

Das verschwindende Ich

Als Jugendliche wollte Valentina nur eines: jeden Tag ein bisschen weniger werden. Den selbstvernichtenden Kampf gegen die Magersucht hat sie gewonnen. Nicht zuletzt durch die Hilfen zur Erziehung fand sie wieder ins Gleichgewicht.

Ich weiß nicht, was der Sinn von diesem Leben ist“, sagt Valentina. „Aber jedes Gramm Körpergewicht zu zählen, ist es nicht.“ Die 22-Jährige sitzt im Büro der Hilfen zur Erziehung in der Stuttgarter Innenstadt und erzählt davon, wie es sich anfühlt, wenn sich ein ungebetener Gast ins Leben schleicht und Schritt für Schritt die Kontrolle über die Gedanken und Gefühle an sich reißt. Die Magersucht streifte Valentina zum ersten Mal, als sie gerade 13 war. Sie flüsterte ihr ein, dass sie, ein zierlicher Teenager, unbedingt abnehmen müsse. Dass sie so niemand lieben könne. Dass alles endlich gut wird, wenn sie so aussieht wie die Models in den Hochglanzmagazinen. Wenige Monate später hatte sie sich von 45 auf annähernd 30 Kilo runtergehungert. Dass sie mit ihrem Leben spielte, verstand Valentina lange nicht. Der kalorienzehrende Gast war ihr längst zur besten und einzigen Freundin geworden.

Dass sie heute wieder im Leben steht und im September ihre Ausbildung zur Ergotherapeutin abschließt, hat auch mit Ewa Grabowska zu tun. Die Pädagogin unterstützt bei den Hilfen zur Erziehung der eva Kinder, Jugendliche und Eltern, die von Problemen im Alltag erdrückt werden. 2012 kreuzten sich ihre Wege, wenn auch nicht ganz freiwillig. „Das Jugendamt hatte mich nach einem Klinikaufenthalt hergeschickt“, sagt Valentina. Heute ist sie dankbar dafür. In Ewa Grabowska fand sie jemanden, die ihr Halt und Orientierung gab. Eine Vertraute, die sie unterstützte, an sie glaubte und sich von Rückschlägen nicht beirren ließ. Endlich.

Sich sicher, verstanden und aufgehoben zu fühlen, das kannte Valentina lange nicht. Ihre Kindheit hatte sich in vagen Zwischenräumen abgespielt. Irgendwo zwischen zwei Ländern, zwei Sprachen. Kein sonderlich stabiles Fundament, um darauf eine eigene Identität aufzubauen. 1994 wurde Valentina im Kosovo geboren, das damals zur Bundesrepublik Jugoslawien gehörte. Sie war vier Jahre alt, als der ethnische Konflikt zwischen Kosovo-Albanern und Serben eskalierte und Krieg ausbrach. Ihr Vater, der als Bauarbeiter schon seit einiger Zeit in Bietigheim lebte, schickte Geld für die Flucht. Mit ihrer Mutter, den älteren Geschwistern, Cousinen, Oma und Tante verließ Valentina ihre Heimatstadt. Dass es für immer sein würde, war damals nicht klar. „Wir dachten, dass wir zwei, drei Monate in Montenegro bleiben, bis der Krieg vorbei ist und dann zurückgehen.“ Die Geschichte sah ein anderes Szenario vor. Irgendwann machte sich die Familie weiter auf in Richtung Nordwesten, in der Hoffnung, es bis nach Deutschland zum Vater zu schaffen.

„Für mich als Kind war das ein großes Abenteuer“, sagt Valentina über die sechs Monate der Flucht. „Ich hab’ gar nicht richtig verstanden, was da eigentlich passierte.“ Nachts marschierten sie oft stundenlang querfeldein. Tagsüber versteckten sie sich in leer

stehenden Häusern oder fanden Unterschlupf bei Bekannten. In Italien wurden sie von der Polizei aufgegriffen und inhaftiert. Erst drei Wochen später, als der Vater Geld schickte, kamen sie frei.

Der Start in Deutschland fiel Valentina schwer. „Als ich in die Schule kam, habe ich viel geweint.“ Die Hausaufgaben verstand sie meist nicht. Eltern und Geschwister konnten ihr nicht helfen. Valentina schaffte es dennoch auf die Realschule. Doch das Gefühl, nicht akzeptiert zu werden, nistete sich in ihr ein – und bald auch der ungebetene Gast. Als sie in der siebten Klasse zum ersten Mal für vier Monate in die Klinik musste, besuchte sie keiner ihrer Mitschüler. Nach der Entlassung spürte sie eine unsichtbare Mauer zwischen sich und den anderen. „Niemand hat mich gefragt, wie es mir geht. Ich habe mich in der Klasse total allein gefühlt.“ Das regelmäßige Essen, das sie in der Klinik eingeübt hatte, hielt dem Alltag nicht stand. Um schnell wieder abzunehmen, trieb sie exzessiv Sport. Drei, vier Stunden am Tag schindete sie ihren Körper. Laufen, Kraftsport, Gymnastik. Bis zur totalen Erschöpfung. Nur alle zwei, drei Tage nahm sie überhaupt Nahrung zu sich. Sie war müde und kraftlos, die Noten wurden schlechter, die Eltern machten Stress. „Das war eine schlimme Zeit“, sagt Valentina. „Ich bin oft so aggressiv geworden, dass ich Stühle gegen die Wand geworfen habe.“

Sie hat mancherlei Täler durchschritten in jener Zeit, mehrfach wurde sie gegen ihren Willen in Spezialkliniken eingewiesen, zweimal regelrecht von der Polizei abgeführt. „Die Beamten haben mich auf den Boden gedrückt und mir die Hände auf dem Rücken fixiert“, sagt Valentina. Das hat Spuren hinterlassen. Bis heute. „Ich hab’ geschrien und wusste nicht, wie mir geschieht.“ Sie hatte nichts verbrochen. Sie hatte aufgehört zu essen. Bis Valentina den auszehrenden Gast endgültig aus ihrem Leben warf, dauerte es fünf Jahre. Schulwechsel, Klinik, betreute Mädchen-Wohngemeinschaft, wieder Klinik, Schulwechsel, neue WG. Der Wendepunkt war erreicht, als sie mit 18 erstmals freiwillig in stationäre Behandlung ging. „Mir war klar geworden, dass es so nicht weitergehen konnte.“ Sie nahm 20 Kilo zu, auch wenn jedes zusätzliche Kilo sie tiefer in die Depression drückte. Sie hielt es aus.

Als sie 2012 zu den Hilfen zur Erziehung kam, hatte Valentina die akute Magersucht hinter sich, aber viele Probleme vor sich. „Ich hatte keinen Plan, was ich mit meinem Leben machen sollte.“ Eine eigene Wohnung suchen, für sich persönlich herausfinden, wo es beruflich hingehen soll, AusbildungsbafoG beantragen – bei all dem stand ihr die Pädagogin Ewa Grabowska beiseite. Auch dabei, sich selbst zu finden. „Durch die Magersucht habe ich meine Jugend verpasst“, sagt Valentina. Der erste Freund, mit der Clique um die Häuser ziehen, „ich habe vieles erst später nachgeholt.“

Verloren war die Zeit für Valentina trotzdem nicht. „Ich bin durch all das stärker geworden.“ Im Herbst stehen die Abschlussprüfungen an, danach will sie als Ergotherapeutin anderen dabei helfen, ihre körperlichen und seelischen Beeinträchtigungen zu überwinden. Wenn sie darüber nachdenkt, wie lang und kurvig ihr Weg war, und wo sie heute steht, dann spürt Valentina etwas, das sie früher nicht kannte. „Manchmal“, sagt sie, „bin ich richtig stolz auf mich.“

