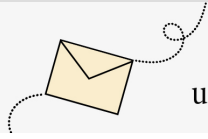


PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



LEBEN

„Vieles bleibt unsagbar“

Der holländische Schriftsteller Gerbrand Bakker litt jahrzehntelang an einer schweren Depression. Mit seinen Büchern berührt er Leser weltweit.

VON ANNE OTTO

 09. JAN 2019

Einen üppig blühenden Garten hat Gerbrand Bakker rund um sein Haus in der Eifel gestaltet, mit Terrassenbeeten aus Naturstein, bunten Stauden und einer selbstgebauten Vogelfutterstation. „Als ich ankam, war hier nichts außer Gras und Wildnis“, sagt der 56-Jährige, der diplomierter Gärtner ist. Einige Jahre arbeitete er in dem Beruf, bevor er Sprachwissenschaften in Amsterdam studierte, Wörterbücher verfasste und irgendwann auch anfang, Romane zu schreiben. Diese haben international Aufsehen erregt, Gerbrand Bakker erhielt mehrere renommierte Literaturpreise, etwa den *Independent Foreign Fiction Prize*. Sein bekanntester Roman *Oben ist es still* wurde in 35 Sprachen übersetzt und ist verfilmt worden.

Wer Bakkers letztes Buch *Jasper und sein Knecht* gelesen hat, der erkennt im Garten in der Eifel einiges von dem wieder, worüber Bakker dort erzählt. Denn in diesem zum Teil autobiografischen Buch, das aus literarischen Tagebucheinträgen besteht, hat Bakker den Kauf des Hauses im Jahr 2012, den Bau der Vogelfutterstation und andere Schritte bei der Gartengestaltung genau beschrieben. Ebenso präzise hat er seinen Gemütszustand dargelegt. Er beschreibt dort im Rückblick die Jahre zwischen 2011 und 2013 als quälend. Er erlebte in der Zeit eine schwere Depression, die mit Panikgefühlen, Zwangsgedanken und Schlaflosigkeit einherging – und mit einer Unfähigkeit, öffentlich aufzutreten. Erst in der Krise habe er verstanden, dass er wahrscheinlich seit seiner Jugend an dieser psychischen Erkrankung leidet, schreibt Bakker in dem Text.

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Menschen verstehen wie die Profis

Fünf Psychotherapeuten beschreiben Techniken und Haltungen, um andere Menschen besser zu verstehen. Und sie erklären, wie wir sie nutzen können.

BEZIEHUNG

Wenn er nicht so ist, wie sie ihn braucht

Warum der Versuch, Intimität herzustellen, manchmal das Gegenteil bewirkt, zeigt Paartherapeutin Angelika Eck.

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

2 BEZIEHUNG

Sich wieder nah sein

Viele Partner entfernen sich im Laufe ihrer Beziehung voneinander. Die emotionsfokussierte Paartherapie zeigt, wie sie wieder zueinander finden.

3 LEBEN

Resilienz lässt sich lernen

Resilienz ist eine Frage des Bewertungsstils. Krisen standzuhalten lässt sich lernen, erklärt der Forscher Raffael Kalisch in einem Buch.