



„Man muss erst verwickelt sein, um sich entwickeln zu können“ - Loslösen lernen

von Christian Janßen

Was passiert in Familien, wenn ihr behindertes Kind auszieht? Sind die Erfahrungen von Angehörigen nicht mehr erwünscht, wenn das Kind eine professionelle Betreuung benötigt? Was fangen wir (Eltern) dann mit uns an? Dies sind Fragen von Teilnehmer/-innen einer vom Verein „Gemeinsam Wohnen in Bielefeld e.V.“ initiierten und angeleiteten Selbsthilfegruppe für Angehörige behinderter Menschen. Von dieser Möglichkeit, Eltern auf dem Weg ihrer behinderten Kinder - fort von zuhause - zu unterstützen, soll im Folgenden berichtet werden.

Eine angeleitete Angehörigenselbsthilfegruppe

Im Frühjahr 1999 lud der Verein „Gemeinsam Wohnen in Bielefeld e.V.“, der 1991 aus einem Zusammenschluss betroffener Eltern und von Professionellen entstanden war, erstmalig zu einer „Angeleiteten Angehörigenselbsthilfegruppe“ ein. Das Motto der inzwischen nicht mehr bestehenden Gruppe war: „Man muss erst verwickelt sein, um sich entwickeln zu können“ - der Loslösungsprozess der heranwachsenden behinderten „Kinder“. In diesem Titel wird das Spannungsfeld angedeutet, in dem sich viele Familien mit heranwachsenden Kindern befinden. Es geht dabei einerseits um den normalen altersgemäßen Emanzipationsprozess von Kindern gegenüber ihren Eltern und andererseits um die besondere Situation des Abgebens jahrelanger, oft intensiver Förderung, Versorgung und Behütung in professionelle Hände.

Eine angeleitete Selbsthilfegruppe?

In Bielefeld gibt es ein für die Bundesrepublik ungewöhnlich breites Angebot behindertenspezifischer Begleitung, das jedoch auch schnell zu einer Verunsicherung bei den behinderten Menschen und ihren Eltern führt. Angehörige haben ein großes Bedürfnis nach Information und Beratung. Die Moderation der Gruppe diente daher in erster Linie dazu, die Beiträge der Teilnehmenden aufzugreifen, zu bündeln und gemeinsame Themen herauszuarbeiten. Die Erfahrungen der Eltern im Übergang zu professioneller Hilfe für ihre Kinder und ihre Unsicherheiten wurden in den Gruppentreffen an neue Teilnehmer/-innen weitergegeben. Die Expert/-innen waren vor allem die Angehörigen selbst, nicht die professionellen Begleiter/-innen. Die „Anleitung“ der Gruppe diente dabei der Bereitstellung von Fachwissen, wenn dies gewünscht und notwendig war. Dabei blieb die Entscheidung darüber immer in den Händen der Gruppe selbst.

Empowerment für Angehörige von Menschen mit Behinderung?

Familien mit behinderten Kindern sind über viele Jahre besonderen Belastungen und Anforderungen ausgesetzt. Ihre Kinder verlangen einen hohen zeitlichen und z.T. pflegerischen Aufwand, ein hohes Maß an Fürsorge und Anwesenheit. Eigene Interessen können nur eingeschränkt wahrgenommen werden. Von den Eltern werden als Belastung insbesondere das permanente Zuständigsein empfunden - auch dann, wenn die Kinder anderweitig betreut werden; der Kontakt mit verschiedenen Ämtern und Einrichtungen raubt Energie, in denen sich die Eltern als „Einzelkämpfer“ gegenüber z.T. widersprüchlichen Behördeninteressen zurechtfinden müssen; und gleichzeitig müssen sie über ein gesundes Beharrungsvermögen verfügen, um rechtlich bestehende Ansprüche durchzusetzen. Auf der Suche nach aktuellen Informationen müssen Eltern immer ein „offenes Ohr“ für neue Hilfsangebote haben; mit Geschwisterkindern ist es ein ewiger Balanceakt, um auch ihnen gerecht zu werden.

Der Umgang mit den eigenen Belastungen tritt oft in den Hintergrund hinter die Sorge um das behinderte Kind. Was macht es Angehörigen so schwer, sich in Bezug auf ihre eigenen Interessen und Belastungen zu artikulieren? Deutlich später als bei nichtbehinderten Kindern erfolgt die pubertäre Ablösung vom Elternhaus, die selten durch eine klare Abgrenzung der Jugendlichen ausgelöst wird. Unsere Erfahrung in der Angehörigenselbsthilfegruppe zeigt, dass es häufig die Eltern sind, die faktisch die Entscheidung fällen, in welcher ambulanten oder stationären Hilfe ihr Kind angemeldet wird. Schuldgefühle begleiten die Eltern über einen langen Zeitraum. Mit Hilfe einer guten Vorbereitung kann jedoch der oder die Heranwachsende achtsam begleitet, seine bzw. ihre Bedürfnisse und Wünsche aufgenommen sowie späteren Konflikten und Enttäuschungen auf beiden Seiten vorgebeugt werden.

Wenn es um Loslösung geht, stellt sich für Eltern auch die Frage nach den eigenen Bedürfnissen neu. Wer oder was füllt die Lücke, die das Kind mit seinem Auszug aus der Familie hinterlässt? Wie viel Loslassen



braucht das Kind mit Behinderung, um selbständig gehen zu können? In der Angehörigengruppe zeigten sich Eltern nach Jahren der Rücksichtnahme, teilweise des Kampfes und der Aufopferung zunächst mit der neuen Situation überfordert. Die Neujustierung des eigenen Wertebezugssystems ist immer ein schwieriger Prozess, egal in welcher Lebenssituation. Was den Eltern fehlte, waren Empowerment- und Selbstbefähigungsprozesse - doch was heißt hier Empowerment? Empowerment (1, 2) wird als eine „Sammlung von Ansätzen verstanden, die die Menschen zur Entdeckung der eigenen Stärken ermutigen. (...) Empowerment - auf eine kurze Formel gebracht - ist das Anstiften zur (Wieder-) Aneignung von Selbstbestimmung über die Umstände des eigenen Lebens“ (2). Menschen, werden in der Rolle kompetenter Akteure wahrgenommen, die über das Vermögen verfügen, ihre jeweilige Lebenssituation in eigener Regie zu gestalten und Lebenssouveränität zu gewinnen und zu erhalten. Dies ist das Vertrauen in die Stärken der Menschen und bezieht sich - wie z.B. das SIVUS-Konzept (3) auch - nicht nur auf Menschen mit Behinderungen, sondern wird als ein allgemeingültiger Ansatz betrachtet, der auch für Nichtbehinderte gilt.

Im Rahmen der Begleitung von Angehörigen behinderter Menschen ist Empowerment meiner Erfahrung nach ebenfalls der Zugangsweg - die Haltung, mit der Professionelle den Angehörigen begegnen. Wenn man die Anstrengungen und individuell oft erfolgreichen Wege betrachtet, mit denen Eltern ihre Situation mit einem behinderten Kind bewältigen, dann werden Fähigkeiten und Ressourcen sichtbar, die oft im Kontakt mit Professionellen (im Sozialamt ebenso wie in der Betreuung) nicht gewürdigt oder gar entwertet werden. Empowerment hat auf Seiten der Eltern die Unterstützung des Ablösungsprozesses über die Einnahme einer Stärkeperspektive zum Ziel. Die Betonung der bei den Eltern vorhandenen Fähigkeiten, ihrer Ressourcen und Stärken kann im schwierigen Prozess des „Loslassens“ aus jahrelanger Abhängigkeit eine entscheidende Hilfe sein. Für Professionelle bedeutet die Einnahme einer Stärkeperspektive aber auch die Fähigkeit zum „Heraustreten“ aus dem bekannten Rahmen ihrer Betreuungsarbeit. Sie müssen eine andere Perspektive einnehmen können, damit sie den Eltern ressourcenorientiert gegenüber treten können.

Wie kann in einer angeleiteten Selbsthilfegruppe aus den Verwicklungen in der Eltern-Kind-Beziehung eine konstruktive Entwicklung unterstützt werden? Können Eltern, die sich mitten im Loslösungsprozess befinden, eine Stärkeperspektive im Austausch und in Solidarität mit anderen Eltern erfahren, die in gleicher Weise betroffen sind?

Zu Beantwortung dieser Fragen sind folgende Überlegungen hilfreich: Die Einbettung des Menschen in seinen sozialen Bezugsrahmen lässt sich als Netz darstellen (4, 5), das durch die Personen und Bereiche „geknüpft“ wird, die den Bezug dieses Menschen bilden. Das Soziale Netz besteht aus unterschiedlichen Lebensbereichen und Aspekten. Mit einer Veränderung innerhalb des Bezugsrahmens verändert sich das gesamte bisherige „Netz“ - oft wichtige Aspekte des Lebens. Um im Bild des „Netzes“ zu bleiben: wichtige Knoten gehen verloren, das Netz hat eine Lücke - lose Fäden bleiben zurück, die erst wieder eingewebt werden müssen. Dies gilt im besonderen Maße im Übergang zu einer professionellen Begleitung. Die Eltern, die über eine Reihe von Jahren die Hilfen organisiert und zum großen Teil durchgeführt haben, verlieren in der Ablösung und Verselbständigung ihres Kindes diese zentrale Rolle und müssen sie durch einen Verwaltungsvorgang an andere, „Fremde“ übergeben - solange ihr/e behinderte/r Angehörige/r nicht auf Hilfe verzichten kann oder will. In der Angehörigengruppe war die Vermittlung einer Stärkeperspektive ein wichtiger Ansatzpunkt, um die Veränderungen mit Hilfe gleichbetroffener Eltern selbst zu verarbeiten.

Die Veränderungen sind für die behinderten Menschen - aber auch für die Familie - gravierend und beinhalten auch eine grundlegende Umstrukturierung der Lebensinhalte für die Eltern. Ängste können die Folge sein. Rückmeldungen zeigen, dass Veränderungen durch einen Erfahrungsaustausch in einer Selbsthilfegruppe aufgefangen werden können, in der gleichzeitig eine psychosoziale Beratung durch Fachleute bereit steht.

Resümee

Die Angehörigen in der Gruppe standen immer im Konflikt zwischen zwei widersprüchlichen Wünschen für ihre Kinder:

- dem nach möglichst viel Selbstbestimmung einerseits und
- dem nach möglichst umfassender und individueller Versorgung andererseits.

Dieses Spannungsfeld gehört zum Prozess der Ablösung der Eltern von ihren behinderten Kindern. In der Gruppe machten die Eltern positive Erfahrungen durch eine „Kriterienliste für Angehörige von Menschen mit Behinderung zur Prüfung von Selbstbestimmung und Hilfen in der Betreuung“ (vgl. Internethinweis), die sie



selbst entwickelten, um in diesem Spannungsfeld eine Orientierung zu haben. Die Teilnehmenden wünschten sich im Prozess des Abgebens von Verantwortung Verständnis und Unterstützung in der aufnehmenden Einrichtung. Die Gruppe wurde hier zur „Peergroup“ für Aussprache und Beratung. Eine weitere Erfahrung in der Gruppe war, dass der Entscheidungsprozess, wie Heranwachsende mit Behinderung auf Dauer leben wollen und können - oder aus Sicht der Eltern auch „sollen“ - oft mehrere Jahre dauert und vielfältigen Einflüssen ausgesetzt ist. Er ist - eben wie bei nichtbehinderten Menschen auch - „im Fluss“ und selten nach dem ersten Umzug beendet. Die Beratung im Kreise mitbetroffener Eltern hat hierbei eine Akzeptanz der selbständigen Entscheidung ihrer/s Heranwachsenden gefördert und die Entwicklung einer Gelassenheit unterstützt.

Die professionelle Anleitung einer Selbsthilfegruppe für Angehörige unterstützt nach den Erfahrungen der Angehörigenselbsthilfegruppe das Empowerment bei den Eltern im Prozess des Loslassens.

Die Einstellung der Eltern soll dabei gefördert werden, das „Kind“ bei seinem oder ihrem Weg zu einem selbstbestimmten Leben anzuerkennen, zu begleiten und zu unterstützen. Dies bedeutet auch, die Entscheidungen des/r Heranwachsenden sowie zukünftige Veränderungen in der Perspektivplanung zulassen zu können. Die Rückmeldungen waren durchweg positiv.

Die Erfahrung zeigt, dass gerade in diesem Vorgehen das „Selbsthilfepotenzial“ der Eltern auf eine breitere Basis gestellt werden konnte. Das gemeinsame Vorgehen schuf eine Solidarität innerhalb der Gruppe, die über die eigentliche Phase der Ablösung hinaus bestehen blieb.

Aus den Verwicklungen in der Eltern-Kind-Beziehung konnte durch die angeleitete Selbsthilfegruppe eine konstruktive Entwicklung im Loslösungsprozess professionell unterstützt werden - über die Vermittlung einer Stärkeperspektive im Austausch und in Solidarität mit anderen Eltern, die in gleicher Weise betroffen sind.

Autor:

Christian Janßen,

Dipl.-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut,

Vorstand im Verein „Gemeinsam Wohnen in Bielefeld e.V.“

und Integrative Beratungs- und Begegnungsstätte in Bielefeld - Cafe 3b e.V.

Weitere Informationen und Literaturliste im Internet: www.sivus-online.de