

Die Sprachlosigkeit überwinden

Darüber haben sie in all den Jahren kein Wort gesprochen – der 9-jährige Rafael, seine kleine Schwester Nina und ihre Mutter, die zurzeit zum Glück eine ganz gute Phase hat. Sie sitzen gemeinsam mit dem Vater im Zimmer der Erziehungsberatung. Nur zaghaft finden sie Worte dafür, was alle erlebt haben, aber keiner sich zu sagen traute. Dass Mama immer wieder für Tage oder Wochen kaum aus dem Bett kam, ein unbewegtes Gesicht zeigte, trübsinnigen Gedanken nachhing.

Seit dem Auszug von Papa war es vor allem Rafael, der abends noch bei Mama saß und sie aufzuheitern und zu ermutigen versuchte. Besonders schlimm war es für ihn, wenn Mama sagte, dass sie nicht mehr leben wolle. Kein Wunder, dass Rafael am nächsten Tag in der Schule nicht bei der Sache war und die Lehrerin ernste Briefe nachhause schrieb. Gut gemeint, aber: Dadurch wurde Mama nur noch verzweifelter.

Die Erziehungsberaterin hilft auszusprechen, was auch Rafaels Mutter endlich auch für sich annehmen kann – dass sie an einer psychischen Erkrankung leidet. Die Depression tritt in Phasen immer wieder einmal auf und lässt die Mutter niedergeschlagen und kraftlos werden. Rafael ist erleichtert zu hören, dass seine Mutter krank ist und dass er selbst keine Schuld daran hat. Er erfährt aber auch, dass er letztlich auch kaum etwas tun kann, damit es Mama wieder besser geht. „Deine Mama braucht einen Arzt, eine Ärztin, so wie alle Menschen, die krank sind.“ Diesen Satz wird Rafael nie mehr vergessen. Er hilft ihm, wenn er nun wieder anfängt, nachmittags – nach den Hausaufgaben – rauszugehen und mit anderen zu spielen.

In den Erziehungsberatungsstellen werden solche Familienberatungen immer häufiger. Man nimmt an, dass heutzutage jedes vierte Kind mit einem Elternteil aufwächst, der einmal oder öfters an einer psychischen oder Suchterkrankung leidet. Diese familiäre Belastung lässt sich viel besser bewältigen, wenn Eltern und Kinder offen darüber zu reden lernen und sie sich nötigenfalls auch Hilfe von außen holen. Beratungsstellen können helfen durch Aufklärung und direkte Unterstützung mit Familiengesprächen, Elternkontakten, Spieltherapie oder Kindergruppen. Die Fachkräfte kennen sich aus mit psychischen Erkrankungen und geben den Eltern Tipps, wie die Erziehung in diesen schwierigen Zeiten leichter von der Hand geht. Leichter ist es jetzt auch für Rafael und Nina. Sie haben in der Kindergruppe weitere Gleichaltrige kennen gelernt, die zuhause die gleiche Situation haben, und konnten sich gegenseitig stärken und frei machen. Für Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil sind Erziehungsberatungsstellen einfach die richtige Adresse.

Andreas Schrappe, Dipl.-Psych./-Päd.

Leiter Evangelisches Beratungszentrum und Sozialdienst, Würzburg