

## Gründe für Kuranfragen

Eltern interessieren sich aus sehr unterschiedlichen Gründen für eine Mutter-Kind-Kur. Die einen haben akute oder chronische gesundheitliche Probleme, die sie wieder in den Griff bekommen wollen. Andere haben familiäre, soziale oder finanzielle Schwierigkeiten, die sich auf die Gesundheit und den Alltag ungünstig auswirken. Neben den medizinischen Indikationen kann die Kur auch Raum geben, über persönliche Probleme nachzudenken.  
Kurz:

***Jeder einzelne Fall und jede einzelne Familiensituation ist anders gelagert, so dass Ihre eigene Kurbedürftigkeit immer individuelle begründet werden muss. Aber auch wenn andere Gründe im Vordergrund stehen: Die gesundheitliche Situation von Mutter (und Kind) ist immer tangiert.***

Im Großen und Ganzen lassen sich jedoch folgende Schwerpunkte zusammenfassen – mögliche Gründe für Kuranfragen:

### **Gesundheitliche Probleme**

Die meisten Frauen suchen ein Beratungsgespräch oder wollen eine Kur beantragen, weil sie gesundheitlich angeschlagen sind und eine Behandlung vor Ort nicht realisiert werden kann oder nicht ausreicht.

- Sie haben eine schwere oder lang anhaltende Krankheit durchgemacht und wollen sich auskurieren. Dies fällt ihnen zu Hause sehr schwer, da die Kinder ihre ungeteilte Aufmerksamkeit fordern und nur wenige Pausen zulassen.
- Sie fühlen sich ständig überfordert und erschöpft. Zu den Symptomen schwerer Erschöpfungszustände gehören u.a. Unruhe, Nervosität, Angst, Schlafstörungen, Niedergeschlagenheit, Rückenschmerzen, Verspannungen, Über – und Untergewicht, Magen-Darm oder Herz-Kreislaufstörungen. Evtl. nehmen sie aus den genannten Gründen Medikamente.
- Sie sind chronisch krank und die Krankheit hat sich durch die Rastlosigkeit des Familienalltags noch verstärkt. Zum Beispiel: Neurodermitis, Asthma, Allergien aller Art und Wirbelsäulenschäden.
- Sie haben durch den anstrengenden Alltag mit Familie (und Beruf) ihre Reserven verbraucht und das Immunsystem ist „schachmatt“. Jeder kleine Infekt aus der Schule oder dem Kindergarten haut sie um und sie werden gar nicht mehr richtig gesund.
- In vielen Fällen sind die Kinder häufig krank. Mit den Krankheiten verknüpfen sich Sorgen und vielleicht auch organisatorische Probleme. Die Familienmitglieder stecken sich immer wieder gegenseitig an und die ganze Familie „kommt auf keinen grünen Zweig“.

## Gestörte Beziehung

### **...mit dem Partner**

Gesundheitliche Probleme stehen in Zusammenhang mit sozialen und persönlichen Problemen. Eine gestörte Beziehung oder eine anstehende oder bereits vollzogene Trennung belastet in vielen Fällen die Frauen so sehr, dass sie den Alltag nur noch schwer bewältigen können.

Die Probleme werden von den Frauen folgendermaßen geäußert:

- Mein Mann ich haben grundsätzlich andere Vorstellungen von Erziehung und Familienleben. Es überlässt mir die ganze Arbeit, findet es aber gleichzeitig nicht gut, wie ich die Kinder erziehe und den Haushalt führe. Deshalb fühle ich mich völlig überfordert.
- Mein Mann hat sich von mir getrennt. Es ist ausgezogen und nun sitzen wir hier allein und werden mit der Situation nicht fertig. Ich bin mit meiner Kraft am Ende.
- Die Kinder leiden besonders unter der Trennung und entwickeln Symptome, mit denen wir nicht gerechnet haben und die uns vor unlösbare Probleme stellen.

### **...mit den Kindern**

Darüber hinaus gibt es auch Probleme mit den Kindern, die z.B. so formuliert werden:

- Mein Sohn (4) treibt mich regelmäßig auf die Palme. Ich werde ihm gegenüber immer ungerechter. Für das kleinere Kind habe ich gar keine Zeit mehr und mein schlechtes Gewissen wächst täglich, weil ich so große Wut auf meinen Sohn habe.
- Meine Tochter (14) macht was sie will und wenn ich ihr einen Ratschlag geben will, dann gibt es Streit oder sie läuft weg. Ich komme überhaupt nicht mehr an sie heran.
- Mein Sohn (8) hat Probleme in der Schule. Damit werde ich nicht mehr fertig, denn die Hausaufgaben sind ein täglicher Streitfaktor. Ich schäme mich, dass die Lehrerin so oft bei uns anruft, weil er schon wieder geprügelt hat.

In vielen Fällen entstehen Probleme, weil die Kinder die Erwartungen der Eltern oder der Schule nicht erfüllen. Oft fühlen sich die Eltern für die Probleme ihrer Kinder verantwortlich oder gar schuldig. Sie können nicht damit umgehen, was wiederum ihr schlechtes Gewissen nährt – eine schwierige Basis für gelingende Beziehungen! So entsteht ein - seelischer – Teufelskreis, der nicht selten auch die Gesundheit der Beteiligten angreift.

## Soziales Umfeld

Gesundheitliche Probleme stehen in engem Zusammenhang mit sozialen Unstimmigkeiten. Dazu zählen insbesondere folgende Faktoren:

- Zu enger Wohnraum
- Arbeitslosigkeit oder drohende Arbeitslosigkeit
- Finanzielle Unstimmigkeiten, Schulden
- Alkoholismus oder anderer Drogenmissbrauch in der Familie
- Fremdsein, auch kulturell, Heimweh oder Heimatlosigkeit
- Mangelnde Sprachkenntnisse

All diese Faktoren wirken sich oft negativ auf die Gesundheit aus. Das heißt: Aus sozialen Unstimmigkeiten können gesundheitliche Probleme entstehen oder verstärkt werden.

## **Spezifische familiäre Belastungen**

Spezifische familiäre Belastungen sind z.B.:

- Beziehungsprobleme, die bereits detailliert erwähnt wurden
- Ungewollte Trennung durch Scheidung oder Tod
- Nichtauseinanderhalten von beruflichen und familiären Unstimmigkeiten in einem Familienbetrieb
- Pflegebedürftige oder kranke Angehörige (manchmal im eigenen Haushalt)
- Psychisch kranke Angehörige
- Behinderte Angehörige
- Gewalt in der Familie
- Erbschaftsstreitigkeiten
- Generationskonflikte

Auch diese Belastungen wirken sich häufig auf die Gesundheit und das Lebensgefühl negativ aus und können zu gesundheitlichen Problemen führen.

## **Psychische Probleme**

Nicht selten sind auch psychische Probleme der Anlass für eine Kur. Dafür gibt es folgende Beispiele, die in der Beratung so oder ähnlich geäußert werden:

- Eine Mutter fühlt sich im Alltag überfordert oder nicht anerkannt und deshalb minderwertig.
- Eine andere wird von Problemen aus der eigenen Kindheit eingeholt und kann sich deshalb nur eingeschränkt emotional auf ihre eigenen Kinder einlassen.
- Eine dritte litt schon vor der Familiengründung an Depression, die vielleicht vorher medikamentös gut im Griff zu halten waren. Durch die hormonellen Umstellungen während der Schwangerschaft und Stillzeit nimmt die Krankheit jedoch einen unvorhergesehenen Verlauf und stört die familiären Beziehungen.
- Eine vierte hat sich nach einer postnatalen Depression nie wieder richtig erholt und wird nach wie vor von depressiven Verstimmungen stark beeinträchtigt.

All diese seelischen Belastungen wirken auf die gesamte Familie und sind häufig Ursache ausgeprägter Erschöpfungssyndrome. In manchen dieser Fälle ist die Zeit von drei Wochen zu kurz, um (ausgeprägte) psychische Probleme nachhaltig zu bearbeiten. Deshalb ist im Einzelfall vielleicht eher eine psychosomatische Kur angezeigt, die in der Regel mindestens sechs Wochen dauert. Solche Kuren werden über die Rentenversicherungsträger angeboten, können aber auch von den Krankenkassen vermittelt werden. Die Beratungsstellen des Müttergenesungswerks führen allerdings keine Beratungen über psychosomatische Kuren durch, sie können allenfalls eine solche Beratung vermitteln.