Depressionen und seine Kindheit als Sohn eines Stasi-Mitarbeiters in einem Buch verarbeitet.

Foto: Claudia Drescher

Zwickau (ld). Er hat immer perfekt funktioniert, sich mehr um andere als sich selbst gekümmert. Doch plötzlich war der Akku leer, Andreas Rothe erlitt einen Nervenzusammenbruch. „Es war ein Tag, der kommen musste“ erinnert sich der Zwickauer. Zwar arbeitete er als Leiter mehrerer Heimeinrichtungen, war also eigentlich vom Fach und hätte die Anzeichen sehen können. „Aber man denkt ja immer, einen selbst trifft es nicht.“ Die Diagnose: Depression. Eine Auszeit reicht nicht, schließlich folgen neun Wochen Klinik und eine eigene Form der Selbsttherapie. „Ich habe viele Erkennt-

nisse über mich durch Schreiben gewonnen“, erzählt der 35-Jährige. Doch statt seine niedergeschriebenen Gedanken wegzuschließen, veröffentlicht er seine „Gedichte aus der Anstalt“ im Selbstverlag. „Danach musste ich mich nicht mehr verstecken.“ In dieser schweren Zeit entstehen auch die ersten Fragmente für einen Roman, in dem der Sozialpädagoge seine Kindheit als Sohn eines Stasi-Mitarbeiters verarbeitet. „Der letzte Funktionär“ ist die Geschichte eines DDR-Vorzeigekindes, das die Wende äußerlich zwar verkraftet, innerlich jedoch nicht bewältigt hat. „Und das trifft ja nicht nur auf

mich zu. Es stellt sich für viele die Frage, wie diese Kindheit und Jugend das eigene Leben prägen.“

Inzwischen hat er sich als Familientherapeut selbstständig gemacht. Ein Weg, der nicht ohne Risiko ist. „Aber für mich ist das vor allem befreiend.“ Als geheilt will sich der Vater zweier Kinder nicht bezeichnen, viel mehr habe er seine Depression angenommen als Schutzmechanismus, der ihn vor erneuter Überlastung schützt. In aller Ruhe sitzt er nun am nächsten Buchprojekt: Der leidenschaftliche Fußballspieler arbeitet an einer Chronik über den ESV Lok seit 1929.