

2 € davon 1 €
für den/die
Verkäufer/in

DIE ERSTE ÖSTERREICHISCHE BOULEVARDZEITUNG

Bitte kaufen
Sie nur bei
AUGUSTIN-
KolporteurInnen,
die sichtbar
ihren Ausweis
tragen!

AUGUSTIN

www.augustin.or.at

NUMMER 250 8.4. - 21.4.09

«GÜNSTIGE» SUPERMARKTWAREN BLUTEN

**HIER
TIEFSTPREISE,
DORT
TIEFSTWUNDEN**

Seite 5



4 2 0 0 0 0 6 2 0 0

BEI DEN «KLEINEN BRÜDERN VOM LAMM»

JESUS BETTELTE AUCH

Seite 8-9

WIENER ORIGINAL MIT WARNWESTE

DIE STIMMENHÖRERIN

Seite 14-15



AUF TV-KANAL
OKTO



ORANGE 94.0

RADIO AUGUSTIN

Mo und Fr 15.00-16.00 Uhr
auf Orange 94.0, dem
Freien Radio in Wien.
UPC Telekabel 92.7
Live-Stream www.o94.at

Nur wenige leben wie Monika Mikus im Einklang mit ihrer «Diagnose»

Die Stimmenhörererin von Wien

Kaum einer, der in Wien Veranstaltungen zu psychiatrischen oder (para-)psychologischen Themen besucht, hat sie noch nicht gesehen, die Frau in der gelben Warnweste mit der Aufschrift «www.stimmenhoeren.info». Doch wer ist Monika Mikus, und was macht sie zur «Psychiatrie-Aktivistin»? Versuch einer Annäherung.

Warnweste und orange Kappe sind Teil einer «Aufklärungskampagne», die Monika Mikus (66) seit ca. drei Jahren betreibt – eine Kampagne in eigener Sache, denn Mikus ist Stimmenhörererin und kämpft als solche um gesellschaftliche Anerkennung. Sie tut dies nicht nur für sich, sondern für jene 3 bis 5 Prozent der Bevölkerung, die Stimmen hören, «ohne krank zu sein» (Thomas Bock, Vorstand des Netzwerks Stimmenhören e.V.). Unterstützung erhält sie unter anderem von Ärzten aus dem Wiener AKH, die sie zu Vorträgen einladen, bei denen sie ihr Info-Material an die Profis verteilt. Hauptziel der selbst ernannten «Psychiatrie-Aktivistin» ist die Abschaffung des «schädlichen Schizophreniekonzepts» (Marius Romme, Prof. em. für Soziale Psychiatrie der Universität Maastricht, Gründer der internationalen Stimmenhörererbewegung). Als Stimmenhörererin wirbt sie für Toleranz und mehr Verständnis für Andersartigkeit.

Der Ausgangspunkt für Mikus' Engagement liegt mehr als 25 Jahre zurück. 1982 führt sie das Leben einer verheirateten Frau mit zwei Kindern. Die Ehe kriselt bereits, als sie gemeinsam mit ihrem Mann beim «Tischerlrücken» beginnt, die Geister Verstorbener zu beschwören. Während der Mann sich rasch wieder distanziert, holt sich die von Haus aus religiös veranlagte Frau weiterhin Rat bei den Geistern und

erhält erste Botschaften ihres «lieben, verstorbenen Stiefvaters». Die Scheidung wird für Mikus zum Auslöser massiver Existenzängste – Ängste, die sie nicht mehr alleine bewältigen kann. Die Rückkehr in die Wohnung der Mutter mit den Söhnen ist die Folge. Mikus, die auch hier ihrer spiritistischen Praxis nachgeht, wird nun immer häufiger im Alltag von den Stimmen besucht, die ihr sagen: «Bring deine Mutter um, dann bist du deine Sorgen los.» Sie wird panisch, setzt Kopfhörer auf und will

die Stimme durch laute Musik über-tönen. Zusätzlich tauchen vermehrt magische Visionen auf. So ist sich Mikus sicher, mit dem neu gekauften Taschenrechner ganz besondere Dinge berechnen zu können.

Therapie oder Exorzismus?

Als der Mutter die «Eskapaden» der Tochter zu viel werden, ruft sie die Rettung – Mikus' «Psychiatrie-Karriere» nimmt ihren Lauf. Bald nach der Entlassung folgt die Einstellung

auf hochpotente Psychopharmaka durch einen niedergelassenen Psychiater. Die Stimmen verschwinden, mit ihnen die Lebensenergie der Tochter. Zwei Jahre vergehen für sie wie in Trance, bevor ein anderer Arzt sie medikamentös umstellt. Obwohl sich die Zeiten geändert haben und inzwischen Medikamente mit weniger Nebenwirkungen entwickelt wurden, zeigt sich Mikus bis heute ablehnend gegenüber Versuchen, ihr die Stimmen «pharmakologisch auszutreiben». Dies hat nicht zuletzt mit ihrer eigenen Interpretation «ihrer Stimme» zu tun.

«Du darfst mich Adonis nennen», stellt sich ihr männlicher Begleiter 1999 bei ihr vor. Und noch mehr: Er gesteht ihr, dass er es war, der von Anfang an zu ihr gesprochen hat ... auch in der Psychose. Was für die meisten Psychiater untrennbar zusammenhängt – Psychose und Stimmenhören –, sind für Mikus zwei Paar Schuhe. «Ich weiß, dass ich die Neigung zur Psychose habe», erklärt sie. Adonis habe damit nichts zu tun. Er, so ihre Überzeugung, sei ihre Verbindung zum Himmel. Dabei zieht sie Vergleiche zu biblischen Personen von Jesus bis Moses. Wer wie Mikus Stimmen hört und sich diese nicht psychologisch erklärt, landet schnell in der religiösen Ecke. Doch auch dort fühlte sich die Wienerin nie ganz zuhause, sie folgt viel eher ihren eigenen Vorstellungen, einer Art «Privatreligion», die Platz lässt für Geistwesen, die weder gut noch böse sind. Im Sinne der katholischen Kirche religiös orientierte Menschen würden stets versuchen, «die Geister zu scheiden», meint Mikus. Damit könne sie nichts anfangen. Als ihr eine Mitstudentin in einer parapsychologischen Vorlesung den Kontakt zu einem Exorzisten anbietet, lehnt sie dankend ab. Exorziert werden und dadurch selbst ausgrenzen möchte sie nicht, denn Adonis solle selbst entscheiden, wann er gehen will. Dass er sie eines Tages verlassen wird, ist sie überzeugt – wenn er genug Weisheit habe. «Oder wenn ihm



Monika Mikus ist Sprachrohr für jene, die mit den rätselhaften Stimmen nicht zurande kommen



Immer mit gelber Warnweste: Die StimmenhörerIn gilt längst als Wiener Faktotum

langweilig geworden ist», fügt sie lachend hinzu.

Mikus hat sich ihren eigenen Bezugsrahmen geschaffen, innerhalb dessen sie «partnerschaftlich» mit Adonis zusammenlebt. Experten heben hervor, dass gerade solche persönlichen Erklärungsmodelle für Stimmenhörer von besonderer Wichtigkeit sind. «Erst wenn die Stimmen eine Bedeutung haben, kann man eine Beziehung herstellen, um die Angst zu vermindern.» (Paul Baker, Sozialarbeiter und Gründer des englischen Hearing Voices Network) Angst ist etwas, das Mikus nicht mehr zu kennen scheint. «Wenn ich weiß, was ich will, hat er weniger Macht. Abgrenzung ist das wichtigste», sagt sie und erwähnt ein Beispiel. Auf einem Waldspaziergang habe Adonis plötzlich zu ihr gesagt: «Ich werde immer reden, und du wirst immer schweigen.» «Darauf habe ich mich

gar nicht eingelassen», resümiert sie im Rückblick. «Immer reden ist sowieso anstrengender», wäre ihre schlagfertige Antwort gewesen. Auch als Adonis sie als sein «Versuchstierchen» bezeichnet, reagiert die agile Wienerin prompt: «Dann gehst du besser gut mit mir um, schließlich willst du dein Versuchstierchen bestimmt noch lange haben.»

Hoffnung auf Leben ohne Stigma

Nicht alle Stimmenhörer leben so im Einklang mit ihrer «Gabe», wie Mikus es tut. Das zeigt auch ihre Homepage, auf der Betroffene von ihren Ängsten berichten. Ein Mann erzählt dort z. B. dass ihn seine Stimme immer wieder dazu auffordere, sich umzubringen. Er erklärt sich die Stimmen als Krankheit, die er überwinden möchte – wenn nötig mit Medikamenten.

Mikus will ihm und anderen mit ihren eigenen Erfahrungen helfen. So ist sie seit 2002 fixer Bestandteil der regelmäßig stattfindenden Selbsthilfegruppe bei pro mente Wien, die sie unter anderem zwei Jahre leitete. Kaum einer geht dort so offen mit seiner Befindlichkeit um wie sie – kein Wunder, meint die heute über 66-jährige Pensionistin. Die meisten der dort versammelten Stimmenhörer seien zwischen 20 und 30 Jahre alt und wollen zurück in ihren Beruf. Mikus, die seit knapp 27 Jahren Pensionsbezieherin ist, möchte ihre Situation nutzen, um Sprachrohr für sie zu sein, schließlich müsse sie nicht mehr um ihren Platz in der Arbeitswelt kämpfen. Mikus ist überzeugt, dass vieles leichter wäre, wenn Stimmenhören nicht das Stigma einer schweren psychischen Erkrankung tragen würde.

Im Sinne größerer Differenzierung wünscht sie sich, dass Stimmenhören

bald nicht mehr als ein Symptom von Schizophrenie gesehen wird. Ob «Stimmenhören» dann als eigene Kategorie in psychiatrischen Diagnosemanualen vermerkt sein soll? – «Vielleicht.» Einfühlsames Hinhören auf die individuelle Lebensgeschichte jedes Einzelnen sei die Hauptsache. Eine Diagnose wäre dann vielleicht sowieso hinfällig. Auch der Autor des Buches «Stimmenhören akzeptieren», der niederländische Psychiater Marius Romme, fordert eine stärkere Hinwendung zu den individuellen Ursachen der Stimmen bei den Betroffenen. Mikus ist einer seiner größten Fans. Trotzdem hat sie sich zeitlebens gegen die Psychotherapie entschieden, für sie sind «Erklärungen zum Ursprung der Stimmen nicht mehr so bedeutsam.» Der Weg der Frau in gelber Warnweste ist der der «Gesellschaftstherapie».

Dagmar Weidinger