



Gespräch mit Eltern

Frau Dr. Christiane Deneke im Gespräch mit drei Eltern, die von psychischer Erkrankung betroffen sind.

Die Eltern:

Frau W.: 47, 2 erwachsene Kinder (23 und 27), PTBS und weitere Diagnosen

Frau H., zwei Kinder die beim Vater leben, Essstörung, Borderline,

Herr S., verheiratet, zwei Kinder (11 und 14)

Im Protokoll sind die Beiträge der Eltern sinngemäß erfasst. Sie sind nicht den Personen zugeordnet.

Wussten Sie bei Geburt der Kinder um Ihre psychische Erkrankung?

Ich habe sehr spät über die Erkrankung erfahren, eigentlich habe ich das Gefühl dass etwas nicht stimmt schon seit der Kindheit.

Durch Therapie habe ich im Nachhinein so manches begriffen; zunächst habe ich lange Therapie gemacht, bevor überhaupt von Erkrankung die Rede war. Als mein Therapeut sagte, ich sei sehr schwer krank, habe ich begriffen.

Haben Sie die Belastung durch Erkrankung und die Elternrolle als Doppelbelastung erlebt?

Etwa bei Schuleintritt der Kinder wurde mir immer mehr klar, dass es schwierig ist. Das war auch der Moment, in dem mein Erziehungsverhalten mir und anderen als unangemessen auffiel.

Schwierig war für mich, dass ich immer wieder auch negative Gefühle gegenüber den Kindern hatte, mir diese aber nicht erlaubt habe und sie unterdrückt habe. Heute weiß ich, dass es allen Eltern so geht und ich kann auch zulassen, die Kinder mal doof zu finden.

Meine Kinder waren in ihrer Entwicklung sehr auffällig. Sie waren unsicher und hatten wenig Selbstbewusstsein. Im Nachhinein finde ich sehr schwierig, dass der Kinderarzt erst reagiert hat, als mein Hilferuf sehr massiv – fast eine Drohung - wurde.

Lange fühlten sich meine Kinder nicht geliebt (was auch stimmte, denn ich war in meinem Trauma gefangen).

Schwierig war, dass die Beziehung zu meinem Kind (ein „Schreikind“) durch meine Erkrankung belastet war. Mein Kind hat nach mir geschlagen, was ich von Grund auf falsch verstanden habe. Heute weiß ich, dass das ein Symptom einer Asthmaerkrankung war und gar nicht gegen mich gerichtet.

Ich genieße die Zeit mit den Kindern und habe nicht das Gefühl von Doppelbelastung. Die Kinder sind Motor und Antrieb für mich. Sie geben Halt. Das habe ich bemerkt ... und weiß, dass es wichtig ist, auch einen anderen Antrieb zu haben ... heute habe ich das auch und die Kinder wissen es.

Wie ist es mit dem Gespräch in der Familie über die Erkrankung - wie ging das – wie haben Sie damit begonnen?

Meine Tochter hat reagiert – sie hat plötzlich angefangen, scheinbar grundlos zu weinen und hatte massive Ängste. Es war wohl der Moment, in dem deutlich wurde, dass das Bild des Vaters als „Fels in der Brandung“ nicht mehr stimmt. Seit wir einen Therapeuten für meine Tochter gefunden haben geht es besser, sie beginnt sich klar abzugrenzen - was für mich nicht immer einfach ist. Sie kann jetzt sagen: „Du bist vielleicht nicht der beste Vater der Welt – aber ich liebe dich trotzdem.“

Mein Sohn versteht noch nicht so ganz; er zeigt auch Symptome, die ich von mir und aus meiner Kindheit kenne. Das ist schwieriger, auch weil er jünger ist. Ich sehe, dass es wichtig ist, mit ihm zu sprechen.

Ich habe erst nach längerer Zeit, nach mehreren Klinikaufenthalten, weiteren Diagnosen und viel Selbst-Psychoedukation begonnen mit meinen Kindern zu sprechen. Auch habe ich bestimmte Dinge ausgelassen (meine Traumata aus der Kindheit betreffend). Mein Sohn brauchte regelrecht Information, damit seine Fantasie nicht einsetzt. Es gab z.B. Ängste, auch selbst depressiv zu erkranken.

Die Offenheit gegenüber den Kindern war gut und richtig. Meine Kinder waren mittlerweile auch lange in Therapie, kennen meine Skill-Karten und geben sie mir auch mal in die Hand.

Trotz vieler Schwierigkeiten und kritischer Situationen gibt es heute zu meinen (erwachsenen) Kindern viel Offenheit (therapeutisch vorbereitet) und ein gutes Verhältnis.

Wie lange hat dieser Prozess gedauert?

In etwa 8 Jahre

Wir stecken mittendrin. Noch heute habe ich das Gefühl an etwas Schuld zu sein – quasi als Relikt aus kindlichem Erleben.

Mein Sohn erlebt heute als Erwachsener manche Situation als schwierig - und spricht dann darüber mit mir als Mutter. Ich kann ihm mittlerweile sagen, dass das auch mit seiner Kindheit zu tun hat, in der er mit mir so manches erlebt hat, was nicht so gut war. Sein heutiges Gefühl hat dann vielleicht doch etwas damit zu tun. Ich bin sehr froh über diese Offenheit.

Welche Rolle hatten oder haben die PartnerIn ?

Mein Mann war in keinem Moment des Zusammenlebens positiv und konstruktiv für die Bewältigung der Erkrankung. Es hat lange gedauert, mich zu etablieren und nicht mehr zu verstecken. Heute möchte ich keinen Gedanken mehr an ihn verschwenden.

Ich sehe, dass der Vater meiner Kinder einen Anteil an der Situation hatte. Er hat die Erkrankung als solche nicht gesehen, und seine Rolle in diesem Setting auch nicht. Er hat aber auch als positiver Punkt gewirkt, war geduldiger und stützender Part.

Es ist schwierig die Erkrankung und ihre Auswirkung in der Familie zu benennen. Dabei hilft die Partnerin schon, auch wenn es dann in der Situation nicht immer angenehm ist.

Was hätten Sie sich gewünscht?

Ich hätte mir gewünscht ernstgenommen zu werden und richtige Beratungs- und Therapieangebote schon viel früher bekommen zu haben.

Von professioneller Seite (Ärzte) hätte man genauer nachfragen müssen, was los ist!

Ich hatte mit einer Pädagogin großes Glück (Familienhilfe). Durch diese fühlte ich mich sehr gesehen und in meinem Weg im Hilfesystem sehr unterstützt. Gut war auch das detaillierte Fragen der Ärzte.

Was hat den Kindern im Umgang mit der Situation/ der Erkrankung geholfen?

Die Hilfestellung der Eltern und Schwiegereltern. Die Kinder konnten so während der Klinikaufenthalte im gewohnten Umfeld bleiben.

Gut war für die Kinder, dass sie informiert waren und auch nach außen die Erlaubnis zu Offenheit hatten. Ich habe erklärt, dass ich nicht körperlich krank bin, dass aber meine Seele Schnupfen hat. Auch dass wir als Eltern uns getrennt haben, haben wir den Kindern erklärt. Gut war auch, dass immer Kontakt zu mir als Mutter möglich war.

Gut war, dass die Kinder gesehen haben, wie ernst es mir um Veränderung und Bewältigung der Krise durch Therapie war. Sie wurden einbezogen und haben gesehen, dass ich das Beste gebe. Für meine (erwachsene) Tochter war es auch ein Lernprozess, zu erleben, wie ich in eine Panikattacke gerate. Auch wenn das sicher nicht schön war, hat sie mich doch noch einmal anders verstanden.

Sehr geholfen hat die Unterstützung durch die Sozialstation (ohne wirkliche Zuständigkeit!!). Die Unterstützung vom Jugendamt war eigentlich untragbar. Ich habe erst Hilfe bekommen als es richtige Not gab. Vorher wurde ich mit Termin-Wartezeiten abgespeist.

Ich hätte mir eine andere Reaktion durch die Schule gewünscht. Die Lehrer haben die Kinder eigentlich nicht gesehen. Ein in Not befindliches Kind zu fragen „brauchst Du Hilfe“ kann das Kind ja eigentlich kaum selbst beantworten.

Menschen, denen etwas auffällt, sollten ernster hinterher sein, zu klären. Hilfeangebote sollten auch für Kinder zugänglich sein. Broschüren z.B. nicht in der Klasse nur an die vermeintlich

betroffenen Kinder verteilen, sondern an alle. Sonst hat man gleich wieder zur Ausgrenzung beigetragen. Besonders stille Kinder nicht übersehen!!

Man sollte Kinder – und das was sie mitkriegen – nicht unterschätzen!

Das Thema soll noch mehr in der Öffentlichkeit präsent sein und ohne Stigmatisierung bearbeitet werden. Besonders auch im Arbeitsleben soll es Wege ohne Stigmatisierung/ Mobbing/ Ausgrenzung etc. geben.

Bitte formulieren Sie eine abschließende Bemerkung an Fachleute bzw. an Eltern

Für Fachleute:

Ich erwarte nicht immer sofort eine Lösung. Es ist schwierig im Gespräch mit Fachleuten dann von vielen verschiedenen Möglichkeiten des Handelns überfahren zu werden. Ein besonnenes Zuhören und vielleicht auch einmal Ratlosigkeit, das Bemerkten der persönlichen Lebenssituation ... wäre manchmal wichtiger, als eine Unzahl an Therapiemöglichkeiten.

Im Kontakt zu Therapeuten hat mir so manches Mal die Begegnung gefehlt!!

Früh erkennen, dass eine Erkrankung vorliegt!

Zuhören und ernstnehmen – so wie ich es zum Glück erleben konnte – ist sehr wichtig

Für Eltern:

Wichtig ist aus meiner Sicht, sich Hilfe zu suchen, viele verschiedene Möglichkeiten auszuprobieren (nicht alles passt, nicht alles ist für jeden richtig). Ein offener Umgang ist hilfreich ... sich auch jemanden von außen anzuvertrauen. Bitte an alle: Sehen Sie, dass ich nicht nur eine Ansammlung von Diagnosen bin, sondern als Mensch viele weitere Facetten habe.

Sie als Eltern brauchen Orte, an denen anderes Platz hat und möglich ist.

Der Weg lohnt sich, auch wenn es manchmal gegen Konventionen etc. und schwierig ist.

Wichtig ist, mit den Kindern zu reden!

Die Offenheit gegenüber Kindern und die altersgerechte Ansprache ist sehr wichtig.

Protokoll Klaus Schuller

Anmerkung zum Gespräch:

Die Eltern haben sich sehr offen und emotional auf das Gespräch eingelassen – nicht einfach angesichts einer so persönlichen Thematik und vor einem Zuhörerkreis von mehr als 20 fremden Personen – ich war wirklich beeindruckt!

Mir wurde sehr deutlich, wie Kraft raubend die Auseinandersetzung mit Erkrankung und die Schritte in Richtung Bewältigung sind. Jede Unterstützung kommt letztlich auch den Kindern zugute. Die hier interviewten Eltern machen Mut, dass sich die Anstrengung für die Beteiligten auf jeden Fall lohnt.

Klaus Schuller