



Abb.: © Pasquale Iazzetta

# In die Höhle des Löwen

## Perspektivwechsel

Pasquale Iazzetta

*Nie zuvor gab es so viele psychisch erkrankte Menschen wie heute. Seine intensiven Erfahrungen, zunächst als von Depressionen Betroffener mit jahrelangen Aufenthalten in der Psychiatrie und später als Ergotherapeut, haben Pasquale Iazzetta eines deutlich gezeigt: Es gibt viele Wege hinein und genauso viele hinaus. Ein Erfahrungsbericht mit Happy End.*

Ich betrat das Foyer und stand auf dem glattpolierten Marmorsteinboden. Es war ein beinahe schon sommerlicher Maimittag in Zürich. Allerdings nichts gegen das, was in diesem Jahr noch auf uns zukommen sollte. 2003 war das Jahr des Hitzesommers. Der Sommer mit den heißesten Temperaturen, die je in der Schweiz gemessen wurden. Heute waren es bereits 27 Grad im Schatten.

Das Licht strömte durch die Fenster des monumentalen Bauwerks. Doch innerhalb der Mauern dieses Neorenaissance-Gebäudes war es erstaunlich kühl. Der Eingangsbereich wirkte mehr wie ein Schloss als wie ein Krankenhaus. Und erinnerte mich an einen anderen Ort, den ich gut kannte. Denn die Psychiatrische Klinik Breitenau in Schaffhausen, in der ich mehrere Jahre meines Lebens verbracht hatte, war im gleichen Stil erbaut.

Doch heute kam ich durch die große Glas-tür der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich. Freiwillig und mit einer völlig anderen Absicht als im Oktober 2017 in Schaffhausen. Damals trat ich die längste Karriere meines bisherigen Lebens an. Als Psychiatriepatient. Es war das Jahr, in dem ich meine Arbeitsfähigkeit für sechs Jahre an den Nagel hängte und für meine Errungenschaften schließlich eine IV-Rente erhielt.

Heute wollte ich wieder anfangen zu arbeiten. Als Ergotherapeut. Ich war noch immer IV-Rentner. Doch niemand wusste es. Von jetzt an nannte ich diesen Ort die Höhle des Löwen.

### Ein IV-Rentner stellt sich vor

Ich war zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen worden. Die Empfangsdame der Klinik rief auf meinen Wunsch hin die leitende Ergotherapeutin der Klinik an. Diese begrüßte mich mit einem flüchtigen und korrekten Lächeln. Kurz darauf folgte ich ihr unauffällig in die Katakomben des Gebäudes. Die ergotherapeutische Abteilung war im Halbkeller untergebracht. Unterhalb der Station B1. Offenbar gab es, als ergotherapeutische Abteilungen in Psychiatrien integriert wurden, in den Stockwerken über der Erde keinen Platz mehr.

Wie kam ich nur auf diese Idee? Ich wollte in einer Psychiatrie arbeiten. Ich, der sieben Jahre seines Lebens in tiefer Depression verbracht hatte. Einige davon in der Psychiatrie. Doch ich hatte ein gutes Argument, das ich natürlich in diesem Gespräch nicht preisgab. Ich kannte mich mit psychiatrischen Erkrankungen außerordentlich gut aus. Was ich hingegen mitteilte, war, dass mich seelische Störungen immer sehr interessiert haben. Das stimmte natürlich auch.

Am Gespräch nahm außer der leitenden Ergotherapeutin noch die Direktorin der therapeutischen Abteilungen der Klinik teil. Das Gespräch verlief freundlich und sachlich. Ich zitterte innerlich, doch irgendwie schaffte ich es, dass es mir äußerlich niemand anmerkte. Vielleicht wirkte meine Nervosität auch sympathisch. Ein paar Wochen später erhielt ich die Zusage. Im August 2003 begann ich mit 33 Jahren meine berufliche Karriere.

### Wie alles begann

Als meine erste Depression ausbrach, war ich siebzehn. Mein Vater war kurz zuvor an seinem dritten Herzinfarkt gestorben. In meinen Armen. Ich hatte noch versucht, ihn zu beatmen. Ohne Erfolg. Zu jener Zeit war er alles, was ich hatte. Mein ganzes Leben, so schien es mir damals,

hing von ihm ab. Ohne ihn war ich nicht lebensfähig. Daher schaltete mein Organismus sehr bald in den Todesmodus.

Meine erste Depression setzte sich schleichend in Bewegung. Die Monate vergingen, während unbemerkt ein Symptom nach dem anderen auftauchte. Angst nahm immer mehr von meinen Gedanken Besitz. Ich begann, unsicher zu werden bei allem, was mir sonst so leicht von der Hand gegangen war. Tag für Tag verringerte sich mein Energiereservoir. So als wäre irgendwo ein kleines Loch in mein Schlauchboot gelangt, verlor es immer mehr an Luft. Meine Lebensenergie löste sich buchstäblich in Luft auf. Ich begann, jede Nacht aufzuwachen und nur schlecht wieder einzuschlafen. Jedes Aufstehen wurde zu einer Tortur.

Das Licht in meinen Augen, das sonst so ansteckend gewesen war für all die Menschen um mich herum, nahm von Tag zu Tag ab. In der evangelikalen Kirchengemeinde, in der ich zu jener Zeit sehr aktiv war, musste ich ein Amt nach dem anderen aufgeben – Jugendleiter, Gemeindevorstand, Gastprediger. Mir wurde klar, dass meine Konzentration und mein Lebensmut auch nicht von Gott aufrechterhalten werden konnten. In wenigen Wochen wurde ich von einem geschätzten und hoch gelobten Gemeindeglied zu einem Niemand. Ich konzentrierte mich nur noch auf eines: den Abschluss meiner Schreinerlehre. Alles, so schien mir, hing jetzt davon ab.

### Auf hoher See

Völlig unerwartet endete mein Tiefseetauchgang mit meiner Gesellenprüfung. Möglicherweise aufgrund eines kurzfristigen Dopaminüberschusses. Die Chemie im Kopf trägt maßgeblich zu unseren Stimmungszuständen bei. Ich hatte entgegen allen Befürchtungen die Prüfung bestanden.

Ich begann, vor Energie zu sprühen. Mehr als je zuvor. Jeden, den ich nur kurz ansah, brachte ich zum Lächeln. Grundlos. Ich nahm eine Stelle als Allrounder bei Bad Ambiente an, einem neu gegründeten Luxusbädergeschäft. Alles, was ich anpackte, gelang mühelos.

Doch die Euphorie entpuppte sich als Seifenblase. Peng – und weg war sie. Nur acht Wochen nach Beginn des Höhenfluges wurde ich wieder zum Tiefflieger. Flog noch tiefer als je zuvor.

Aus Verzweiflung entschied ich kurzerhand, meine Heimatstadt Hanau zu verlassen, in die Schweiz auszuwandern und ein Theologiestudium zu beginnen. Ingeheim dachte ich, den Todesort meines Vaters zu verlassen, könnte mich retten. Falsch gedacht. In der Schweiz angekommen, musste ich nach nur wenigen Tagen kapitulieren. Ich konnte nicht mehr lesen. Die Worte glitten wie auf einer Teflon-Oberfläche von den Buchseiten und flogen in den Vorlesungen direkt an meinen Ohren vorbei. Klare Kontraindikation für ein Theologiestudium.

Es begann eine Serie von Wellengängen, die sich die nächsten zehn Jahre fortsetzte. Mein Studium konnte ich mit mehreren Unterbrechungen in einem weiteren Höhenflug dennoch 1995 Cum Laude abschließen.

Kurz darauf heiratete ich. Eine neue Zeit der Begeisterung begann. Nach meiner letzten depressiven Episode hatte ich mit der Einnahme von Lithium begonnen. Ein Phasenprophylaktikum, das verhindern sollte, dass ich wieder in tiefe Depressionen und Arbeitsunfähigkeit schlitterte. Was es auch tat. In meiner frisch verheirateten Euphorie setzte ich kurzerhand alles ab. Doch auch eine Ehe schützt nicht vor Bipolarität. Es folgte eine halbjährige depressive Episode, die nach einer kurzen Manie in die nächste mündete. Diese wollte nun gar nicht mehr enden.

### „Basteln Sie gerne?“

Da es zu Hause nicht mehr auszuhalten war, entschied ich mich zum ersten Mal, in die Psychiatrische Klinik Breitenau in Schaffhausen einzutreten. Mein Zustand besserte sich dort zwar nicht, aber die Tage begannen leichter und schneller zu vergehen. Ein paar Wochen nach Eintritt wurde ich im Arztgespräch gefragt, ob ich gerne bastele. Verdutzt fragte ich mich, was diese Frage sollte. Mir wurde erklärt, dass

in der Klinik Therapien angeboten würden, die ich besuchen könne. Eine davon hieß Ergotherapie. Ich hatte noch nie davon gehört.

Einen Tag später saß ich drin. An einem großen Tisch in einem farbenüberlagerten Raum mit viel Krimskrams. Seit dem Abschluss meiner Schreinerlehre hatte ich nicht mehr handwerklich gearbeitet. Kreatives Gestalten lag noch länger zurück. Ich hatte keine Ahnung, was ich hier sollte. Ein stets lächelnder und ruhiger Ergotherapeut stellte mir unterschiedliche Materialien vor. Ich könne Malen, Töpfen, Flechten, Gipsfiguren gießen oder an Steinen herumraspeln, teilte er mir mit. Zu jener Zeit sprach ich kein Wort. So entschied ich mich für den Speckstein.

Ich suchte mir den größten aus, weil ich davon ausging, dass ich noch eine Weile an diesem Ort bleiben würde. Es war ein braun-grüner brasilianischer Speckstein, wie sich herausstellte. Er ähnelte meinem Zustand am meisten. Ich begann zu raspeln. Und so begann meine ergotherapeutische Karriere.

Aus dem Stein wurde ein fünfunddreißig Zentimeter großer und fünf Kilos schwerer abstrakter Steinadler mit zwei unterschiedlichen Seiten (Abb. 1). Eine



Abb. 1 In der Ergotherapie produzierte Iazzetta einen fünfunddreißig Zentimeter großen Steinadler aus Speckstein

Foto: © Pasquale Iazzetta

dunkelgrüne und eine hellgrün-braun gescheckte. Der Steinadler war damals mein Lieblingstier. Auch ich war ein Stein mit unterschiedlichen Seiten. Betrachtete man die eine, konnte man die andere nicht sehen. Die Sonnenseite meines Lebens zeigte den Schatten nicht. Doch jetzt lebte ich im Schatten.

### Ein Rentner auf Abwegen – der erste Seitenwechsel

Als Patient in der Ergotherapie verbrachte ich mehrere Jahre. Zuerst im stationären Setting, dann im teilstationären. Schließlich besuchte ich die Gruppentherapie noch ambulant. Das Gestalten in der Ergotherapie wurde zu meinem neuen Lebensinhalt. Ich hatte in dieser Zeit ohnehin keinen anderen.

Zu meinem Glück wurde in dieser Zeit in der Klinik Breitenau ein neues Projekt gestartet. Auf dem Klinikareal sollte ein künstlerisches Atelier für Klinikpatient:innen eröffnet werden. Nach dem Vorbild des Art Brut Künstlerhauses von Gugging. Dieses war vom Psychiater Leo Navratil ins Leben gerufen worden. Ein Haus, in dem sich Menschen mit psychischen Behinderungen künstlerisch ausleben konnten. Der damalige Chefarzt fragte mich, ob ich dem Gründungskomitee beitreten wollte. Das war eine willkommene Herausforderung. Künstler und Atelierleiter im geschützten Rahmen zu werden, konnte ich mir in dieser Zeit zutrauen. Dies könnte meine Brücke zurück ins Erwerbsleben werden, dachte ich.

Ich musste diese Brücke selbst schaffen, denn die Invalidenversicherung der Schweiz (IV) hatte sich geweigert, mich wieder in den Arbeitsprozess einzugliedern. Die Kosten und das Risiko eines Rückfalls erschienen ihr zu hoch. Es war noch die Zeit vor den Revisionen des IV-Gesetzes. Heute gilt „Eingliederung vor Rente“, doch damals war es andersherum. Ich schrieb das Konzept der Atelieregemeinschaft und leitete das Atelier im ersten Jahr des Bestehens. Dann merkte ich, dass ich bereit war für meinen nächsten Eingliederungsschritt. Obwohl sich die Invalidenversicherung weiterhin hartnäckig weigerte, mich zu unterstützen, startete ich eine neue Ausbildung. Ich hatte genug Erfahrung gesammelt. Man könnte sagen, vom Psychiatriepatienten in der Ergotherapie hatte ich mich zum

### Aufruf

Sie selbst oder ein Familienmitglied haben durch einen Schicksalsschlag die Erfahrung gemacht, wie es ist, plötzlich selbst betroffen zu sein? Dann melden Sie sich unter dem Stichwort „Perspektivwechsel“ bei uns und erzählen uns Ihre Geschichte!  
redaktion@et-reha.dve.info

Praktikanten hochgearbeitet. So erschien es nahezu natürlich. Was sollte ich auch anderes machen. Ich hatte Erfahrung in der Psychiatrie und in der Ergotherapie gesammelt. Während ich weiterhin ein Rentner blieb, bewarb ich mich für eine Ausbildung zum Ergotherapeuten. Ich wurde angenommen. Gleichzeitig entschied ich mich, gegen die IV vor Gericht zu ziehen.

### Erneuter Seitenwechsel: vom Ergotherapie-Patienten zum Ergotherapeuten

Meine größte Angst in diesem für mich gewagten Unterfangen war, dass ich nicht in der Lage sein könnte zu lernen. Kognitive Störungen waren in meinen depressiven Phasen immer sehr ausgeprägt gewesen. In den vergangenen drei Jahren hatte ich mir keine neuen Informationen einprägen müssen. Ich konnte aus dem schöpfen, was ich schon wusste und bereits konnte. Malen und Gestalten benötigten keine Worte. Doch neues Wissen hatte ich mir in den letzten Jahren keines angeeignet. Zumindest nicht solches, das prüfungsrelevant wurde.

Ich tastete mich langsam vor. Sagte mir, eine Prüfung nach der anderen anzugehen. Meine IV-Rente lief ja noch. Wenn es nicht klappte, könnte ich immer noch aufhören. Doch von Monat zu Monat verbesserte sich meine Konzentration. Ich trainierte sie mit Mentalübungen. Die Ausbildung zum Ergotherapeuten enthielt zu meinem Glück sehr viele praktische und handwerkliche Elemente. Das kam mir sehr entgegen.

Ich meisterte die Ausbildung, und zu guter Letzt gewann ich auch den Gerichtsprozess gegen die Invalidenversicherung. Die IV musste alles nachzahlen.

Die Schulkosten, die Reisekosten, monatliches Taggeld, Verpflegung. Dies wurde der Grundstock für ein Einfamilienhaus, das ich danach mit meiner damaligen Partnerin realisierte.

### Ein Ergotherapeut, der seine Methoden braucht

Meine bipolare Symptomatik hat sich nie verabschiedet. Immer wieder erlebe ich auf hoher See starke Stürme und riesige Wellen, die mich hin und her schleudern. Doch ich habe etwas verstanden. Viele meiner Symptome hängen nicht mit meiner genetischen Disposition zusammen, die bei bipolaren Störungen in der Regel vorhanden ist. Meine Mutter und ihr Vater hatten die gleiche Erkrankung.

Es steht außer Zweifel, dass wir von Beginn unseres Lebens an Vorstellungen und Ideen über das Leben und über uns selbst entwickeln. Wir sind schon als kleine Wesen gezwungen, auf Umgebungsbedingungen und auf die Menschen um uns herum zu reagieren. Diese Reaktionen werden zu Automatismen. Daraus bilden sich Gewohnheitsmuster für unser Verhalten, für unsere Gedanken und für unsere Gefühle. Wir lernen, auf ähnliche Situationen immer mit den gleichen Gedanken und Gefühlen zu reagieren. Und schließlich resultiert dies in einem Charakter und einer Persönlichkeit. Weil sich unser Denken und Fühlen wiederholt, haben wir schließlich den Eindruck, dass wir so sind, wie wir sind. Doch alles davon ist erfunden. Von uns. Und es ist zu einem Programm in unserem Unterbewusstsein geworden. Es hat die riesige Kraft und Instanz geformt, die unser Leben lenkt und unser gesamtes Verhalten bestimmt.

Die Ergotherapie lehrte mich etwas sehr Entscheidendes: Dass dies alles passieren kann, hängt von einem besonderen neurologischen Umstand ab. In der Fachsprache nennen wir das die Neuronale Plastizität. Diese Plastizität existiert, solange wir leben. Und sie bildet die Grundlage dafür, dass wir die Veränderungen in unserem Leben, unserem Verhalten, unseren Gedanken und unseren Gefühlen bewusst und eigenständig jederzeit herbeiführen können, wenn wir die hierfür notwendigen Kriterien beachten.

Gezwungenermaßen konnte ich mich als Therapeut nicht nur damit beschäftigen, anderen Menschen zu helfen. Ich selbst musste lernen, trotz meiner inneren Wir-



**Abb. 2a-c** Die Bilder, die Pasquale Iazzetta vor zwanzig Jahren als Patient gemalt hat, hängen heute als Leihgabe in einem großen Saal der Psychiatrischen Klinik Breitenau



**Abb. 3** Seine Geschichte hat Iazzetta in einem Buch festgehalten

belstürme am Leben zu bleiben. Meine Lebensfähigkeit und Arbeitsfähigkeit aufrechtzuerhalten. Dieser Umstand hat mich dazu gebracht, mich mit sehr vielen Methoden, Techniken und Strategien auseinanderzusetzen. Ich war und bin immer noch selbst darauf angewiesen, dass sie wirken.

Ich bin ein Therapeut, der seine Methoden tagtäglich anwendet. Und ich habe es mir zur Gewohnheit gemacht, Methoden zu suchen, zu finden und zu erfinden. Sie zu testen und weiterzuentwickeln. Mich fortlaufend mit den besten und wirksamsten Methoden für seelische Gesundheit und persönliche Weiterentwicklung zu beschäftigen.

All dies fließt heute in meine therapeutische Arbeit und meine Weiterbildungstätigkeit ein. Das Buch „Wellenreiter zum Glück – die ungewöhnliche Geschichte eines manisch-depressiven Therapeuten“ beschreibt die Entwicklung der Methoden während meiner Lebensgeschichte und führt sie im Schlussteil nochmals ausführlich aus (Abb. 3). Auf diese Weise können Lesende ihre eigenen Erfahrungen machen und von der Wirksamkeit der Techniken profitieren.

### Noch zwei Seitenwechsel

Nach zehn Jahren Tätigkeit in der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich entschied ich, beruflich in meinen Wohnkanton Schaffhausen zurückzukehren. Mein dritter Seitenwechsel stand an. Gerade in der Zeit, als ich entschloss, mich beruflich zu verändern, entdeckte ich eine Stelle, die mich besonders reizte. Die Stellenaus-

schreibung für einen Eingliederungsberater bei der Invalidenversicherung.

Ich konnte nicht anders. Ich musste mich einfach bewerben. Zudem gab es im kleinen Kanton Schaffhausen für Ergotherapeut:innen nicht viele Alternativen. So bewarb ich mich dafür, den Job zu übernehmen, den die IV zehn Jahre zuvor in meinem Fall nicht angehen wollte. Zwei Wochen später erhielt ich den Vertrag.

Nach drei Jahren als Eingliederungsberater hatte die Zahl der Klient:innen in meiner ergotherapeutischen Praxis so sehr zugenommen, dass ich mich erneut entscheiden musste. Beides konnte ich nicht mehr unter einen Hut bekommen. Ich schlitterte knapp an einem Burn-out vorbei und wagte 2016 den dritten Seitenwechsel. Ich wurde vollständig selbstständiger Ergotherapeut. Von nun an standen meine therapeutische Arbeit und meine Weiterbildungstätigkeit an erster Stelle. Dieser Schritt fiel mir alles andere als leicht. Ich wusste, dass sich in der Vergangenheit meine Arbeitsfähigkeit von einem Tag auf den anderen verabschiedet hatte. Als Angestellter ist man hier abgesichert, als Selbstständiger trägt man das ganze Risiko.

Meine Praxis besteht nun seit bald 15 Jahren. Sie ist zu einer Gemeinschaftspraxis und einem Therapiezentrum herangewachsen. Zuletzt wurde noch eine Praxis für Hypnosetherapie integriert. Die Ausbildung hierzu absolvierte ich in diesem Jahr.

Die surrealste Erfahrung meines Lebens ereignete sich vor zwei Jahren. Die Spitäler Schaffhausens, zu denen auch mein

langjähriges Domizil, die Psychiatrische Klinik Breitenau, gehört, luden mich ein, eine Stress-Balance-Weiterbildung durchzuführen. Zu meinem großen Erstaunen wurde ein Saal auf dem Klinikareal der Psychiatrie dafür ausgesucht. Dieser Saal war an der Stelle erbaut worden, wo zwanzig Jahre zuvor die Atelieregemeinschaft beherbergt gewesen war.

Am 24. September 2020, mitten in der Corona-Pandemie, stand ich vor den Teilnehmenden der Weiterbildung. Ich konnte wegen der Masken niemanden wiedererkennen. In diesem großen Saal mit rotem Linoleumboden hingen um uns herum drei großformatige farbenfrohe Bilder an den Wänden (Abb. 2a-c). Zwanzig Jahre zuvor hatte ich diese gemalt und sie der Klinik auf Anfrage als Leihgabe überlassen.



**PASQUALE IAZZETTA** ist Ergotherapeut für psychiatrische Erkrankungen, Geschäftsführer einer Gemeinschafts-

praxis und eines Therapiezentrums und Dozent für lösungsfokussierte Beratung und Selbsthilfe.

**Kontakt:** info@strativari.ch

<https://doi.org/10.2443/skv-s-2024-51020240102>