

Mallina Wartenweiler • Andreas Kiener

Schoko- und Zitronentage

Mama hat mich lieb, auch wenn sie krank ist





Mallina Wartenweiler • Andreas Kiener

Schoko- und Zitronentage

Mama hat mich lieb, auch wenn sie krank ist

Alle Rechte vorbehalten

© 2017 by rex verlag luzern und Kinderheim Titlisblick, Luzern

www.rex-verlag.ch

Texte: Mallina Wartenweiler, Luzern

Illustrationen: Andreas Kiener, Luzern

Lektorat: Markus Kappeler, rex verlag luzern

Herausgeber: Kinderheim Titlisblick, Luzern

Umbruch: Sandra Barmettler, Brunner Medien AG, Kriens

Koordination Herstellung: Brunner Medien AG, Kriens

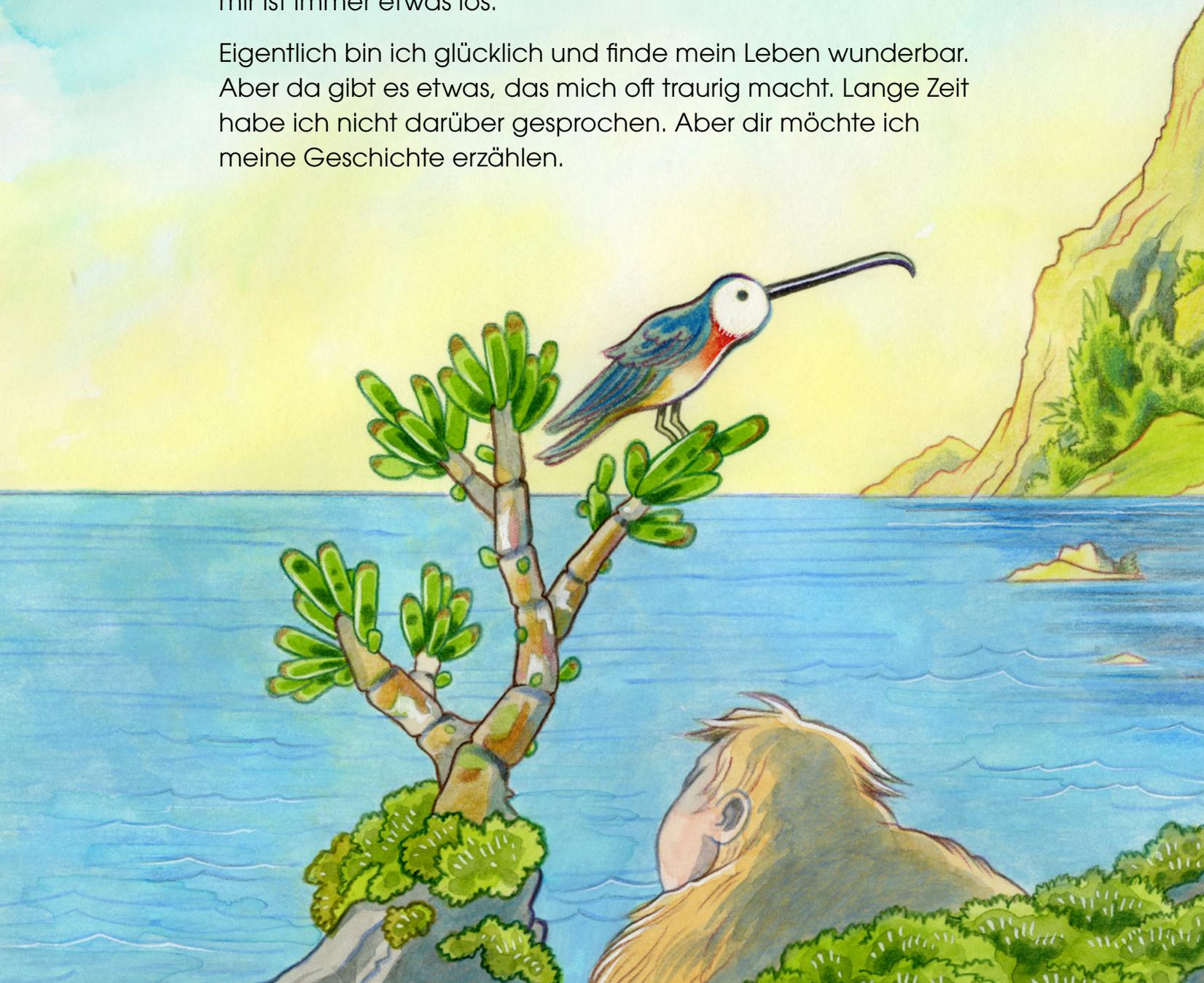
ISBN 978-3-7252-1016-9

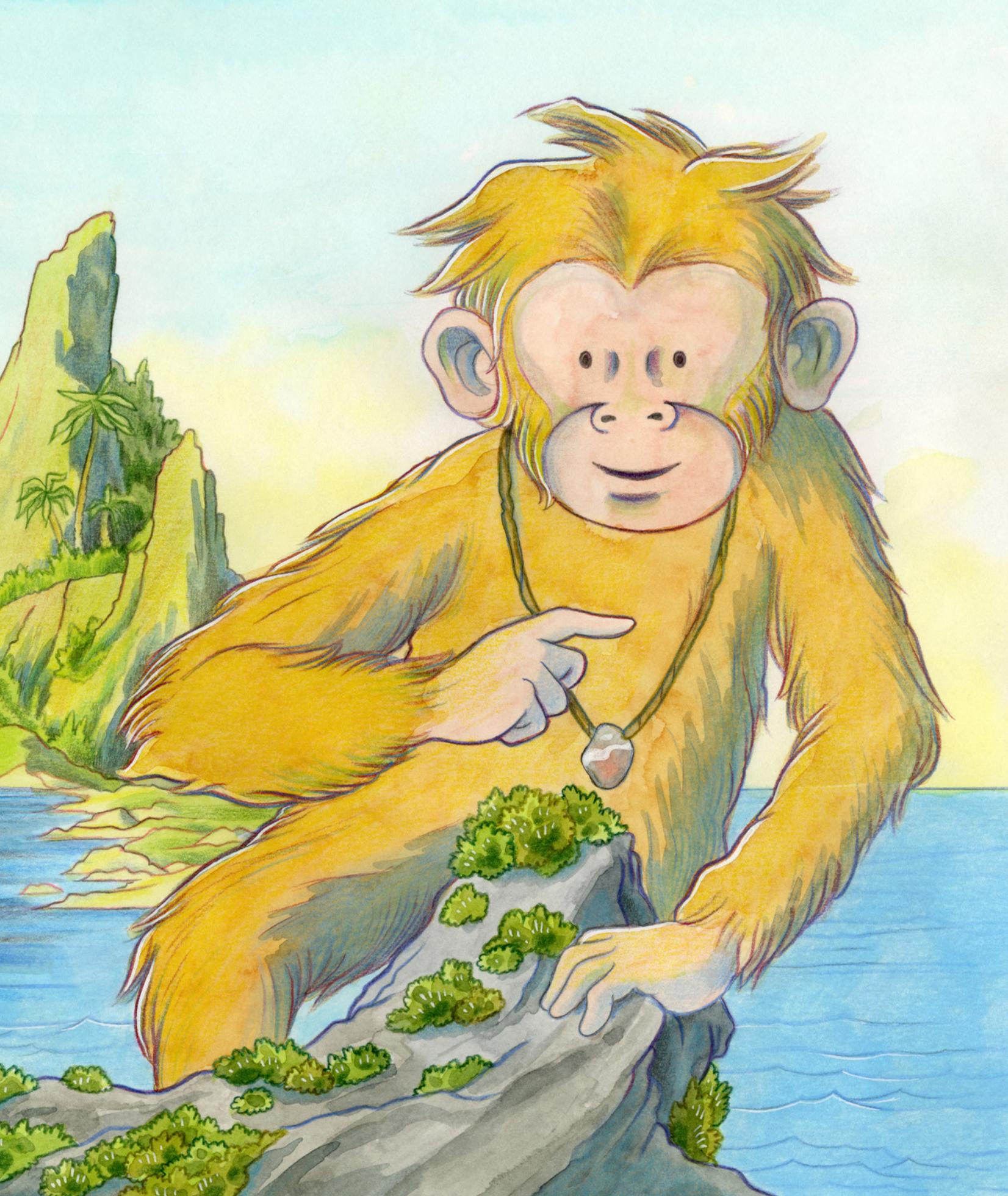


Hallo, ich bin Cahya!

Alle nennen mich nur Ca. Ich mag diesen Kosenamen, besonders wenn Mama mich so ruft. Cahya ist hebräisch und heisst lebendig. Meine Eltern haben mir diesen Namen gegeben, weil ich seit meiner Geburt voller Energie bin. Am liebsten schwinde ich mich von Ast zu Ast oder spiele mit meinen Freunden Verstecken in den Bäumen. Manchmal sonne ich mich auf einem Ast und genieße meine wilden Träume. Bei mir ist immer etwas los.

Eigentlich bin ich glücklich und finde mein Leben wunderbar. Aber da gibt es etwas, das mich oft traurig macht. Lange Zeit habe ich nicht darüber gesprochen. Aber dir möchte ich meine Geschichte erzählen.







Seit einiger Zeit ist meine Mama anders. Früher war sie wie die Mamas meiner Freunde. Sie spielte mit mir, lachte, und wenn ich Trost brauchte, nahm sie mich in ihre Arme. Aber jetzt sitzt sie oft einfach nur da und schaut weit in die Ferne. Obwohl sie ihre Augen offen hat, scheint sie mich nicht zu sehen. Sie reagiert auf nichts und niemanden. Es ist, als ob Mama nicht mehr da wäre.

Dann gibt es wieder Tage, an denen Mama ist wie früher. Sie tanzt mit mir durch die Baumwipfel oder schaut mir beim Spielen zu. Sie lacht und manchmal schimpft sie auch, wenn ich etwas Dummes mache. Sie ist einfach für mich da, laust mich im Fell oder schält mir eine Banane. An solchen Tagen hoffe ich, dass meine Mama wieder die Mama ist wie früher.



Aber am nächsten Tag ist diese aufmerksame Mama wieder verschwunden. Mama sitzt auf ihrem Baumstrunk und starrt ins Leere. Ich versuche ihr eine Freude zu machen. Ich tanze vor ihr, singe für sie, denke mir eine lustige Geschichte aus. Aber Mama reagiert nicht auf meine Geschenke, auch nicht auf meine Lieder oder Geschichten. Sie wird manchmal sogar schrecklich wütend, schreit mich an und will, dass ich sie in Ruhe lasse.

Was ist nur los mit Mama?! Ich kann das einfach nicht verstehen! Warum freut sich Mama nicht? Früher hat sie mir doch gerne zugeschaut. Was mache ich falsch, dass Mama sich so ärgert? Bin ich schuld daran, dass Mama nicht mehr lustig ist? Ich mache mir grosse Sorgen.

Da höre ich meine Freunde in den Wipfeln unserer höchsten Bäume Fangen spielen. Mein absolutes Lieblingsspiel! Ich will dabei sein. Also, los gehts auf die Bäume!





Heute sitzt Mama wieder auf ihrem Strunk, starr wie eine Statue, die nichts hört und sieht. Ich möchte Mama wecken, zurück in mein Leben holen. Ich will um Mama kämpfen. Vermutlich habe ich mich bisher einfach zu wenig angestrengt. Ich muss mir etwas richtig Grosses und Tolles einfallen lassen, damit Mama wie früher lacht und mich liebkost. Voller Tatendrang studiere ich ein neues Kunststück ein, das ich in der Krone meines Lieblingsbaumes vorführen will. Einen ganzen Tag übe ich. Ja, das wird Mama gefallen!

«Mama, schau mal!», rufe ich, als Mama kurz ihren Kopf hebt. Ich wirbele nur so durch die Luft, von Ast zu Ast, mit vielen Drehungen. Als Höhepunkt mache ich einen Salto. Alles hat reibungslos geklappt. Mit Stolz und ausser Atem verbeuge ich mich vor Mama, wie eine richtige Künstlerin vor ihrem Publikum. Doch Mama reagiert nicht.

«Mama ...?»

Sie antwortet nicht. Als ob ich nicht da wäre, blickt sie durch mich hindurch.





Im nahen Wald höre ich meine Freunde spielen und lachen.
Aber ich mag nicht mehr lachen und auch nicht spielen.
Ich bin so traurig. Meine Gedanken kreisen nur noch um
Mama: Was ist los mit ihr?

Ohne dass ich es merke, fließen mir Tränen über die Wangen.
Plötzlich berührt mich jemand zart an der Schulter.
Es ist Zenobia, meine Grossmutter. «Ca, was ist mit dir los?»

Ich schüttele nur stumm den Kopf. Zenobia legt den Arm um
mich. Das tut gut.

«Warum ist Mama so?», presse ich schluchzend hervor.

«Wie meinst du das?», fragt Zenobia zurück.

Jetzt sprudeln die Wörter nur so aus mir heraus. «Manchmal
ist Mama zwar da, aber irgendwie auch nicht. Obwohl sie
mich anschaut, sieht sie mich gar nicht. Das macht mir Angst
und ich fühle mich schrecklich allein. Dann möchte ich Mama
zum Lachen bringen, aber sie hört nichts, sieht nichts, spürt
nichts. Manchmal wird sie sogar wütend und verlangt, dass
ich sie in Ruhe lasse. Habe ich etwas falsch gemacht oder hat
mich Mama nicht mehr lieb?» Erneut kullern mir Tränen über
die Wangen.

Zenobia nimmt mich in ihre Arme. Ich vergrabe mein Gesicht
in ihrem weichen Fell und höre sie flüstern: «Nein, Ca.
Du bist wundervoll und deine Mama liebt dich ganz fest!»







Zenobia kraut mir das Fell. Als ich nicht mehr schluchzen muss, erklärt sie ganz ruhig: «Ca, es gibt Krankheiten, die man von aussen nicht sieht. Sie verstecken sich tief drinnen in der Seele. Manche mit einer solchen Krankheit sind oft sehr traurig, andere sehen Dinge, die sonst niemand sieht, oder sie haben die ganze Zeit Angst. Wieder andere können nicht aufhören, giftige Pilze zu essen, die ihnen das Bewusstsein rauben.»

«Was sind das für Krankheiten, die man nicht sieht?», frage ich interessiert.

«Diese Krankheiten werden seelische oder psychische Krankheiten genannt. Obwohl sie ganz unterschiedlich sind, ist eine Sache immer ähnlich: Seelisch Kranke sind so fest mit sich selber beschäftigt, dass sie manchmal nicht erkennen, wie es ihren Liebsten geht. Darum können sie sich nicht mehr gut um die Familie kümmern. Auch deiner Mama geht es so, obwohl sie dich so gern hat. Ca, es ist ganz wichtig, dass du weisst: Mama übersieht dich nicht mit Absicht. Sie ist krank.»





In diesem Moment turnt Tayo mit seinem Gipsbein durch die Äste.

«Zenobia, warum geht Mama nicht zum Arzt und lässt sich einen Gips machen? Mit einem Gips ist man schon fast wieder gesund, wie Tayo.»

Zenobia streicht mir über den Kopf: «Das geht nicht bei seelischen Krankheiten, die man nicht sieht. Wo soll man da gipsen?»

«Ist Mama also sehr krank?»

«Ich denke schon», meint Zenobia.

«Aber warum hat mir Mama nicht gesagt, dass sie krank ist?»

«Weil Mama glaubt, dass sie gesund sei. Sie hinkt ja nicht wie Tayo mit seinem Bein. Wenn die Seele krank ist, ist es ganz schwer, das zu sehen.»

«Aber du bist schon alt und weißt so viel. Wenn du Mama sagst, dass sie krank ist, dann muss sie es doch glauben!»

Zenobia überlegt lange: «Leider nein. Ich habe versucht, mit ihr darüber zu sprechen, aber deine Mama will nichts davon hören. Vielleicht schämt sie sich. Wenn deine Mama zugeben würde, dass sie krank ist, müsste sie Hilfe annehmen. Das will sie nicht ... Sie möchte es alleine schaffen. Wenn du keine Hilfe möchtest, dann kannst du ja auch sehr stur sein.»





Heute macht Zenobia feinen Gemüsebrei. Papa sammelt in den Bäumen Früchte zum Dessert. Ich helfe beim Gemüseputzen und wir reden wieder über Mama.

«Mama braucht also Hilfe?», frage ich.

«Ja, die braucht sie ...»

Und bevor Zenobia weiterreden kann, beschliesse ich: «Dann werde ich Mama helfen, damit es ihr wieder besser geht!»

«Du kannst deiner Mama nicht helfen, Ca. Das können nur spezielle Ärzte, die Psychiater oder Psychologen genannt werden. Diese Ärzte sind besonders gut darin, seelisch Kranke dabei zu unterstützen, mit ihrer Krankheit umzugehen. Das braucht viel Geduld, denn Helfen ist da viel schwieriger als bei einem gebrochenen Bein. Und deine Mama muss bereit sein, sich vom Arzt behandeln zu lassen.»

Lange lasse ich die Worte von Zenobia in meinem Kopf hin und her wandern. Da fällt mir etwas ein: «Aber der Arzt könnte Mama ein Medikament geben. Als ich einmal ganz hohes Fieber hatte, bekam ich ein Medikament und wurde wieder gesund.»

«Ja, Ca, da hast du recht. Es gibt Medikamente, die deiner Mama helfen könnten.»

«Dann lass uns gleich in eine Apotheke gehen und diese Medikamente für Mama kaufen!», antworte ich aufgeregt.

«Ich sehe, du hast gute Ideen. Aber das geht so leider nicht. Zuerst muss der Arzt deine Mama genau untersuchen und herausfinden, was ihr helfen könnte.»



Nach dem Abendessen sitzen Zenobia und ich auf der Balkenschaukel. Sie muss fast in der Mitte beim Drehgelenk sitzen, weil sie viel schwerer ist als ich. So funktioniert das Schaukeln und wir verstehen uns besser.

«Du hast gesagt, es gibt Medikamente, die Mama helfen. Mama muss dafür aber zuerst zum Arzt. Wenn Mama also zum Arzt geht, dann ist sie bald wieder ganz gesund?»

«Das geht nicht so schnell, Ca. Es wäre gut, Mama würde für eine Weile zum Arzt in die Klinik ziehen. Dort ist es schön und es gibt viele Leute, die für Mama da wären. Manchmal muss man ganz lang in die Klinik, um sich zu erholen. Ganz gesund werden, das ist selten. Aber die guten Tage werden mehr und die schlechten weniger.»

Da tropfen mir plötzlich Tränen aus den Augen. Und es werden immer mehr, wie bei einem Wasserfall. Zenobia steigt von der Schaukel und trägt mich zur Bank.

«Nie mehr gesund!», schluchze ich immer wieder. Zenobia hält mich ganz fest, bis die Tränen versiegen.





Zenobia kraut mir sanft den Nacken. «Ca, deine Mama, so wie sie früher immer war, so wird sie vielleicht nie mehr. Aber deine Mama ist auch dann deine Mama, wenn sie einen schlechten Tag hat und nicht richtig Mama sein kann. Schau ...»

Zenobia hebt einen Stein vom Boden auf und hält ihn vor mich hin: «Siehst du diesen wunderbaren Stein?»

Ich nicke.

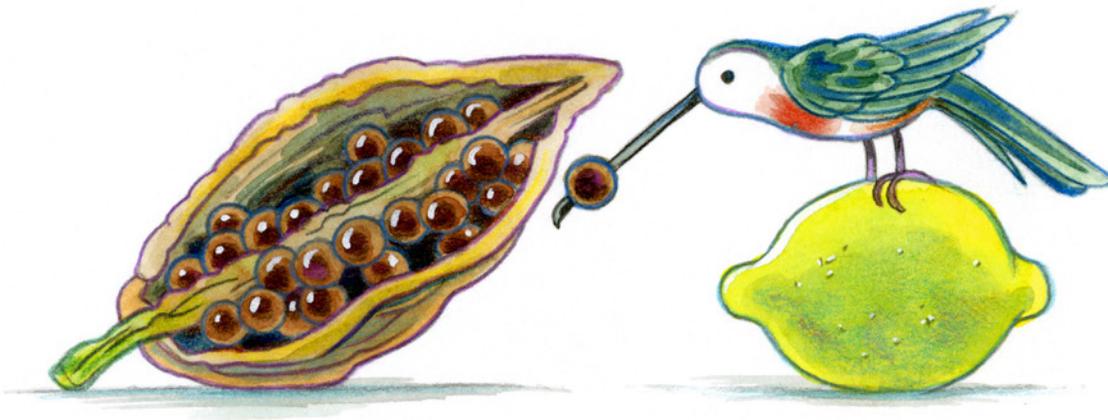
Da gräbt Zenobia ein Loch in den Boden, legt den Stein hinein und bedeckt ihn mit Erde.

«Sag mir, Ca, gibt es den Stein jetzt noch und ist er noch gleich schön?»

Ich überlege kurz: «Der Stein ist im Boden, aber ich kann ihn nicht mehr sehen.»

«Richtig, Ca! Obwohl du den Stein nicht mehr sehen kannst, weißt du, dass er noch da ist. Genauso ist es mit deiner Mama. Manchmal legt sich die Krankheit so fest über deine Mama, dass du sie nicht mehr erkennen kannst. Aber sie ist trotzdem da und hat dich sehr lieb.»





«Danke, Zenobia. Jetzt kann ich das besser verstehen. Mama hat nämlich in letzter Zeit viele schlechte Tage.»

«Aber sie hat doch auch gute Tage?»

«Ja, aber nicht sehr oft. Dann genieße ich es ganz besonders.»

«Siehst du, deine Mama hat gute Tage. Was meinst du, wollen wir diesen besonders schönen Tagen einen Namen geben?»

«Das wäre super! Aber wie denn?»

«Hm», macht Zenobia, «was isst du denn besonders gern?»

«Schokolade natürlich!»

«Ja, siehst du, dann ist das einfach. Dann sind die guten Tage mit Mama ab sofort Schokotage.»

«Genau! Und die schlechten Tage sind Zitrontage. Zitronen mag ich nämlich gar nicht!»

Ich fühle mich schon viel besser und gebe Zenobia einen saftigen Kuss.



Es folgen viele Zitronentage mit Mama. Manchmal bin ich deswegen richtig wütend. Dann gehe ich zu Zenobia und sie tröstet mich: «Du bist nicht schuld, wenn es Mama nicht gut geht! Mama ist krank.»

Mit Zenobia reden tut unglaublich gut. Bei ihr fühle ich mich nicht allein.

Warum Mama nicht zum Arzt geht, obwohl sie Zitronentage hat, ist für mich schwer zu verstehen. Hätte sie nämlich ein gebrochenes Bein, würde sie zum Arzt gehen.

Gestern versuchte ich Mama aufzuheitern. Sie zeigte aber wie so oft keine Reaktion. Weinend lief ich zu Zenobia: «Wie kann ich Mama zeigen, dass ich sie gern habe, wenn die Krankheit Mama zudeckt und sie nichts wahrnimmt?»

Zenobia nahm mich bei der Hand. Wir gingen hinaus auf die Wiese. «Wie du weisst, liebt Mama Blumen. Pflücke doch Blumen und stelle sie neben Mamas Hängematte. Die prächtigen Farben und der feine Duft werden ihr von deiner Liebe erzählen, auch wenn Mama in diesem Moment nicht Danke sagen kann.»

Jetzt schenke ich Blumen, wenn ich nicht weiter weiss.





An einem warmen Sommertag gehen Mama und ich spazieren. Ich weiss sofort: Heute ist ein Schokotag! Den werde ich nie vergessen. Wir lachen und geniessen das Zusammensein. Da frage ich Mama: «Willst du ein Kunststück sehen?»

Mama will! So turne ich durch die Äste, wie ich es damals extra für sie geübt habe. Mama klatscht riesig Beifall und legt dann ihren Arm um mich: «Wow, Ca, das hast du grossartig gemacht. Ich bin mächtig stolz auf dich!»

Freudentränen steigen in meine Augen. Da umarmt mich Mama ganz fest, bis ich fast nicht mehr atmen kann. «Mama, du erdrückst mich», sage ich lachend.

«Entschuldige, ich liebe dich einfach so sehr!»

Ich bin überglücklich! Mama liebt mich, schiesst es mir immer wieder durch den Kopf.

Plötzlich legt mir Mama etwas in die Hand: «Zenobia hat mich gebeten, dir diesen Stein zu geben, und sagte, du würdest schon verstehen.»

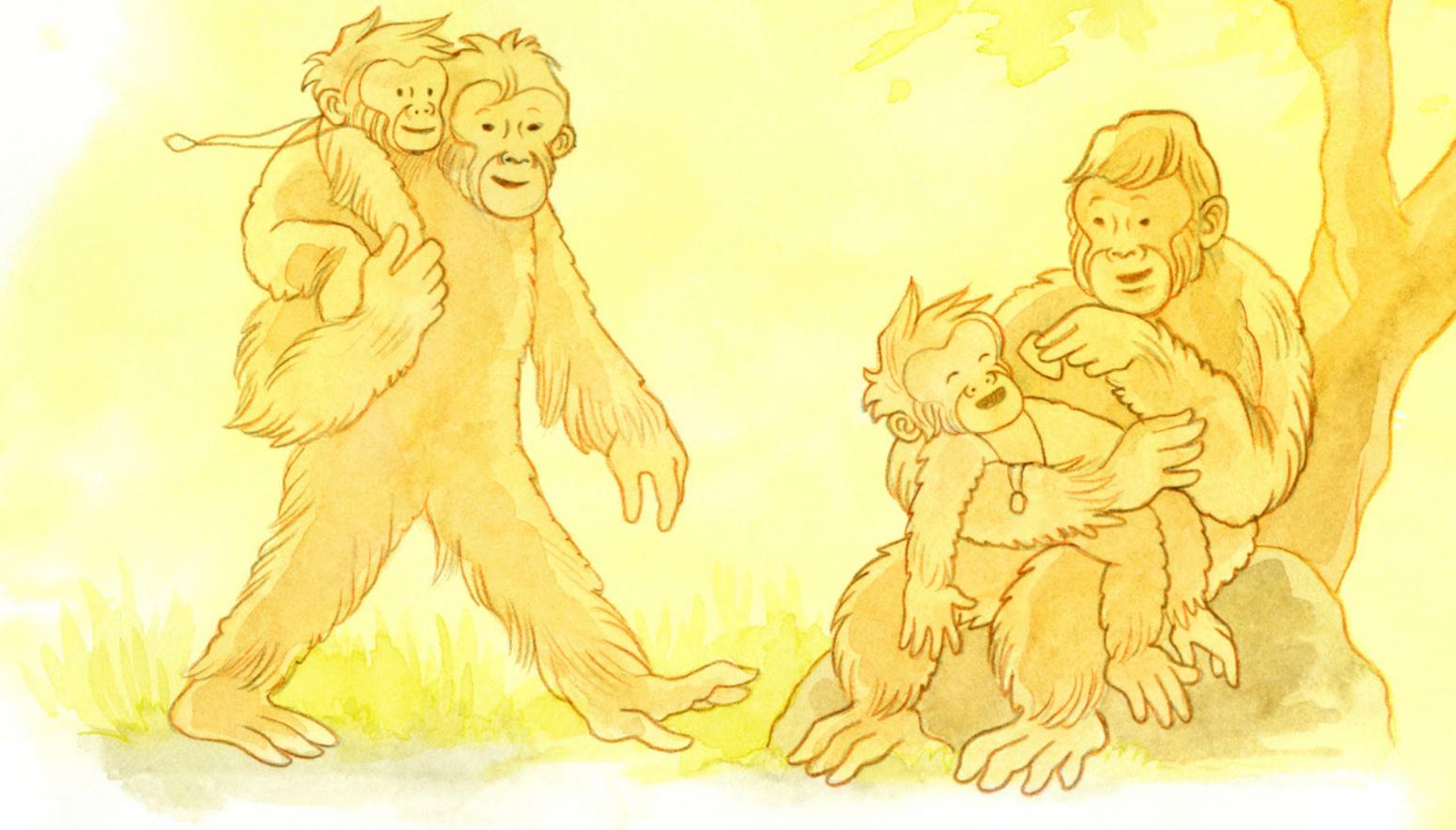
Mama gibt mir genau den wunderbaren Stein, den Zenobia damals während unseres Gespräch vergraben hat. Ja, ich verstehe: Meine Mama ist immer da!

Mama hilft mir, eine Schnur zu knüpfen. Dann bindet sie mir den Stein als Anhänger um meinen Hals. «Mama, dieser Stein wird mich immer an diesen schönen Tag mit dir erinnern», sage ich zu ihr und falle ihr um den Hals.

Seither trage ich den Anhänger und ich habe ihn nie mehr abgelegt. Wenn ich ihn berühre, dann ist Mama da und ich spüre, dass sie mich sehr lieb hat.

Am nächsten Tag geht es Mama nicht mehr so gut wie an

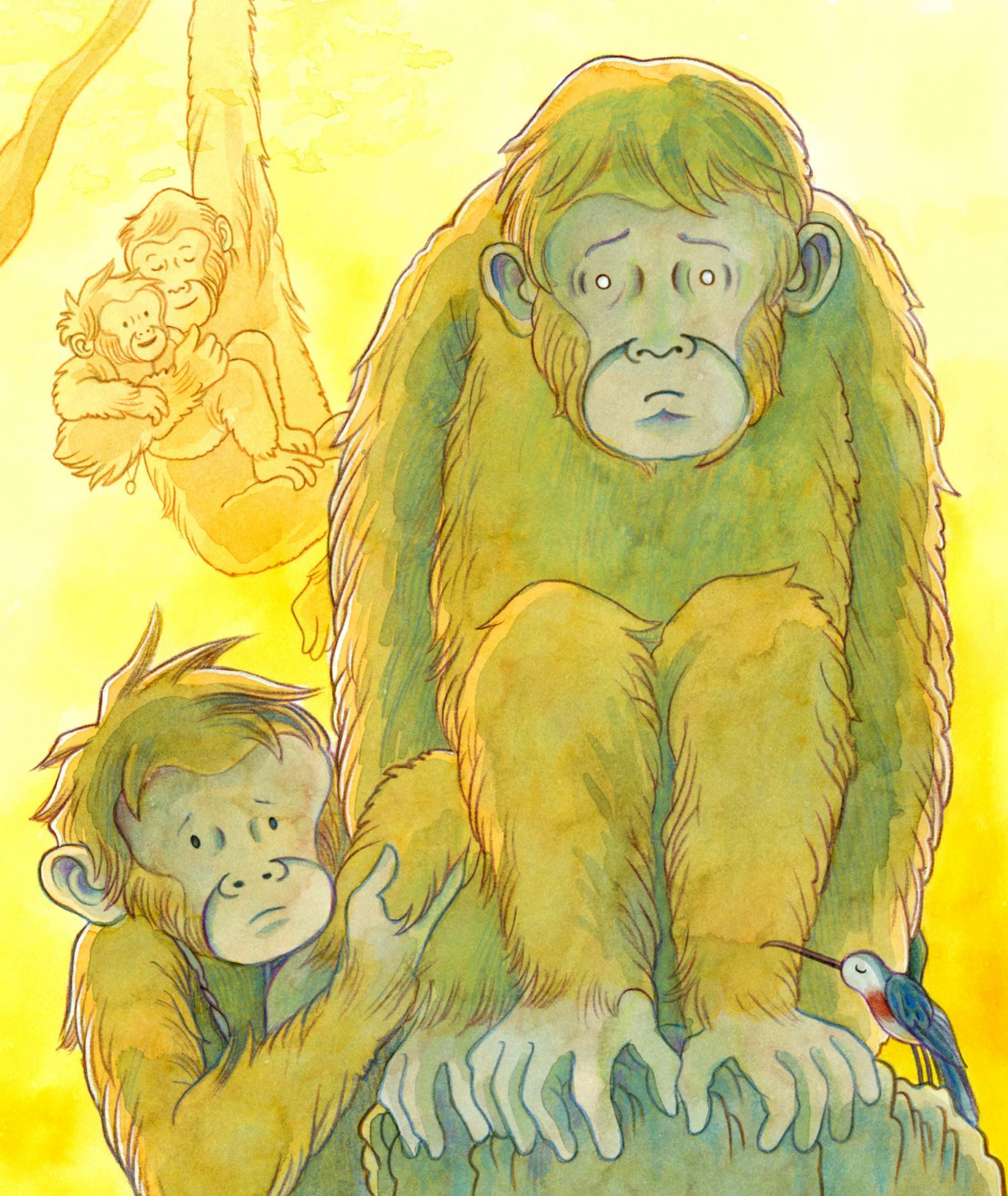




unserem Schokotag. Sie sitzt mit hängenden Schultern auf ihrem Baumstrunk. Sie wirkt müde und ihr Blick ist wieder in die Ferne gerichtet.

Bedrückt gehe ich zu ihr und nehme ihre Hand in meine. In diesem Moment hebt sie den Kopf und ihr Blick bleibt lange an meinem Amulett hängen. Und plötzlich sagt sie mehr zu sich selbst als zu mir: «Ich glaube, ich brauche Hilfe.» Dann muss sie lange weinen.

Nach dem Essen haben Papa und Zenobia noch lange mit Mama gesprochen. An diesem Abend entschliesst sich Mama, in die Klinik zu gehen und sich helfen zu lassen.



Seitdem ist bereits eine Weile vergangen. Mama ist immer noch in der Klinik und ich besuche sie mit Zenobia regelmäßig. Es ist schön hier und es gibt viele nette Leute, die sich gut um Mama kümmern. Die Zitrontage sind zwar noch nicht verschwunden, aber sie werden weniger. Mama geht es besser.

«Ca, mein Liebes, wo bist du?»

Oh, Mama hat mich gerufen! Immer, wenn sie mich so ruft, ist ein Schokotag! Juhu, ich muss los ...

... tschühüüüß!





Gedanken für Erwachsene, die mit Kindern das Buch anschauen

Sie wollen «Schoko- und Zitronentage» einem Kind erzählen, das unter der psychischen Krankheit seines Vaters oder seiner Mutter leidet – das freut mich. Vertrauen Sie dabei auf Ihr Feingefühl und Ihre Fähigkeiten. Die Geschichte von Cahya ist ein Türöffner für Sie und für betroffene Kinder, dieses heikle Thema auf eine kindgerechte Weise anzusprechen. Für vertiefende Informationen zum Thema «psychische Krankheiten» empfehle ich Ihnen den Kontakt mit Fachstellen. Es gibt auch weiterführende Literatur. Einige Punkte im Zusammenhang mit der psychischen Erkrankung von Eltern und deren Einfluss auf ihre Kinder sind beim Erzählen des Buches und im Gespräch mit dem Kind über dieses Thema zu beachten. Meine Gedanken und Haltungen dazu können Ihnen als Anhaltspunkte dienen. Sie sind nicht umfassend und erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Auch psychisch kranke Menschen sind Vater oder Mutter. Oft ist dann die ganze Familie von der Krankheit betroffen und überfordert, auch wenn das System nach aussen über lange Zeit als «heile Familie» zu funktionieren scheint. Aus Angst, als Mutter oder Vater infrage gestellt zu werden, suchen viele Eltern keine Hilfe. Oder betroffene Eltern lassen sich aus Scham nicht behandeln, auch weil sie Angst davor haben, was mit ihren Kindern passiert, wenn sie sich Hilfe holen. Andere wiederum haben selbst keine Krankheitseinsicht und sind der Überzeugung, gesund zu sein. Unabhängig davon, ob der betroffene Elternteil seine Krankheit nicht wahrhaben will oder ob er

Hilfsangebote in Anspruch nimmt, leiden Kinder unter der psychischen Krankheit. Sie wirkt sich auf den Alltag aus, beeinflusst die Beziehung des Kindes zu Mutter oder Vater und beeinträchtigt oft eine gesunde Entwicklung des Kindes. Betroffene Kinder sind dem Verhalten kranker Eltern ausgesetzt. Sie können deren verwirrendes Verhalten nicht verstehen und sehen sich womöglich als Auslöser und Verursacher. Der Gedanke, etwas falsch gemacht zu haben, kann starke Schuldgefühle auslösen. Die Kinder fühlen sich vom betroffenen Elternteil häufig ungeliebt oder abgelehnt. Sie wollen ihren Teil zur Verbesserung der Situation beitragen und dem geliebten Menschen helfen. In der Regel sind ihre Aufmunterungsversuche und Hilfsangebote jedoch nicht von Erfolg gekrönt, was ihre Hilflosigkeit und ihren Leidensdruck noch erhöht.

Solche Kinder sind auf eine feinfühlig und fürsorgliche Begleitung angewiesen. Für sie ist es wichtig zu wissen, was mit ihrer Mutter oder ihrem Vater los ist, und es hilft ihnen, wenn sie ehrlich und altersgerecht aufgeklärt werden:

- Es entlastet die Kinder, wenn sie erfahren, dass sie an der Krankheit keine Schuld tragen, dass das Verhalten des geliebten Elternteils krankheitsbedingt ist und nicht mit Absicht geschieht.

- Es hilft, wenn die Kinder hören, dass die Verantwortung bei den Erwachsenen liegt, dass sie nicht helfen können und keine Verantwortung für die Genesung des erkrankten Elternteils tragen.

- Es gibt Sicherheit und inneren Halt,

wenn den Kindern bewusst gemacht wird, dass sie trotz der Krankheit vom betroffenen Elternteil geliebt werden.

– Es vermindert falsche Schamgefühle und Loyalitätskonflikte, wenn die Kinder erleben, dass das Umfeld trotz psychischer Krankheit wertschätzend und unterstützend mit dem betroffenen Elternteil umgeht.

Das Kinderbuch «Schoko- und Zitronentage» kann helfen, mit einem Kind über seine Sorgen und Ängste zu reden oder dieses heikle Thema überhaupt erst anzusprechen. Im besten Fall kann sich ein Kind mit Cahya identifizieren und fühlt sich – wie Cahya mit Zenobia – mit Ihnen an seiner Seite weniger allein mit seinen Sorgen. Cahya ist im Buch bewusst weder Mädchen noch Junge. Es ist dem Kind überlassen, ob es aus Cahya ein Mädchen oder einen Jungen macht. Nehmen Sie wahr, was im Kind während des Betrachtens und Erzählens vorgeht. Vielleicht ist es möglich, Brücken zur realen Situation zu schlagen. Mag ein Kind nicht über seine eigene Geschichte sprechen, ist das völlig in Ordnung und soll respektiert werden. Das Kind darf sich nicht bedrängt fühlen. Lassen Sie ihm Zeit, sich zu öffnen und Vertrauen aufzubauen. Vielleicht müssen Sie das Buch mit dem Kind mehrmals anschauen und erst nur bei der Geschichte von Cahya bleiben. Sie können bewusst nur positive Erlebnisse ansprechen und nach «Schokotagen» des Kindes fragen. So vermeiden Sie die Fokussierung auf das Belastende. Identifiziert sich das Kind mit der Lebendigkeit von Cahya, kann dies ebenfalls helfen, Türen zu einem

Dialog zu öffnen. Spüren Sie Distanz oder sogar Abwehr, wenn Sie das Kind auf seine Situation ansprechen, dann erzählen Sie von sich, wie es Ihnen geht bei der Geschichte, was Ihnen gefällt und was Sie berührt. Vielleicht entsteht so ein erstes Gespräch zum Thema.

Grundsätzlich scheint es mir wichtig, dass beim Kind keine falschen Hoffnungen auf eine komplette Genesung geweckt werden. Sie können dem Kind erklären, dass es Hilfsangebote und Fachstellen für Kinder und Eltern gibt. Doch auch wenn Betroffene Hilfe annehmen, kommt es immer wieder zu «Zitronentagen». Wird das Kind nicht alleine gelassen, entwickelt es für diese schwierigen Tage eigene Ressourcen. Ein afrikanisches Sprichwort sagt: «Für die Erziehung eines Kindes braucht es ein ganzes Dorf» – umso mehr gilt dies in belasteten Familiensystemen. Hilfe und Entlastung zu erfahren, tut gut, stärkt und nährt. Wer Sicherheit, Vertrauen und Angenommensein erfährt, kann Angst und Sorgen etwas entgegensetzen.

Mallina Wartenweiler,
Dipl. Sozialpädagogin HF

Herausgeber

Das Kinderheim Titlisblick in Luzern ist das einzige Kleinkinderheim in der Zentralschweiz. Kinder aus leidvollen Familienverhältnissen, im Alter von vier Tagen bis sieben Jahren, finden hier ein Zuhause auf Zeit. Eine Notaufnahme und drei Wohngruppen bieten den Kindern Schutz, Geborgenheit und Förderung. Ein gezieltes Konzept zur Elternbegleitung stärkt die Ressourcen der Eltern und ermöglicht ihnen und dem Kind, ihre Beziehung im geschützten Rahmen zu vertiefen. Das Kinderheim Titlisblick ist privatrechtlich als Verein organisiert und hat einen Leistungsauftrag vom Kanton Luzern.

Autorin

Mallina Wartenweiler, diplomierte Sozialpädagogin, arbeitet in der Notaufnahme des Kinderheims Titlisblick Luzern.

Illustrationen

Andreas Kiener studierte Illustration Fiction an der Hochschule Luzern und arbeitet seit seinem Abschluss als freischaffender Comiczeichner und Illustrator in einem Gemeinschaftsatelier in Luzern.



Cahya spielt am liebsten Verstecken in den Bäumen. Auch sonst ist Ca, wie die Freunde das Äffchen rufen, ein ganz normales Kind, das Schokolade liebt. Aber da gibt es etwas, das es traurig macht. Ca fühlt sich mitschuldig an der Krankheit der Mutter, die oft einfach dasitzt und auf nichts und niemanden reagiert. Grossmutter Zenobia hilft Ca, mit Mamas Krankheit zu leben, auch wenn es nicht einfach eine Heilung gibt.

In der feinfühlig erzählten Geschichte von Cahya finden betroffene Kinder ihren eigenen Alltag gespiegelt und lernen, ihre Situation besser zu begreifen.

Der Herausgeber, das Kinderheim Titlisblick, hat reiche Erfahrung im Umgang mit Suchtproblemen und psychischer Erkrankung von Müttern und Vätern. Am Schluss des Buches finden Eltern, Grosseltern, Lehrpersonen und andere Begleitpersonen Tipps, wie diese Geschichte in Familie und Schule mit direkt oder indirekt betroffenen Kindern eingesetzt werden kann.

