



Das Beste ist dieses vorbehaltlose Verstehen

Erfahrungsbericht

Zwei engagierte Mütter gründen eine Selbsthilfegruppe "hyperaktives Kind" und erfahren dabei, wie wichtig gegenseitiges Verständnis ist, um die Isolation zu überwinden

Unser Sohn war gerade 20 Monate alt, als er ein auffälliges unruhiges und aggressives Verhalten zeigte. Die nächsten drei Jahre waren vollgepackt mit unzähligen Arztbesuchen, Erziehungsbegleitungen und Therapien für mich und unser hyperaktives Kind. In dieser Zeit ging es unserer ganzen Familie nicht gut. Wir hatten das Gefühl, ganz allein und isoliert zu sein. Unsere Ängste und Sorgen wurden von unserer Umgebung kaum wahrgenommen.

Irgendwann sagte ich mir, bis hierhin und nicht weiter. Gedacht, getan. Ein Aushang in einem der größten Einkaufszentren der Gegend reichte aus, um viele Kontakte zu betroffenen Müttern hyperaktiver Kinder zu knüpfen. Trotz großer Belastung durch die Kinder habe ich es dann mit zwei anderen engagierten Müttern doch geschafft. Durch eigene Kraft und die gute Zusammenarbeit mit der örtlichen Selbsthilfekontaktstelle haben wir die neue Selbsthilfegruppe „Hyperaktives Kind“ ins Leben gerufen. Ein Anfang war gemacht. Mit einer Pressemitteilung in der lokalen Zeitung luden wir schließlich zu unserem ersten Treffen ein. Daraufhin fanden sich dann acht betroffene Mütter hyperaktiver Kinder zusammen. Nach einer kurzen persönlichen Vorstellung begann schon bald eine heftige Diskussion rund um das Thema Hyperaktivität im Kindesalter.

Das wichtigste an diesem Abend war, einen regelmäßigen Termin für künftige Treffen festzulegen, über den alle Anwesenden entschieden haben. In den folgenden vier Wochen waren wir damit beschäftigt, bestehende Kontakte zu pflegen und neue zu knüpfen. Zahlreiche Verbände und Vereine haben wir angeschrieben, um uns vorzustellen. Das taten wir in der Hoffnung, Hilfen und Informationen zu erhalten und um eine Zusammenarbeit anzustreben. Dank des großen Einsatzes einiger Mütter konnte schon bald ein erster Themenabend mit anschließender Gesprächsrunde organisiert werden.

Die Teilnahme an unseren regelmäßigen Treffen einmal im Monat beläuft sich inzwischen auf 8 bis 12 Personen, vorwiegend betroffene Mütter von hyperaktiven Kindern im Alter zwischen 3 und 17 Jahren. Elternpaare sind immer sehr wenig präsent, da viele Väter die Kinder betreuen, damit die Mütter an unseren Treffen teilnehmen können. Damit wird schon ein sehr wichtiger Kernpunkt angesprochen: Viele Frauen finden aufgrund des schwierigen Verhaltens ihrer Kinder und der meist äußerst zugespitzten Familienverhältnisse kaum eine Möglichkeit, ihre Sprösslinge gut unterzubringen. Deshalb finden sie oft kaum Zeit, endlich einmal etwas für sich selbst zu tun.

Unsere Gruppenabende beginnen in der Regel um 19.30 Uhr. Als Sitzform haben wir den Kreis gewählt. So fühlt sich jeder gleichberechtigt, und auch sehr zurückhaltende

Erfahrungsbericht: Hyperaktives Kind

Personen werden angesprochen und ermutigt, sich zu öffnen. Nach der Begrüßung erfolgen organisatorische Absprachen über anliegende Aktivitäten und aktuelle Termine. Desweiteren werden akut anstehende Probleme zuerst angesprochen und anschließend Ratschläge und Erfahrungen dazu ausgetauscht. Wenn eine Mutter das erste Mal in unserer Runde ihre Sorgen und Nöte offenbart, dann kann sich das des Öfteren sehr in die Länge ziehen. Man könnte annehmen, man stoße auf eine Quelle, aus welcher es unaufhaltsam heraussprudelt. Manchmal ist es richtig erschreckend, was sich in betroffenen Eltern angestaut hat. Es kommen verletzte Gefühle, Wut, Einsamkeit und bittere Enttäuschungen aber auch neue Lebensansichten ans Licht. Erstaunlich daran ist, dass die meisten Mütter eine Odyssee an Arztbesuchen, psychologischer oder psychiatrischer Betreuung mit oder ohne Diagnose der Kinder, egal ob Facharzt oder Beratungsstelle, Kuren und ähnliches schon hinter sich haben. Interessant ist auch, dass alle Mütter unserer Gruppe die Meinung vertreten, dass für die Kinder mehr oder weniger viel getan werde und wurde, doch dass die Familie in ihrer Gesamtheit nicht die Beachtung bekäme, welcher sie doch so dringend bedürfe.

Manchmal kommen neue Mütter in die Runde, werfen ein Problem auf den Tisch und erhoffen sich, sofort eine Lösung zu finden. Einer solchen fordernden Erwartungshaltung können und wollen wir nicht gerecht werden. Mütter mit solchen Ansichten kommen meistens nur einmal. Mit derartigen Reaktionen haben wir wenig Probleme. Wir, die zwei Initiatoren, sind lediglich die Ansprechpartner dieser Selbsthilfegruppe und versuchen, im Rahmen unserer Möglichkeiten vieles zu organisieren sowie die Präsenz und die Kontinuität der Gruppenarbeit mit aufzubauen und zu stabilisieren. Wir fühlen uns nicht als Dienstleistungsbetrieb anderen gegenüber und zu etwas verpflichtet.

Der beste Effekt unserer Gruppe ist jener, wenn eine Mutter von ihrem Kind erzählt und etliche andere Frauen nicken und dabei denken: „Das ist ja genau wie bei uns!“ Dieses vorbehaltlose Verstehen, ohne weitere Erklärungen und Entschuldigungen über das Verhalten hyperaktiver Kinder, ist schon jeden Abend in der Gruppe wert. Man kann richtig spüren dass die Folgen einer, wenn auch nur teilweisen, Isolation verheerender sind, als der tagtägliche Umgang mit einem hyperaktiven Menschen.

Für die Zukunft wünschen wir uns etwas mehr Kommunikation und Toleranz füreinander und weitaus weniger Vorurteile gegeneinander. Wenn wir, die Eltern, Herausforderungen annehmen, diese bewältigen und selbst nach einer tiefen Krise langsam wieder beginnen, etwas für uns und für andere zu tun, dann leben wir doch unseren hyperaktiven Kindern etwas sehr Positives und Wertvolles vor. Auf diesem langen und beschwerlichen Weg mit unseren bestimmt nicht immer sehr einfachen Kindern müssen wir versuchen, mit viel Liebe und Konsequenz ein stabiles und würdevolles Umfeld zu schaffen. Denn das können nur wir alleine, aus eigener Kraft, unseren Kindern bieten, ohne sie ständig ändern zu wollen.

Sie hörten: „ Das Beste ist dieses vorbehaltlose Verstehen“ – Erfahrungsbericht
aus einer Selbsthilfegruppe

Sprecherin: Santina Maria Schrader

Vertont im Auftrag der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen,
NAKOS, Dezember 2009