

Focus

Kluger, bissiger Hip-Hop
Der deutsche Musiker Casper hat mit seinem Album den Nerv der Zeit getroffen. 18

Isabella Schmid
Die Schauspielerin über ihre neue Rolle auf der Bühne. 19

Wieso ist Mami so traurig?

Familie Sind Eltern psychisch krank, ist das für Kinder schwer zu verstehen. Sie fühlen sich schuldig und verloren, können sie Mama oder Papa nicht helfen. Ein Buch soll den Kleinen nun eine grosse Last nehmen.

Susanne Holz

Als das kleine Mädchen ins Kinderheim kommt, ist es fünf Jahre alt. Seine Mutter ist psychisch krank und drogensüchtig. Ein ganzes Jahr waren Mutter und Tochter obdachlos. Schlafen mal hier, mal dort. Erst als die Mutter ins Gefängnis muss, ändert sich die desolante Situation für das Kind: Es kommt in die Notaufnahme des einzigen Kleinkinderheims der Zentralschweiz für normalbegabte Kinder im Alter von vier Tagen bis acht Jahren.

Heimleiterin Judith Haas erzählt: «Das Mädchen hatte mit erst fünf Jahren bereits so viel Verantwortung für die kranke Mutter übernommen, dass es nun jeden Abend die Mutter anrufen wollte, um sicherzugehen, dass diese einen Platz zum Schlafen habe und etwas zu essen.» Judith Haas, diplomierte Sozialpädagogin, weiss aus jahrelanger Erfahrung, wie es Kindern psychisch kranker und häufig zugleich suchtabhängiger Eltern geht: «Die Kinder, die zu uns kommen, kennen oft keine Strukturen. So essen sie auf einmal sehr viel, weil sie gewohnt sind, nicht zu wissen, wann es das nächste Mal wieder etwas zu essen gibt. Sie sind traumatisiert ob der desolaten Verhältnisse.»

Die Heimleiterin weiter: «Die Eltern dieser Kinder sind meist mit sich selbst beschäftigt, sie haben vielfach keine Kraft mehr für ihr Kind. Dieses krankheitsbedingte Verhalten wirkt lieblos und kalt. Aber die Eltern sind es meist nicht.» Wie bei einem Vater beobachtet, der seinen sechsjährigen Buben regelmässig im Kinderheim besuchen kam und jedes Mal einen seltsam distanzierten Eindruck hinterliess. Man habe vermutet, dass der Vater psychisch krank ist – doch dieser habe sich das nicht eingestehen wollen. «Das Kind war dem Vater ausgesetzt, der keine Anteilnahme an ihm zeigte. Es glaubte, nicht gut genug zu sein, um geliebt zu werden», so Judith Haas.

«Deine Mama hat dich lieb, auch wenn sie krank ist»

Ganz wichtig sei, sagt die Sozialpädagogin, dass betroffene Kinder wüssten, dass ihre Eltern sie lieb haben – auch wenn sie das gerade nicht zeigen können und kaum ansprechbar sind. Das findet auch Mallina Wartenweiler, die in der Notaufnahme des Kinderheims Titlisblick arbeitet. Die Sozialpädagogin suchte lange nach einem guten Weg, Kindern das seelische Leiden von Mutter oder Vater zu erklären, das ja nicht körperlich sichtbar ist wie ein Gipsbein oder ein Arm in der Schlinge. Irgendwann hatte sie die Idee zum Bilderbuch – und dafür sofort auch die Unterstützung von Judith Haas.

Wartenweiler und Haas erleben es so oft: Betroffene Kinder kommen ins Heim, stehen unter Schock. Manche seien erleichtert, manche wie betäubt. «Fehlende zu Hause die Bezugsperson,



Psychisch kranke Eltern haben oft keine Kraft für ihre Kinder und lassen diese allein mit ihren Ängsten.

Bild: Getty

fühlen sich Kinder schnell wohl hier. Im Kinderheim haben sie oft erstmals ein Gspänli, eine Struktur im Leben und die Möglichkeit zur kindlichen Freude», erzählt Haas. Mallina Wartenweiler bestätigt: «Gewöhnen sich Kinder sehr schnell bei uns ein, dann gab es zu Hause womöglich keine enge Bezugsperson mehr. Die, die weinen, hatten persönliche Beziehungen – Tränen kommen aber seltener vor, als man denkt.»

Mit der Zeit würden die Kinder aber nachfragen: «Wieso kommt meine Mama nicht? Wieso ist sie so traurig?» Mallina Wartenweiler weiss: «Kinder nehmen Eltern sehr lange in Schutz. Ihre Liebe zu ihnen ist riesig.» Deshalb arbeiten Menschen wie Judith Haas daran, die Beziehung von Kindern psychisch kranker Eltern zu diesen zu stärken – Stichwort Elternarbeit. Und den Kindern die grossen Schuldgefühle zu nehmen: «Um die Liebe der Eltern zu bekommen, würden Kinder alles machen. Weshalb sie die Verantwortung für Mutter oder Vater übernehmen und die Schuld bei sich suchen.»

«Schoko- und Zitronentage. Mama hat mich lieb, auch wenn sie krank ist», so ist das Bilderbuch von Mallina Wartenweiler und Andreas Kiener (Illustrationen) betitelt. Darin versteht ein Äffchen nicht, warum Mama oft einfach nur dasitzt und auf nichts reagiert. Dank seiner Oma lernt

es jedoch, mit der Krankheit der Mama zu leben, auch wenn es keine einfache Heilung gibt. Fortan teilt sich die Zeit für das Äffchen in Schokotage: Wenn es Mama gut geht, und in Zitronentage: Wenn es mal nicht so gut läuft. Doch ist das Äffchen jetzt nicht mehr allein mit seiner Last, es hat Oma zum Reden und versteht endlich, warum sich Mama manchmal so seltsam verhält.

«Eltern haben Angst, ihr Kind zu verlieren»

Judith Haas betont noch: «Bedrückend ist für Kinder psychisch kranker Eltern oft zudem, dass diese keine Krankheitseinsicht haben. So beginnen die Kinder an

«Kinder nehmen Eltern lange in Schutz. Ihre Liebe zu ihnen ist riesig.»

Mallina Wartenweiler
Buchautorin, Sozialpädagogin

ihrer Wahrnehmung zu zweifeln. Unser Anliegen ist deshalb auch, diese Kinder in ihrer Wahrnehmung ernst zu nehmen und mit dem Bilderbuch das Thema psychischer Krankheit von Eltern zu enttabuisieren.» Eltern schämten sich ihrer Krankheit oder sie hätten Angst, ihr Kind zu verlieren. «Dabei», so Haas, «wartet die Kesb eher lange mit einer Fremdplatzierung in solchen Fällen. Erst wenn gar nichts mehr an ambulanten Massnahmen geht und die Zustände wirklich sehr desolat sind, kommen die betroffenen Kinder ins Heim.»

Welchem Milieu entstammen die oft drogenabhängig oder alkoholkranken Eltern dieser Kinder? «Suchtprobleme sind kein Unterschichtphänomen, es gibt sie genauso in reichen Familien», antwortet Wartenweiler. Und ergänzt: «Auch psychische Krankheit ist kein Unterschichtphänomen.» Und die Kinder, einmal aufgeblüht im Heim, mit regelmässigen Mahlzeiten, Ausflügen und Gspänli, beginnen sie, ihre Eltern mit anderen Augen zu sehen? Lassen sie ab von der unglaublichen Verantwortung, die sie zuvor übernommen hatten? «Kinder sind sehr leidensfähig», sagt Heimleiterin Haas. «Wütend werden sie erst bei uns, erst, wenn sie sicheren Boden unter den Füssen haben.» Dann beginne die Verarbeitung, das Verstehen, die (Wieder-)Annäherung an Mutter

oder Vater. Dem Kind sei auch eine Last genommen, weil es nun gute Geister beziehungsweise sorgende Menschen um sich wisse. Im Bilderbuch ist ein wiederkehrender guter Geist ein Kolibri, der auf jeder Seite Orientierung und Sicherheit bietet.

Nur schlechte Laune oder schon psychisch krank?

Eine letzte Frage an die zwei Sozialpädagoginnen: Könnte es nicht passieren, das manch ein Kind mit gesunden Eltern bei der Lektüre des Buchs auf die Idee kommt, dass Mama oder Papa krank sein könnte, nur weil sie vielleicht mal gestresst oder müde vom Alltag sind? Judith Haas: «Kinder realisieren, ob die Eltern Stress haben und schlechte Laune oder ob sie psychisch krank und nicht greifbar sind. Ich kann mir nicht vorstellen, dass das Buch Ängste auslöst.» Mallina Wartenweiler ergänzt: «Es ist nicht dasselbe, ob jemand gerade keine Zeit zum Antworten hat oder ob ihm ständig die Kraft zum Reden fehlt.»



Mallina Wartenweiler: Schoko- und Zitronentage, Rex, 36 S., Fr. 22.00

Randnotiz

Lädierte Möbel

Auf der langen Liste von Dingen, die ich gerne könnte, steht ziemlich weit oben: Möbel zusammenbauen. Selbst simple Regale schaffe ich nicht ohne Nervenzusammenbrüche. Begleitet wird das Prozedere von mittelschweren Verletzungen (gespaltene Fingernägel, Holzsplitter in der Haut, eingeklemmte Finger). Und am Schluss ist das Möbel lädiert und ich bin traurig.

Um genau diese Trauer zu vermeiden, sollte das mit dem neuesten Möbel anders werden. Das Sideboard kam nicht aus dem schwedischen Möbelhaus, sondern vom teuren Versandhändler. Denn teuer heisst ja: einfach. Dachte ich jedenfalls, schliesslich habe ich noch nie einen Millionär über das Möbelzusammenbauen fluchen gehört (was auch daran liegen könnte, dass die gar nie Möbel zusammenbauen).

Jetzt würde das Zusammenbauen also hoffentlich einfacher sein. Dummerweise ist aber mit der Anleitung etwas falsch. Beziehungsweise sie ist nicht komplett: Jede zweite Seite fehlt. So sehe ich die Arbeitsschritte zwei und drei, vier und fünf aber nicht. Das wird vor allem zum Problem, weil Arbeitsschritt sechs, den ich wieder sehe, auf die vorherigen Schritte aufbaut. In jenen fünf Minuten, in denen ich dachte, ich könne das auch so, bohrte ich zwei Löcher, die nicht hätten sein müssen, und heute mir kräftig auf die Finger. Dafür habe ich gelernt: Mit teuren Möbeln wird der Ärger nicht weniger, er ist einfach etwas teurer.

Michael Graber



Kurz & knapp

Anti-Gymnastique: So hält sich die Französin fit

Die Französin schlemmt Croissants und Macarons, ist immer für Käse und Wein zu haben. Verzicht wirkt schliesslich unsexy und eben das ist die Französin nie, wie uns Ratgeber in den letzten Jahren weisgemacht haben. Mit Sport den Kalorienhaushalt regeln? Zu schweiss-treibend. Lieber liegt sie im Bett und raucht. Ein Französinen-Geheimnis haben uns die Bestseller bisher vorenthalten: die Anti-Gymnastique, eine ruhige Reise durch den Körper statt wildes Herumhüpfen. «Zu Beginn werden Ihnen Muskeln, die Sie zu bewegen versuchen, so fremd erscheinen, dass Sie gar nicht wissen, mit welchem Befehl Sie sie aktivieren müssen», sagen Trainerinnen. Tönt wie Yoga à la française. Und ist bestimmt ganz nonchalant. (dbu)