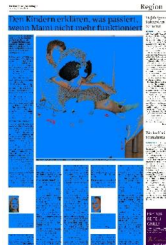


Den Kindern erklären, was passiert, wenn Mami nicht mehr funktioniert



Kinder von psychisch kranken Eltern spüren, dass etwas nicht stimmt und die Erwachsenen ihnen etwas verbergen.

Patrick Gutenberg



GESUNDHEIT Es ist schweizweit neuartig, das Angebot, das im Bezirk Horgen ab September für Kinder von psychisch Kranken lanciert wird. Einzigartig darum, weil die Projektleiterin selbst die Tochter einer Mutter mit Depressionen ist.

Isabella Huber ist todunglücklich. Sie hat gerade einen Suizidversuch hinter sich. Den hat sie zwar überlebt, und in der Klinik fühlt sie sich gut aufgehoben. Doch sie weiss: Sie hat ihre beiden Kinder allein gelassen. Sie fühlt sich ihnen gegenüber schuldig. Weiss nicht, wie sie ihnen erklären soll, dass um sie herum manchmal alles im Nebel versinkt und es in ihr dann einfach nur noch finster ist.

Ihr Partner ist ein eher rationaler Mensch. Er wüsste ihre Krankheit am liebsten so schnell wie möglich therapiert. Mit den Kindern darüber zu reden, erachtet er als unnötig.

Die Kinder ihrerseits trauen sich nicht, Fragen zu stellen. Auch wenn sie ganz genau spüren, dass etwas mit ihrer Mutter nicht stimmt, und die Erwachsenen ihnen etwas verbergen.

So wie im fiktiven Beispiel von Isabella Huber, oder ähnlich, könnte die Situation in einer vierköpfigen Familie aussehen, deren Mutter an Depressionen leidet.

Peers als positive Beispiele

«Mobile» heisst die neue Coachinggruppe für psychisch belastete Eltern. Sie soll dieses Vakuum, in das Kinder psychisch Erkrankter zu fallen drohen, in der Region Horgen/Affoltern auffüllen helfen. Es ist die regionale Psychiatriekommission Horgen/Affoltern, die sich hier engagiert, in Kooperation mit der Klinik

für Kinder und Jugendpsychiatrie Ambulatorium Horgen und der Kilchberger Privatlinik **Sanatorium**. Anfang September startet das kostenlose Angebot. Dahinter steht ein Team von vier Personen, zwei Kinder- und Jugendpsychologen, ein Mann und eine Frau, sowie zwei ehemals Betroffene: eine Mutter, die eine Depression überwunden hat, und eine Frau, deren Kinder- und Jugendzeit durch die psychische Erkrankung der Mutter überschattet wurde.

Letztere heisst Lesly Luff. Sie hat die Idee für Mobile vor rund vier Jahren eingebracht. Die Kindergärtnerin und Erwachsenenbildnerin ist auch ausgebildete Peermitarbeiterin und leitet seit fünf Jahren eine Recovery-Gruppe am **Sanatorium Kilchberg** – sowie die Coachinggruppe Mobile, sobald diese startet.

Harald Müller, Pflegedirektor am **Sanatorium Kilchberg**, sagt:

«Peers sind die besten Beispiele dafür, dass man lernen kann, mit Ängsten und Zweifeln umzugehen, die mit Depressionen einhergehen. Seien es eigene oder solche von Angehörigen.»

Anwältin betroffener Kinder

Lesly Luff bestätigt dies. «Ich kann nachvollziehen, wie es sich anfühlt, wenn ein Kind nicht weiss, was los ist. Man macht sich dann seine eigenen Erklärungen, reimt sich etwas zusammen.» Unerklärtes und Unausgesprochenes sei belastend und könne für lange Zeit Schatten auf die Seele werfen.

Als sie neun Jahre alt war, ist ihre Mutter an Krebs erkrankt und habe sich zunehmend zurückgezogen. «Sie schlief immer sehr lange und wusch sich ständig die Hände. Im Haus war es

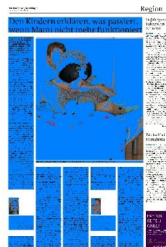
dunkel, die Zimmertüren und Rollläden zu.» Damals hätten ihr Vater und ihre drei älteren Schwestern das Zepter übernommen, erklärt hätten sie aber nichts.

«Für mich war die Stimmung irgendwie bedrohlich, geheimnisvoll», sagt Lesly Luff. «Ich wurde zur stillen Beobachterin, zog mich wie meine Mutter immer mehr zurück. Rückblickend wäre vieles einfacher gewesen, wenn ich schon als Kind erfahren hätte, warum meine Mutter sich so verhielt.» Doch ihre Eltern hätten sie nicht belasten wollen und darum nach aussen heile Welt gespielt. «Ich lernte daraus, nicht über Gefühle zu reden oder unangenehme besser zu verdrängen», sagt sie.

In diesem Sinn versteht sich Lesly Luff als Anwältin betroffener Kinder. «Kinder von psychisch erkrankten Eltern machen sich Sorgen. Auch wenn sie es nicht explizit sagen.» Es sei wichtig, dass ihnen jemand erkläre, was passiert. Und ihnen sage, dass sie nicht schuld seien daran, dass es ihrer Mutter oder ihrem Vater schlecht gehe.

Die grosse Schwierigkeit ist jedoch, an die betroffenen Familien heranzukommen. Das Projekt Mobile soll im September mit einer Coachinggruppe für Eltern starten. Angesprochen sind sowohl die Erkrankten als auch deren Partner oder Partnerin. In Planung ist aber auch eine Gruppe für Kinder und Jugendliche. «Wir werden die Eltern aus der Elterngruppe fragen, ob sie sich vorstellen können, ihre Kinder in eine solche zu schicken», sagt Lesly Luff.

Zurzeit sieht es so aus, dass die Elterngruppe im September starten kann. Bereits gibt es einige Anmeldungen. Das war im Früh-



sommer, als der Start hätte erfolgen sollen, noch anders. «Das Tabu ist tief verankert, über psychische Erkrankungen spricht man nicht», sagt Lesly Luff. Ihr grösster Wunsch ist es, dieses Tabu zu brechen. Auch den Kindern zuliebe.

Finanzierung vorerst gesichert

Dass dem Projekt nicht bereits der Schnauf ausgegangen ist, hängt damit zusammen, dass die Finanzierung vorerst für zwei Jahre gesichert ist. Harald Müller sagt: «Wir haben das Glück, dass die Katholische Landeskirche des Kantons Zürich uns im Rahmen ihrer 50-Jahr-Feierlichkeiten mit 10 000 Franken unterstützt hat.» Weitere 5000 Franken hat die regionale Psychiatriekommission Horgen/Affoltern beigesteuert. Und da der Tuchhof Thalwil die Räumlichkeiten zur Verfügung stellt, die Mitarbeit der Fachpersonen über die Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie über das

Sanatorium Kilchberg finanziert wird, seien die Fixkosten nicht hoch.

Was danach ist, wie die Finanzierung aussehen könnte, wenn es zu einem Regelbetrieb kommen sollte, steht in den Sternen. Harald Müller mag sich damit noch nicht auseinandersetzen, die nachhaltige Finanzierung von Präventionsmassnahmen im Bereich der psychischen Gesundheit sei eine grosse Herausforderung. Ihm ist zurzeit wichtig, dass etwas gegen die Angebotslücke für Kinder psychisch belasteter Eltern unternommen wird: «Wenn wir drinnen therapieren, draussen aber das soziale System nicht ausreichend stabil ist, stehen wir auf verlorenem Posten. Mobile ist da ein Schritt in die richtige Richtung.»

Sibylle Saxer

Anmeldung für die Coachinggruppe bei Lesly Luff, E-Mail-Adresse: mobile_elterncoaching@bluewin.ch, Telefon 077 465 01 90.



«Für mich war die Stimmung bedrohlich, geheimnisvoll.»

Lesly Luff, Leiterin der Coachinggruppe Mobile



«Wir haben Glück, dass uns die katholische Kirche unterstützt.»

Harald Müller, Pflegedirektor