

Hilfe, wenn die Kräfte zu Ende zu gehen drohen

Wer die Mobilnummer des gemeinnützigen Vereins „Mein Herz lacht“ wählt, hört die sympathische Stimme von Gail McCutcheon. Sie ist eine der vielen Mütter mit einem Kind, das besondere Bedürfnisse hat. Ihre Lebenssituation hat sie an den Rand ihrer Fähigkeiten gebracht und sogar darüber hinaus. Damit es anderen Frauen und ihren Familien besser ergehen kann, hat sie „Mein Herz lacht“ gegründet.



Gail McCutcheon (links) und Sissi Clausen wollen mit dem Verein „Mein Herz lacht“ Müttern helfen GB-Foto: Rothermel

An diesem Samstagvormittag ist sie von ihrem Wohnort Rutesheim nach Nufringen gekommen, um die Entstehung einer neuen Gruppe ihres Vereins zu begleiten. Neben ihr sitzt Sissi Clausen. Sie hat in der Apotheke ein Plakat gesehen mit dem Slogan: „Alltagsheldin? Und am Ende deiner Kräfte?“ Das hat sie angesprochen, denn eines ihrer Kinder ist stark sehbehindert und hat dadurch besondere Bedürfnisse, die die Eltern im hohen Maße fordern. Über die Internetpräsenz von „Mein Herz lacht“ kam sie in Kontakt mit Gail McCutcheon.

Nun sitzen die beiden Frauen mit weiteren Müttern im Generationenreferat. „Mein Sohn kam 2006 mit einem lebensbedrohlichen Herzfehler zur Welt“, erzählt Gail McCutcheon. Drei Operationen in drei Jahren, Tag und Nacht Angst um das Leben des Kindes, Zeiten der Isolation wegen hoher Infektionsgefahr und das Gefühl absoluter Einsamkeit, wenn ihr Ehemann im Ausland arbeiten musste, brachten die gebürtige Engländerin ans Ende ihrer Kräfte. „Ich hatte mich selbst verloren. Ich wusste gar nicht mehr, wer ich eigentlich bin.“ Nach der Geburt des zweiten Kindes kamen die massiven Ängste wieder hoch, obwohl dieses Kind gesund zur Welt kam. „Erst durch eine Kur, in der ich wieder mit dem Joggen anfang, war ich in der Lage, nach und nach wieder zu mir selbst zu kommen und Kraft zu spüren.“

Gail McCutcheon fing an, Marathon zu laufen und dafür Spenden einzuwerben. „In England ist es üblich, mit seinem Hobby Spenden zu sammeln“, begründet sie ihre Idee. Von dort führte ein gerader Weg zur Gründung des Vereins

„Mein Herz lacht“, mit dem Müttern und ihren Familien Chancen eröffnet werden, den belasteten Alltag mit beeinträchtigten Kindern besser zu meistern.

„Die zentrale Frage ist: Wie geht es der Mutter?“, sagt Gail McCutcheon aus eigener Erfahrung. Denn an den Müttern zerren nicht nur die Sorgen um die Gegenwart und die Zukunft, sondern auch die Herausforderungen des Alltags: Pflege, Betreuung, medikamentöse Versorgung, Arzt- und Krankenhaustermine, Genehmigungsverfahren bei Krankenkassen und Ämtern, die Suche nach passenden Kitas und Schulen. All das kostet immens viel Kraft. „In den Gruppen unseres Vereins weiß jede, wovon die andere redet. Alle wissen, wie es ist, komisch angeschaut zu werden. Jede kennt das Gefühl, nicht zu den 'normalen' Eltern zu gehören.“

In den Gruppen von „Mein Herz lacht“ geht es darum, Auszeiten zu schaffen. Die Ideen dazu kommen von den Teilnehmerinnen. „Das können angeleitete Entspannungsübungen sein, ein spezieller Sport zum Ausprobieren, ein Vortrag, ein Ausflug oder sogar ein Wochenende, an dem man sich erholen kann“, sagt Gail McCutcheon. Finden sich mindestens sechs Frauen, hat die Gruppe Anspruch auf Unterstützung aus einem Fonds der Krankenkassen für Selbsthilfegruppen. Alle Gruppen tragen darüber hinaus auf der Internetpräsenz von „Mein Herz lacht“ ihr Wissen zusammen. Gail McCutcheon widmet einen großen Teil ihrer Zeit dem Aufbau dieser Internetseiten. „Es soll verschiedene Kategorien geben. So können unter der Überschrift 'Bildung' Informationen zu Schulen, Kitas und zur Arbeitswelt gesammelt werden. Ein großes Gebiet wird auf jeden Fall alles sein, was mit Krankenkassen zu tun hat. Aber auch Themen wie Partnerschaft und Geschwisterkinder wollen wir aufnehmen.“ Denn natürlich richtet sich das Angebot auch an die Väter der beeinträchtigten Kinder. „Unsere Erfahrung ist, dass sich die Mütter bei uns melden. Über sie kommen dann auch die Väter dazu“, sagt Gail McCutcheon. Und fügt nachdenklich hinzu: „Die Zahl alleinerziehender Mütter mit besonderen Kindern ist erschreckend hoch. Die haben überhaupt keine Chance, mal eine Auszeit zu nehmen.“ Gerade für diese Frauen ist es wichtig, zu erleben, dass sie nicht alleine sind. „Irgendjemand hat das, was du jetzt bewältigen musst, schon mal gemacht. Und das hilft dir weiter“, möchte Gail McCutcheon den Frauen weitergeben. In kleinen Podcasts unter der Überschrift „Meilensteine“ können die Familien von besonderen Erfahrungen berichten. „Bei uns war das der erste Geburtstag unseres Sohnes. Oder der Moment, als er anfang zu laufen und zu mir sagte: Schau mal, Mama, mein Herz lacht, wenn ich laufe!“, erinnert sich Gail McCutcheon an den Moment, als der Name des Vereins entstand. In seinen Gruppen hören viele Mütter die ernst gemeinte Frage „Wie geht es dir?“ zum ersten Mal. Damit kann der Weg zu einem besseren Leben für Eltern und ihre beeinträchtigten Kinder beginnen.

Die Nufringer Gruppe von „Mein Herz lacht“ trifft sich wieder am Sonntag, 15. Dezember, um 10 Uhr. Interessierte wenden sich an Gail McCutcheon unter der Nummer 0151 / 16 47 12 57