



Laureen Bauer (2019):
Sascha oder alles kommt zurück. Ein Weg aus einer Depression

30 Seiten, ohne Preisangabe; bestellbar direkt bei der Autorin: alleskommtzurueck@hotmail.com
Freigegeben zur nicht kommerziellen Nutzung und Vervielfältigung unter Nennung der Urheberangaben. Gedruckt mit Mitteln der Zürcher Stiftung für psychisch Kranke.

Die Autorin leidet seit ihrer Kindheit an depressiven Episoden. In der depressiven Erlebnisweise leben Menschen in einer anderen Welt. Es ist unmöglich Verbindung zu spüren. Es gibt keine Zeit, alles ist ein bewegungsloses Loch, ein luft- und wärmeloses All. In diesem Zustand, in dem Worte leer und Musik Lärm sind, spielen Gedichte, Bilder und Symbole eine besondere Rolle. So beschreibt das Laureen Bauer.

Die Autorin hat diesen Weg mit selbstgemalten Bildern und kurzen, prägnanten Texten dokumentiert. Entstanden ist ein eindrückliches Bilderbuch über die Wiederaneignung des eigenen Lebens und der eigenen Person.

Das Bilderbuch wurde publiziert, weil manche anderen Menschen in depressiven Episoden darüber erreicht werden können. Es soll ihnen Mut machen, durchzuhalten – denn «alles kommt zurück».

Das Buch berührt und ist gut geeignet, etwa in einem Wartezimmer einer Psychotherapiepraxis aufzuliegen.

Peter Schulthess