

ST vom 19.04.24

Mutter von suchtkrankem Sohn: „Ich habe das Schamgefühl hinter mir gelassen“

Der Solinger Elternkreis trifft sich regelmäßig in den Räumen des Psychosozialen Trägerverses, um sich über Suchtproblematiken auszutauschen.

Von Jutta Schreiber-Lenz

Noch immer fällt es Claudia schwer, über die Suchterkrankung ihres Sohnes zu sprechen. Aber mit den Jahren sei es leichter geworden, sagt die Mutter des 21-Jährigen, der inzwischen in einer betreuten WG lebt. „Ich habe das Schamgefühl hinter mir gelassen“, sagt die berufstätige Krankenschwester, die sich niemals hätte vorstellen können, dass ihre vierköpfige Familie, zu der auch eine Tochter gehört, einmal seelisch dermaßen durchgerüttelt werden könnte.

Dass sie gelernt hat zu sprechen und sich nicht vollends von dem Gefühl, als Mutter versagt zu haben, auffressen ließ, liegt unter anderem an ihrer Teilnahme am Solinger Elternkreis. Diese regelmäßig stattfindende Gesprächsrunde für Eltern von Kindern und Jugendlichen, bei denen ein Suchtverhalten mit einer psychischen Erkrankung einhergeht, sei eine Plattform, die



Die Elterngruppe suchtkranker Kinder kommt in den Räumen des Psychosozialen Dienstes zusammen.

Foto: Christian Beier

guttue, sagt sie. Sie sei kein Ersatz für eine psychologische Unterstützung oder Beratung, die sie betroffenen Eltern unbedingt anrate. „Dennoch ist die Selbsthilfe ein offiziell von den Krankenkassen gefördertes Projekt. Das allein hebt hervor, dass wir uns nicht treffen, um uns zu bejammern, sondern um uns in der Gruppe selbst zu helfen.“

Hier können die betroffenen Eltern reden, ohne sich schief anschauen lassen zu

müssen und ohne ungebetene herablassende Ratschläge von Außenstehenden zu bekommen. „Wir unterstützen uns in Selbstfürsorge und Beziehungspflege zu unserem erkrankten Kind.“

Außerdem gibt es pragmatische Tipps. Zum Beispiel zu Beratungs- und Anlaufstellen wie Ärzten, Therapeuten, Kliniken, betreuten Wohnmöglichkeiten und auch Empfehlungen, um die nötige Bürokratie zu bewältigen. Diese falle

im Umgang mit den zuständigen Stadtdiensten, Ämtern oder Krankenkassen reichlich an. Gerade das sei oft ein sehr belastender Aspekt.

Eltern versuchen, sich gegenseitig zu unterstützen

„Wir haben das Herz schwer vor Sorge um unser suizidgefährdetes Kind und sind zwischenzeitlich selbst seelisch erheblich angegriffen. Gleichzeitig müssen wir uns dennoch gnadenlos fristgerecht

und akribisch mit aufwendigem Formalismus auseinandersetzen“, schildert die Mutter. Mittlerweile leitet Claudia den Elternkreis, zu dem sie und ihr Mann erst 2020 gestoßen sind. Eine Psychologin hatte ihn empfohlen. Der Zulauf sei seit einiger Zeit aus für sie unerklärlichen Gründen rückläufig. Ein Grund für Claudia, diese Form der Selbsthilfe in der Öffentlichkeit bekannter zu machen, denn: „Eltern suchtkrank, psychisch instabiler

Kinder tragen viel Last und brauchen Unterstützung, die sie sich hier gegenseitig vielfach geben können.“

Es war ein langer und schmerzhafter Weg für sie als Eltern ihres depressiven und später auch suchtkranken Sohnes. Ob es ein Happy End für ihn gibt, kann niemand wissen. Ein Weg ähnlich einer Achterbahnfahrt durch Entsetzen, Wut, Traurigkeit, Ohnmacht, immer wieder neue Hoffnung und Zuversicht, auf dem das Paar gemeinsam unterwegs war und den dennoch jeder für sich selbst schaffen musste. Mit jeweils professioneller psychologischer Unterstützung.

Inzwischen breche sich eine wachsende Gelassenheit Bahn und die Fähigkeit, auch ein erwachsenes Kind mit Problemen nach und nach loslassen zu können und ihm die Verantwortung für sein Leben zu übertragen.

„Ich werde mir immer Sorgen um ihn machen“, sagt Claudia. „Er ist mein Kind, ich bin seine Mutter. Aber er muss unterm Strich selbst entscheiden, wie er sein Leben gestalten will. Wir als Eltern können, wollen und werden ihn unterstützen. Aber wir tragen weder die Verantwortung noch die Schuld an seinen Entscheidungen.“

Eine Erkenntnis und Stärke, an dem nicht zuletzt auch der Elternkreis seinen Anteil hat.