

Das quälende Gefühl der Ohnmacht

Angehörige von psychisch Kranken leben mit Schuldgefühlen – und brauchen selbst Hilfe

Von David Weber

Basel. In Basel-Stadt gibt es 12000 Menschen, die an einer mittleren bis schweren Depression leiden. Jeder zweite Mensch wird im Laufe seines Lebens von einer psychischen Störung betroffen sein. Psychische Erkrankungen sind eine Volkskrankheit und beeinträchtigen das Leben der Betroffenen stark. Aber oftmals geht vergessen, dass auch die Angehörigen von psychisch Kranken genauso leiden. Und während die Patienten in einer Klinik oder von einem Psychotherapeuten betreut werden, bleiben Angehörige oft alleine, von Scham- und Schuldgefühlen geplagt, hilflos.

Diese Erfahrung hat auch Annemarie Müller* gemacht. Die 65-Jährige wohnt in der Region, ist Mutter von zwei Kindern, verheiratet. Sie erzählt der BaZ von ihrem Sohn Thomas*. Er war ein «gschpüriges» Kind, verletzlich, nahm das Leben ernster als andere Kinder. Er sei oft ausgegrenzt worden, erzählt die Mutter. Ein halbes Jahr vor der Matur litt er an einer starken Depression mit Suizidgedanken. «Er lernte nicht mehr, hat fast nicht mehr gesprochen», erzählt Müller. Zusammen mit dem Sohn entschied die Familie, dass etwas geschehen müsse. Eine gute psychologische und psychiatrische Behandlung in der Region zeigte Wirkung: Thomas bestand die Matur souverän und begann ein Studium an der ETH Zürich.

Visionen fürs Kind loslassen

Es folgten aber weitere Rückschläge. Thomas wechselte die Studienrichtung, «konnte irgendwie nichts festhalten», erzählt die Mutter. Hinzu kamen Suchtprobleme. «Oft hatten wir als Familie Angst, dass Thomas sich umbringen könnte und niemand in seiner näheren Umgebung in Zürich es merken würde.» Sie getrauten sich aber auch nicht, allzu oft anzurufen, erzählt Müller, da sie ihn ja auch nicht kontrollieren wollten. Thomas ging es immer schlechter, «er fühlte sich nicht gesund», bis der damals 29-Jährige selber den Wunsch äusserte, in eine psychiatrische Klinik einzutreten. Dort diagnostizierten die Ärzte eine Borderline-Persönlichkeitsstörung.

Nach dem längeren Aufenthalt in der Klinik arbeitet Thomas nun schon seit einigen Jahren zu 100 Prozent im IT-Bereich, die Umschulung wurde ihm von der Invalidenversicherung ermöglicht. Er gehe weiterhin zu einem Psychotherapeuten in der Region und brauche nach wie vor unterstützende Medikamente, da er noch sehr stress- und frusturationsanfällig sei, wie die Mutter erzählt. Das soziale Leben bleibe weitgehend auf der Strecke. Aber: «Er arbeitet und sein Leben macht für ihn einen Sinn. Wir sind sehr stolz auf ihn», sagt Annemarie Müller. Trotzdem mache es auch traurig, die Visionen für ein Kind loszulassen.



Leidend. Auch Angehörige von psychisch Kranken brauchen Hilfe – dies haben nun auch die Ärzte erkannt. Foto iStockphoto

Die Familie wird als Partner einbezogen

In den letzten fünf Jahren hat in der Psychiatrie ein Umdenken stattgefunden. «Man begann, die Behandlungskonzepte auch auf Angehörige auszurichten», sagt Roland Vauth. Er ist der ärztliche Leiter der sozial-psychiatrischen Ambulanzen der Psychiatrischen Universitätsklinik, die ein Teil der Universitären Psychiatrischen Kliniken (UPK) ist. «Angehörige von Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen sind häufig sehr belastet», sagt Vauth. «Andererseits sind sie für einen günstigen Erkrankungsverlauf hoch bedeutsam.» Denn 80 Prozent der Patienten kehren zur Stabilisierung nach einem Klinikaufenthalt wieder in die Obhut der Familie zurück. Die UPK seien sich der wichtigen Rolle der Angehörigen von psychisch Kranken bewusst, sagt Vauth. «Wir versu-

chen, sie als Partner in die Behandlung einzubeziehen.» Nicht nur mit Informationen, sondern auch mit praktischen Lösungen für schwierige Familiensituationen (siehe Text rechts). Als Folge dieser Bemühungen findet dieses Wochenende der 5. Europäische Eufami-Kongress in der UPK statt. Eufami ist der Zusammenschluss europäischer Angehörigenverbände von psychisch Kranken. Die UPK haben sich zusammen mit Vask Schweiz um den Kongress beworben. Dort diskutieren Fachpersonen, Angehörige und Betroffene «moderne Konzepte zur gemeindenahen Versorgung psychisch Kranker und deren Angehörigen». Es ist das erste Mal, dass der Eufami-Kongress in einer Psychiatrischen Klinik stattfindet. daw
> www.eufami.org

Nicht nur für Thomas war und ist es eine schwere Zeit, auch für die Familie. «Als Angehörige kämpft man mit vielen Schuldgefühlen», sagt Müller. «Haben wir die Zeichen nicht erkannt? Hätten wir die Entwicklung der Störung verhindern können? Sind wir mit unserer Erziehung mitschuldig?» Das Gedankenkarussell beginne sich zu drehen um die Frage «Was habe ich falsch gemacht?», schildert Müller. Durch diese Schuldgefühle gerate man in eine «Überverantwortlichkeit», die nicht hilfreich sei und einen an die Grenze von Stress, Burn-out und Depression bringe. «Man wird selber krank», sagt Müller. Das belastete auch die Beziehung zum Partner.

Vorwürfe kamen anfangs auch vom Sohn. Die Eltern und die Erziehung seien Schuld an der Krankheit. Annemarie Müller ist froh, dass ihre Tochter die Kritik ihres Bruders nicht teilte. Trotzdem sagt die Mutter: «Vielleicht war ich nicht die starke Mutterfigur, die mein Sohn gebraucht hätte», sagt Müller rückblickend und fragt: «Aber ob man da von Schuld sprechen kann?»

Wie eine persönliche Niederlage

Wenn man dem eigenen Kind nicht helfen könne, dann fühle man sich «ohnmächtig», sagt die Mutter. Es ziehe einem den Boden unter den Füßen weg. Es fühle sich an wie eine persönliche Niederlage, ein Versagen. Bis auf den

Hilfe für Angehörige

Vask Schweiz (Dachverband der Vereinigungen der Angehörigen von Schizophrenie-/psychisch Kranken mit elf Regionalstellen) mit Sitz in Basel. Homepage: www.vask.ch, Telefon: 061 271 1640. Umfassendes Hilfeangebot für Angehörige von psychisch Kranken.

Die Angehörigen-Selbsthilfe der Stiftung Melchior betreut unter anderem die Basler Zweigstelle von Vask (www.stiftungmelchior.ch, Tel. 061 206 97 60). Die Stiftung Melchior bietet wie das **Zentrum Selbsthilfe** (www.zentrumselbsthilfe.ch, Tel. 061 689 90 90) verschiedene Gruppentherapien für Angehörige an. In Zusammenarbeit mit den Universitären Psychiatrischen Kliniken und anderen Institutionen finden dreimal jährlich Klinikgespräche statt, ein Austausch zwischen Angehörigen und Fachpersonen. daw

Psychotherapeuten aus der Region fühlte sich Müller von den Ärzten allein gelassen. Jener Psychotherapeut aber habe «trialogisch» gearbeitet und die Angehörigen miteinbezogen.

«Das hat uns sehr geholfen», sagt Müller. Hilfreich waren auch die klare Diagnose, welche die Ärzte in der Klinik stellten, und der Austausch mit anderen bei Seminaren und Treffen der Vereinigung der Angehörigen von Schizophrenie-/psychisch Kranken (Vask). Man merke, dass andere die gleichen Scham- und Schuldgefühle hätten. Mittlerweile ist Müller selber im Vorstand von Vask Zürich tätig und betreut das Beratungstelefon.

* Name geändert.

nachrichten

Rentner wird seit Samstag vermisst

Basel. Der 76-jährige Kurt Blumer-Schmidt (Bild) wird seit letztem Samstag vermisst, wie die Kantonspolizei mitteilt. Der 175 Zentimeter grosse und etwa 65 Kilogramm schwere Mann war am vergangenen Samstag zu Besuch bei seiner Tochter, die ihn an seinen Wohnort an der Holeestrasse 145 zurückführte. Seither sei der Mann nicht mehr gesehen worden. Da er gern Tagesausflüge in die Schweizer Berge unternehme, könnte er sich auch dort aufhalten, etwa im Bündner Oberland, in Flims oder auf der Rigi. Angaben über den Aufenthaltsort sollen dem Fahndungsdienst der Kantonspolizei, Telefon 061 267 55 55, gemeldet werden.



Mindestlöhne sollen eingehalten werden

Basel. Die SP Basel-Stadt fordert griffige Massnahmen gegen Verstösse gegen das Arbeitsrecht und die Nichteinhaltung der Mindestlohnbestimmungen. Sie bezieht sich auf einen Bericht der Zeitung «Sonntag», wonach auf der Baustelle für den Roche-Turm Mindestlöhne nicht eingehalten würden. Die gesetzlich verankerten flankierenden Massnahmen müssten zum Schutz der Arbeitnehmenden umgesetzt werden, fordert die SP. Grossrat Mustafa Atici hat dazu eine Interpellation eingereicht.

Grüne und BastA! stützen Stadtbildkommission

Basel. Die Grünen sind der Meinung, dass die Stadtbildkommission nicht durch eine Stelle in der Verwaltung ersetzt werden könne, wie sie zur geplanten Reorganisation schreiben. Die Stadtbildkommission soll weiterhin alle Bauvorhaben begutachten können, weil sie unabhängig von der Verwaltung und der Politik sei. Hingegen lehnen die Grünen die Schaffung einer Fachstelle für Stadtbild und Bauästhetik ab. Die Linksgruppierung BastA! befürchtet eine Kompetenzverschiebung zum Vorsteher des Baudepartements. Der Denkmalpflege und der Stadtbildkommission sei es zu verdanken, dass «spekulativ denkende und handelnde Bauherren in die Schranken gewiesen werden».

Defizitgarantie für Nachwuchs-Sonderschau

Basel. Die Handelskammer beider Basel erhält für die Durchführung der Sonderschau TunBasel an der Muba 2012 eine Defizitgarantie von 100 000 Franken aus dem Swisslos-Fonds. Dies hat der Regierungsrat beschlossen. Die Sonderschau befasst sich mit der Nachwuchsförderung in naturwissenschaftlichen und technischen Berufen.

Neue Geschäftsführerin des Kinderbüros

Basel. Mirjam Rotzler wird am 1. Oktober neue Geschäftsführerin des Kinderbüros. Die Sozialwissenschaftlerin war zuletzt bei der Stiftung Kinderschutz Schweiz tätig. Ihr Vorgänger Zeno Steuri wechselt in eine selbstständige Tätigkeit im Bereich der sozialen Stadtentwicklung.

ANZEIGE

Basler wählen Karl Schweizer.
2 x auf jede Liste!



Ehrung für Straumann

Walk of Fame. Nun hat Thomas Straumann (Mitte) ebenfalls eine Ehrentafel unter der Arkade des Hotels Basel. Damit ist er in guter Gesellschaft mit Roger Federer, Sam Keller, Moritz Suter oder Arthur Cohn. Gestern Abend wurde der Unternehmer und Mäzen als Ehrespalebärgler 2011 geehrt. Nach einer Ansprache von Obersperber Peter Blome (l.) konnte Straumann seine Tafel enthüllen. Bei der anschliessenden Feier im Basler Keller erhielt er von Vizeobersperber Bruno Krieg (r.) auch das Ehrespalebärglerschild. ras

Foto Pino Covino