

## **Formen moderner Erschöpfung**

Sascha Hilpert (Deutschland, 2025)

Regie: Sascha Hilpert Buch: Sascha Hilpert, Martin Rosefeldt Produktion: Erik Winker, Martin Roelly, Daniela Dieterich Kamera: Dirk Lütter Schnitt: Janina Herhoffer Verleih: Real Fiction  
Cast: Birgit Unterweger, Rafael Stachowiak, Wolf List, Sarah Bernhardt. 118 Min.

Der Titel des Films mag auf den ersten Blick befremdlich erscheinen, weil er wie der einer wissenschaftlichen Studie klingt. Stimmt – davon handelt der Film *auch*. Und die Doktorandin, die an diesem wundersam entrückten Ort ihrer Forschungsarbeit nachgehen konnte, Sarah Bernhardt, hat hier ein ebenso zeitloses wie modernes Thema offenbar so interessant aufbereitet, dass sie sich Jahre später als eine der Protagonistinnen des gleichnamigen Kino-Films auf der Leinwand wiederfindet. Sie bildet mit ihrer Dissertation *Neurasthenie und Burnout. Formen der Erschöpfung in der Moderne* einen wesentlichen Bezugspunkt zu diesem komplexen, berührenden und zugleich erstaunlich selbstverständlichen und therapeutischen („Hybrid“-)Film von Sascha Hilpert, der den Ort, an dem er ihn realisiert hat, aus eigener Anschauung und eigenem Erleben kannte.

Das erklärt der Regisseur und Autor des Films in Interviews ebenso freimütig wie er seine Hochachtung vor dieser ebenso altehrwürdigen wie einzigartigen Institution mitten im Harz zum Ausdruck bringt. Nirgendwo sonst hätte sich dieses Filmprojekt derart stimmig und ganzheitlich realisieren lassen, in einer idealtypischen Verbindung von der sozialpolitischen Relevanz des Themas – der Selbstentfremdung des Menschen in einer zunehmend gefühlskalten, oberflächlichen, reizüberfluteten und sinnentleerten Gesellschaft – mit einer hautnah spürbaren Verzweiflung der in dieser Klinik Hilfe suchenden Menschen.

Der Schauplatz ist heutzutage bereits durch die zauber(berg)hafte Lage dieser *Psychosomatischen Fachklinik*, die bis vor wenigen Jahren noch „Sanatorium“ Dr. Barner hieß und im Jahr 1900 gegründet worden ist (als gerade *Die Traumdeutung* von Sigmund Freud veröffentlicht wurde), besonders geeignet, den Verlust unserer Mitte spürbar werden zu lassen. Vor allem aber wegen einer dort gelebten psychosomatischen Haltung und Sicht auf den leidenden Menschen, die wirklich umfassend verstehen und berücksichtigen möchte, was uns krank werden und erschöpft sein lässt. Und was wir nötig haben, um uns im eigenen Leben wieder – oder so wie noch nie – sicher und geborgen zu fühlen und uns darin womöglich neu orientieren zu können.

Schon der Gründer dieses Sanatoriums, Dr. Friedrich Barner (1859-1926), war der Ansicht, dass der leidende Mensch auch einer schönen, naturnahen und wohltuenden Atmosphäre bedarf, um sich erholen und wieder zu sich kommen zu können, und er ließ einen architektonisch spektakulär schönen Gebäudekomplex dafür erbauen, mithilfe eines berühmten Jugendstil-Architekten seiner Zeit, Albin Müller, der ebenfalls in diesem Sanatorium eigene Erschöpfungssymptome behandeln ließ.

In diesem mitfühlenden, behutsamen und subtil beobachtenden Film von Sascha Hilpert darf sich jetzt auch das Filmpublikum für eine therapeutische Weile im erstaunlichen Ambiente dieses Ortes aufhalten. An dem sich bis heute bewahrt zu haben scheint, was sich über so lange Zeit, jenseits aller „modernen“ Diagnosen und Methoden, als angemessen und hilfreich erwiesen hat, gesund für Körper und Seele.

Wenn beim Essen im Lauf der Jahrhunderte Kochrezepte und Zutaten wechseln mögen, sind doch die *Nährstoffe*, die wir leibhaftig brauchen, *zeitlos gültig*. Und Gleichtes gilt offenbar auch für die *seelischen Grundbedürfnisse* leidender, erschöpfter Menschen. Die brauchen vor allem Ruhe und Zeit in einer geborgenen, entspannten Atmosphäre. Stress und Versagensangst haben sie krank werden lassen, und sie bedürfen der Aufmerksamkeit und Fürsorge anderer Menschen, die verstehen können, wie sie sich fühlen, und vor denen sie sich nicht mehr verstehen müssen.

Das tun die beiden depressiven Hauptpersonen des Films – Nina (Birgit Unterweger), Leiterin einer Werbeabteilung, und Henri (Rafael Stachowiak), der als Sozialpädagoge arbeitet – ihrer Mitwelt gegenüber schon viel zu lange. Und auch voreinander bleiben sie zunächst in ihren inneren Schutzkapseln, die sich für sie bewährt zu haben scheinen.

Menschen beginnen bereits im Kleinkindalter, ja im Grunde schon im Mutterleib, sich den Rahmenbedingungen anzupassen, in denen sie als extrem schutzbedürftige Wesen überleben müssen, und sie behalten die Strategien und Rollen bei, die sich als vorteilhaft erwiesen haben. Doch gerade diese Entfremdung von ihrem lebendigen Wesen schon als Kind, das sich von Anfang an nach liebevoller Nähe sehnt, ohne sich diese durch Wohlverhalten verdienen zu müssen, die Anstrengung des Funktionierens für Andere (Eltern, Angehörige, Autoritäten, Vorgesetzte ...) führt früher oder später in die Sackgasse der Erschöpfung. Wie auch immer deren Symptome durch die Jahrhunderte benannt und erklärt worden sind – ihre psychodynamischen Wurzeln liegen in den ersten Lebensmonaten eines Menschen.

Wie die beiden Protagonisten, Nina und Henri, sich in dieser fürsorglichen, beschützten Umgebung, in der sie ihren mehrwöchigen Therapieaufenthalt während einer schneereichen und nebelverhangenen Winterzeit verbringen, kaum merklich zu verändern und zu öffnen beginnen, sich selbst und ihrer Umgebung gegenüber, wird von Unterweger und Stachowiak überaus intensiv und übertragbar berührend verkörpert. So als seien sie als ähnlich Betroffene vor Ort und ließen vor der Kamera unbewusst auch ihre eigenen leidvollen Entwicklungsprozesse sichtbar werden. Unter den sich freimüsig bei ihrer jeweiligen therapeutischen Arbeit und manchmal als potentielle Patienten in einer Gruppe zeigenden Mitwirkenden des Klinik-Personals, ließen sich Scham und Scheu offenbar bald verlieren, und auch die Zuschauenden im Kinosaal werden für zwei Stunden beiläufig Teil eines therapeutischen Prozesses, der unter die Haut geht und zugleich als soziale Notwendigkeit erscheint.

Durch die unaufdringliche Einbeziehung der historischen Fakten, wie im Lauf der Zeit mit den Erschöpfungssymptomen der Menschen umgegangen wurde, wird noch zusätzlich verdeutlicht, dass wir die psychosomatischen Reaktionen auf unerträgliche Lebensumstände, die sich im einzelnen Menschen ebenso wie in unseren gesellschaftlichen Beziehungen widerspiegeln, endlich auch als sozialpolitische Herausforderung verstehen müssen. Es kommt darauf an, die Kälte und Entfremdung zwischen uns in ein Klima wahrhaftiger Solidarität zu verwandeln.

Wenn wir in einem lieblosen, unsicheren Umfeld aufgewachsen sind, bringen wir auch gesellschaftliche Strukturen hervor, die uns möglichst schnell und effizient wieder funktionstüchtig machen sollen; bereit, uns über digitale Kanäle mit Algorithmen aller Art zu vernetzen, denen es egal ist, wie wir uns fühlen. Erschöpfte Menschen finden sich in einer erschöpften Gesellschaft wieder, in der, wie bei jeder Sucht, nur die Dosis erhöht wird, um wenigstens die bisherige Wirkung zu erzielen.

In der solidarischen zwischenmenschlichen Atmosphäre dieses heilsamen Ortes vermittelt sich dagegen wieder eine Ahnung davon, wie liebevoll bemüht und bedingungslos zugewandt der Austausch zwischen Menschen eigentlich sein könnte. Wenn sie damit beginnen, keine Rollen mehr zu spielen, sondern der Stimme ihrer Sehnsucht zu folgen.

Wenn sie, wie Henri und Nina, wieder anfangen, zu singen, zu tanzen und zu malen und froh darüber sind, dass es sie noch immer gibt. Wenn sie lange Spaziergänge unternehmen, Pferde streicheln können oder in Decken gepackt mit einer Wärmeflasche auf dem Bauch anderthalb Stunden einfach nur in Stille daliegen dürfen.

Es sind vorsichtige erste Entwicklungsschritte, die sich bei den Beiden in der Klinik zeigen, vor dem Hintergrund einer langen leidvollen Geschichte, die hier endlich wieder aus dem Dunkel der Verdrängung auftauchen kann. Sie bleiben dabei reserviert und vorsichtig, lassen sich allenfalls in ihrer Fantasie miteinander ein. Doch sie beginnen sich wieder zu spüren und nehmen ihre eigene Schwere auch beim anderen wahr. So kommen sie allmählich wieder in der eigenen Gegenwart an, lernen ihrer eigenen Wahrnehmung wieder zu vertrauen und fühlen sich eine Zeitlang mit Menschen verbunden, die sie umsorgen und ihnen Gutes tun.