

## Fachkongress:

»Ich kann nicht mehr...«  
– **Depressive und psychisch belastete Mädchen und Jungen**

**2.–3. Juni 2008 in Hannover**



## **Wenn Eltern psychisch krank sind... Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche**

Linda Engelkes

- 1,6 Mio. Befinden sich in fachärztlicher psych. Behandlung, 3% der erwachsenen Gesamtbevölkerung über 30 Jahre.
- Der Bundesverband der Angehörigen und das Institut für Sozialarbeit schätzen, dass 500.0000 Kinder betroffen sind, der Verein „Seelennot“ in Hamburg spricht von 200.000.
- Keine soziale Randerscheinung!
- Psych. Erkrankungen sind Familienerkrankungen. Sind auch andere schwere oder chron. Erkrankungen, da aber bessere Einschätzbarkeit durch mehr Informationen.
- Kinder erleben extreme Belastung, auch die erwachsenen Familienmitglieder sind in der Regel mit der Situation überfordert.

**Der erkrankte Elternteil** ist in der akuten Krise mit der Erziehung überfordert und zudem geplagt von Schuldgefühlen und Zweifeln. Hat Angst, die Kinder zu verlieren.

**Der gesunde Elternteil**, ebenfalls überfordert, weiß nicht, wie er mit der Krankheit umgehen soll. Schwanken zwischen Wut und Schuldgefühlen. Muss Familienalltag allein managen. Wenig Zeit, die Kinder zu unterstützen / geschlechtsspez. Unterschied! Bedürfnisse der Kinder müssen zurückstehen. Fragen werden nicht beantwortet, es gibt keine Erklärung – es wird Rücksicht erwartet und gefordert.

**Hier sind eigentlich Helfer von außen gefordert.** (Müssen nicht immer professionelle Helfer sein.)

### **Psychische Erkrankungen und die Konsequenzen für die Kinder**

(Aus Stellungnahme des Hamburger AK „Psychisch kranke Eltern und ihre Kinder“ Uniklinik Eppendorf)  
Kinder schon vor der Geburt benachteiligt: Mütter gehen nicht zu Vorsorgeuntersuchungen, haben häufig gesundheitsschädigendes Verhalten (Nikotin, Alkohol, Medikamente), oder negieren sogar die Schwangerschaft. Dies kann zu Risikoschwangerschaften, Fehl- und Frühgeburten etc. führen.

Eltern nach der Geburt oft auf sich allein gestellt, oder alleinerziehend.

Kein oder schwieriger Kontakt zu Herkunftsfamilien, misstrauisch gegenüber Behörden, Entwicklungsstörungen werden so häufig nicht erkannt. Wenn Krankheit nicht diagnostiziert ist, noch weniger Kontrolle!

I.d.R. schlechte soziale Bedingungen und gleichzeitig Schwierigkeiten, sich Hilfe zu holen.(s.o.)

Kinder erleben viele Beziehungsabbrüche oder aber schwierige bedrückende Beziehungen und häufig einen verwirrenden Kommunikationsstil.

Ältere Kinder sind oft alleine verantwortlich für die Organisation des Alltags, für die Betreuung der Geschwister, als stabilisierender Faktor, als jemand, der unliebsamen Entscheidungen treffen muss (Arzt informieren, Betreuung beantragen etc.) ,gleichzeitig häufig sozial isoliert.

· Tabuisierung der Krankheit, es wird nicht über die Krankheit geredet, schon gar nicht mit Außenstehenden. Verrat an der Familie, aber auch Scham.

**Daraus entstehen folgende Probleme:**

· **Desorientierung:** Kinder können Krankheitssymptome und Probleme der Eltern nicht verstehen und einordnen.

· **Schuldgefühle:** glauben, dass sie Schuld an der Erkrankung der Eltern sind durch ihr Verhalten. (Nicht brav genug gewesen...)

· **Tabuisierung: (Kommunikationsverbot)** Schweigegebot nach außen, dies führt zu

· **Isolierung:** Kinder trauen sich nicht, mit jemandem über ihre Sorgen zu sprechen...Rückzug.

· **Betreuungsdefizit:** Durch Überforderung der Eltern durch ihre Probleme können sie ihren Kindern nicht mehr so viel Aufmerksamkeit und Zuwendung zukommen lassen, es fehlt an elterl. Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags.

· **Zusatzbelastung:** Kinder müssen zusätzliche Aufgaben übernehmen, die von den Erwachsenen nicht mehr geleistet werden können. Rückstellung der eigenen Bedürfnisse und Überforderung.

· **Verantwortungsverschöbung (Parentifizierung):** Kinder fühlen sich den Eltern gegenüber verantwortlich, übernehmen Elternfunktionen.

· **Abwertungserlebnisse:** z.B. Hänseleien von anderen Kindern, Mobbing, Kontaktabbrüche.

· **Loyalitätskonflikte** nach innen: werden in familiäre Konflikte hineingezogen, Parteilichkeit wird erwartet. Nach außen: Scham und Wut, Wunsch nach Distanz und deshalb Schuldgefühle.

**Reaktion der Kinder auf diese Probleme:**

Rückzug und nach außen unauffällig (sind am meisten gefährdet) oder aggressiv.

**Hilfe zur Bewältigung:**

- Bezugspersonen mit denen die Kinder reden können
- Kinder wahrnehmen, ganz besonders die unauffälligen
- Informationen über die Krankheit, Krankheit einen Namen geben, immer wieder Verhalten erklären, Kinder ermutigen, Fragen zu stellen
- Praktische Hilfen für die Familien: Alltagsbewältigung, Kinderbetreuung, SPFH, MuKi-Einrichtungen)
- Entwicklungsförderung für die Kinder
- Kinderprojekte, psychoth. Hilfe
- Und manchmal auch Fremdunterbringung!

**Aber was auch wichtig ist:**

- Kinder psych. kranker Eltern müssen keine Probleme entwickeln. Die Mehrzahl der Kinder entwickelt sich normal.
- Nicht alle Probleme der Kinder sind auf die psy. Erkrankung zurückzuführen sondern ganz normale Entwicklungsprobleme.
- Psych. kranke Eltern gehen oft besonders vorsichtig mit ihren Kindern um, dies führt häufig zur Verwöhnung. Besondere Rücksichtnahme ist nicht erforderlich.
- Helfer sollten mit den Eltern nicht defizitorientiert umgehen („Sie sind jetzt überfordert...“), sondern sie eher ermutigen, gut auf sich zu achten und deshalb auch Hilfe anzunehmen.
- Keine Riesen-Hilfeplangespräche

**Entwickelte Potentiale**

- **Krisenmanagement**
- **Hohe Selbständigkeit**
- **Großes Verantwortungsbewusstsein**
- **Hohes Einfühlungsvermögen**

### **Was wäre erforderlich?**

#### **Mutter-Kind-Behandlungsplätze in psychiatrischen Kliniken**

Dient besonders bei einer Wochenbettpsychose einer schnelleren Stabilisierung und gibt der Mutter zudem Sicherheit bei der Versorgung des Kindes. Gemessen an entsprechenden Versorgungsstrukturen in England wären 9,6 Betten pro 1 Mio. Einwohner erforderlich.

- Psychiatrische Beratungsdienste in Geburtshilfe-Abteilungen und Kinderkliniken
- Nachstationäre Einrichtungen und ambulante Betreuungsmöglichkeiten
- Vernetzung zwischen ambulanten Diensten und psychiatrischen Kliniken
- Gesprächsangebot für Eltern in psychiatrischen Kliniken
- Gruppenangebote für Kinder, Eltern, auch gemeinsame Projekte
- Patenschaftsprojekte
- Vernetzung

#### **Anlaufstellen in Hannover**

- Sozialpsychiatrische Beratungsstellen für Erwachsene
- Sozialpsychiatrische Beratungsstellen für Kinder und Jugendliche (Gruppenangebote!)
- Erziehungsberatungsstellen der Stadt Hannover (auch für Fallberatung!)
- Kinder- und Jugendpsychiatrischer Fachdienst der Stadt Hannover
- Erziehungsberatungsstellen der Region (?)
- KSD und ASD

#### **Umgang mit psychisch kranken Eltern – was muss beachtet werden**

Sich immer wieder klarmachen: dass hinter auffälligem unerklärlichem Verhalten traumatische Erfahrungen stecken können

Angst, die Kinder nicht richtig zu erziehen

Angst vor Kompetenzverlust u. dass andere es besser können als man selbst

Angst, dass die Kinder weggenommen werden

Angst, dass ein Familiengeheimnis aufgedeckt werden könnte

Angst, die Kinder abzugeben und alleine zu bleiben

Angst, dass auch die Kinder eine psychische Krankheit entwickeln könnten

#### **Deshalb immer beachten:**

**Oberstes Gebot ist Wertschätzung**

**Vertrauensvolle Beziehung herstellen**

**Sicheren ruhigen Gesprächsrahmen herstellen**

**Beruhigen**

#### **Literatur und Internet-Adressen**

Fritz Mattejat, Beate Lisofski : Nicht von schlechten Eltern- Kinder psychisch Kranker; Psychiatrie-Verlag 2004.

Albert Lenz: Kinder psychisch kranker Eltern; Hogrefe-Verlag 2005.

Friedhelm Kron-Klees: Familien begleiten; Lambertus-Verlag 1998.

Marie Cohn: Wo keine Hoffnung ist, muss man sie erfinden.

Katja Beeck: Ohne Netz und ohne Boden – Informationsbroschüre; evtl. zu beziehen über

[www.netz-boden.de](http://www.netz-boden.de)

Reinhold Schone, Sabine Wagenblass: Wenn Eltern psychisch krank sind... Münster: Votum (2002).

Schriftenreihe der Fachtagungen Jugendhilfe/Verein für Kommunalwissenschaften : „Die Verantwortung der Jugendhilfe für Kinder von Eltern mit chronischen Belastungen“

Bilderbücher: „Sonnige Traurigtage“ Sch.Homeier, Mabuse-Verlag

„Der Seelenvogel“ Snunit/Golomb, Carlsen-Verlag

„Schreimutter“ J. Bauer Beltz-Verlag

[www.isa-muenster.de](http://www.isa-muenster.de)

[www.kipkel.de](http://www.kipkel.de) (Angebote für Kinder und Eltern)

[www.pfiif-hamburg.de](http://www.pfiif-hamburg.de) (Patenschaftsprojekt)

[www.Patenschaftsprojekt.de](http://www.Patenschaftsprojekt.de) (Berlin, Katja Beeck)