

Auswege aus den «Traurigtage»

Zu Hause ist etwas merkwürdig. Was ist nur mit Mama los?» Monas Mutter hat eine schwere Depression.



Géraldine Widmer,
Leiterin Mediothek
der Pädagogischen
Hochschule PH Zug

Die Krankheit wirkt sich stark auf den Familienalltag aus, doch es dauert lange, bis Mona erfährt, was der Hintergrund der plötzlichen Veränderungen ist. Mona möchte ihre Mutter wieder fröhlich stimmen und lässt sich dazu verschiedene Strategien einfallen – stets erfolglos. Zeitweise ist sie auch wütend auf ihre Mutter, was aber Schuldgefühle auslöst. Das merkwürdige Verhalten der Mutter beschämt Mona, und sie versucht nach aussen die Veränderung der Mutter und des eigenen Alltags zu verheimlichen. Ihre Situation wird noch dadurch erschwert, dass ihr Umfeld mangelnde Kenntnisse und Vorurteile gegenüber psychischen Krankheiten hat. Mona will sich mit niemandem über das Erlebte unterhalten und isoliert sich zunehmend.

Mona hat viele unbeantwortete Fragen. Dies ist für Kinder, die eine psychische Krankheit ihrer Eltern miterleben, typisch. Die Situation dieser Kinder wurde in der Forschung und Fachliteratur lange wenig behandelt. In den letzten Jahren ist ihr aber mehr Aufmerksamkeit geschenkt worden. Mit dem Buch «Sonnige Traurigtage» wendet sich Schirin Homeier nun direkt an betroffene Kinder.

Der erste Teil des Buchs erzählt einfühlsam die Geschichte der neun-

jährigen Mona. Man lernt zunächst Mona und ihre Mutter kennen und erfährt, dass Mona es besonders mag, wenn ihr die Mutter Geschichten vorliest oder wenn sie zusammen etwas unternehmen. Vor dem Hintergrund dieses «normalen» Familienlebens werden die «Traurigtage» geschildert, die durch die Erkrankung der Mutter ausgelöst werden. Mona gerät in einen Strudel von negativen Gefühlen und Erfahrungen, in dem sie lange allein gelassen ist. Ihre depressive Mutter ist nicht mehr fähig, auf Mona einzugehen. Der Vater als mögliche Bezugsperson fehlt, weil die Eltern geschieden sind.

Erst, als die Lehrerin im Unterricht über psychische Krankheiten aufklärt, wird für Mona ein Tabu gebrochen. Sie kann benennen, was mit der Mutter los ist («sie hat eine Depression»), und eine Einordnung wird möglich. Mona findet in der Lehrerin eine engagierte Vertrauensperson, die sie in ihrer schwierigen Situation unterstützt. (Aus der Forschung ist bekannt, dass Drittpersonen den weiteren Lebenslauf

von Kindern in schwierigen Verhältnissen entscheidend positiv beeinflussen können, wenn sie Verständnis, Wertschätzung und Unterstützung zeigen.)

Der zweite Teil des Buchs ist in Fragen strukturiert, die betroffene Kinder häufig beschäftigen. Indem Mona diese aus ihrer Perspektive beantwortet, werden Informationen über psy-

BUCHTIPP

chische Krankheiten und deren Behandlungsmöglichkeiten vermittelt und Formen der Bewältigung vorgestellt (zum Beispiel das Erstellen eines Notfallplans). Das lesende Kind kann sich, wie bereits im ersten Teil, mit Mona identifizieren und erfährt, dass es mit seiner Situation nicht alleine ist. Der dritte Teil schliesslich enthält in komprimierter Form Informationen für Eltern und andere Bezugspersonen, die das lesende Kind idealerweise bei der Lektüre begleiten. Ein Adressverzeichnis stellt verschiedene Anlaufstellen vor.

Das Buch behandelt kompetent und inhaltlich zielgruppengerecht ein wichtiges Thema und kann mit der einfachen Sprache, der grossen Schrift und den vielen bunten Bildern hoffentlich viele betroffene Kinder erreichen und ihnen bei der Bewältigung ihrer Situation helfen. Neben dem besprochenen Kinderbuch sind in der Mediothek der PH Zug zahlreiche Fachbücher zum Thema greifbar.

Schirin Homeier: Sonnige Traurigtage; ein Kinderfachbuch für Kinder psychisch kranker Eltern. 5. Auflage, Mabuse-Verlag (Frankfurt am Main) 2012

