

porträt

40

PANORAMA
PSYCHOSCOPE 1-2/2009

Monika Renz hat mit ihrer unaufdringlich hoffnungsvollen Spiritualität schon viele Sterbeprozesse erleichtert. Die FSP-Psychotherapeutin und Theologin leitet die Psychoonkologie am Kantonsspital St. Gallen.

«Ich weiss, dass ich Angst habe vor dem Tod, und hoffe, dann kompetente Leute um mich zu haben. Aber ich habe auch die Erfahrung, dass Todesnähe oft nicht so schlimm ist, wie es von aussen aussieht.» – Die Urheberin dieses Satzes: die Psychologin und Theologin Dr. Dr. Monika Renz. Die Leiterin der Psychoonkologie im Kantonsspital St. Gallen wirkt hier im 3. Stock von Haus 1 in einem Büro-Therapieraum, in dem das Administrative wohlthuend in den Hintergrund tritt. Die Optik dominieren die Instrumente der Musiktherapeutin: vom pythagoräischen Monochord über Gongs, Miniharfen bis zur «Ocean Drum». Das ebenfalls im Raum präsenste Klavier ist der eigenen Entspannung vorbehalten: Klavierimprovisation sei seit der frühen Kindheit ihr Hobby.

Wider die Resignation

«Ich hätte nie gedacht, dass ich einmal in der Psychoonkologie arbeite», berichtet Monika Renz über ihren Werdegang. Aufgewachsen mit drei Geschwistern im Kanton Zürich, sammelt sie nach dem Lehrerseminar Berufs- und Unterrichtserfahrung. In den achtziger Jahren studiert sie pädagogische Psychologie, Psychopathologie und Musikethnologie an der Universität Zürich. Nach dem Lizentiat folgt die Weiterbildung zur Psychotherapeutin mit Eigenerfahrung in Gestalttherapie, Analytischer Psychologie nach C.G. Jung, Systemischer Therapie, Körperpsychotherapie und Transpersonaler Psychologie. Seit 1986 arbeitet Monika Renz studiumsbegleitend als Musik- und Psychotherapeutin in Institutionen und in eigener Praxis mit Kindern, lernbehinderten Jugendlichen,

Erwachsenen und auch mit Krebskranken.

Im Lauf ihrer Psychologieausbildung entwickelt Monika Renz eine Affinität zu existenziellen Themen. Sie vertieft sich in die Thematik «Wahrnehmung in Grenzzuständen», in der sie bei Prof. Dr. Heinz Stefan Herzka dissertiert. Später erscheint dazu ihr Buch «Zwischen Urangst und Urvertrauen». Motiviert wird sie für ihre Studien nicht zuletzt durch die Empörung über die Resignation, mit der ihr Fachgebiet das Thema «Frühstörungen» abhandelt: «Ich kann den Gedanken nicht ertragen, dass es Menschen geben soll, die untherapierbar ‚einfach Pech gehabt‘ haben.» 1998 übernimmt sie die Leitung der Psychoonkologie am Kantonsspital St. Gallen. Täglich mit existenziellen Fragen und Bedürfnissen konfrontiert, stellt sie sich die Frage nach der eigenen Spiritualität und beginnt in Fribourg ein Studium der Theologie.

Klangreisen und Empathie

Als eine Art Notfallpsychologin therapiert Monika Renz KrebspatientInnen und Sterbende mit einem multidimensionalen Ansatz. Sie setzt Elemente aus der Gestalttherapie, der Körpertherapie und insbesondere der Musiktherapie ein, sind doch gerade komatöse und sterbende Menschen auditiv oft ansprechbar und sensibel. Allerdings müssen Klänge angesichts dieser sensitiven Wahrnehmung von Sterbenden achtsam und wohltdosiert eingesetzt werden. Gleichsam zum Abfedern setzt Renz deshalb auch die eigene Stimme ein, summt archaisch anmutende Melodien in Obertönen. «Das Monochord kann für manche Patienten ohne Stimmbegleitung beängstigend klingen.»



Foto: Ursula Markus

«Mich darf man auch rausschicken.»

Zeugnisse Sterbender

Eindrücklich beschreibt Monika Renz in unserem Gespräch einige für sie relevante Szenen aus ihrem Berufsalltag. Seit 1998 wertet sie ihre vielfältige therapeutische Arbeit wissenschaftlich aus: Das Projekt und Buch «Zeugnisse Sterbender» geht dem inneren Erleben Sterbender nach, und dies mittels der Erfassung derer subtilen Signale. Spirituelle Erfahrungen in Leid und Krankheit ist Thema im Projekt und Buch «Grenzerfahrung Gott». Entstanden sind etliche beeindruckende, auch für Laien und Angehörige verständliche und hilfreiche Publikationen (www.monikarenz.ch).

Besonders berührende Szenen sind darin unter anderem die gleichsam erlösten körperlichen Reaktionen der teilweise bereits komatösen PatientInnen. Wirkt die Intervention, reagieren diese mit Stöhnen, Gesten oder mit vertiefter Atmung und Verdauungsgeräuschen. Offenbar entspannt sich etwas. Interpretationen werden vorsichtig rückfragend angesprochen, erneute Reaktionen bestätigen oder relativieren. So gelingt es Monika Renz auf ihre behutsame Art, unaufgelöste Konflikte zu bearbeiten, wie bei jenem Mann, der zwar als Ehemann, nicht aber als Vater sterben konnte. Er fand offenbar Frieden durch die Worte: «Auch Ihr Sohn ist in einem grösseren Ganzen aufgehoben und kann nicht verloren gehen, nicht herausfallen!» Nicht selten ist diese Wirkung nachhaltig und die Leute finden in einen entspannten, friedlichen Tod hinein.

Hilfe niemals «aufprügeln»

Die latente Manipulationsgefahr im Grenzbereich zwischen Psyche und Glaube ist Monika Renz bei ihrer Tätigkeit stets bewusst, und sie hat deshalb eine kritische Supervisorin aus den Disziplinen Medizin, Psychiatrie und Psychoanalyse gewählt.

«Es darf nie darum gehen, jemandem

Hilfe aufzuprügeln. Mich darf man auch rausschicken.»

Scheitern gehört dazu

Trotz dieser professionellen Einstellung gehört auch das Scheitern zum Alltag. Wie bei der todkranken Frau, die unter einer leichten Berührung von Monika Renz schmerzhaft zusammensackte: Die Therapeutin hatte zuvor ihr verzweifertes Bedürfnis nach Hoffnung nach Leben enttäuscht – wohl aufgrund des eigenen Bedürfnisses nach Wahrheit. Fragt sich, wie eine allein all dies aushält ... Monika Renz ist glücklicherweise im Privatleben nicht alleine, wie aus ihren Buchwidmungen an Ehemann und Geschwister hervorgeht. Und sie hat die Freiheit, sich durch Arbeitszeitkompensation ab und zu Atempausen zu verschaffen, sich in ihrer Abteilung zudem einen Kollegen erkämpft. Und dennoch, so ihre deutliche Botschaft an die PsychologInnen der FSP: Die Psychoonkologie im Kantonsspital St. Gallen repräsentiert erst so etwas wie eine Speerspitze des würdigen Sterbens und des nochmals guten Lebens mit Krebs. Für dieses grosse Ziel braucht es gemäss Monika Renz mehr psychotherapeutisch geschulte und gleichzeitig menschlich reife Persönlichkeiten und institutionelle Ressourcen.

Aushalten und Loslassen

Das Aushalten scheint insgesamt eine zentrale Stärke von Monika Renz zu sein: Gefragt nach ihrer nach eigenem Urteil grössten Leistung, erinnert sie sich spontan an eine unter grossen Schmerzen durchwachte Nacht. Nur Zählen habe in ihrer körperlichen Erstarrung geholfen, bis zum Morgen auszuhalten – und letztlich auch die Bereitschaft, sich in Krankheit und Unbekanntes hinein, aber auch in Richtung eines «grösseren Du», loszulassen.

Résumé

A l'Hôpital cantonal de St-Gall, Monika Renz travaille depuis dix ans comme psychothérapeute au service des malades du cancer. Psychothérapeute FSP et théologienne, elle emploie dans une démarche pleine d'empathie, dont l'effet direct est souvent libérateur pour les mourants, un large éventail de méthodes: musicothérapie, thérapie corporelle, analyse jungienne, thérapie systémique...

Monika Renz a grandi avec frère et sœur dans la région zurichoise, avant de commencer des études au Séminaire pédagogique. Plus tard, tout en enseignant, elle entreprend des études de psychologie à Zurich.

Déjà comme étudiante, elle s'intéresse à des thèmes existentiels et refusera d'accepter que les troubles précoces soient considérés alors comme incompatibles avec une thérapie. Elle se spécialise sur des sujets tels que «peur et confiance originelles», mais aussi «la perception en état-limite».

Après plusieurs années d'expérience comme thérapeute en cabinet privé, elle prend la direction de la psycho-oncologie à l'Hôpital cantonal de St-Gall. Depuis lors, elle a accompagné des centaines de patients dans le passage vers la mort, mais aussi sur le chemin d'une nouvelle qualité de vie. C'est dans le cadre de cette activité qu'elle finit pas s'interroger sur sa propre spiritualité et décide de reprendre le chemin de l'université pour étudier la théologie à Fribourg.

Des expériences acquises à la frontière entre psychothérapie et spiritualité, Monika Renz a tiré un profit scientifique en publiant de nombreux ouvrages accessibles et utiles aussi bien au profane qu'au spécialiste. (www.monikarenz.ch)

Susanne Birrer