

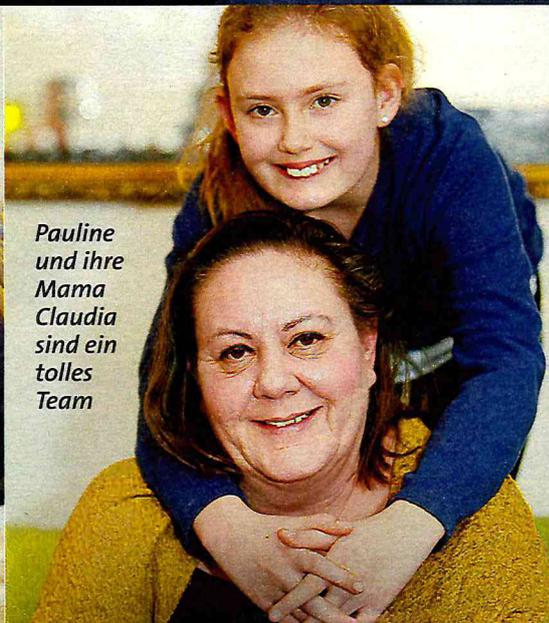
Claudias Blick sagt:
„Ich bin so stolz auf
dich, mein großes,
tapferes Mädchen.“

Wenn Eltern psychisch krank sind
**„Was ist mit meiner
Mama los?“**

Pauline (11) hat die Depression ihrer Mutter Claudia (52)
hautnah miterlebt. Heute können beide wieder lachen



Ihren 18 Jahre
alten Kater
Findus liebt
Pauline sehr



Pauline
und ihre
Mama
Claudia
sind ein
tolles
Team



Fleißig: Die
Elfjährige
lernt
für die
Schule

An den schlimmsten Tag kann ich mich noch ganz genau erinnern“, sagt Pauline. „Ich war in meinem Zimmer und habe mitbekommen, wie Mami gesagt hat, dass sie nicht mehr leben will. Zum Glück war mein großer Bruder da.“ Das ist jetzt vier Jahre her, und die Familie hat eine schwere Zeit hinter sich. Mutter Claudia geht es wieder besser, und sie ist stolz auf Pauline, weil das Mädchen seine Lebensfreude nicht verloren hat. „Ich hätte nie gedacht, dass es mir irgendwann so schlecht geht, dass ich mich nicht um meine Tochter kümmern kann“, sagt die alleinerziehende Mutter aus Hamburg. „Pauline ist doch mein Sonnenschein!“

Pauline entging nicht, dass ihre Mutter oft traurig war

Zwei Jobs, Alltagsstress, eine Krankheit – irgendwann konnte Claudia nicht mehr, wurde schwer depressiv. Um ihre Probleme auszublenden, griff sie zu Alkohol. „Immer erst abends, wenn Pauline im Bett lag.“ Aber manchmal, wenn Pauline nicht einschlafen konnte, schlich sie die Treppe des Reihenhauses hinunter und roch den Alkohol. „Ich habe mich gefragt, was mit meiner Mama los ist“, erzählt sie. „Ich habe gemerkt, dass etwas nicht stimmt. Mama war oft sehr traurig und pampig zu mir.“ Die kleine Tochter verstand nicht, warum es der Mutter schlecht ging, und Claudia konnte ihre Niedergeschlagenheit und ihre vernichtenden Gedanken nicht immer verbergen. Eine schlimme Situation für die ganze Familie. Doch die beiden haben heute einen Weg gefunden, sich mit der Vergangenheit zu versöhnen.

In Deutschland leben Millionen Kinder mit psychisch kranken Eltern

Paulines Geschichte ist kein Einzelfall. In Deutschland haben schätzungsweise drei Millionen Kinder mindestens einen psychisch kranken Elternteil. Genaue Zahlen gibt es nicht. Die Filmemacherin Andrea Rothenburg (44) und die Psychologin Louise Larbanoix (31) haben in Zusammenarbeit mit der Organisation wellengang.hamburg für Kinder psychisch kranker Eltern einen Film darüber gedreht: „Wir sind hier!“ Die Dokumentation, in der neben Pauline vier weitere Kinder porträtiert werden, erscheint im März auf DVD und soll in Schulen gezeigt werden. Der Film soll betroffenen Kindern Mut machen und

ihnen zeigen: Ihr seid mit eurer Situation und euren Sorgen nicht allein. „Wenn sich jemand ein Bein bricht, ist das kein Tabuthema. Warum tut sich unsere Gesellschaft mit dem Verständnis für psychische Erkrankungen so schwer?“, fragt sich Claudia.

Heute steht Pauline ein Erziehungsbeistand zur Seite

Pauline geht mit der Erkrankung ihrer Mutter offen um, spricht darüber. „Ich hoffe, dass andere Kinder den Film sehen und sich denken: Ich darf genau wie Pauline darüber sprechen und mir Hilfe holen.“ Leider gibt es in Deutschland immer noch viel zu wenige Hilfsorganisationen für betroffene Kinder. Und Projekte, die Familien unterstützen, werden oft nicht ausreichend finanziert.

Pauline war acht Jahre alt, als die Depression der Mutter ihren Höhepunkt erreichte. Das kleine Mädchen mit den großen Rehaugen ging in die dritte Klasse einer Grundschule. Eineinhalb Jahre hatte die dreifache Mutter versucht, einen Therapieplatz zu finden –

vergeblich. „An diesem Abend vor vier Jahren ist bei mir die Sicherung durchgebrannt. Ich konnte einfach nicht mehr.“ Für ein Kind ist es ein Schock, so etwas zu hören. „Eine Mama ist schließlich diejenige, die stark für ihr Kind sein muss“, sagt

„Ich habe mir Sorgen um Mama gemacht“

Pauline. Claudia willigte schließlich ein, sich in die Psychiatrie einweisen zu lassen, und Paulines Großeltern holten ihre Enkelin ab. „Wir haben ‚Das Labyrinth‘ gespielt, obwohl es mitten in der Nacht war“, erinnert sich das Mädchen.

Vier Wochen verbrachte Claudia auf einer geschützten Station. Die Zeit dort hat ihr geholfen, doch manche Probleme waren nur aufgeschoben. „Mein Entlassungstermin stand fest, aber für die Zeit danach hatte ich immer noch keinen Therapieplatz.“

Außerdem fühlte sie sich nicht darauf vorbereitet, den Alltag wieder allein stemmen zu müssen. „Keiner hat gefragt, ob ich Kinder habe und Unterstützung brauche.“ Umso glücklicher war Claudia, als das Jugendamt ihr einen Erziehungsbeistand anbot. „Mir war gar nicht bewusst, dass es so etwas gibt“, sagt Claudia. Seitdem kommt einmal in der Woche eine Mitarbeiterin von Aladin vorbei, einer Hamburger Einrichtung, die sich um Kinder psychisch kranker Eltern kümmert – eine neutrale Person, die nur für Pauline da ist. „Mit ihr kann ich über alles reden“, sagt Pauline. „Wir machen aber auch coole Sachen zusammen.“



Dancing Queen: Am liebsten tanzt sie zu Bebe Rexha und Mike Singer

Claudia ist froh über diese Hilfe und dass ihr Sonnenschein so munter ist. Sie selbst nimmt Medikamente gegen Depressionen. „Ich habe in der Zeit gelernt, mehr auf mich zu achten“, sagt sie und drückt Pauline ganz fest an sich. Die zwei haben ihren Weg gefunden, mit der Erkrankung umzugehen. „Ich musste Pauline Zeit geben, wieder Vertrauen zu mir zu fassen“, sagt Claudia. Paulines Lächeln ist die Antwort darauf: „Das habe ich längst wiedergefunden, Mama.“ ★ Lisa Schleif

Laura Info

Hier finden Kinder Hilfe

Hamburg: Aladin – ambulante Erziehungshilfe. www.aladin-hamburg.de

Dortmund: Seelenpflaster – Hilfe und Beratung für Kinder und Eltern. www.diaconiedortmund.de

Berlin: Sunny Side Up – Beratung für Kinder und Eltern, Kinder können online Fragen loswerden. www.onlineberatung-sunnysideup.beranet.info

München: Sozialdienst katholischer Frauen – hier können Kinder einen Paten bekommen, der ihnen Stabilität gibt. www.skf-muenchen.de

Weitere Angebote auf: bag-kipe.de/einrichtungen-projekte/