

Portraits von ehemaligen Schlupfhuus-Jugendlichen

Ab und zu kommt es vor, dass ehemalige Schlupfhuus-Jugendliche sich telefonisch wieder bei uns melden, uns schreiben oder für einen kurzen Besuch im Schlupfhuus vorbeischauen. Über solche Lebenszeichen freuen wir uns immer sehr, insbesondere wenn wir hören, dass es den Jugendlichen gut geht. Dies zeigt uns, dass die Weichen, die während dem Schlupfhuus-Aufenthalt gestellt wurden, nachhaltig genug waren, um die persönliche Situation und Lebensqualität der Jugendlichen zu verbessern.

Den ersten grossen Schritt haben die Jugendlichen bereits mit dem Ausbruch aus der belasteten Situation getan. Sie haben angefangen, sich und ihre Gefühle ernst zu nehmen und Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen. Besonders wenn die Jugendlichen sich für eine Fremdplatzierung entscheiden, brauchen sich auch weiterhin viel Kraft und Stärke, um den gewählten Weg gehen zu können. Sie müssen den Verlust eines Familiennetzes in Kauf nehmen und ihre oft traumatischen Erlebnisse aus der Vergangenheit in einem langwierigen Prozess verarbeiten. Um die Lebensgeschichten dieser Jugendlichen sichtbar zu machen, haben wir mit einigen ‚Ehemaligen‘ Interviews geführt und zu Portraits zusammengefasst. Vier junge Migrantinnen und ein Migrant erzählen nachfolgend einen Ausschnitt aus ihrer Lebensgeschichte.

Emina

Ich bin in der Türkei geboren und aufgewachsen. Zuerst war mein Vater in der Schweiz, dann zog meine Mutter nach, als ich 4 Jahre alt war. Ich lebte mit meinem jüngeren Bruder bei meinen Grosseltern in der Türkei. Meine jüngere Schwester kam in der Schweiz zur Welt. Nach dem Besuch der Primarschule haben mich meine Eltern zu sich geholt. Für mich war das Leben in der Schweiz von Anfang an schwierig. Ich weiss nicht mehr, ob ich mich damals gefreut habe, in die Schweiz zu kommen. Ich glaube, etwas Freude hatte ich schon, zu meinen Eltern kommen zu können. Ich kannte sie ja nur von den dreimonatigen Sommerferien her.

Meine Schwester kam nicht in die Kinderkrippe, die Eltern wollten kein Geld für einen Krippenplatz ausgeben. Ich habe immer das Gefühl gehabt, dass das Geld für meine Eltern eine wichtige Rolle spielt. Meine Eltern haben mich nicht zur Schule geschickt, bis sie erwischt worden sind. Nach knapp drei Jahren ist nämlich einer Mitarbeiterin der Buchhandlung, die unten im Haus war, aufgefallen, dass da ein Kind lebt, das während der Schulzeit zuhause ist oder auf dem Spielplatz mit der kleineren Schwester. Damals war ich noch illegal in der Schweiz und musste darum zurück in die Türkei, damit sie mir ein Visum und den Pass ausstellen konnten. Dann bin ich wieder in die Schweiz eingereist und habe mit der Schule angefangen.

Meine Eltern arbeiteten beide. Ich musste wie eine Erwachsene funktionieren und auf die kleine Schwester aufpassen. Mein Bruder war inzwischen in die Türkei zurückgekehrt. Ich habe eigentlich gerne zu meiner Schwester geschaut, aber es hat mir zu schaffen gemacht, dass ich selber nie Kind sein durfte. Nie konnte ich mit den Kollegen in den Ausgang gehen. Ich erledigte auch die meisten Hausarbeiten.

Der Vater hat mich vor allem geschlagen, die Mutter gab mir manchmal eine Ohrfeige. Das Schlimmste war, dass ich die Eltern als sehr kalt erlebt habe. Wenn man mich fragen würde, wer meine Eltern seien, müsste ich eigentlich sagen, dass ich diese Personen nicht kenne. Ich habe keine Mutterliebe bekommen, das war noch schlimmer, als immer geschlagen zu werden. Eigentlich ist meine Grossmutter meine Mutter. Zu meiner richtigen Mutter und auch zum Vater habe ich nie einen Draht gefunden.

Im zweiten Lehrjahr habe ich mich entschieden, ins Schlupfhuus zu gehen. Ich weiss nicht, warum genau meine Gefühle aufgebrochen sind und ich das "Gedränge" in mir gehört habe. Ich hatte keine Zeit für mich, ich konnte meine Teenager-Jahre überhaupt nicht geniessen, sondern wurde geschlagen und gedemütigt. Ich hatte zu dieser Zeit einen Freund, dadurch wurde Zuhause alles noch schlimmer. Ich hätte keinen Freund haben dürfen, das wollte mein Vater nicht. Ich glaube, dass er eifersüchtig war. Ich glaube, dass er mich trotz dem Leid, das er mir zugefügt hat, geliebt hat. Er hat es mir nur auf brutale Art gezeigt. Ich ertrug diesen Zustand körperlich und seelisch nicht mehr.

Ich musste etwas dagegen machen. Im Geschäft habe ich von einer Kollegin gehört, dass es eine Sozialberatung gibt. Ich habe mich dort angemeldet. Ich hätte nie geglaubt, dass es so schnell geht und ich den Mut finden würde, von Zuhause wegzugehen.

Ich bin sehr froh, die Stärke und Kraft in mir gefunden zu haben, wegzugehen. Im Schlupfhuus, wo ich gut drei Monate war, habe ich mich sehr wohl gefühlt. Das Schlupfhuus war für mich sehr unterstützend. Ich konnte mich viel freier bewegen und der Druck, der von meinen Eltern ausging, war weg. Während dieser Zeit hatte ich auch Kontakt mit dem Jugendsekretariat, das zusammen mit dem Schlupfhuus Lösungen für mich suchte. Das Schwierigste für mich während dieser Zeit war der Drohbrief, den ich von meinen Eltern bekam. Darin stand, dass sie mit mir reden wollten. Ich war dazu aber noch nicht bereit. Danach hatte ich auf dem Weg zur Arbeit immer Angst, dass ich meinem Vater begegnen würde.

Im Schlupfhuus habe ich gelernt, mich selber gerne zu haben, mich als wertvolle Persönlichkeit anzuerkennen, nicht als wertloses Nichts, was ich zuhause war. Ich habe gelernt, mich selber einzuschätzen. Zudem habe ich erfahren, dass es andere Möglichkeiten zu leben gibt als bei uns zuhause. Ich denke gerne an diese Zeit zurück. Ich war etwas älter als die anderen Jugendlichen. Manchmal fühlte ich mich wie ihre Betreuerin, vor allem, wenn ich für alle kochte. Wir haben es lustig gehabt zusammen.

Nach dem Schlupfhuus-Aufenthalt kam ich in eine WG. Es war damals ein guter Entscheid, obwohl ich heute nicht mehr so wohnen möchte. Es war schwierig für mich, denn meine zwei Mitbewohnerinnen waren sehr chaotisch. Ich hingegen bin ordentlich. Es war für mich nie ein Thema, dass ich wieder zurück nach Hause gehen würde. Auch wenn das WG-Leben vor allem gegen Ende schwierig war, war es nie so schlimm wie zuhause, wo mit mir nur im Befehlstone geredet wurde. Als es mir manchmal mies ging, habe ich mir gesagt: Los, Songül, es gibt noch Menschen, denen es schlechter geht als dir, reiss dich zusammen! Ich bin kein speziell religiöser Mensch, aber ich habe mir immer gesagt, dass Gott mir die Kraft und Geduld geben wird, das durchzustehen und nicht in die Drogen zu flüchten. Das ist keine Lösung. Immer wieder hätte ich Gelegenheit gehabt, an Drogen heranzukommen, aber ich wusste, dass das mehr Probleme gibt anstatt löst.

Heute bin ich 25 Jahre alt und lebe allein in meinen eigenen vier Wänden. Das ist gut. Ich arbeite als Verkäuferin, was mir Spass macht. Ich fühle, dass ich mit beiden Beinen auf dem Boden stehe. Ich bereue es keinen Moment, dass ich von zuhause weggegangen bin. Im Gegenteil, ich bin stolz auf mich, dass ich es geschafft habe, ohne in die falsche Gesellschaft zu geraten. Ich bin auch stolz auf mich, dass ich trotz der "Erziehungsmethoden" meiner Eltern eine charaktvolle Persönlichkeit geworden bin.

Ab und zu beschäftigt mich meine Vergangenheit immer noch. Bis vor drei Jahren hatte ich auch Alpträume. Darin habe ich wieder erlebt, was mein Vater mit mir gemacht hat und was er mir gesagt hat. Heute nehme ich es lockerer. Ich hasse meinen Vater auch nicht. Hass tut weh. Mein Vater schadet im Prinzip sich selbst am meisten, wenn er sich so verhält. Ich habe keinen Kontakt zu ihm. Meine Geschwister vermisse ich sehr. Sie leben immer noch bei meinen Eltern. Eigentlich mehr der Geschwister wegen spreche ich manchmal mit meiner Mutter. Sie als Person hat für mich keine grosse Bedeutung, wir leben keine Mutter-Tochter-Beziehung.

Jasar

Ich bin 1978 in einer ländlichen Gegend von Mazedonien geboren und habe fast von Geburt an bei meinen Grosseltern väterlicherseits gelebt. Meine Eltern liessen sich scheiden, als ich etwa zwei Jahre alt war. Bald danach ging mein Vater als Gastarbeiter in die Schweiz und schickte uns regelmässig Geld. Als er 1986 wieder heiratete, holte er meine zukünftige Stiefmutter und mich in die Schweiz.

Mit meiner Stiefmutter hatte ich es von Anfang an nicht einfach, sie hat mich häufig geschlagen. Es ging mir nicht gut und ich habe angefangen, nachts das Bett zu nässen. Daraufhin hat mich meine Stiefmutter umso mehr geschlagen, und auch von meinem Vater bekam ich Prügel. Einmal musste ich sogar ins Spital gebracht werden, weil sie mich so fest auf den Kopf geschlagen hatten. Daraufhin bekam ich einen Beistand und wurde - weil ich auch in der Schule Lernschwierigkeiten hatte - in ein Schulheim platziert. Nach drei Jahren überredete mich mein Vater, wieder nach Hause zurück zu

kommen. Ich ging retour, obwohl die Situation nicht besser war. Das einzig Gute war, dass ich mit meinen Halbgeschwistern, die ich wirklich gern habe, zusammen sein konnte.

Als ich 15 Jahre alt war, kam ich zum ersten Mal ins Schlupfhuus, aber nur für drei Tage, dann überredete mich mein Vater, wieder zurück zu kommen. Er schickte allerdings meine Mutter und die Halbgeschwister für ein Jahr nach Mazedonien. Während dieser ganzen Zeit mit dem Vater ist es mir gut gegangen und ich habe nicht ins Bett gemacht. Als ich jedoch hörte, dass meine Stiefmutter in die Schweiz zurückkommen werde, hat das Bettnässen wieder angefangen. Da wusste ich, dass ich diese Situation nicht länger ertragen konnte, und ich bin von zu Hause abgehauen. Ich wollte im Wald wohnen und habe mir ein Überlebens-Set gekauft. Nach ein paar Tagen habe ich mich bei einem Schulfreund gemeldet. Seine Mutter konnte mich überreden, ins Schlupfhuus zu gehen.

Im Schlupfhuus wurde ich gut unterstützt. Ich habe mich mit den Jugendlichen und den Erzieherinnen und Erziehern gut verstanden. Vor allem ein Mädchen, sie ist Kurdin, hat mich wie eine ältere Schwester unterstützt. Es hat mir gut getan, so viel Zuwendung und Verständnis zu bekommen. Am liebsten wäre ich im Schlupfhuus geblieben. Trotz den Drohungen meines Vaters konnte ich in einem Heim platziert werden. Am Anfang hat es mir auch dort sehr gut gefallen. Mit der Zeit hatte ich jedoch Mühe, mich an die Regeln zu halten. Ich habe Scheissdreck gemacht mit Drogen und Alkohol und bin schnell ausgerastet. Schlussendlich haben sie mich hinausgeschmissen. Zu jener Zeit war es mir scheissegal, was mit mir passieren sollte. Ich habe mich damals ziemlich negativ verändert.

Danach bin ich an drei oder vier verschiedenen Orten platziert worden. Zwischendurch musste ich sogar einmal in den Knast, weil ich völlig durchgedreht bin und alles um mich herum kurz und klein geschlagen habe. Im letzten Heim konnte ich eine Lehre als Schreiner anfangen, aber das ist auch nicht gut gegangen. Einmal kam mich mein Vater besuchen. Meine Situation hat ihm weh getan. Er wollte, dass ich wieder nach Hause komme, aber vom Heim aus durfte ich nicht. Da bin ich ausgerissen und nach Hause gegangen. Damals war ich 17 Jahre alt. Seither lebe ich bei meinen Eltern und Geschwistern. Es gibt immer noch Probleme, aber es ist nicht mehr so schlimm wie früher. Meine Stiefmutter kann mich jetzt nicht mehr schlagen. Einmal war ich so wütend auf sie, dass ich alles hinausgeschrien habe, was sie mir angetan hat, aber sie wollte mich nicht verstehen.

Jetzt bin ich 21 Jahre alt. Ich habe eine Stelle gefunden und arbeite als Dachdecker. Abends putze ich noch Büros mit meinem Vater zusammen. Eine Lehre konnte ich nicht machen. Für mich war die Schule, also die Theorie, zu schwer. Meine Stärken liegen im handwerklichen Bereich.

Im Vergleich zu früher geht es mir jetzt viel besser. Meine Vergangenheit beschäftigt mich schon ab und zu, es kommen Erinnerungen hoch, wie es damals war. Es gibt immer noch ungelöste Fragen, zum Beispiel, wieso mein Vater sich von meiner Mutter hat scheiden lassen. Ich habe keinen Kontakt zu meiner leiblichen Mutter. Wenn ich nächstes Jahr nach Mazedonien gehe, möchte ich sie auf jeden Fall besuchen.

Daisy

Ich bin 1983 in einem Dorf in Mazedonien geboren. Seit ich sechs Jahre alt bin, lebe ich in der Schweiz. Mein Vater war zuerst einige Zeit allein hier, während ich mit meiner Mutter und meinem Bruder (heute 20-jährig) in Mazedonien blieb. Meine jüngere, jetzt 7-jährige Schwester wurde in der Schweiz geboren.

Ich war vor zwei Jahren für einen Monat im Schlupfhuus, weil ich Probleme mit meiner Mutter hatte. Sie schlug mich und motzte dauernd. Mein Vater war praktisch nie zu Hause. Wenn er abends nach Hause kam, war ich immer schon in meinem Zimmer. Ich konnte mit beiden nicht sprechen. Auch von meinem Vater wurde ich früher geschlagen. Aber zum Zeitpunkt des Schlupfhuus-Aufenthaltes war meine Mutter das Problem. Ich wollte Abstand von den Eltern. Sie glaubten immer, dass ich Drogen konsumiere. Ich hätte Zugang zu Drogen gehabt, aber ich wollte damit nichts zu tun haben. Leider glaubten mir meine Eltern nicht. In den Familiengesprächen war diese Angst der Eltern immer wieder ein Thema. Meine Bezugsperson konnte meine Eltern davon überzeugen, dass ich die Wahrheit sprach. Das erlebte ich als grosse Unterstützung.

Als ich wieder nach Hause zurückkehrte, ist es besser geworden. Meine Eltern haben begriffen, dass ich etwas mehr Freiheit brauche. Wenn ich ruhiger bin als sonst oder viel lache, dann fragt mich meine Mutter noch manchmal, ob ich gekifft hätte. Vater und Mutter schlagen mich jetzt nicht mehr, weil ich es nicht zulasse. Ich weiss jetzt, dass sie das nicht mit mir machen dürfen. Meine Eltern haben auch gespürt, dass sie nicht immer einfach recht haben. Sie sagen mir das nicht, aber ich merke es. Ich habe gelernt, dass ich mich wehren darf und dass ich meine eigene Meinung haben darf.

Ich erlebte das Schlupfhuus als unterstützend. Es waren nette Leute hier, die mit mir geredet haben. Ich rede nicht gerne über meine Probleme, im Schlupfhuus habe ich es ein wenig gelernt. Am schwierigsten war für mich, mit den Eltern reden zu müssen. Auch mit den Hausregeln hatte ich manchmal Mühe, zum Beispiel immer zu einer bestimmten Zeit ins Bett gehen zu müssen und Abzug zu bekommen, wenn ich zu spät aus dem Ausgang zurückkam.

Zurzeit lebe ich immer noch zu Hause. Ich habe vor einem Jahr die Oberschule abgeschlossen. Jetzt mache ich den Haushalt und schaue zu meiner Schwester. Es geht mir jetzt besser, aber meine Vergangenheit beschäftigt mich immer noch. Vor einem Monat wollte ich deswegen zu einem ambulanten Gespräch ins Schlupfhuus kommen, aber ich hatte dann den Mut doch nicht. Jetzt gerade geht es mir wieder besser.

Shayenne

Ich bin 1981 in Zürich geboren und auch hier aufgewachsen. Meine Eltern stammen beide aus Kroatien, haben aber in der Schweiz geheiratet. Ich habe einen Halbbruder, der zwölf Jahre älter ist als ich. Er ist als Siebenjähriger in die Schweiz gekommen.

Als ich 16 ½ Jahre alt war, kehrten meine Eltern mit mir nach Kroatien zurück. Ich wollte eigentlich bei meinem Halbbruder in der Schweiz bleiben, aber mein Vater erlaubte das nicht, weil er meinem Bruder nicht vertraute. Mein Vater dachte damals, dass mein Bruder mich schlecht beeinflussen könnte. Ich lebte sechs Monate in Kroatien, aber ausser die Sommersaison zu geniessen, habe ich nichts gemacht. Die Beziehung zu meinem Vater verschlechterte sich zusehends. Nach seiner Pensionierung trank er noch mehr als vorher. Er machte mich psychisch immer wieder fertig und schlug mich auch. Die Auseinandersetzungen fingen in der Schweiz an und gingen in Kroatien weiter. Meine Mutter konnte meinen Vater überzeugen, dass ich versuchen sollte, in die Schweiz zurückzukehren. Sie schlug vor, dass ich mich auf dem Jugendsekretariat melden könnte, wenn ich Schwierigkeiten hätte.

So bin ich allein in die Schweiz zurückgekehrt, wo die einzige Kollegin, zu der ich noch Kontakt hatte, mir anbot, bei ihr und ihrer Mutter zu wohnen. Am Anfang ging alles gut, aber mit der Zeit bekam ich Streit mit ihrer Mutter. Ich ging dann auf die Jugendberatungsstelle und von dort ins Schlupfhuus.

Im Schlupfhuus war ich drei Monate. Als unterstützend erlebte ich, dass mir sowohl die „Sozis“ wie auch die Jugendlichen immer zuhörten und mich ernst nahmen, aber auch, dass mir geholfen wurde, einen Ort zu finden, wo ich nach dem Schlupfhuus wohnen konnte. Als Einzelkind aufgewachsen, hatte ich im Schlupfhuus plötzlich viele Geschwister. Das war gut. Schwierig war für mich, dass so viele Personen hier arbeiteten. Der Schichtwechsel brachte mich immer wieder durcheinander. Auch die Jugendlichen wechselten ständig. Mit einer Bewohnerin habe ich jedoch bis heute Kontakt. Wir erzählen uns Geschichten aus dieser Zeit, erinnern uns, was wir gemacht haben und lachen viel dabei.

Nach dem Schlupfhuus kam ich in eine begleitete WG. Das war eine gute Entscheidung und ein wichtiger Übergang von der Vollbetreuung zu mehr Selbständigkeit. Am Anfang hatte ich allerdings das Gefühl, dass die Wohnung nicht mir gehörte, sondern dem Mädchen, das vor mir hier eingezogen war, aber mit der Zeit konnte ich mich einleben. Jetzt wohne ich bei meinem Bruder. Dieser ist jetzt manchmal mein "Sozialarbeiter". Ich habe Arbeit als Verkäuferin gefunden, suche jedoch eine Lehrstelle als Floristin oder Dekorateurin.

Zu meinen Eltern habe ich den Kontakt aufrecht erhalten. Ich habe sie zweimal in Kroatien besucht. Einmal waren sie auch bei mir und meinem Bruder zu Besuch. Es war eine gute Entscheidung, in die

Schweiz zurückzukommen.

Samara

Ich bin jetzt 19 Jahre alt. Geboren bin ich in Südkorea. Als ich drei Jahre alt war, ging meine Mutter in die Schweiz. Sie machte hier ein Diplom als Krankenschwester. Mein jetzt 15-jähriger Bruder, mein Vater und ich lebten damals bei den Grosseltern in Korea. Als ich sechs Jahre alt war, reisten wir als Flüchtlinge in die Schweiz ein. Als meine Eltern endlich wieder zusammen waren, begannen sie zu streiten. Es ging dabei ums Geld, denn mein Vater war spielsüchtig. Deshalb trennten sich meine Eltern, als ich in der zweiten Klasse war.

Im Kindergarten und in der Schule hatte ich es nicht leicht. Noch während der Kindergartenzeit wollte mein Vater, dass ich rechnen lernte. Ich hatte überhaupt wenig Freiheiten. Ich wollte spielen wie die andern Kinder, das wurde mir aber nicht erlaubt. Mein Vater schlug mich auch regelmässig. Die grossen Probleme mit meinem Vater lösten sich dann von selbst, weil sich meine Eltern trennten. Das nächste Problem war, dass meine Mutter allein überfordert war. Sie konnte das nie zugeben, aber sie hatte finanzielle Probleme hier in der Schweiz. Schon als meine Eltern noch zusammenlebten, begann meine Mutter, mich zu schlagen.

Als ich von zuhause wegging, lebte ich zuerst zwei Monate bei meiner Kollegin und dann drei Monate bei meinen damaligen Pflegeeltern. Plötzlich entschied meine Mutter, dass ich wieder nach Hause kommen müsse. Als ich mich weigerte, rief sie die Polizei. Ich erzählte den Polizisten, dass ich von einem unserer Bekannten missbraucht worden war. Meine Mutter hörte dies das erste Mal. Sie geriet in Panik und stritt alles ab. Sie war aggressiv und flog ganz plötzlich nach Korea. Sie sagte, sie gehe mit meinem Bruder für immer zurück. Nach drei Wochen kamen sie jedoch wieder in die Schweiz. Die Polizei empfahl mir das Schlupfhuus, wo ich dann etwas länger als drei Monate lebte. Ich war damals 14 Jahre alt und hatte Bulimie. Ich bin auch heute noch nicht ganz geheilt davon.

Im Schlupfhuus musste ich lernen, über meine Schwierigkeiten zu reden. Das war etwas ganz Neues für mich, das ich von zuhause nicht kannte. Ich habe auch gelernt, anderen zuzuhören, mich mit anderen auszutauschen und andere Meinungen zu akzeptieren, anstatt sofort auszuflippen. Zuhause galt nur die Meinung meiner Mutter. Hier habe ich erlebt, dass Personen verschiedene Meinungen haben dürfen und dass das auch akzeptiert wird. Es ging mir besser im Schlupfhuus, ich wurde nicht geschlagen, obwohl ich das manchmal herausgefordert habe. Ich wusste zum Teil noch nicht, wo die Grenzen waren und benahm mich wie ein kleines Kind, das probiert, wie weit es gehen kann. Und wenn ich einmal zu weit ging, wurde ich trotzdem nicht fallengelassen. Es wurde mir geholfen, meinen Weg zu gehen. Ja, hier war ein Zuhause. Die Zeit im Schlupfhuus habe ich als zu kurz erlebt. Es passiert so viel und die Zeit geht so schnell vorbei, dass man das Zeitgefühl verliert. Ich habe gemerkt, dass es schwierig ist, sich in die Probleme zu vertiefen, darüber zu reden und darüber nachzudenken.

Nach dem Schlupfhuus-Aufenthalt kam ich in ein Heim und jetzt bin ich in einer begleiteten WG. Dieser Entscheid war für mich richtig, weil ich auf keinen Fall nach Hause zurückwollte. Ich bin das Risiko eingegangen, meine Familie ganz zu verlieren. Ich versuche jetzt, ein eigenes Leben zu führen. In der WG werde ich dabei unterstützt. Nach der Sekundarschule habe ich das 10. Schuljahr gemacht und dann eine Lehrstelle als Grafikerin gefunden. Es gefällt mir, obwohl es sehr stressig ist.

Ich versuche, mir soviel Zeit zu nehmen, wie ich brauche. Ich habe viel gekämpft in meinem Leben und werde jetzt sicher nicht aufgeben. Normalerweise bin ich der Typ, der seine Probleme in sich hineinfrisst. Ich bin aber daran, das zu verändern. Zu meiner Mutter habe ich immer wieder Kontakt, aber es ist nicht einfach.