

LILLI PABST

MORDS
COACH



KRIMINALROMAN



ullstein

ullstein



LILLI PABST kommt aus Berlin, hat zwei Kinder und keinerlei Mordfantasien. Wirklich nicht. Da sie aber als Psychotherapeutin arbeitet und ihre Patienten sich bei ihr weiterhin wohl- und sicher fühlen sollen, hat sie ein Pseudonym gewählt. Dabei ist Lilli Pabst von beinahe zen-buddhistischer Ruhe und Zurückhaltung, selbst wenn die Kita streikt, man ihr den Parkplatz und/oder den letzten Schokoriegel klaut. Ehrlich.

LILLI PABST

MORDS
COACH

Kriminalroman

Ullstein

Besuchen Sie uns im Internet:
www.ullstein.de

Wir verpflichten uns zu Nachhaltigkeit



- Papiere aus nachhaltiger Waldwirtschaft
- und anderen kontrollierten Quellen
- ullstein.de/nachhaltigkeit



Ungekürzte Ausgabe im Ullstein Taschenbuch

1. Auflage November 2024

© Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin 2024

Wir behalten uns die Nutzung unserer Inhalte für Text und
Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Umschlaggestaltung: zero-media.net, München

Titelabbildung: © FinePic®, München

Gesetzt aus der Scala powered by *pepyrus*

Druck und Bindearbeiten: ScandBook, Litauen

ISBN 978-3-548-06909-8

Kapitel I

Nils Bergmann ist eine fette Qualle.

Es ist natürlich vollkommen unangemessen, so etwas zu denken. Aber ich kann gerade nicht anders. Nils Bergmann sitzt mir gegenüber und lässt mir keine andere Wahl. Seine Haut ist teigig, seine Finger, die das feuchte Taschentuch umklammern, mit dem er sich immer wieder die Tränchen aus den Augen wischt, sind kleine, dicke Würste. Wie Nürnberger. Nur blasser. In einem ungesunden Gelbton genauer gesagt, so wie sein Gesicht, das mit einem glänzenden Schweißfilm bedeckt ist.

Wenn ich Nils Bergmann ansehe, empfinde ich Ekel.

Auch das ist ungerecht von mir. Mir steht es überhaupt nicht zu, mich über ihn zu erheben. Und das ist auch sonst gar nicht meine Art, nie! Ich achte und respektiere Menschen mit all ihren Fehlern und Makeln. Ich wertschätze sie in all ihrer Komplexität und versuche, sie wohlwollend zu unterstützen und ihnen auf ihrem Weg eine Stütze zu sein, eine helfende Hand.

Aber ich kann Nils Bergmann partout nicht ausstehen. Inadäquat, Sophie! Normalerweise würde ich sagen,

dass ich solche Gedanken und Emotionen einfach wahrnehmen sollte, ohne darüber zu richten oder zu urteilen. Jetzt habe ich sogar den Drang, ihm das ins Gesicht zu schreien. Ich lasse es. Das wäre das Gegenteil von gewaltfreier Kommunikation, und auf die lege ich grundsätzlich Wert.

Zumindest habe ich das bis letzte Woche getan. Aber seitdem ist alles anders. Ich bin ein Wrack, ein widerliches, hasserfülltes, unglückliches, hämisches, negatives, die Welt und die Menschen verachtendes Wrack.

»Frau Stach, Sie sind so wundervoll, danke«, sagt Nils Bergmann und schaut mich gerührt an. »Danke. Danke. Danke«, wiederholt er mantraartig. »Sie wissen gar nicht, was mir das hier ... was Sie mir bedeuten.«

Dann schnaubt er vor Rührung in sein Taschentuch. Als er seine Hand sinken lässt, hängt ihm ein schleimiger Popel in seinem linken Nasenloch, der einen Faden zieht bis hin zu seinen spärlichen Barthaaren auf der wulstigen Oberlippe.

Am liebsten würde ich den Wecker nehmen, der neben mir auf dem Beistelltischchen steht, und ihn Nils Bergmann in seine Popelfresse schlagen.

Ich bin entsetzt über mich, spüre sofort tiefe Schuld. Und Scham. Ich habe mich und meine Emotionen überhaupt nicht unter Kontrolle. Aber glücklicherweise zeigt der Wecker an, dass die Sitzung nur noch fünf Minuten dauert. Und die Chance, dass ich diese gerade noch so überstehe, bevor ich in Tränen ausbreche, liegt bei fünfzig

Prozent. Und außerdem ist Nils Bergmann mein Patient, und ich bin seine Psychotherapeutin.

Ein Schlag mit einem Wecker ins Gesicht wäre nicht zuträglich für unsere Kommunikationssituation, schätze ich, schließlich beruhen diese und der Erfolg jeder Therapie doch auf vertrauensvollem Verständnis und einer sicheren Bindung.

Vertrauensvolles Verständnis und sichere Bindung für den Arsch, denke ich, weil mir plötzlich Jakob einfällt. Wobei »plötzlich« eigentlich gelogen ist, denn seitdem ich das von Jakob weiß, seit letzter Woche nämlich, kann ich an nichts anderes mehr denken. Genauer gesagt, läuft in mir eine Gedankenspule, ein Karussell ab, aus dem ich kein Entkommen finde.

Meinen Klienten, wenn ihnen Ähnliches passiert, rate ich, auch ihre physischen Routinen und Abläufe zu durchbrechen, also einfach mal etwas anderes, etwas Neues zu machen, sich einer anderen Situation auszusetzen – dann bricht meist die Spirale.

Deswegen habe ich mich heute aus dem Bett gequält, habe keinen Schluck getrunken, und die Zigaretten habe ich auch weggelassen, bis auf die zwei, die ich auf dem Weg zwischen Wohnung und Praxis geraucht habe. Aber gut, immerhin.

Wieder in Klientengespräche zu gehen erscheint mir, als ich Nils Bergmann ansehe, keine gute Idee zu sein. Ich bin völlig überfordert.

Ich bin die Psychotherapeutin von Nils Bergmann. Ich mache Verhaltenstherapie und bin ausgebildete systemi-

sche Therapeutin, habe Fortbildungen in Gestalttherapie und systemischer Therapie absolviert, bin psychoanalytische Supervisorin und ausgebildet in manueller Therapie. Kurzum: Ich bin die eierlegende Wollmilchsau.

Nur dass ich keine Kassenzulassung habe. Um einen Kassensitz hier in Köln bewerben sich manchmal bis zu hundert Kollegen. Dafür müsste ich dann auch noch 60.000 bis 100.000 Euro bezahlen, und allein, wenn ich da schon daran denke, dreht sich mir der Magen um. Da bleibe ich lieber eigenbestimmt und kann machen, was ich will.

Monetäres Interesse habe ich nie wirklich gehabt, was auch dazu geführt hat, dass unsere Eigentumswohnung auf Jakobs Namen läuft. Was jetzt irgendwie ein Problem darstellt.

Aber damals schien das nur gerecht.

Schließlich hat er sie auch gekauft.

Ich hatte immer wenig Geld. Es war und ist mir einfach nicht wichtig. Durch meine Entscheidung, nicht der Kasse beizutreten, sondern auf Selbstzahler zu setzen, habe ich eine entsprechende, halbwegs solvente Klientel. Die hundertzwanzig Euro die Stunde machen über den Monat einen ganz schönen Betrag für die Patienten aus, aber zum Glück können sie die Therapie von der Steuer absetzen, wenn ich sie als Coaching deklariere. Vor allem aber habe ich Patienten, die oft eher leichtere Probleme haben – Anpassungsstörungen, Depressionen, Lebenskrisen und so weiter. Schwerst traumatisierte Misshandlungsoptiker tauchen in meiner Praxis eher selten auf, und

wenn, dann schicke ich sie weiter zu einem Psychotherapeuten.

Ich muss selber zu meiner Supervisorin. Dringend. Aber ... ich kann mit ihr nicht über mein Problem reden. Dabei kann ich eigentlich über alles mit ihr reden. Wir kennen uns seit zehn Jahren. Hanna Birnbaum weiß alles über mich. Sie kennt meine Glaubenssätze, meine Denkstrukturen und meine widerspenstigen Anteile, die mir früher Beziehungen etwas kompliziert gemacht haben, bis ich das Glück hatte, Jakob zu treffen. Sie weiß von meiner komplizierten Familiengeschichte und natürlich (und vor allem) von meinem Trauma. Sie weiß *alles*. Ich würde fast sagen, niemand kennt mich so gut wie sie.

Aber über mein Problem jetzt kann ich nicht mit ihr reden. Es darf niemand erfahren. Niemals! Und weil mich das so ohnmächtig und verzweifelt macht, reagiere ich, wie könnte es auch anders sein, mit dem typischen Abwehrmechanismus: Wut.

Wut auf mich selbst, auf mein Leben, auf Jakob, auf das, was passiert ist, und, Entschuldigung, ich bin wirklich unfassbar ungerecht, Wut auf Nils Bergmann.

Auf ihn, der mich jetzt anlächelt und versucht, herzerwärmende und süße Hundeaugen zu machen. Es klappt natürlich nicht. Ich finde, seine Augen sind klein, und er guckt verschlagen. Mit einem Wort: Schweinsäuglein.

Ich übertreibe in allem, was ich sage und denke, habe mich überhaupt nicht unter Kontrolle. Es ist furchterregend.

»Vielen Dank, aber es liegt nicht an mir. Sie machen gute Fortschritte«, versichere ich ihm.

Noch drei Minuten. Uff!

»Wir haben nur noch drei Minuten«, sage ich.

Nils Bergmann schaut erschrocken drein, was er immer tut, wenn ich das Ende einläute.

»Ist das wahr? Ist das schon so weit? Ich bin doch noch gar nicht ...«

Ich weiß, dass diese Sitzungen ihm viel bedeuten, weil er sonst nur mit wenigen Menschen redet. Nils Bergmann fühlt sich permanent angegriffen und unangemessen behandelt, und er reagiert mit subtiler Aggression, die sich bei ihm in passiver Sabotage äußert. Seine Freundlichkeit überdeckt seinen Hochmut und seine Ignoranz. Und das sind Schutzmechanismen, um sein geringes Selbstwertgefühl zu überdecken. Da fühle ich sofort mit ihm mit. Eigentlich nutzt Nils Bergmann klassische passiv-aggressive Strukturen und Muster: Er ist unglücklich mit sich selbst, macht aber alle anderen dafür verantwortlich. Ergo hat er dem Außen eine kritische, feindselige Einstellung gegenüber, wertet alle anderen ab. Und indem er alles Negative auf andere projiziert, muss er sich nicht dem einzigen Verantwortlichen stellen: nämlich sich selbst.

Das sollte ich auch dringend tun.

Mit seinen Gaming-Kollegen kommuniziert Nils Bergmann anders. In der Anonymität des Internets lässt er die Sau raus. Auch wenn ich mittlerweile weiß, dass sein größter Gegner dort ein zwölfjähriger Junge ist, mit dem Nils Bergmann eine Privatfehde hat. In der er beständig

unterliegt. Was ihn noch mehr wurmt, anstatt sich einmal zu hinterfragen, warum er sich nicht gegen ein Kind durchsetzen kann. Ein Kind!

Ich will Nils Bergmann an den Schultern packen, ihn durchschütteln und ihn anschreien: Krieg deinen Scheiß zusammen und hör auf, rumzumemmen!

Verdamm! Ich bin so widerlich, so ungerecht.

Ich schäme mich. Und schaffe es deswegen endlich, in meine eigene Rolle zurückzufinden. Ich setze ein warmes Therapeutinnenlächeln auf, bin verbindlich, freundlich und erkläre entschieden: »Wir sehen uns ja nächste Woche wieder.«

Nils Bergmann seufzt, dann steht er auf wie ein geprügelter Hund und sagt sehnstüchtig: »Ich freue mich darauf.«

»Das ist doch schön«, erwidere ich.

Womit ich endlich wieder in dem distanziert-zugewandten Psychologinnen-Modus angekommen bin, in dem ich nichts von mir preisgebe und auch zu mir als Person mit meinen eigenen Affekten einen gesunden Abstand eingenommen habe.

Allerdings nur kurz. Denn Nils Bergmann streckt mir seine Schwitzehand entgegen, und allein der Gedanke, sie berühren zu müssen, versetzt mich in Panik. Mir wird heiß, und ich kriege schweißige Achseln. Aber ich kann nicht anders, ich muss die Hand nehmen und schütteln, das ist Teil des Patienten-Coach-Rituals. Genauso wie wir am Anfang zuerst kurz schweigen, dann einmal bewusst ausatmen, bevor wir dann mit der Sitzung beginnen.

»Geht es Ihnen gut?«, fragt Nils Bergmann und sieht mich forschend an.

Ich zucke zusammen. Nicht nur, weil das eine seltsame Frage von ihm ist, denn ein Patient fragt seinen Coach so was normalerweise nicht. Ich schrecke auch deswegen zusammen, weil es mir so gar nicht gut geht, und obwohl ich es verzweifelt versuche zu verbergen, scheint es mir auf der Stirn geschrieben zu stehen.

Ich nicke. »Danke. Es geht mir gut.«

Normalerweise würde ich fragen: Wie kommen Sie darauf, warum interessiert Sie das? Denn ich weiß, Nils Bergmann kreist nur um sich und hat kein empathisches Gespür. Aber ich habe keine Lust auf seine Antwort.

»Bis nächste Woche«, sage ich daher und zähle die Sekunden, bis er endlich durch die Tür ist und ich eine Ladung Desinfektionslösung auf meine Hand kippen kann, und am liebsten auch auf den Stuhl, auf dem Nils Bergmann gesessen hat.

Aber das ist natürlich völlig unangemessen und übertrieben.

Genauso unangemessen und übertrieben, wie dass ich später Nils Bergmann töten werde.

Aber das weiß ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht.

Kapitel 2

Seit letzter Woche ist mein Leben ein anderes. Seit Dienstag. Ich weiß noch genau, wie dieser katastrophale Tag angefangen hat, der alles, mein Leben, mein Denken, meine Gewissheiten, mich, auf den Kopf gestellt hat.

Es ist warm draußen, der Frühling kommt. Man merkt es an allen Ecken und Enden, an den entspannteren Gesichtern der Menschen, die ihren Winterfrust langsam ablegen und wieder positiver in die Zukunft schauen. Außer denjenigen meiner Patienten natürlich, die unter einer schweren Depression leiden. Aber auch denen hilft ein Sonnenstrahl, das Vogelgezwitscher, die Luft, die auf einmal so viel leichter zu sein scheint und in der man schon meint, den Grillgeruch aus den Parks im Sommer wahrzunehmen. Ich sitze in meinem Polo und habe das Fenster runtergekurbelt, während ich im Stop and go durch die Stadt fahre. Für einen kurzen Moment bedauere ich es, dass ich nicht wie sonst das Fahrrad genommen habe. Aber ich muss später einen Großeinkauf machen. Dafür strecke ich jetzt meinen Kopf aus dem Fenster, schnup-

pere die Luft und beschließe, im Moment zu sein. Alles ist gut, alles ist es wert, gefühlt zu werden. Selbst mein kurzer Ärger.

Als ich zehn Minuten später keinen Parkplatz vor der Praxis finde und dreimal um den Block fahren muss, läuft das mit der Achtsamkeit und dem Annehmen der negativen Gefühle wie Wut und Frust weniger gut, aber auch eine Aggression ist wichtig zu spüren, und ich weiß ja schließlich, woher das kommt. Ja, es sind die anderen Verkehrsteilnehmer und die Stadtverwaltung, die aus allem eine Fahrradstraße macht, vor allem jedoch ist es meine mangelnde Fähigkeit, vernünftig einzuparken. Jeder andere, vor allem mein Mann Jakob, wäre in diese Mini-Parklücke reingekommen. Ich nicht. Aber dann kann ich die Gefühle beiseiteschieben, entwickele sogar so etwas wie Trotz und beschließe, den Polo im Hinterhof zu parken, auf dem Parkplatz, der dieser Casting-Agentur im Erdgeschoss gehört. Ich hoffe, dass die Agentin, die mit ihren überkandidelten Bleistifträcken selbst aussieht wie eine Schauspielerin, ihren dicken BMW angesichts des guten Wetters zu Hause lässt.

Als ich aussteige und über die Einfahrt nach vorn gehe, habe ich wieder gute Laune. Vor mir liegt ein Tag mit eher angenehmen Patienten. Ich freue mich auf meinen ersten Kaffee, und als ich die Treppen des großen Altbauhauses hinaufsteige, höre ich im ersten Stock, dass der Klavierlehrer gerade eine Stunde gibt. Irgendwie was von Chopin oder so, eine luftig-leichte Melodie. Schön.

Ich schließe die Eingangstür meiner Praxis auf und

atme den Holzduft der alten Dielenbretter ein. Dazu liegt noch der Geruch einer Duftkerze in der Luft, die ich gestern in der letzten Sitzung angezündet hatte, um der Patientin eine andere Wahrnehmungsebene zu eröffnen. Die Dielen knarren unter meinen Füßen, als ich in die kleine Küche gehe und die Kaffeemaschine anstelle. Ich reiße kurz im Behandlungsraum die Fenster auf, lasse die Frühlingsluft herein, dann bringe ich meine Tasche in das Büro nebenan und stelle sie neben meinem Schreibtisch ab. Im Bürozimmer stehen dunkle Holzregale, in denen ich alle Psychotherapiebücher versammelt habe, die ich in meinem Leben gelesen habe. Es sind eine Menge, obwohl ich zugeben muss, dass einige von ihnen noch ungelesen und nicht mal ausgepackt sind, aber egal. Der Raum hat die Atmosphäre einer Bibliothek, und seine warme Ruhe entspannt mich immer wieder.

Gleichermaßen gilt für den Behandlungsraum, den ich mit zwei Grünpflanzen, einem hellen großen Wollteppich und einem Bild abstrakter Kunst eingerichtet habe. An der Wand steht eine Couch, die ich für meine Patienten eher selten benutze. Ich sitze auf einem Freischwinger, gut drei Meter von dem bequemen Stuhl entfernt, auf dem die Patienten sonst Platz nehmen. Daneben steht ein kleiner runder Couchtisch, auf dem ich ein Glas und eine Wasserkaraffe platziere, dazu ein Paket Taschentücher. Das wird immer wieder gebraucht, und ich habe mir angewöhnt, direkt die Großpackungen im Großmarkt zu kaufen. Die neue Patientin, die ich kurz darauf empfange, wird sie nicht brauchen. Das ist mir schnell klar.

Amelie ist Ende zwanzig und eine hübsche junge Frau. Sie hat blonde halblange Locken und eine süße Stupsnase. Sie lächelt mich etwas nervös an, als sie sich mir gegenübergesetzt und ihre dicke, sehr bunte Prada-Handtasche neben sich auf den Boden stellt. Ich lächele beruhigend zurück und warte, bis sie sich auf ihrem Stuhl eingericthet hat, bis sie ihre langen Beine übereinandergeschlagen und die Ellbogen auf die Stuhllehnen gelegt hat. Amelie hat wirklich sehr lange und schöne Beine, fällt mir auf, und ich überlege kurz, warum sie heute zu ihrem Erstgespräch einen Rock gewählt hat, der viel von ihren Beinen zeigt. Und das enge rote Oberteil betont viel von ihrem Körper. Sie hat sich offensichtlich herausgeputzt, und ja, irgendwie will sie attraktiv und sexy sein. Für mich? Ich zucke insgeheim die Schultern und bin gespannt, was da kommt.

Ich atme bewusst und hörbar ein, dann lasse ich den Atem gehen und schenke uns beiden einen Moment der Ruhe. Einen Moment, um hier anzukommen.

»Wie geht es Ihnen heute?«, frage ich freundlich.

Amelie überlegt kurz, dann antwortet sie: »Ich denke ... ganz gut.« Sie deutet auf meine großen Fenster. »Der Frühling liegt in der Luft. Da ist alles irgendwie leicht und schön, oder?«

»Da haben Sie recht, das fiel mir heute Morgen auch auf.« Abgesehen von meiner kurzen Verstimmung über die Verkehrssituation. Aber es ist ein schöner Tag. Ich habe gute Laune, bin offen und positiv und freue mich, dass diese neue Patientin ein ähnliches Flair versprüht.