

## Leseempfehlungen

**Charles Benoy (Hrsg.): COVID-19. Ein Virus nimmt Einfluss auf unsere Psyche. Einschätzungen und Maßnahmen aus psychologischer Perspektive. Stuttgart (Kohlhammer Verlag) 2020, 129 Seiten, 24,00 €.**

### **Wissen schafft Sicherheit statt Meinung. Wider (angstgesteuerte) Fake-News**

Die Corona-Pandemie birgt neben der realen Gesundheitsbedrohung eine große weitere Anzahl von Bedrohungen, die Ängste und Befürchtungen auslösen können und Menschen in ihrem Verhalten und in ihren Handlungsweisen beeinflussen. Wie bei allen anderen Angstthemen gilt auch hier: Hilfreich ist eine gute Informationsgrundlage, um zu einer besseren Einschätzung der Bedrohungslage zu kommen. Weiterhin gilt: Alle Themen, die Befürchtungen auslösen, wirken sich auf unsere Psyche aus und beeinflussen direkt oder indirekt unser Wohlbefinden und unsere emotionale Stimmung.

Seit Anfang des Jahres 2020 gibt es die Bedrohung durch COVID-19 weltweit und spätestens seit März 2020 ist es in Deutschland zum beherrschenden Thema des Jahres geworden mit bis dahin kaum vorstellbaren Auswirkungen auf das gesamte gesellschaftliche Leben. Seither fluten uns Kommentare, Einschätzungen, Meinungen, Ratschläge und Verhaltensanweisungen und es ist schwer sich dem Sog der Nachrichtenströme zu entziehen, die alle Kommunikationskanäle rund um die Uhr anbieten.

In dieser Unübersichtlichkeit ist es hilfreich, sich weniger von Meinungen und Vermutungen als von Befunden, die sich auf anerkannte wissenschaftliche Forschungsmethodik stützen, leiten zu lassen. Ein solches Material bietet Charles Benoy (Psychotherapeut und Leitender Psychologe an der Klinik für Erwachsene der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel) in seinem kürzlich erschienenen Sammelband an.

Ausgewiesene Fachexpert\*innen bieten in 9 Kapiteln Fachwissen in verständlicher Sprache für relevante Handlungsfelder an. Dabei werden Studien und Forschungsergebnisse aus unterschiedlichsten Quellen zugrunde gelegt und daraus resultierende Schlussfolgerungen vorgestellt. Gerahmt werden die Fachartikel von drei Grußworten von Jens Spahn (Bundesgesundheitsminister), Alain Berset (Schweizer Bundesrat) und Xavier Bettel (Premierminister von Luxemburg) und zwei philosophischen Kommentaren von Olivier Del Fabbro („Gebt mir einen *Virus* und ich werde die Welt aus den Angeln heben.“) und von Daniel Sollberger („Endlichkeit und Entschleunigung – Wie wird die COVID-19-Pandemie unsere Gesellschaft verändern“)

Im Einleitungstext beleuchtet Benoy die psychologischen Auswirkungen auf die Allgemeinbevölkerung, die Infizierten, das medizinische Personal. Er stellt Überlegungen zu den langfristigen Auswirkungen und zu möglichen Maßnahmen zur Abschwächung der psychologischen Auswirkungen an.

Wolff und Walter beschreiben aus dem Blickwinkel der Psychiatrie in Krisenzeiten psychische Reaktionen auf akute Belastungssituationen und machen Vorschläge für Notfallprävention und vorbeugende Maßnahmen.

Zwei Artikel beschäftigen sich mit den Besonderheiten der Situation in Krankenhäusern (Braun/Gunsch/Theurillat) und Pflegesituationen mit besonderem Blick auf pflegende Angehörige und die dort auftretenden Belastungssituationen (Tammen-Parr/Schumann).

Zwei Grundsatzartikel zum Umgang mit Ängsten in Pandemiezeiten (Gradwohl/Gassmann) und zum Umgang mit Ärger und Aggressionen besonders unter dem Eindruck sozialer Isolation (Steffgen/De Boer) geben einen guten Informations- und Wissenshintergrund.

Der Beitrag von Stadler greift die Thematik der Risiken für die kindliche Entwicklung auf und beschäftigt sich mit Stressregulationsfähigkeit auf Seiten der Eltern sowie mit Möglichkeiten der Förderung einer resilienten kindlichen Anpassung.

Das Thema „Homeoffice als Pandemie-Maßnahme“ nutzen Weichbrodt und Schulze, um damit verbundene Herausforderungen und Chancen darzustellen. Eng damit verbunden sind Überlegungen von Melzer, Holl und Hale zur Mediennutzung in den Zeiten von Pandemie und Lockdown.

Auf kompakten 129 Seiten gibt es viel Information auf der Grundlage von Studien und Forschungsergebnissen. Vielleicht interessieren die Beiträge am meisten, die sich mit Arbeitsfeldern beschäftigen, mit denen man selber Kontakt hat oder in denen man Verantwortung trägt. Erfreulich auch die Vorstellung der beruflichen Schwerpunkte der einzelnen Autor\*innen sogar mit Emailadressen, die bei Bedarf eine individuelle Kontaktaufnahme erleichtern.

Ich habe diese Literatur einer ganzen Reihe meiner Klienten und auch einigen Kolleg\*innen empfohlen, bisher waren die Rückmeldungen auf diese Empfehlungen alle positiv. Die Ausführungen beziehen sich zwar alle auf die Situation des 1. Lockdowns im Frühjahr 2020. Die gegenwärtige Situation des 2. Lockdowns im Herbst 2020 und die Auswirkungen auf Dezember und den Anfang des neuen Jahres 2021 legen nahe, dass es sich noch länger lohnt die im Sammelband von BENOY vorgestellten Überlegungen zur Kenntnis zu nehmen.

Michael Faßnacht

**Siri Hustved: Damals. Hamburg (Rowohlt Taschenbuch Verlag) 2020, 444 Seiten, 12,00 €.**

„Vor Jahren verließ ich die weiten, flachen Felder des ländlichen Minnesota und zog auf die Insel Manhattan, um den Helden meines ersten Romans zu finden.“ So beginnt der im letzten Jahr von Siri Hustved veröffentlichte Roman, der nun auch als Taschenbuchausgabe vorliegt.

Die Ich-Erzählerin – New Yorkerin in Zeiten von Donald Trump – versucht sich zu erinnern, was damals geschah, als sie dreiundzwanzigjährig mit einem Bachelor in Philosophie und Englisch in der Tasche in die Stadt kommt, von der sie schon immer geträumt hat. Beim Erinnern an die alten Zeiten hilft ihr ein dickes Tagebuch, das sie zufällig beim Auflösen des Haushaltes ihrer verstorbenen Mutter wieder entdeckt hat. In dem leicht zerknitterten Heft sind auf 200 Seiten sowohl die Ereignisse zwischen September 1978 und Juni 1979 festgehalten, als auch einige Kapitel eines geplanten Detektivromans ausgeführt.

Und so wechselt der Roman virtuos zwischen den Erinnerungen der reifen Erzählerin, den Tagebuchaufzeichnungen der jungen Frau und der Detektivgeschichte. Minnesota – so der Spitzname des jungen Mädchens aus der amerikanischen Provinz – findet ein winziges Zimmer, das sie zunächst eher selten verlässt. Im Zimmer nebenan ist die eigentümliche Stimme ihrer Nachbarin zu hören. Aus den bruchstückhaften Monologen, die sie in ihrem Notizbuch dokumentiert, setzen sich Fantasien zusammen, die sich um Ritualen von Sekten, Misshandlung, Kindstod und vieles mehr drehen.

Der Detektivroman will nicht so ganz gelingen. Ian, der mit logischen Fähigkeiten eines Sherlock Holmes ausgestattetete, männliche Held, rückt immer mehr in den Hintergrund. Isodora – in die Ian sich verliebt hat und sie in ihn – und ihre Familie ziehen immer mehr das Interesse der jungen Autorin auf sich.

Minnesota lebt sich in New York ein. Sie entdeckt mit Whitney, einer kunstschaaffenden Dichterin, die Literatur und Kunstszene der Metropole. Gemeinsam mit Jacob, dem Physiker, Gus, der alles über Filme weiß, und Fanny, der Performancekünstlerin und späteren Psychologin, streifen sie durch Clubs und Galerien. Aber wie passt das alles zusammen? Wie dem auch sei: Es wird noch richtig spannend – auf allen Erzählebenen. Aber das sei hier nicht verraten.

Die Erzählerin warnt die Leserinnen und Leser schon sehr früh: „Die Vergangenheit ist fraglich, fragil wie Knochen, die mit dem Alter brüchig geworden sind, fragil wie an Fenstern gesehene Geister oder wie Träume, die beim Aufwachen zerfallen und nichts hinterlassen als ein Gefühl des Unbehagens oder der Bedrängnis oder, seltener, eine Art unheimlicher Befriedigung.“ (S. 25) Erinnerungen sind kompliziert. Mit jedem Erinnern verändern sich einige Details und andere werden vergessen. Darüber muss man nicht verzweifeln. Im Gegenteil: Am Ende könnte eine Version entstanden sein, die der Wahrheit näher kommt, als ihre gefälschten Vorläufer.

Jürgen Kreft

**Brigitte Kronauer (2019): Das Schöne, Schäbige, Schwankende. Romangeschichten, Stuttgart (Klett-Cotta Verlag) 2019, gebunden, 596 Seiten, 26,00 €.**

Das letzte (posthum erschienene) Buch von Brigitte Kronauer – 2019 ist sie, 79jährig, gestorben – umfasst Portraits von Menschen. Um es vorweg zu sagen: genau darin liegt der große Reiz dieser „Romangeschichten“, die die Autorin mit einer kleinen Rahmenerzählung zusammenbindet. Und so legte ich dieses Geschenk, das mir jemand machte, nicht zur Seite, wengleich ich zögerte, das Lesen zu beginnen, hatte ich mich doch vor Jahren einmal bei langatmigen, wenn auch präzisen und sprachkundigen Beschreibungen in einem anderen Roman von ihr ziemlich gelangweilt und fürchtete nun, mit ähnlichen Erfahrungen zu tun zu bekommen.

In diesen Portraits aber werden humorvoll und mit viel Liebe zum skurrilen Detail Personen geschildert. Die Beschreibungen erinnern an Psychogramme, sind aber viel unterhaltsamer als diese. Manchmal sieht man die Personen genau vor sich – ein anderes Mal freut man sich über die Erfindungsgabe und Phantasie, mit der hier die Grenzen menschlicher Absonderlichkeiten ausgelotet werden – niemals aber mit überheblichem Ton, immer

humorvoll, respektvoll. Vielleicht wäre Frau Kronauer auch eine gute Supervisorin geworden, die Ich-Erzählerin jedenfalls nimmt sich selbst in den beschriebenen Begegnungen manchmal auch spöttisch, manchmal staunend mit hinein.

Den Rahmen der Romangeschichten bildet die Erfahrung der Schriftstellerin in dem Waldhaus eines Ornithologen-Ehepaares. Dort will sie ihren Roman zu Ende schreiben kann. Dazu aber kommt sie nicht – denn die auf allen Wänden abgebildeten bunten und weniger bunten Vögel erinnern die Schriftstellerin an Begegnungen mit Menschen in ihrem Leben und sie kann nicht anders, als diese Verbindungen herzustellen. Irgendetwas an der grauen Wasseramsel hat sie z.B. an ihre Schwester erinnert und so folgt sie der Spur und entfaltet aus den Fragmenten der eigenen Rückblende das Kaleidoskop der Beziehungsgeschichte mit ihr und findet schließlich, dass der Vergleich mit der grauen Wasseramsel ihr eine neue und treffende Sicht auf die Schwester bringt.

Während nach der Rahmenerzählung das Kapitel 2 „Die Vögel“ aus solchen, ganz kurzen (etwa 10 Seiten langen) Geschichten besteht (bis S. 354), folgen mit Kap. 3-5 längere Romangeschichten „Sonst bürste ich Dir die Lippen blutig“, „Leben mit Katja“, „Grünwald“, in denen zwei Ich-Erzählerinnen und ein Ich-Erzähler Lebenserfahrungen mit Reflexionen anreichern (bis S.596).

Tatsächlich sprühen im ersten Teil dieses Buches die Funken, das Gefieder dieser Vögel faszinierte mich bei jeder kleinen Geschichte. In den drei letzten Romangeschichten verändert sich der Rhythmus: das Erzählen wird langsamer, man folgt den kleinen und großen Dramen des hier jeweils beschriebenen Lebens. Ich habe das Buch mit großem Vergnügen über so viel Einfühlungsvermögen, Beobachtungsgabe und Sprachvermögen gelesen.

Bernadette Grawe