

*Intro:* Herzlich willkommen bei seko on air. Der Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

*Irena Težak:* Hallo und herzlich willkommen! Mein Name ist Irena Težak und ich bin Ihre Moderatorin. Heute hören Sie ein Gespräch zum Thema "Angehörige von Menschen, die Corona verharmlosen, leugnen oder an Verschwörungsmythen glauben". Das Thema Corona beschäftigt uns ja in vielfältiger Weise seit inzwischen fast zwei Jahren. Das ist ein Thema, das jede und jeden betrifft und trifft, sowohl in persönlicher, als auch in beruflicher, aber auch gesellschaftlicher Hinsicht. In Bayern gründen sich seit Beginn dieses Jahres auch Angehörigen-Selbsthilfegruppen von Menschen, die jemanden in der Familie haben, der oder die Corona leugnet, mindestens verharmlost oder sogar von einer Verschwörungstheorie überzeugt ist. Das hat natürlich Potenzial, Familien zu spalten, auseinanderzubringen und manchmal birgt es auch Konflikte von höherem, ungeahntem Ausmaß und kann zu Trennung und sogar zu Beziehungsabbruch führen. Heute spreche ich mit einer Vertreterin der Selbsthilfegruppe für Angehörige von Coronaleugnern, Coronaverharmlosern, Verschwörungsüberzeugten und ich interessiere mich für Ihre Motivation, die Ziele Ihrer Gruppe und möchte sie auch gerne nach Ihrer Geschichte fragen. Aus Sicherheitsgründen werden wir dieses Interview anonym durchführen.

Hallo, ich grüße Sie. Ihre Selbsthilfegruppe ist ja noch recht neu. Sie haben sich ein paarmal getroffen. Wie haben Sie denn diese ersten Treffen erlebt?

*Interviewte:* Ja, wir haben uns bis jetzt erst zweimal getroffen. Einmal in physisch tatsächlich und einmal digital. Und bei dem ersten Präsenztreffen war faszinierend, mit welcher Offenheit und ohne Scheu und Scham die Betroffenen berichten, sich öffnen. Es ist ein tolles Erlebnis, wenn man quasi mit Fremden zusammentrifft. Man kennt nichts von denen, man weiß nichts. Und sie öffnen sich komplett. Das ist toll.

*Irena Težak:* Bedeutet, es war sehr leicht möglich, dann auch eine Nähe herzustellen durch dieses gemeinsame Thema?

*Interviewte:* Ja.

*Irena Težak:* Hatten Sie denn vorher schon mal Kontakt zur Selbsthilfe? Also wussten Sie vorher, was ist eine Selbsthilfegruppe? Wie funktioniert das? Oder wären Sie auf die Gedanken gekommen?

*Interviewte:* Ne, ich habe Selbsthilfegruppen jetzt natürlich gekannt, aber noch nie persönlich, kannte aber Gruppentherapie sehr gut. Und ja, durch mein Betroffensein mit meinem Mann ist mir das einfach in den Sinn gekommen und ich dachte, ich muss es machen.

*Irena Težak:* Ja, es ist interessant, auch wenn Sie sagen Gruppentherapie, weil ich glaube, da gibt's Ähnlichkeiten, auch mit Selbsthilfegruppen. Aber es ist eben doch etwas anderes.

*Interviewte:* Ja, definitiv. Man hat natürlich keinen Therapeuten vor Ort sitzen. Aber was man halt hat, ist, da ist der Austausch. Und es ist dieses Zusammenfinden von gleichen Interessen. Das ist der Unterschied zu einer Gruppentherapie. Das sind ja verschiedenste Themen warum man sich dort trifft und hier, wir haben alle einen Anlass, einen

gemeinsamen Anlass. Und insofern ist es natürlich auch viel gebündelter, ja komprimierter und man kommt auch viel schneller auf den Punkt, auch des Verstehens, wie es dem anderen geht. Das ist natürlich bei einer bei anderen Gruppentherapien unterschiedlich, da sind die Problemlagen verschieden.

*Irena Težak:* Sie haben ja gesagt, dass es bei Ihnen um die Partnerschaft, um die Beziehung zu Ihrem Mann ging. Mögen Sie das mal erzählen? Wann hat das Problem sozusagen denn begonnen? Wann haben Sie gemerkt, es ist schwierig?

*Interviewte:* Ja, das fing an, zwei Wochen nach Corona, sozusagen. Mitte März wurden ja die ersten Maßnahmen getroffen.

*Irena Težak:* 2020?

*Interviewte:* Ja 2020. Und es war dann eigentlich schon wirklich nach zwei Wochen. Es war Anfang April, da mir das schon wirklich sehr komisch vor mit mit Äußerungen, die mich extrem verstört haben: ja das ist ja nur ein Schnupfen und die Särge in Bergamo das ist Fake, alles übertrieben und dahinter steckt ein Plan und das muss man erstmal so... fassungslos, fassungslos, weil wie kann es sein, wie kann, wie kann so was behauptet werden, wo ja die Beweislage eigentlich dagegen spricht? Ich habe natürlich angefangen Beweise zu sammeln, zu sammeln aber konnte mein Mann in keinsten Weise, keinsten Weise davon überzeugen, dass es nicht so ist.

*Irena Težak:* Und das bedeutet? Ich stelle mir das jetzt so vor. Sie kommen nach Hause und haben eigentlich täglich Streit. Oder haben Sie dann versucht, ja das Gespräch darüber zu vermeiden oder wie sind Sie dann damit umgegangen?

*Interviewte:* Man kommt ja nicht nach Hause im Lockdown. Man IST zu Hause.

*Irena Težak:* Ah ja, ja klar.

*Interviewte:* Aber das ist nicht das Problem, was ja Problem war Corona. Und natürlich, wir haben viel gestritten. Nein, nicht täglich keine Frage, aber wenn wir da gestritten haben, das war so in so einem Turnus von zehn Tagen, das dann immer so richtig geknallt, aber einfach richtig geknallt und mit allem was dazugehört mit: ich gehe weg oder ich verlass dich und dann haben wir uns quasi wieder angenähert, aber das Ganze einfach nur kaschiert. Aber es wurde nur so kosmetisch überdeckt aufgrund von Sentimentalität eigentlich immer nur

*Irena Težak:* Dann gab es ja irgendwann die Möglichkeit, sich impfen zu lassen. Wie war es denn dann?

*Interviewte:* Das war natürlich für mich ein wahnsinnig beruhigendes Ereignis, weil mein Mann hat, hat ja auch und das war ja das Schlimme dann auch, was unglaublich verletzend ist wenn dein Partner da einfach keine Maske aufsetzen will, natürlich dort an Orten, wo er muss, natürlich schon. Aber ich selbst schütze mich, bin zum Glück umzingelt von Freunden, die das auch so sehen und die sich auch schützen. Somit habe ich mich da gut gefühlt.

Soweit man sich sicher fühlen kann überhaupt. Und hab ihn natürlich als denjenigen gesehen, der hier Corona einschleppen könnte und das war natürlich eine ständige Bedrohung. Und ich weiß noch, die erste Impfung, es war einfach nur...

*Irena Težak:* Und für ihn war aber auch schon klar: Er lässt sich nicht impfen?

*Interviewte:* Auf keinen Fall. Was aber dann wirklich, wirklich interessant war, weil er ist ja nun umsorgt. Seine Angst ist die größte vor der Impfung, dass ihm halt dann was passiert, dass er halt mal in Folgeschaden hat oder gleich danach tot umfällt oder was auch immer. Also was es halt da so gibt. Und dann war wirklich unfassbar spannend, dass bei der ersten Impfung in der Phase waren wir getrennt.

*Irena Težak:* Sie haben sich deswegen getrennt. Die die Partnerschaft, die Beziehung konnte nicht mehr weiter.

*Interviewte:* Also bei der zweiten Impfung war es ihm unfassbar wichtig, dass er mich dorthin begleitet, dass er dabei ist. Er hat dann auch extra einen PCR Test gemacht. Da sieht man mal wie echt seine Angst ist. Er hatte...

*Irena Težak:* Er hatte auch Angst um sie.

*Interviewte:* Er hatte Angst um mich. Er hatte tatsächlich Angst um mich, dass mir was passiert. Und er ist dann wenigstens zur Stelle und kann den Notarzt rufen oder so... Nicht, dass ich dann zu Hause umfalle und da liege. Und das ist doch interessant. Also die Fürsorge, die ich quasi eingefordert hab: Also trag doch bitte eine Maske, die kriege ich nicht. Natürlich nicht, weil er ja die Sorge um mich hat. Er weiß ja für ihn "Corona ist nicht schlimm". Das zeigt aber doch auch, dass die Beziehung intakt ist.

*Irena Težak:* Also ich habe den Eindruck, dass er dann tatsächlich wirklich Angst vor den Folgen hatte. Und die konnten sie ihm auch nicht nehmen. Und er hatte dann Angst um sie, weil sie sich so entschieden haben. Hat er denn mal versucht, Sie umzustimmen oder Sie davon zu überzeugen?

*Interviewte:* Nie. Das ist auch gut so! Also er ist überhaupt kein Keiner, der mich dann groß von irgendwas überzeugen will. Da war ich schon diejenige, die einfach gesagt das kann doch nicht sein, das kann doch einfach nicht sein und hab's. Ich bin natürlich auch eher so ein Mensch geht nicht, gibt's nicht und und war dann in meinem eigenen Hamsterrad hier. Ich muss ihn überzeugen, ich muss es schaffen, ich muss es schaffen. Er hat es nicht geschafft.

*Irena Težak:* Zu welchem Zeitpunkt hatten Sie denn dann den Gedanken, eine eine Selbsthilfegruppe dazu zu gründen, also andere Betroffene zu finden? Ihre Zielgruppe sind ja Partner, Partnerin, aber auch Eltern oder Kinder, die an Verschwörungsmythen glauben. Wann hatten Sie den Eindruck, darüber möchte ich mich mit anderen austauschen?

*Interviewte:* Es ist dann, es ist dann eskaliert im November, Ähm, da ist das, was da draußen im November in Deutschland los war, bei uns genauso gewesen. Es ist genau so hochgeschaukelt und explosiv von der Stimmung her und man kam einfach gar nicht mehr drumrum. Und mein einziges war eben: Oh Gott, wie dramatisch ist das alles Und mein Mann hat es einfach nur ignoriert, ignoriert, hat Zahlen gesammelt, dass das alles nicht stimmt und so. Und dann ist es einfach eskaliert und dann war es einfach, wie ich damals gedacht habe, wirklich vorbei. Und er ist dann auch ausgezogen. Und zwar mit all seinen Sachen.

*Irena Težak:* Wie sind Sie denn auf den Gedanken gekommen, auf die Idee gekommen, diese Selbsthilfegruppe zu gründen?

*Interviewte:* Wir hatten uns wieder mal getrennt. Wieder mal. Weil es tatsächlich in den letzten zwei Jahren mehrmals vorgekommen ist und ich bin dann zu meiner Freundin währenddessen gefahren, während mein Mann auszog und sie meinte dann: Naja, du bist nicht alleine. Und ich sagte: Ja, stimmt. Und dann in meiner Ohnmacht sagte ich dann: du ich gehe in eine Selbsthilfegruppe. Und dann war gleich der nächste Gedanke, ich gründe eine Selbsthilfegruppe, obwohl ich gar nicht wissen konnte, dass es gar keine gibt. Aber es gab tatsächlich keine. Ja, und hab es dann auch gemacht.

*Irena Težak:* Aber ich gehe in eine Selbsthilfegruppe hört sich so an, als ob das für sie auf jeden Fall eine Option gewesen wäre. Sie wussten schon, dass es Selbsthilfegruppen gibt zu allen möglichen Themen?

*Interviewte:* Ja, ich wusste, von Selbsthilfegruppen, es stand jetzt für mich noch nie, noch nie zur Debatte. Es war plötzlich da. Also plötzlich war dieser Gedanke... Der war einfach da, weil es ist... es kann einem keener helfen. Man ist so in dieser unfassbaren Ohnmacht. Es hilft dir niemand. Und dann müssen wir uns einfach selber helfen. Und es geht halt einfach nur mit Gleichgesinnten, weil nur die verstehen einen, was es wirklich bedeutet. Wenn`s jetzt in dem Fall der Partner ist, tagein, tagaus damit umzugehen, damit zu jonglieren, das auszuhalten und alles was dazugehört, das kann einfach nur jemand verstehen, der das mitmacht. Und der Gedanke war einfach dann... Irgendwann war er reif. Ich habe mir nur überlegt, wieso bin ich da nicht schon eher drauf gekommen?

*Irena Težak:* Naja gut, alles braucht seine Zeit.

*Interviewte:* Ja, alles braucht seine Zeit und das war dann der Zeitpunkt.

*Irena Težak:* Und das ging dann alles relativ schnell.

*Interviewte:* Ja, das ging schon schnell.

*Irena Težak:* Dann hat sich die Gruppe gegründet.

*Interviewte:* Ja, genau. Also, wir sind acht Personen. Das ist eine gute Zahl, damit jeder auch befriedigt nach Hause geht und eine gewisse Redezeit hat. Und ich denke, die acht ist genau richtig.

*Irena Težak:* Was machen Sie, wenn sich jetzt noch mehr Menschen melden, die gerne in diese Gruppe möchten?

*Interviewte:* Ja, es gibt auch jetzt schon eine Warteliste und man könnte natürlich eine neue Gruppe gründen. Also wenn jetzt jemand das Bedürfnis hat, er braucht es ganz dringend, dann kann eine weitere Gruppe auch gemacht werden. Da könnte ich dann die Patenschaft übernehmen. Weil zwei Gruppen möchte ich jetzt nicht machen, das wär mir zu viel. Aber...

*Irena Težak:* Ja gut, es könnte ja auch dann jemand anders sozusagen in Verantwortung übernehmen. Genau. Wie oft treffen Sie sich denn mit Ihrer Gruppe?

*Interviewte:* Alle zwei Wochen.

*Irena Težak:* Sie sagen ja, dass Sie an die Wirkung des Austausches von gleich Betroffenen glauben und auch, dass Sie an diesen empathischen Dialog glauben. So ist es ja auch in Ihrer Verbindung weitergegangen.

*Interviewte:* Ja, ich muss sagen, ich war letztes Jahr schon noch eher davon überzeugt, den anderen überzeugen zu wollen. Durch die Trennung ist mir einfach bewusst geworden: Es kann ja nicht sein, dass wir in Corona hier eine Liebesbeziehung einfach weggeworfen wird. Der Gedanke kam dann ganz stark: willst Du den Menschen wirklich verlieren? Und dann war die Antwort einfach: Nein, will ich nicht. Will ich einfach nicht. Okay, dann musst du was dafür tun. Und ich bin dann echt in dieses Gefühl gegangen. Und ja, die dürfen jetzt nicht mitspielen, die Ungeimpften. Ich war ja diejenige, die immer auch gesagt hat: Hey, wegen dir. Und jetzt gibt es hier die Geimpften und die Ungeimpften und das hat mir so ein bisschen die Augen geöffnet.

*Irena Težak:* Das heißt, Sie akzeptieren jetzt auch die Sichtweise und die Haltung Ihres Partners und sagen: okay, ich habe zwar eine andere Haltung, aber wichtiger ist ich möchte mit diesem Menschen weiterhin mein Leben verbringen.

*Interviewte:* Ja, das war eine ganz lustige Reaktion von meiner Tochter: sag mal Mama, hast du die Seiten gewechselt? Da sag ich: Auf gar keinen Fall habe ich die Seiten gewechselt! Natürlich nicht. Und es wäre mir natürlich recht wenn er geimpft wäre. Da müsste ich lügen, wenn ich das nicht sagen würde. Und trotzdem habe ich da einfach locker gelassen und lass ihn einfach sein. Und natürlich habe ich auch meine roten Linien, wo ich sag, das würde jetzt gar nicht gehen. Und wir haben auch Gespräche zu dem ganzen Thema. Aber die Gespräche sind anders, sie sind einfach anders. Wie gesagt, mir wäre es lieber, er wäre geimpft und mir wäre es lieber, es wäre insgesamt mehr Menschen geimpft.

*Irena Težak:* Wenn man jetzt an solche Verschwörungsmythen glaubt, das ist ja noch mal, würde ich sagen, ein Tacken mehr. Da gibt es ja wirklich die abenteuerlichsten Varianten. Jetzt in Ihrer Gruppe gibt es da Leute, die mit solchen Menschen zusammenleben? Oder kommt es dann da auch mehr zu Trennungen? Oder plädieren Sie da auch für einen empathischen Dialog und den Versuch, sich sozusagen nicht spalten zu lassen?

*Interviewte:* Ja, selbstverständlich gibt es rote Linien, die einfach nicht ... die dürfen nicht überschritten werden. Und ja, es gibt schon in der Gruppe auch Fälle, wo es sehr speziell ist. Aber das muss ja dann jeder wirklich selber für sich rausfinden, wie weit er das gemeinsam tragen kann oder wie da die Schmerzgrenze ist.

*Irena Težak:* Sind in Ihrer Gruppe Männer und Frauen oder sind es mehr die Frauen?

*Interviewte:* Nein, tatsächlich ist es fifty fifty.

*Irena Težak:* Es ist fifty fifty?

*Interviewte:* Absolut fifty fifty. Ich hätte auch gedacht, es sind mehr Frauen, die sich da Hilfe suchen. Nein, stimmt nicht.

*Irena Težak:* Was meinen Sie? Wie lange werden Sie in diese Selbsthilfegruppe gehen? Oder wann würden Sie denken, jetzt ist gut? Was müsste für Sie passieren?

*Interviewte:* Naja, also dass das Thema der Gruppe ist ja einmal Corona verharmlosen, leugnen. Aber es sind natürlich auch die Verschwörungsüberzeugten, die es den Menschen hier zu schaffen machen. Und ich glaube nicht, dass das jetzt in ein absehbarer Zeit aufhören wird.

*Irena Težak:* Was würden Sie jemandem raten, der einen Angehörigen hat, der tatsächlich an eine Verschwörung glaubt?

*Interviewte:* Ich zapfe da meine eigene Erfahrung an: nicht abwerten.

*Irena Težak:* Sondern? Wenn nicht abwerten?

*Interviewte:* Das Entscheidende ist, nicht abzuwerten und nicht zu denken: Wie kann man das nur glauben? Sondern versuchen zu erfahren, warum er das glaubt und im Austausch zu bleiben, sich das gemeinsam anzuhören, das ist so etwas anderes. Weil man versteht, um was es überhaupt geht. Ganz konkret.

*Irena Težak:* Also für mich hört sich das so an: Ich nehme dich Ernst, wenn ich mit dir gemeinsam das anhöre, was du glaubst, als Partner, als Partnerin. Und dann gucken wir zusammen, aber eben ohne den Anspruch: Das, was ich denke, ist richtig. Und das, was du denkst, ist absurd.

*Interviewte:* Ja, also ernst ist es jetzt, glaube ich das Wort, was ich eher... ist Respekt. Also, dass ich trotzdem dich als Person respektiere und das, was du da sagst... mit dem ernstnehmen, man nimmt es natürlich nicht ernst, weil man ja was anderes glaubt und trotzdem schafft es aber Einblicke, was der Person wichtig ist und dann versteht man wenigstens: ach so, da kann man sagen ach ja die Sorge treibt dich um? Ah ja, das ist ja interessant, aber guck doch mal das und das ... Es ist nicht einfach nur dieses krasse Nein, es ist so oder es ist so.

*Irena Težak:* Gibt es auch Menschen in Ihrer Gruppe, die sich getrennt haben und jetzt einfach getrennt sind?

*Interviewte:* Ja, es gibt ein Paar die sind getrennt. Aber dass da vielleicht auch noch ne Perspektive...so ein kleiner Hoffnungsschimmer am Horizont vielleicht auch noch ist. Aber heute sind sie getrennt. Aber ansonsten sind die anderen zusammen und wollen auch zusammenbleiben. Also da ist schon ein wirklich ein Bemühen das zu schaffen und auch bei der einen Person, da ist es auch so sind, zwar getrennt, aber da ist schon auch ein Bemühen nach wie vor da

*Irena Težak:* Haben Sie den Eindruck, es bräuchte mehr Unterstützung für viele Menschen, die dieses Thema möglicherweise umtreibt? Weil Sie sagen ja auch, es gibt eigentlich keine Hilfe diesbezüglich.

*Interviewte:* Es gibt tatsächlich ... Und das war eigentlich so mein Gedanke, als ich, als ich gesagt habe, ich muss diese Gruppe gründen, weil es gibt nichts außer dem Sektenbeauftragten in München dem Dr. Matthias Pöhlmann. Das Gleiche gibt's nochmal von der katholischen Kirche. Aber ansonsten gibt es nichts. Und das ist schon erstaunlich, dass da nichts ist.

*Irena Težak:* Das heißt also, mit Ihrer Gruppe möchten Sie auch dazu beitragen, dass es eben nicht zu dieser Spaltung in der Gesellschaft, in den Familien kommt? Und haben Sie den Eindruck: das passiert halt überall. Oder hat sich das jetzt ... also ein bisschen habe ich auch das Gefühl, so ein bisschen hat sich das beruhigt.

*Interviewte:* Ich denke ja, Omikron sei Dank.

*Irena Težak:* Dann, vielen, vielen Dank für das sehr interessante Gespräch. Und ja, ich bin ganz gespannt, wie das alles überhaupt noch weitergeht.

*Interviewte:* Das bin ich auch. Danke Ihnen!

*Outro:* Bis zum nächsten Mal bei seko on air, dem Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.



on air