Nr. 288 | 16. bis 29. November 2012 | CHF 6.– inkl. MwSt.
Die Hälfte des Verkaufspreises geht an die Verkaufenden. Bitte kaufen Sie nur bei Verkaufenden mit offiziellem Verkaufspass.

SURPRISE

STRASSENMAGAZIN

Zwischen Welten

Unterwegs mit einer Schlafwandlerin

Business statt Betreuung: der privatisierte Sozialstaat

RZ_Surprise_288_-) 08.11.12 17:51 Seite 10

Schlafwandeln
Flucht durch die Nacht

Gerlinde W. kümmert sich seit Jahrzehnten nachts um Essen und Betten, manchmal will sie fliehen. Die Schlafwandlerin scheint in ihre Vergangenheit zurückzukehren. Das kann nicht sein, sagt nicht nur sie selber. Sondern auch die Forschung.

RZ_Surprise_288_-) 08.11.12 17:51 Seite 11

VON DIANA FREI (TEXT) UND ISABELLE BÜHLER (ILLUSTRATION)

Auf einer Reise in Polen geriet sie in einem Hotel einmal auf die Feuertreppe, wusste aber nicht, wie sie da hingekommen war. Es war in Thorn an der Weichsel, der Mond schien, Vollmond, klarer Himmel, im Garten standen Brennesseln und Brombeersträucher. Sie war im dritten Stock, ging runter, kam nirgends zu einer Tür wieder rein, ging wieder hoch, kam auch nicht rein und dachte dann: «Naja, nun wartest du halt bis um acht Uhr, wenn die Leute alle kommen.» Gerlinde W. lebt unweit von Basel im südbadischen Lörrach und hatte damals eine Stelle in Weil am Rhein. Nachts in Thorn war sie überzeugt, sie sei bei der Arbeit, im Treppenhaus in Weil. Sie setzte sich auf die Treppe und ging dann runter, da waren Überreste eines Banketts, Lachs und anderer Fisch, leergegessene Teller, die Leute am Aufräumen. «Ich kam aus dem Dunkel auf eine Frau zu und sprach die an, und die ist so was von erschrocken», sagt Gerlinde W. «Da habe ich gedacht: Also so was, stellen die Leute ein, die nicht mal Deutsch können.»

Rhein statt Weichsel, Treppenhaus statt Feuertreppe, badische Arbeitskollegin statt polnischer Bankettgast: Die Welten überlagern sich, innere Bilder mischen sich mit der Wirklichkeit. «Welche Zimmernummer haben Sie?», fragte der Mann an der Rezeption, wohin die Polin sie geführt hatte. 301 war es, und da war sie plötzlich hellwach.

«Früher», sagt W.s Tochter Sybille, «wenn meine Schwester und ich noch wach waren, kam meine Mutter manchmal rein, sah normal aus und redete normal mit uns. Dann haben wir plötzlich an einem Satz gemerkt, dass sie gar nicht da war. Sie war in einer anderen Welt.» Meistens mussten sie lachen, und die Mutter reagierte beleidigt, weil sie sich nicht ernst genommen fühlte. Dass die Töchter sagten: «Nun wach doch auf!», drang nicht bis zu ihr durch. «Sie stand scheinbar jeweils unter Druck, dass sie noch etwas erledigen musste», sagt die Tochter. Sie versuchte immer, für andere Personen den Tisch zu decken, Essen zu besorgen, Betten zu beziehen, Leute zu empfangen, anderen eine Unterkunft zu besorgen, sich um andere zu kümmern. Es ging immer ums Essen und Schlafen. Und ab und zu wollte sie ihren Mann aus dem Keller retten.

Brücke zu einer anderen Welt

Gerlinde W. sitzt am Wohnzimmertisch in ihrem kleinen Einfamilienhaus. Hier hat sie schon einen imaginären Einbrecher in den Spiegelschrank gesperrt, weil sie sich «nicht mit ihm herumärgern wollte», sie hat im Schlaf ihre Handtasche gesucht, das Bild über dem Bett mit den Sonnenblumen, zwei auf zwei Meter gross, abgehängt, und sie ist die Treppe hinuntergestürzt. Das war, bevor ihr Mann einen Bewegungsmelder installierte, damit eine Lampe angeht und ihr Orientierung gibt. Jetzt hat sie Cappuccino gemacht, es gibt Schwarzwälder Torte, Zuger Kirschtorte, es ist genug da.

«Das Gefühl, sich nicht unter Kontrolle zu haben, nicht zurechnungsfähig zu sein, ist schon unangenehm. Es ist oft mit Druck verbunden, etwas erledigen zu müssen. Oder mit Angst. Zum Beispiel, wenn ich das grosse Bild abhänge, erwarte ich dahinter einen Fluchtweg, ein Loch, wo ich durchkann. Aber da ist die Mauer, sonst nichts. In letzter Zeit ist es oft so, dass ich vergessen habe, für irgendeinen Besuch die Betten zu richten.» «Früher war es mehr das Essen, heute sind es eher die Betten», sagt die Tochter und lacht. Die Mutter lacht nicht mit.

Schlafwandeln war einmal en vogue. In der Romantik herrschte reges Interesse an den Abgründen der Seele, Nervenärzte zerpflückten den Somnambulismus und dokumentierten mit grossem, heute etwas schaulustig wirkendem Eifer unzählige Fallbeispiele. Die Wissenschaft nährte die «wachsende Hoffnung, mit Hilfe der somnambulen Ausnahmezustände Ein- und Ausblicke in die Geheimnisse von Religion und Metaphysik zu erlangen», wie der Arzt und Naturphilosoph Gotthilf Heinrich Schubert schrieb. Der somnambule Zustand wurde wie auch der Traum als Brücke zu einer anderen Welt gedeutet. Auch in der Literatur tauchte das Schlafwandeln immer wieder als Motiv auf. So ist zum Beispiel Heinrich von Kleists Prinz von Homburg ein Schlafwandler, und auch das Käthchen von Heilbronn antwortet in der berühmten Holunderbuschszene schlafend auf die Fragen des Grafen. Und vielleicht ist es auch kein Zufall, dass Lord Byrons Leibarzt John William Polidori nicht nur die Erzählung «The Vampyre» schrieb, sondern Jahre zuvor mit einer These zum Schlafwandeln promovierte. Denn auch der Vampirismus ist mit dem Schlafwandeln verwandt: Der Schlaf als kleiner Bruder des Todes. Ein Nachtwandler als Untoter. Als unheimliche Nachtgestalt. Der Somnambulismus ist ein weites Feld für Mystifizierungen und Überinterpretationen.

«Wenn ich das grosse Bild abhänge, erwarte ich dahinter einen Fluchtweg. Aber da ist die Mauer, sonst nichts.»

Flucht in Viehwaggons

Gerlinde W. war fünf, als sie 1945 mit ihrer Mutter und der kleinen Schwester aus dem Sudetenland im heutigen Tschechien flüchten musste. Der Vater war im Krieg. Der Weg nach Franken, Bayern, von wo der Vater stammte, dauerte etwa ein Vierteljahr, man reiste in Viehwaggons, versteckte sich, versuchte Essen aufzutreiben. Als die Soldaten kamen, musste die Mutter mit den Kindern innerhalb von 20 Minuten ihr Hab und Gut zusammenpacken, Gerlinde stahl sich zum Schluss nochmals zwischen den uniformierten Beinen hindurch, um eine Puppe zu holen, die sie vergessen hatte. Danach in Pilsen liess die Mutter sie mit der kleinen Schwester im Lager warten, während sie nachts durch den Maschendrahtzaun kletterte, um die Grosseltern zu holen. «Die hatten den Befehl für ein Lager hinter Prag, und meine Mutter wusste anscheinend, wenn sie da hinkommen, ist es das Todesurteil», sagt Gerlinde W. Wäre die Mutter angehalten worden, sie wäre nicht durchgekommen. «Wir waren einmal in einer Kirche, da war das Dach zerschossen, es regnete rein, und dann im Lager, viel auf Bahnhöfen in Waggons, und wenn es irgendwo die Möglichkeit gab, hat man uns Kinder rausgelassen aus dem Waggon. Einmal habe ich an der Bahnschiene gespielt, da hat mich plötzlich jemand weggerissen, und der Zug fuhr durch.» Auf dem Weg in den Westen wurden der Fünfjährigen in einem Spital die Mandeln

herausgenommen, obwohl sie gesund war. Es war die Empathie der Ärzte, damit auch sie für ein paar Tage eine sichere Unterkunft hatte, als ihre kleine Schwester während der Flucht operiert werden musste.

Knapp 70 Jahre später sagt Gerlinde W.: «Ich wundere mich ja immer wieder, wenn Leute in meinem Alter die Flucht als so etwas Negatives empfinden. Für mich war's toll. Wir waren jeden Tag woanders.»

«Das hat dich nicht belastet?», fragt die Tochter. «Nein», sagt die Mutter.

Die Tochter: «Beim Schlafwandeln geht es immer ums Gleiche. Flucht, Essen, sich um Schlafgelegenheiten kümmern. Und du sagst immer so penetrant: Die Flucht war gut. Es war nicht schlimm, dass die Soldaten kamen, es war nicht schlimm, dass wir alles verloren haben. Man hat so ein bisschen das Gefühl, den Link möchtest du nicht machen?»

Die Mutter: «Das hat ja alles nichts mit Schlafwandeln zu tun.»

Die Tochter: «Und Hunger ist nicht schlimm?»

Die Mutter: «Ich weiss noch, wie Brot schmeckte, das mit Sägespänen gestreckt war. Aber ich hab das nicht als so negativ empfunden. Für ein Kind ist Hunger nicht so tragisch wie für einen Erwachsenen.»

Schlafwandeln sei nichts anderes als eine Störung des Aufwachprozesses, sagt Daniel Brunner, Somnologe am Zentrum für Schlafmedizin Hirslanden in Zollikon: «Noch vor ein paar Jahrzehnten war schnell die Rede von Stressanfälligkeit, es wurden psychische Modelle herangezogen. Heute beginnt man aber den Mechanismus der Aufwachstörungen zu verstehen. Und da hat die Psyche keinen Einfluss.» Schlafwandeln tritt in sehr intensiven Schlafphasen auf. Der Mechanismus geht so: Es kann sein, dass die Harnblase drückt, dass man einen Schmerz empfindet, dass Licht hereinscheint. Irgendein Weckreiz ist da, aber das Gehirn schläft so intensiv, dass es ein vollkommenes Aufwachen verweigert. Ein Teil des Gehirns wacht auf, während der Rest weiterschläft. Die Veranlagung dazu ist genetisch bedingt. Mit Albträumen hat Schlafwandeln nichts zu tun, weil es aus dem tiefen Non-REM-Schlaf heraus entsteht und nur vereinzelt mit einer vagen Traumerinnerung verbunden ist. Genau wie beim Pavor Nocturnus oder Sleep Terror, bei dem man schreiend aufschreckt, steckt kein elaborierter Traum dahinter, sondern es sind stereotype Fantasien, Schreckbilder. Beim Sleep Terror kann es das Gefühl des Zerdrücktwerdens sein, die Decke kommt herunter, die Wände werden zusammengeschoben. «Die Erzählungen sind so stereotyp, man glaubt es kaum», sagt Brunner, «es sind sehr basale Funktionen, die sich hier zeigen. Beim Schlafwandeln höre ich oft, dass man Familienmitglieder retten muss.»

Der Schlaf als kleiner Bruder des Todes: Der Somnambulismus ist ein weites Feld für Mystifizierungen und Überinterpretationen.

Flüchtlingstreck aus Ostpreussen

Etwa zwei Prozent der Erwachsenen sind Schlafwandler. Die meisten von ihnen sieht Daniel Brunner nie, weil sich nur diejenigen behandeln lassen, die sich einmal grob verletzt haben oder aus dem Fenster gestiegen sind. «Mir ist aufgefallen, dass sich Schlafwandler keine Sorgen machen. Es ist für sie psychisch nicht belastend», sagt Brunner. Seine Aufgabe ist es, herauszufinden, ob der Patient wirklich schlafwandelt oder nicht. Es gibt andere Störungen, die ähnlich aussehen: «Diese Betroffenen machen sich meist grosse Sorgen darüber, dass sie etwas machen, an das sie sich nicht erinnern können.» Dass ein Trauma Einfluss haben kann, will Brunner nicht ganz ausschliessen. «Schlafprozesse funktionieren normalerweise zwar sehr kurzfristig. Da kommt es darauf an, was Sie am Abend vorher gemacht haben oder ob Sie Alkohol getrunken haben. Aber die Weckbereitschaft hat nach einem Trauma vielleicht eine permanente Erhöhung oder eine tiefere Schwelle.»

BILD: ZVG

Gerlinde W. steigt im Schlaf öfter die Treppe hinunter. Einmal ist sie gestürzt.

Das einzige Mal, dass Gerlinde W. vermutlich zum Fenster hinausgestiegen wäre, wenn es denn aufgegangen wäre, war auf jener Reise nach Polen vor etwa zehn Jahren, als sie auf der Feuerleiter landete. Es war eine Erinnerungsreise an einen der Flüchtlingstrecks, die im Winter 1944/45 vor der russischen Front in Richtung Westen starteten. Zwei Millionen Menschen starben. Die Erinnerungsreise nach Polen galt der Flucht ihres späteren Arbeitgebers Alexander D. Er war auf dem letzten Treck, der nach Westen ging und es auch schaffte, bevor die russische Armee kam. Alexander D.s Kinder hatten die Angestellte eingeladen mitzukommen, sie gehörte sozusagen zur Familie. Nach dem Krieg war Gerlinde W. Alexanders Privatsekretärin und arbeitete bis zu seinem Tod fast 30 Jahre bei ihm. Sie war bis zum Schluss mit seiner Fluchtgeschichte beschäftigt, weil sie an seiner Biografie mitarbeitete. Und für genealogische Anfragen bearbeitete sie dicke Ordner mit Fluchtberichten. «Mein Mann hat immer gesagt, du verbringst mehr Zeit mit ihm als mit mir. Man war so verwachsen.» Ostpreussen und Sudetendeutschland. Die Schicksale berühren, die Erinnerungen gleichen, die Welten überlagern sich.

«Kümmert euch selber um eure Betten»

Alexander S. war in Stalingrad gewesen, und zu seiner Privatsekretärin sagte er, er könne nur mit jenen darüber sprechen, die dasselbe erlebt haben. In seiner Biografie schreibt er 30 Jahre nach dem Russlandfeldzug: «Über die schrecklichsten Ereignisse bin ich hinweggegangen, als ob sie wie selbstverständlich zum täglichen Leben gehörten. Ich scheine alles sofort beiseite geschoben zu haben, anders wusste ich mir offensichtlich nicht zu helfen.»

RZ_Surprise_288_-) 08.11.12 17:51 Seite 13

Wenn Gerlinde W. ihre Erlebnisse schildert, entstehen Bilder, die fast filmisch sind. Sie erinnert sich an Details, Situationen, Gespräche, Eindrücke. Was war, was sie dachte. Als ob's gestern gewesen wäre. Fragt man sie nach Gefühlen, so war es: negativ, positiv. Angenehm, unangenehm. Vielleicht einmal «schon sehr unangenehm». Mehr nicht.

Sie ist jetzt 72, und kürzlich hat sich nachts bei ihr wieder das Gefühl festgesetzt, sie müsse für die anderen noch die Betten beziehen: «Ich weiss nicht, wie oft ich aufgestanden bin und nachgeguckt habe, in welchem Zimmer das Bett noch nicht bezogen ist.» Aber dann hat sie sich wieder hingelegt und gedacht, kümmert euch selber um eure Betten. «Das ist neu», sagt Gerlinde W. und lacht.

Die Faszination, die der Somnambulismus für die Nervenärzte und Literaten der Romantik hatte, hat sich längst gelegt. Nur ab und zu muss das Schlafwandeln für eine Komödie oder einen Horrorfilm als Motiv herhalten, weil es sich für Slapstick genauso wie fürs Gruseln eignet. Auf Youtube lässt sich zudem verfolgen, wie Kinder von Schlafwandlern ihre Eltern filmen, um sie mit grossem Vergnügen im Schlafanzug und im Haus herumstolpernd einem Millionenpublikum vorzuführen.

Schlafwandeln sei nichts anderes als eine Störung des Aufwachprozesses, sagt der Somnologe.

Heute hat die Wissenschaft die Rätsel der Nachtgänge gelöst, sie kann den Mechanismus im Hirn verorten, sie kann das Schlafwandeln von Störungen mit ähnlichem Erscheinungsbild abgrenzen und die nächtlichen Wanderungen bei Bedarf medikamentös unterdrücken. Und trotzdem stellt Gerlinde W.s Tochter Fragen, die sie nie ganz zur Ruhe kommen lassen. ■

Anzeige:

THEATER BASEL

— www.theater-basel.ch, Tel. +41/(0)61-295 11 33 —