

Nut, Lethargie, Unberechenbarkeit wenn Eltern psychisch krank sind, leiden auch ihre Kinder. Gabriele Apel und der Verein Auryn helfen ihnen

3–4 Mio. Kinder leben mit psychisch kranken Eltern*

Und plötzlich ist nichts mehr normal: Gabriele Apel schenkt Kindern, deren Alltag unsicher geworden ist, neue Zuversicht

erle Schubert ist acht Jahre alt, als ihre kleine Welt plötzlich ein-Vater wird auf einmal zum Fremden. Der Grund: Nach einem Burn-out leidet er unter schweren Depressionen. Und statt wie früher mit ihr zu spielen, sich Zeit für sie zu nehmen und jeden Ouatsch mitzumachen, will er plötzlich seine Ruhe, ist abweisend. Manchmal brüllt er Merle und ihre zwei jüngeren Schwestern an. Einfach so. Merle versteht nicht wieso. Sie zermartert sich den Kopf,

"Kinder geben sich die Schuld an der Situation"

ob sie etwas falsch gemacht hat - und will nicht mehr mit ihm allein bleiben. Sie ist traurig, zweifelt an sich und wird immer stiller.

In der Klinik, in der ihr Vater damals behandelt wird, erfährt die Familie dann von Auryn, einem Verein, der sich um Kinder kümmert, deren Eltern an einer psychischen Krankheit leiden. Der Name steht für Kraft, Mut und Hoffnung. Namensgeber ist das magische Amulett aus "Die unendlichen Geschichte" von Michael Ende.

stürzt. Ihr geliebter Es soll den stärken, der es trägt. Gabriele Apel, 58, hat Auryn 2001 gegründet. Während ihres Studiums war die Schul-Sozialarbeiterin auf die Problematik aufmerksam geworden - und wollte helfen. Sie erklärt: "Leidet ein Elternteil an Depressionen, bipolaren Störungen, Schizophrenie oder Traumata, dann dreht sich in den Familien alles nur noch darum." Die Kinder, ihre Gefühle und Bedürfnisse werden in dieser Extremsituation oft vergessen. "Dabei haben Kinder feine Antennen. Wenn Mutter oder Vater sich plötzlich komisch verhalten, verstehen sie das nicht. Sie reimen sich dann eine Erklärung zusammen und geben sich die Schuld. Etwa, weil sie denken, dass sie nicht artig waren", erklärt Gabriele Apel.

Ein Hauptziel ihrer Arbeit ist es daher, die Kinder zu entlasten und ihnen ihre Schuldgefühle zu nehmen.

"Auch intakte Familien brauchen Hilfe"

Die Eltern müssen allerdings zustimmen, dass ihre Kinder einmal in der Woche zu den Treffen gehen. Oft sind psychische Erkrankungen aber ein Tabuthema – selbst in den betroffenen Familien. "Wenn Eltern nicht da-

rüber sprechen, wie sollen es die Kinder? Dabei ist Hilfe von außen so wichtig", erklärt Gabriele Apel. Denn ein Elternteil kann die Situation meist nicht auffangen. Merles Mama Dagmar kostet die Krankheit ihres Mannes viel Kraft, sie sagt: "Ich muss-

Kranke Eltern überfordern oft ihre Kinder

te unser Leben plötzlich allein meistern. Natürlich habe ich versucht, zu erklären, zu trösten. Aber oft haben wir nur geweint. Depressionen kann man nicht immer verstehen."

Noch dramatischer ist es in Familien. in denen die Mutter alleinerziehend ist oder ein Vater mit der Doppelbelastung nicht klarkommt. Gabriele Apel schildert: "Es gibt Kinder, die werden von ihren Eltern nicht mal in den Arm genommen. Andere werden vernachlässigt, weil die Eltern die grundlegendsten Dinge wie Mahlzeiten oder Hygiene nicht mehr leisten können. Trotzdem sind diese Kinder extrem rücksichtsvoll, übernehmen Verantwortung und kümmern sich aufopfernd um ihre Eltern." Aber sie selbst haben niemanden, der sich um sie kümmert, ihnen zuhört. Gabriele Apel und fünf weitere ehrenamtliche

70 % der Eltern, die ihre Kinder vernachlässigen, sind psychisch krank

Mitarbeiterinnen fangen die Kinder auf. In zwei Gruppen, eine für 9- und 10-Jährige, eine für 11- bis 14-Jährige, lernen sie, mit der Krankheit der Mama oder des Papas umzugehen. Durch Gespräche, Fantasiereisen, vor allem aber – so viel Normalität

im täglichen Chaos wie möglich. Bei Auryn werden ihre Fragen beantwortet: Wie lange dauert die Krankheit? Wo kommt sie her? Gabriele Apel: "Viele Kinder wirken, als wären sie guter Dinge und sind doch tieftraurig. Im Laufe der Zeit öffnen sie sich, kriegen wieder Kontakt zu ihren Gefühlen. Wir bieten alles an, was guttut: klettern, reiten, Geburtstag feiern oder spielen, wenn die Kinder nicht reden wollen." Auch bei Merle dauerte es, bis sie sich in der Gruppe öffnen konnte. Während ihre jüngeren Geschwister allein zurechtkamen, brauchte sie bis vor Kurzem die Hilfe des Vereins. Heute, mit 14, weiß Merle, was gut für sie ist und wie sie sich abgrenzen kann. Ohne Hilfe hätte sie das kaum geschafft.

Die wenigsten zeigen, dass sie unter der Situation leiden

Mehr zum Thema

Die Kinder psychisch kranker Eltern haben besondere Bedürfnisse. Die wichtigsten Infos und Adressen:

strengen sich an, damit niemand merkt, keine professionelle Hilfe. • Infos bietet die Website der Bundesarbeitsgemeinschaft:

• Kinder sehnen sich nach Normalität und www.bag-kipe.de. • Kinderbücher zum Thema gibt's unter www.netz-und-boden. dass ihre Familie nicht normal ist. So de oder www.kipsy.net. • Auryn Trier e.V. erhalten 30 BIS 40 PROZENT von ihnen finanziert sich allein durch Spenden (www.auryn-trier.de): Sparkasse Trier, BLZ: 585 501 30, Konto-Nr.: 424 721.