

„Und ich dachte, wir wären damit allein!“ – Über die Entstehung eines Mutismus-Stammtisches für Betroffene und deren Angehörige

Tina Oppermann
Logopädin, M.Sc., Lehrlogopädin dbf
Steile Mahnte 9
37520 Osterode am Harz
logopaedie.oppermann@web.de



ABSTRACTS

Zu beinahe jeder Erkrankung bzw. jedem Thema gibt es sie – die Selbsthilfegruppe. Es handelt sich dabei um einen Zusammenschluss mehrerer betroffener Personen mit den gleichen Anliegen bzw. Problemen im Zusammenhang mit einer bestimmten Erkrankung. Ziel ist es, sich durch den Austausch von Informationen und Erfahrungen gegenseitig zu unterstützen und Probleme zu bewältigen.

Der vorliegende Artikel berichtet von der Entstehung eines Mutismus-Stammtisches für Betroffene und deren Angehörige in Osterode am Harz. Es wird aufgezeigt, wie einfach es vermeintlich sein kann, Hilfe durch andere Betroffene und deren Angehörigen zu erfahren.

Schlüsselwörter: selektiver Mutismus – Mutismus-Stammtisch Osterode am Harz – Problembewältigung – Austausch – Selbsthilfe

For almost every disease or topic exist a self-help group. It is about an association of several affected persons with the same concerns or problems in connection with a certain illness. The aim of such a group is to support each other through the exchange of information and experiences and to solve problems together.

This article reports on the formation of a mutism-support group for affected persons and their relatives in Osterode am Harz (Germany). It shows how easy it can be to find help and support by exchanging with other affected people and their relatives.

Keywords: selective mutism – mutism-support group Osterode am Harz – problem solving – exchange – self-help

1 Einleitung/Ausgangspunkt

Ich höre diesen Satz noch immer voller bedrückender Gefühle: „Und ich dachte, wir wären damit allein.“ Die Worte einer Großmutter eines mutistischen Mädchens, die sichtlich beeindruckt darüber war, wie viele betroffene Familien es in ihrem näheren Umkreis doch gibt. Zwei Fragen drängten sich mir in diesem Moment auf:

- a) Warum begegnen sich Betroffene und deren Familien so selten, auch wenn die Kinder beispielsweise die gleiche Schule besuchen oder die Familien gar im selben Wohnort leben?
- b) Wie kann das anscheinend oft vorherrschende Gefühl des „Alleinseins“ betroffener Familien verbessert werden?

2 Doch beginnen wir von Anfang an ...

Im Winter 2015 wurde ich von einer ortsansässigen Förderschule in Osterode am Harz gebeten, einen Fachvortrag zum Thema Mutismus zu halten. Dieser Vortrag sollte für Pädagogen und Eltern betroffener Kinder und Jugendlicher konzipiert sein. Kurze Zeit später wurde der Vortrag durch mich durchgeführt. Am Ende des Vortrages war genügend Zeit für eine Diskussionsrunde, in der die Idee eines Stammtisches für Betroffene und deren Angehörige durch eine Sonderpädagogin und durch mich vorgestellt wurde. Seit diesem Vortrag finden in regelmäßigen Abständen Treffen dieses Mutismus-Stammtisches statt. Und was mit nur wenigen Teilnehmern begann, hat sich mit der Zeit zu einem kleinen (Eltern-)Netzwerk weiterentwickelt.

Oft werde ich im Rahmen meiner freiberuflichen Tätigkeit als Mutismustherapeutin aus ganz Deutschland kontaktiert. „Erste Hilfe“ nenne ich es oft. Was ich dort tue? Ich berate Angehörige betroffener Personen oder die Betroffenen selbst hinsichtlich ihrer Fragestellungen bzw. Probleme. Diejenigen, die mich über meine Homepage kontaktieren, stoßen auch häufig auf das Angebot des Mutismus-Stammtisches in Osterode am Harz. So kommt es nicht selten vor, dass speziell Eltern betroffener Kinder und Jugendlicher, die ich beraten habe, schon beim nächsten Treffen des Stammtisches persönlich in unserer Runde anwesend sind. Hierbei spielt es für die betroffenen Eltern oftmals keine Rolle, dass sie für die Teilnahme am Stammtisch einen teilweise mehrstündigen Anfahrtsweg in Kauf nehmen müssen, da ein vergleichbares Angebot anscheinend nirgendwo anders zu finden ist.

3 Wie laufen die Treffen des Stammtisches ab?

Der Mutismus-Stammtisch besteht aus einer Gruppe von aktuell 12 Eltern selektiv mutistischer Kinder und Jugendlicher. Die Treffen finden in regelmäßigen Abständen (meist alle 2 Monate) statt, um gemeinsam über aktuelle Probleme, Sorgen etc. in Verbindung mit dem selektiven Mutismus zu sprechen. Darüber hinaus wird von der Stammtischgruppe eine WhatsApp-Gruppe geführt, in der sich unter allen Beteiligten optional über aktuelle Probleme oder Erfolge ausgetauscht werden kann. Viele Eltern nutzen auch die Möglichkeit, als

stille Mitleser der WhatsApp-Gruppe Informationen zu erhalten. Nach jedem Treffen des Stammtisches wird durch mich ein Protokoll erstellt und in die WhatsApp-Gruppe gestellt. Diese Protokolle beinhalten alle besprochenen Themen sowie weiterführende Informationen, die ich auf Anfrage für die Stammtischteilnehmer zusammenstelle.

Die Treffen werden durch eine Sonderpädagogin der Wartbergschule Osterode, die mit mutistischen Schülern arbeitet, und durch mich fachlich unterstützt. Das heißt, dass den Teilnehmern der Gruppe zwei Personen zur Verfügung stehen, die fachlich geschult sind.

Bei dem Stammtisch handelt es sich um eine rein privat stattfindende Zusammenkunft Selbstbetroffener, Angehöriger, Pädagogen und Therapeuten. Es handelt sich um keinen eingetragenen Verein. Die Treffen des Stammtisches unterliegen dennoch einigen (Verhaltens-)Regeln, über die die neuen Teilnehmer umgehend in Kenntnis gesetzt werden. Alle Personen erklären sich mit der Teilnahme am Austausch automatisch zu folgenden Punkten bereit:

- Es besteht kein Zwang zum Preisgeben persönlicher Informationen. Auch einfach nur Zuhören ist erlaubt und für alle Beteiligten völlig in Ordnung. Das Wohlbefinden der Teilnehmer steht an erster Stelle!
- Alle Teilnehmer des Stammtisches erklären sich dazu bereit, die in den Treffen sowie in der WhatsApp-Gruppe behandelten Themen und persönlichen Informationen vertraulich zu behandeln und diese nicht in andere Personenkreise bzw. in die Öffentlichkeit weiterzutragen.

Bei den Treffen findet überwiegend ein offener bzw. freier Austausch statt, der durch Fachvorträge zu gewünschten Themen ergänzt wird. Zu folgenden Themen wurden bereits Themenabende durchgeführt:

- Therapiemöglichkeiten bzw. Therapiealternativen
- Mutismus und Pubertät
- Mutismus und Schule
- Nachteilsausgleich: allgemeine Möglichkeiten und Rechte der Betroffenen, Formalia, Grenzen des Nachteilsausgleichs
- Gratwanderung Unter- bzw. Überforderung
- Angst: Definition, Auslöser, Formen, Therapiemöglichkeiten, Zusammenhänge zum Mutismus
- Die Angst davor, etwas Therapeutisches zu verpassen
- Begrüßung und Verabschiedung: gesellschaftliche Regeln im Konflikt mit dem mutistischen Verhalten – Was kann ich als Angehöriger tun?
- Frühkindliche Reflexe und Mutismus – Gibt es Zusammenhänge?

Die Treffen des Mutismus-Stammtisches Osterode am Harz sind für jedermann zugänglich. Es ist keine Anmeldung erforderlich, man kann jederzeit zu der Gruppe stoßen. Egal, ob Betroffener, Angehöriger, Pädagoge oder Therapeut. Die Mitglieder des Stammtisches freuen sich sehr über neue Teilnehmer, die sich mit ihnen austauschen wollen.

Die Treffen des Stammtisches finden in der Wartbergschule Osterode (Hohe Str. 42, 37520 Osterode am Harz) statt. Sollte ein Treffen abweichend an einem anderen Ort stattfinden, wird dies auf meiner Homepage www.tinaoppermann-mutismus.de bekanntgegeben. Ebenso werden dort die Themen der einzelnen Abende veröffentlicht.

4 Gemeinsamer Austausch als Selbsthilfe – es ist einfacher, als man denkt!

Das, was die Sonderpädagogin und ich bei der Betreuung des Mutismus-Stammtisches an persönlichem Engagement einbringen, ist sicherlich nicht an jedem Ort umsetzbar. Es ist aber im Grunde genommen auch nicht zwingend erforderlich. Denn:

„Wenn du eine helfende Hand suchst, findest du sie am unteren Ende deines Armes.“ (Unbekannter Autor)

Ich will damit sagen, dass ein Stammtisch oder eine Selbsthilfegruppe auch ohne pädagogische und therapeutische Unterstützung, allein durch den gemeinsamen Austausch, bei der Bewältigung von Problemen im Zusammenhang mit dem selektiven Mutismus Erleichterung und Hilfe spenden kann.

Etwas, was ich beispielsweise selbst als erfahrene Therapeutin den Teilnehmern nicht bieten kann, ist die Sichtweise/Erfahrung eines Selbstbetroffenen. Durch die Gespräche mit den Teilnehmern des Stammtisches erweitert sich selbst mein eigener therapeutischer Horizont. Oft haben mich auch die Eltern auf Therapieideen gebracht, auf die ich alleine wahrscheinlich nicht gekommen wäre. Für mich stellt der Mutismus-Stammtisch eine gewinnbringende und befriedigende Form der Angehörigenarbeit dar. Gewinnbringend sowohl für die Teilnehmer als auch für mich.

In Zeiten des Internets ist es grundsätzlich nicht schwer, andere betroffene Familien oder Personen in seinem Umkreis zu finden. Beispielsweise ist die Nutzung des Elternnetzwerkes der Mutismus Selbsthilfe Deutschland e.V. (www.mutismus.de) oder das Nutzen von Mutismusgruppen, wie es sie zahlreich auf Facebook gibt, eine Möglichkeit, um Kontakte zu knüpfen. Gewiss erfordert es ein gewisses Maß an Mut, mit anderen Betroffenen in Kontakt zu treten oder gar einen Stammtisch bzw. eine Selbsthilfegruppe aufzubauen. Ich kann aber mit Überzeugung sagen, dass sich der Aufwand lohnt.

5 Der Mutismus-Stammtisch in Osterode am Harz entwickelt sich weiter

Gemeinsam mit den Teilnehmern des Mutismus-Stammtisches werde ich zukünftig weiter daran arbeiten, ortsansässige Fachleute mit ins Boot zu holen und Aufklärungsarbeit zu leisten. Mein Wunsch ist es, (Kinder-)Arztpraxen und Institutionen der Psychiatrie und Psychologie in unser Netzwerk aufzunehmen, um für Betroffene und deren Angehörige gut informierte Anlaufstellen zu schaffen. Auch dieses Vorhaben erfordert wieder ein gewisses Maß an Engagement und war bisher nicht von allzu großem Erfolg gekrönt. Aber welche Alternative habe ich als Therapeutin, wenn ich den betroffenen Menschen bestmöglich helfen möchte? Keine!

An dieser Stelle möchte ich noch kurz auf die zwei Fragen eingehen, die ich zu Beginn dieses Artikels aufgeführt habe:

- a) Warum begegnen sich Betroffene und deren Familien so selten, auch wenn die Kinder beispielsweise die gleiche Schule besuchen oder die Familien gar im selben Wohnort leben?
- b) Wie kann das anscheinend oft vorherrschende Gefühl des „Alleinseins“ betroffener Familien verbessert werden?

Verständlicherweise gehen Betroffene und deren Angehörige nicht gerne mit der Symptomatik des selektiven Mutismus an die Öffentlichkeit. Dennoch sollte in Erwägung gezogen werden, durch den Kontakt mit anderen betroffenen Familien die eigene Situation zu verbessern. Ich bin davon überzeugt, dass durch Begegnungen von Betroffenen und deren Angehörigen das Gefühl des „Alleinseins“ durch einen gemeinsamen Austausch (in welcher Form auch immer) gemindert werden kann.

Wenn die fachliche Versorgung mutistischer Personen nachhaltig verbessert werden soll, gibt es meiner Meinung nach keinen anderen Weg. Sich alleinig auf das Gesundheitssystem zu verlassen, ist angesichts der aktuell noch unzureichenden Versorgungsmöglichkeiten mutistischer Menschen nicht sinnvoll. Selbsthilfe spielt hingegen in meinen Augen sowohl aktuell als auch zukünftig eine sehr große Rolle und sollte immer als eine Möglichkeit gesehen werden, um Hilfe und Unterstützung zu erhalten. ■

Manchmal hilft eine neue Perspektive!
Mutismus Selbsthilfe Deutschland e. V.

