

Tonia Schifftan: Der Traum vom Leben auf dem Land

Hätte einer den Hembergern vor einigen Jahren vorausgesagt, dass eines Tages eine Psychologin in ihrem Bergdorf eine Praxis eröffnen würde, sie hätten ihn wohl im besten Falle ungläubig angestarrt. Tonia Schifftan, in Berlin geboren und aufgewachsen, hat in der damals noch geteilten Stadt das Studium der Psychologie und Soziologie begonnen und in Konstanz abgeschlossen. Es folgte eine intensive Weiterbildung in verschiedenen Methoden der Beratung und Begleitung von Menschen.

«Traum erfüllt»

1991 wurde sie Schweizerin und eröffnete in Zürich eine psychologische Praxis, die sie 1995 nach Hemberg verlegt hat. «Ich habe schon als Kind davon geträumt, einmal auf dem Land zu leben. Und nun habe ich mir diesen Traum erfüllt.»

Tonia Schifftan scheint bei diesem Umzug ganz ihrem Gefühl vertraut zu haben, denn von aussen gesehen war dieser Wechsel sicher ein Wagnis. Doch sie relativiert das eingegangene Risiko: «In Zürich gibt es zwar viel mehr mögliche Klienten, aber auch viel mehr Konkurrenz. Im Toggenburg hingegen sind noch nicht so viele Berufskolleginnen und -kollegen tätig, dafür ist die Akzeptanz der

Psychologie in der Bevölkerung um einiges geringer. Das hebt sich in etwa auf.»

Eine Begleiterin

Tonia Schifftan umschreibt ihr Angebot mit «Beratung und Begleitung» und bringt damit zum Ausdruck, dass sie Menschen in schwierigen Si-

tuationen solange beistehen will, bis diese ihren Lebensweg wieder allein gehen können. «Meine Tätigkeit kann auch als Hilfe zur Selbsthilfe bezeichnet werden, denn letztlich kann wirkliche Heilung nur aus dem eigenen Grund kommen.» Oft ist bereits der Entschluss, kompe-

tente Hilfe in Anspruch zu nehmen, der erste Schritt zu dieser Selbstheilung. Das trifft vor allem auch dann zu, wenn sich ein Paar entscheidet, seine Beziehungsprobleme in einer Therapie anzugehen. «Leider kommt das aber eher selten vor. Wie bei allen Berufskolleginnen und -kollegen kommen vor allem Frauen in meine Praxis. Die meisten Männer empfinden die Inanspruchnahme fremder Hilfe noch immer als Schwäche.»

Folgen mindern

Ein besonderes Anliegen ist ihr die Begleitung von Frauen, die als Kinder, Jugendliche oder Erwachsene sexuell ausgebeutet worden sind. Sexuelle Übergriffe im Kindesalter werden als Überlebensstrategie immer verdrängt. Auch bei einer Vergewaltigung im Erwachsenenalter kann es Jahre dauern, bis sich eine Frau an dieses Thema heranwagt. «Ungeschehen machen lässt sich ein solches Erlebnis nicht. Man kann es nur so gut als möglich verarbeiten, seine Folgen mindern und fortan besser damit umgehen.»

Landschaft als Heilung

Tonia Schifftan sieht sich als undogmatische Psychologin. Zwar ist das einfühlsame Gespräch immer ein grundlegender Bestandteil ihrer Beglei-

tung. Dazu kommt aber ein breites Angebot, das von kreativen Ausdrucksformen wie Malen und Formen von Ton über Rollenspiele und Arbeit mit Träumen und inneren Bildern bis zu Klangmeditationen reicht. Sie schlägt zwar eine Methode vor, die sie in der konkreten Situation für hilfreich hält, doch letztlich kann der Klient selber bestimmen, welche der angebotenen Möglichkeiten er nützen möchte. Eher unerwartet, aber sehr willkommen ist die Unterstützung durch die sanfte Toggenburger Hügellandschaft: «Die meisten Klienten geniessen die Fahrt nach Hemberg, können sich dabei schon auf die Sitzung einstimmen und kommen entsprechend innerlich vorbereitet zu mir.»

Auch sie selbst fühlt sich in Hemberg wohl und aufgehoben, wenn auch von den Einheimischen noch nicht ganz akzeptiert. «Die Toggenburger sind durch unzählige Geschichten miteinander verbunden. Wer diese nicht erlebt hat, weil er erst später hinzukam, bleibt fast zwangsläufig ausgeschlossen. Aber ich finde es überaus spannend, hier zu leben.» Sie sagt es nicht, aber man spürt es: Auch für Tonia Schifftan ist die Toggenburger Landschaft eine Energiequelle zum Auftanken.

Hanspeter Danuser



Tonia Schifftan: Von Berlin nach Hemberg.

Bild: hpd

St. Galler Tagblatt

1996