

selbsthilfegruppenjahrbuch

1999

DAG SHG

selbsthilfegruppenjahrbuch 1999

Herausgeber:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen

Redaktion:

Anita Jakubowski, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen der DAG SHG e.V. (KOSKON), Friedhofstr. 39, D-41236 Mönchengladbach,
Tel.: 02166/248567

Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V., Friedrichstr. 33, D-35392 Gießen, Tel.: 0641/99-45612

Wolfgang Thiel, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V. (NAKOS), Albrecht-Achilles-Straße 65, D-10709 Berlin, Tel.: 030/ 8914019

Umschlag:

Lutz Köbele-Lipp, Kubik, Berlin

Satz und Layout:

Focus Verlag GmbH, Gießen

Druck:

Offset Köhler KG, Gießen

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und der Autoren.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des ›selbsthilfegruppenjahrbuchs‹ wurde gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, von der ›GlücksSpirale‹ und von folgenden Krankenkassen: Arbeiter-Ersatzkassen-Verband, Barmer Ersatzkasse, Deutsche Angestellten Krankenkasse, Schwäbisch Gmünder Ersatzkasse, Techniker Krankenkasse.

Wir bedanken uns ganz herzlich!

Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto Nr. 6.3030.05 bei der Volksbank Gießen (BLZ 513.900.00).

Selbsthilfegruppe »Hyperaktives Kind«

Im September 1995 zog ich mit meiner Familie nach Erfurt. Zum damaligen Zeitpunkt war mein Sohn 20 Monate alt und zeigte ein auffälliges, unruhiges und aggressives Verhalten. Bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt Erfurt, KISS, wurde mir eine Kontaktperson der Selbsthilfegruppe »Hyperaktives Kind« genannt. Schon kurze Zeit später nahm ich an den regelmäßigen Treffen teil. Damals fühlte ich mich ständig wie ein Außenseiter. Ich war die Neue, und dazu kam noch, daß mein Kind noch recht klein war. Vom Leiter der Gruppe wurde ich mehrmals versetzt, und letztlich fühlte ich mich mit meinen Sorgen nicht ernst genommen und verließ mit sehr unangenehmen Gefühlen diese Elternselbsthilfegruppe. Es sollten noch drei weitere Jahre folgen, vollgepackt mit unzähligen Arztbesuchen, Erziehungsbegleitungen und Therapien für mich und mein Kind. Die Resonanz für uns war, daß es der ganzen Familie nicht gut ging, unsere Ängste und Sorgen nicht vollständig wahrgenommen wurden und wir das Gefühl hatten, ganz allein und isoliert zu sein.

Irgendwann sagte ich mir, bis hierhin und nicht weiter. Gedacht, getan. Ein Aushang in einem der größten Einkaufszentren Erfurts reichte aus, um viele Kontakte zu betroffenen Müttern hyperaktiver Kinder zu knüpfen. Trotz großer Belastung durch die Kinder, haben wir, zwei sehr engagierte Mütter, es geschafft, durch eigene Kraft und die gute Zusammenarbeit mit KISS Erfurt eine neue Selbsthilfegruppe »Hyperaktives Kind« ins Leben zu rufen. Ein Anfang war gemacht. Die Suche nach einem geeigneten, zentralen Raum klärte sich schnell, indem sich freundlicherweise ein Institut für Psychomotorik zur Verfügung stellte. Und nun hieß es, Infoblätter zu erstellen und zu verteilen. Eine Pressemitteilung in der lokalen Zeitung lud schließlich zu unserem ersten Treffen ein. Im September des letzten Jahres fanden sich acht betroffene Mütter hyperaktiver Kinder und zwei Diplompsychologinnen 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, die beiden Initiatorinnen, damit beschäftigt, bestehende Kontakte zu pflegen und neue zu knüpfen. Es wurden zahlreiche Verbände und Vereine, zum Teil auch bundesweit, angeschrieben, um uns vorzustellen, um Hilfe und Informationen zu erhalten und Zusammenarbeit anzustreben. Dank des großen Einsatzes einiger Mütter konnte schon im Oktober 1998 ein erster Themenabend mit anschließender Gesprächsrunde organisiert werden. Broschüren von Vereinen und aktuelle Bücher rund um das Thema wurden vorgestellt und auch angenommen. Die Teilnahme an unseren regelmäßigen Treffen einmal im Monat beläuft sich zwischen 8-12 Personen, davon 2 Diplompsychologinnen, Eltern, vorwiegend betroffene Mütter von hyperaktiven Kindern im Alter zwischen 3-17 Jahren. Elternpaare sind in unseren Augen immer sehr wenig präsent. Dabei ist jedoch zu beachten, daß viele Väter die Kinder betreuen, während die Mütter an unseren Treffen teilnehmen können. Damit wird schon ein sehr wichtiger Kernpunkt angesprochen: Viele Frauen finden aufgrund des schwierigen Verhaltens dieser Kinder und der meist

äußerst zugespitzten Familienverhältnisse kaum eine Möglichkeit, ihre Sprößlinge gut unterzubringen und dann endlich mal 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 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 u. ä. 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 so dringend bedürfe.

Nach fünf Monaten Gruppenarbeit läßt sich zur Zeit sagen, daß sich ein guter Stamm Betroffener und Interessierter zusammengefügt hat. Regelmäßige Teilnehmer der Selbsthilfegruppe lassen sich zum größten Teil bei Nichterscheinen entschuldigen. Wie schon erwähnt trafen wir uns monatlich in den Räumen eines Institutes für Psychomotorik. Viele Mütter zeigten sich anfangs sehr begeistert, daß Fachleute an unseren Treffen teilnahmen, da unter anderem auch ein großer Aufklärungsbedarf herrschte. Um manchen Abend nicht allzu lang werden zu lassen, beendeten wir die meist sehr heftige Diskussionsrunde so gegen 22 Uhr. Manchen Müttern war das sehr angenehm, doch einigen anderen war die Zeit einfach zu wenig. Wir, die zwei Initiatoren, trafen uns immer noch mit weiteren Müttern anschließend zum sogenannten » open end « Plausch. Um uns dieser entstandenen Situation anzupassen, haben wir von KISS Erfurt ab Februar diesen Jahres einen anderen Raum, natürlich wieder in guter zentraler Lage, zur Verfügung gestellt bekommen. Dort haben wir die Möglichkeit, den offiziellen Teil wie gehabt zu beenden, doch es bleibt immer Spielraum für länger dauernde Unterhaltungen und gemütlichen Zusammenseins.

Andererseits kommen neue Mütter in die Runde, werfen ein Problem auf den Tisch und wünschen sich, sehr indirekt, nunmehr die Meinung der Anwesenden zur sofortigen Lösung dessen. Einer solchen fordernden Erwartungshaltung können und wollen wir auch 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. Jedoch fühlen wir uns nicht als Dienstleistungsbetrieb anderen gegenüber zu etwas verpflichtet. Manchmal gehen wir auch eigene, neue Wege. So streben wir zum Beispiel im März an, unsere Arbeit an einem Stand in der Innenstadt von Erfurt zu präsentieren, um auf uns aufmerksam zu machen und einige interessierte Leute einfach mal anzusprechen. Mit fachlich kompetenter Unterstützung vor Ort können wir zur Zeit kaum rechnen. Viele betroffene Mütter haben in vielen Praxen

unzählige Versuche unternommen, um in Sachen Hyperaktivität Rat und Hilfe für ihre Familie zu bekommen. Wenn das Thema Selbsthilfegruppenarbeit zur Sprache kommt, kann man als Mutter durchaus damit rechnen, daß von fachlicher Seite bisweilen eine abfällige Bemerkung darüber kommen kann. Nach solchen Vorfällen brauchen wir viel Zeit der Verarbeitung. Doch wir werden lernen müssen, trotz unserer Enttäuschungen immer wieder ein Stück in uns offen zu lassen, welches bereit ist, sich kommenden Situationen zu stellen und diese auch zu meistern.

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 wir alleine, aus eigener Kraft, unseren Kindern bieten, ohne sie ständig ändern zu müssen.

Katrin Klein ist selber betroffene Mutter eines hyperaktiven Sohnes.