

Anlage 3

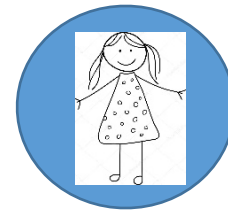
Sichtweisen von Geschwistern, Eltern und psychisch Erkrankten

Ein Leben mit einer seelischen Erkrankung in der Familie ist eine große Herausforderung und Belastung für alle. Die Angehörigen - Eltern, PartnerInnen, gesunde Geschwister und Kinder - sind immer mit betroffen.

Eine Stichwort-Zusammenstellung des Bundesverbandes „Sichtweisen von Geschwisterkindern, Eltern und psychisch Erkrankten“ und ein Schaubild haben mich als Mutter eines seit 12 Jahren erkrankten Sohnes und einer gesunden Tochter sehr nachdenklich gestimmt.

Das gesunde Kind wird von den Eltern oft nicht beachtet!

Geschwister sehen die Familie von außen wie in einem Kreis. Erkrankte und Eltern stehen dicht beieinander.



Die Geschwister fühlen sich von den Eltern nicht beachtet, stark vernachlässigt, sind traurig, wütend, gesunde Kinder bemühen sich, den Eltern keine Probleme zu bereiten. Um Aufmerksamkeit und Anerkennung zu erhalten, steigt oft ihr Leistungsdruck in der Schule. Je nach Familienkonstellation lernen Geschwisterkinder ungewollt, die Verantwortung für die erkrankte Schwester oder den erkrankten Bruder mitzutragen, etwa um die Eltern zu entlasten.

Sie fragen sich: "Wie soll ich mich verhalten, damit sich meine Eltern auch um mich kümmern und mir Beachtung schenken?" Geschwisterkinder fühlen sich alleine gelassen, sie müssen funktionieren und versuchen, keinen Ärger zu machen (diese Rolle haben sie oft bis in das Erwachsenenalter). Deshalb nehmen Geschwisterkinder sich oft eine Auszeit - durch Aufenthalte für ein Jahr in einem anderem Land oder eine Ausbildung in einer anderen Stadt. Sie grenzen sich ab, gehen auf Rückzug oder verlassen in relativ jungen Jahren ihre Herkunftsfamilien, um nicht selbst krank zu werden und nicht den Belastungen ausgesetzt zu sein bzw. die Eltern nicht zusätzlich zu belasten.

Geschwister machen - was das soziale Umfeld angeht - die gleichen Erfahrungen wie alle psychisch kranken Menschen und Angehörigen. Sie stoßen oft auf Unverständnis und Ablehnung. Auf ihre Gefühle wird keine Rücksicht genommen.

Eltern erleben die Erkrankung eines Kindes als Schock, vernachlässigen aus Sorge um das kranke Kind die gesunden Geschwisterkinder. Sie wollen die Krankheit zunächst nicht wahrhaben. Unsicherheiten im Umgang mit dem Erkrankten stehen im Vordergrund. Die Hilflosigkeit, inwieweit man den Erkrankten stützen muss und wie sehr man ihn selbst bestimmen lassen kann, ist für viele Angehörige und Geschwister belastend. Sie sind verunsichert. Eigene Gefühle und Bedürfnisse treten in den Hintergrund. Trauer, Scham, Wut, Betroffenheit, innere Leere, Hilflosigkeit, Ängste bestimmen ihren Alltag.

Psychisch Erkrankte fühlen sich erschöpft und ausgelaugt, oft ohne Selbstbewusstsein, fühlen sich ungeliebt, leiden darunter, dass sie keine Freunde haben. Oft sind sie sehr talentiert, hochbegabt und intelligent. Sie haben auch die Sorge, wer sich in Zukunft um sie kümmert.

Leider wird den Sorgen und Ängsten der Angehörigen, vor allem der gesunden Geschwisterkinder, immer noch viel zu wenig oder gar keine Beachtung geschenkt. In vielen Kliniken werden Angehörige nicht mit einbezogen, ihre Meinung ist nicht gefragt. Auskunft wird oft verweigert (vor allem, wenn die Erkrankten volljährig sind). Gesunde Geschwister erhalten selten oder keine Aufklärung.

Nach dem neuen Psychisch-Kranken-Hilfe-Gesetz – PsychKHG, das zum 1.1.2015 in Kraft getreten ist, wurden in Baden Württemberg 2016 in sämtlichen Landkreisen die IBB-Stellen - Informations-, Beratungs- und Beschwerdestellen eingerichtet. Es sind Anlaufstellen für Menschen mit psychischen Erkrankungen und deren Angehörige. Sie beraten kostenlos und ehrenamtlich, alle Stellen sind mit mindestens einem Vertreter der Angehörigen, der Psychiatrieerfahrenen, einer professionellen Person aus dem psychiatrischen Feld und dem Patientenfürsprecher besetzt.

Eltern sowie Geschwisterkinder sollten ohne falschen Stolz professionelle Hilfe (auch und vor allem für sich) in Anspruch nehmen und Selbsthilfegruppen besuchen, in denen sie sich mit anderen gemeinsam über ihre Erlebnisse, Sorgen, Nöte und Erfahrungen austauschen können. Wichtig ist, dass sich Angehörige ausführlich über die Hintergründe der Krankheit, über Behandlungsmöglichkeiten und über Hilfen vor Ort aufklären lassen.

Gut informierte und wohlgesonnene Angehörige sind der wichtigste Schutzfaktor der Erkrankten. Wenn z.B. Eltern sich selbst überfordern, können sie die Erkrankten und die Geschwister nicht unterstützen. Es nützt niemandem, wenn vor Sorge um den Erkrankten die eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund gestellt werden; die Lebensfreude und Lebensqualität darunter leidet.

Damit Angehörige, Geschwister und Erkrankte sich nicht emotional verstricken und wegen Überforderung möglicherweise Abstand vom geliebten Menschen nehmen, sollten sie ihr Kind ermutigen, trotz Erkrankung ein weitgehend selbstbestimmtes Leben zu führen. Sie müssen lernen, sich abzugrenzen, die eigenen Wünsche und Bedürfnisse nicht zurückzustellen und sich vor Augen führen: „ **Das eigene Leben existiert auch noch!**“

Deshalb unser Rat: Stellen Sie Ihre Bedürfnisse in den Vordergrund, entwickeln Sie mehr Gelassenheit und sorgen Sie gut für sich selbst!

Für den Landesverband BW

Uschi Schneider-Eichbaum

Ein Dank an den Bundesverband für die zu Verfügung gestellte Auflistung und das Schaubild

Im Landesverband wollen wir diesem Thema mehr Aufmerksamkeit schenken und sind über Ihre Erfahrungsberichte und weitere Anregungen dankbar. Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an. Wir freuen uns auf Ihre Nachrichten.