

Ich bin nicht für alles verantwortlich"

Ein Verein hilft den Angehörigen von psychisch Kranken, die indirekt betroffen sind Von Bernd Schüler

Irgendwann reichte es. Margot Franke (Name geändert) konnte sich nicht länger beschimpfen lassen. Über Wochen hatte ihr Sohn Jan angerufen, immer kurz vor dem Schlafengehen. Wie so oft, wenn er in einem psychotischen Wahn versinkt, überhäuft der 24-Jährige dann seine alleinstehende Mutter mit Vorwürfen. Hilflos lässt sie die Tiraden über sich ergehen. Bis sie an einem Abend sagt: "So redest Du bitte nicht mehr mit mir, ich lege jetzt auf." Wenig später spricht der Sohn auf den Anrufbeantworter und entschuldigt sich.

Noch heute merkt man Margot Franke die Überwindung an, die sie dieser Satz gekostet hat. "Meinem Sohn in einem schlimmen Zustand eine Grenze zu setzen, das schien mir unmöglich", sagt die 54-Jährige. Wie viele andere Eltern psychisch kranker Kinder plagten sie Schuldgefühle. Allgegenwärtig die Sorge, der Sohn, allein in seiner Wohnung und misstrauisch gegenüber aller Welt, könnte sich etwas antun.

Dass sie doch den Mut gefasst hat, verdankt sie einer Selbsthilfegruppe des Vereins Angehörige psychisch Kranker (APK). Dort hatte eine Mutter erzählt, wie sie in ähnlicher Situation ihr erwachsenes Kind in die Schranken weist - mit Erfolg. Jutta Crämer, Vorstandsmitglied des Vereins, überrascht das nicht: "Die Erfahrung lehrt uns, dass es allen Beteiligten zugute kommt, wenn die Angehörigen etwas für sich tun. Wir ermutigen sie dazu, sich zu sagen: "Ich bin nicht für alles verantwortlich."

Ein einfacher Satz - schwer umzusetzen. Deshalb wird er oft wiederholt in der APK-Geschäftsstelle in Wilmersdorf. Seit 1989 ist der Verein eine Anlaufstelle für Menschen, die indirekt von einer schweren psychischen Erkrankung betroffen sind. Zu etwa drei Vierteln sind es die Eltern von meist jungen Erwachsenen, die in den Einzelberatungen und Gruppentreffen Hilfe suchen. Der Verein hat aktuell 390 Mitglieder, zum Großteil Eltern betroffener Kinder.

Oft schütten sie ihr Herz schon am Telefon aus, berichtet Marianne Schumacher. "Für sie ist es eine unglaubliche Entlastung, sich aussprechen zu können", sagt die Mutter eines betroffenen Sohnes und eines von sieben Vorstandsmitgliedern, die ehrenamtlich die Arbeit des Vereins tragen.

Ob am Telefon oder im Einzelgespräch, manchmal wird ein jahrelanges Verschweigen gebrochen. Ähnlich wie die Betroffenen, trauen sich viele Angehörige nicht zu reden - aus Angst, von Freunden oder Verwandten gemieden zu werden. Oder sie machen wie Margot Franke die Erfahrung, nur Mitleid und Unverständnis zu ernten. "Ich war so erleichtert, als ich merkte, dass da jemand genau wusste, wovon ich rede", sagt sie über ihren ersten Austausch mit einer APK-Mitarbeiterin.

Immer wieder hört Marianne Schumacher Klagen über Ärzte. Jede Verallgemeinerung liege ihr fern, viel zu unterschiedlich seien die Erfahrungen. "Aber viele Angehörige werden von Auml;rzten wenig beachtet", so Schumacher, "sie fühlen sich alleingelassen". Margot Franke wollte der Psychiaterin ihres Sohnes etwas über die Familiengeschichte erzählen, doch die nahm sich keine Zeit.

Worüber viele Eltern verzweifeln und was sie nicht selten krank werden lässt, ist die Ohnmacht. "Das war für mich das Schlimmste: nichts tun zu können", erzählt Jans Mutter. Immer wieder muss sie mit ansehen, wie ihr Sohn alle Hilfsangebote ausschlägt. Phasenweise bricht er den Kontakt ganz ab.

Auch wenn die Betroffenen weniger beeinträchtigt sind - für die Eltern bleibt eine

Gratwanderung: "Einerseits müssen sie sich zurücknehmen, loslassen", sagt Jutta Crämer, "und andererseits beobachten sie dauernd, ob es Anzeichen für eine Krise gibt. Deshalb nerven sie ihre Kinder auch manchmal." Eine Situation, die mit der Versorgungslage zusammenhängt: Zwar gebe es viele sozialpsychiatrische Angebote, so Crämer, doch fehlten aufsuchende Hilfen, die die Erkrankten notfalls begleiten.

Während Eltern zwangsläufig auf Distanz bleiben müssen, sind angehörige Partner ständig präsent. Ihr Leben wird noch stärker davon geprägt, wenn die Betroffenen sich zurückziehen oder laufend Forderungen stellen. "Wenn es ganz schlimm kommt, hat sich ja ihr Wesen verändert", sagt Kristiane Matzdorf. Als Leiterin der Treffen dieser Angehörigengruppe weiß sie, was Partner alles erdulden. "Manche wissen gar nicht mehr, wie sie ihre Lebensqualität erhalten können." Die Gespräche kreisen dann um die Einsicht: Ich darf auch für mich sorgen und eigene Wege gehen.

In letzter Zeit werden es immer mehr angehörige Partner, die nach Unterstützung suchen. Überhaupt kann sich das Team über fehlende Arbeit nicht beklagen. Über die Beratung hinaus setzt sich der Verein, als Lobby der Betroffenen, für eine Verbesserung der Versorgung ein. Zudem beteiligt man sich an der Ausbildung von Psychiatriepflegern.

"Inzwischen können wir die Arbeit, die wir leisten, kaum noch koordinieren", sagt Jutta Crämer. Dringend benötigt würde etwa eine bezahlte Bürokräft. "Und wir suchen Ehrenamtliche, die ihre Erfahrungen einbringen können. Von diesen Menschen lebt ja die Selbsthilfe."

© Berliner Morgenpost 2007