

# **Belastungen und Bewältigungsstrategien von Kindern psychisch erkrankter Eltern.**

Prävention durch Intervention

Susanne Schlüter-Müller

Ärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie  
Frankfurt

**Auftaktveranstaltung „Schatzinsel sucht Entdecker“**

**Offenbach, 29.4. 2015**

## Fenstersturz

---

# Neunjährige stirbt beim Versuch, Mutter zu retten

DÜSSELDORF · Ein neunjähriges Mädchen ist in Düsseldorf bei der versuchten Rettung ihrer lebensmüden Mutter mit in den Tod gestürzt. Beide waren vorige Woche aus dem Schlafzimmerfenster ihrer Wohnung im fünften Stock auf den Gehweg gefallen. Die Spurenauswertung habe ergeben, dass die Neunjährige beim Versuch, ihre Mutter zu retten, mit in abstürzte, sagte der Staatsanwalt am Freitag. Die Ermittler hatten ein Gewaltverbrechen nicht ausgeschlossen und eine Mordkommission eingesetzt. DPA

# ZEIT MAGAZIN



»LIEBER MATZ,  
DEIN PAPA HAT 'NE MEISE«

# Kinder psychisch kranker Eltern

## Anzahl der betroffenen Kinder:

- Ungefähr 2-3 Millionen Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren erleben 1 x pro Jahr einen oder zwei Elternteile mit einer psychischen Erkrankung (hohe Dunkelziffer)
- Ca. 1-2 Millionen Kinder leben mit einem oder zwei Elternteilen, die alkoholkrank sind, zusammen
- In Deutschland leben ca. 30 000 bis 50 000 Kinder substituierter drogenabhängiger Mütter, meist im Vorschul- und Grundschulalter. Ca. 38 % dieser Kinder leben mit diesen zusammen.

# **Risiko eine Störung zu entwickeln 3 bis 5-fach erhöht**

Mehr als ein Drittel der Kinder in kinderpsychiatrischen Kliniken hat ein oder zwei kranke Elternteile (Remschmidt und Mattejat, 1994). Auffälligkeiten im:

- Sozialen Bereich (erhöhte Aggression, soziales Rückzugsverhalten)
- Kognitiven Bereich (Beeinträchtigungen im schulischen und beruflichen Bereich)
- Emotionalen Bereich (instabiles Verhalten wie Überempfindlichkeit, leichte Erregbarkeit, Ängstlichkeit, geringe Frustrationstoleranz)

# Welche Bedeutung hat die Erkrankung eines Elternteils für das Aufwachsen und die Entwicklung der Kinder?

- Welche Erkrankung ist es? Nicht jede psychische Erkrankung wirkt sich gleich stark auf Kinder aus
- Sehr stark vom Alter abhängig (vulnerable Phasen, Entwicklungsaufgaben).
- Kennt das Kind die Mutter auch in gesunden Phasen?
- Gibt es einen gesunden Elternteil/Partner der Mutter/sonstige bedeutsame Betreuungspersonen?
- Wie lange bleibt die Erkrankung unbehandelt (Medikamente!!)

# Resilienz

- Resilienz meint eine psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken
- Resilienz umfasst somit ein hochkomplexes Zusammenspiel aus Merkmalen des Kindes und seiner Lebensumwelt
- Die Wurzeln für die Entwicklung von Resilienz liegen in risikomindernden Faktoren innerhalb und außerhalb des Kindes
- Aufgrund dieser Ressourcen unterscheiden sich Menschen in ihrer Fähigkeit zur Belastungsregulation

# Besondere Schutzfaktoren

(Lenz 2012)

- Aktives kontaktfreudiges Temperament d.h.
  - diese Kinder trauen sich etwas zu
  - gehen auf andere zu um sich Hilfe zu holen
  - sind flexibel und anpassungsfähig
  - haben ein immanentes Gefühl von Zuversicht
  - sind nicht so stressanfällig wie andere

# Resilienzfaktoren

- Problemlösefähigkeiten
- Selbstwirksamkeitsüberzeugung
- Selbstvertrauen
- Selbstwertgefühl
- Sicheres Bindungsverhalten
- Soziale Kompetenz
- Zuversichtliche Lebenseinstellung
- Kreativität

# Vulnerabilitätsforschung

Gegenteil der Resilienzforschung:

- Menschen unterscheiden sich in Bezug auf ein Erkrankungsrisiko
- Biologische oder genetische Faktoren liegen vor, die durch aktuelle Belastungen u.U. zum Auslösen der Krankheit führen können
- Verletzbarkeit des Kindes gegenüber äußeren ungünstigen Einflüssen
- Fehlende Möglichkeiten der Gegenregulation
- Ein Großteil der Vulnerabilitätsstudien befassen sich mit der Auswirkung psychischer Auffälligkeit von Vater oder Mutter auf die frühe Entwicklung

# Vordergründige Anpassungsleistung

- Frühe Autonomieanforderung
- Frühes Erwachsenwerden
- Übernahme von elterlichen Aufgaben
- Versuch nach Außen den Schein zu wahren
- Übersehen eigener Bedürfnisse

# Hauptsächliche Konflikte

- Schuldgefühle
- Scham
- Hilflosigkeit
- Angst vor Gewalt oder Selbstmord des Elternteils
- Verunsicherung und Desorientierung
- Vermindertes Selbstwertgefühl
- Soziale Isolation/Stigmatisierung
- Angst vor Vererbung/Ansteckung
- Mitgefühl und Traurigkeit
- Verantwortungsgefühl für die Familie
- Wut auf den erkrankten Elternteil

# Was wünschen sich Betroffene

- Informationsvermittlung und Aufklärung zu psychischen Erkrankungen. Dass es sich um eine **ERKRANKUNG** handelt befreit die Betroffenen ganz wesentlich von hartnäckigen Schuldgefühlen und wirkt unmittelbar entlastend!
- Formen der Einbeziehung der Kinder und Jugendlichen in die Behandlung der Eltern (Die meisten Jugendlichen kennen den Behandler der Eltern nicht und ihre Aufklärung geschieht über den erkrankten Elternteil)
- Möglichkeiten der Förderung und Stärkung sozialer Ressourcen

# **Unterstützungswünsche der Kinder und Jugendlichen, die sich aus empirischen Befragungen herleiten lassen(Lenz)**

- Einbeziehung der Kinder und Jugendlichen in die Behandlung der Eltern
- Möglichkeiten der Förderung und Stärkung sozialer Ressourcen
- Informationsvermittlung und Aufklärung zu psychischen Erkrankungen

# Informationsvermittlung

- Unter der Prämisse der positiven Konsequenz und der Handlungsfähigkeit müssen Kinder ehrliche Antworten auf ihre Fragen erhalten. Denn nichts ist verhängnisvoller, als wenn sie – auch aus dem Grund sie zu schonen - verharmlosende Erklärungen bekommen, denen sie nicht glauben können.
- Ausgangspunkt ist das Alter und die vorhandenen Informationen und Vorstellungen über Krankheit im allgemeinen und die entsprechende psychische Erkrankung im Besonderen

# Interventionsmöglichkeiten

- Förderung der Kommunikation und Selbstexploration
- Verminderung von Schuld- und Schamgefühlen
- Aufbau von Solidarität und Abbau von Isolation, denn psychische Erkrankung ist kein Einzelschicksal
- Die meisten Kinder und Jugendlichen horchen auf, wenn sie erfahren, dass es noch ganz viele andere Familien gibt, mit einem ähnlichen Schicksal. Das eröffnet gedanklich schon einen Weg aus der Isolation.
- Erkennen und erweitern persönlicher und familiärer Ressourcen

# Förderung der Kommunikation und Selbstexploration

- Themen können sein: Gefühle, Umgang mit Krankheit und Schmerz (allgemein), Identität (wer bin ich? Was macht mich aus?), Empathie/Mitgefühl, Abgrenzung, Selbstbehauptung, Scham, Was kann ich tun, damit es mir gut geht?
- Viele Kinder kennen die Gefühlslage der erkrankten Eltern besser, als die eigenen! Da braucht es eine Erlaubnis und vorsichtige Hinführung zu eigenen Gefühlen die vielleicht als negativ gewertet werden z.B. Wut auf die kranke Mutter.

# Interventionen bei Jugendlichen

- Besonders Jugendliche benötigen Unterstützung bei altersentsprechenden Ablösungsprozessen. Sie haben schnell den Eindruck, die Eltern, besonders allein Erziehende, im Stich zu lassen, wenn sie sich ihrer eigenen Entwicklung und Zukunft widmen.
- Außerdem sollen sie wissen, dass nicht sie selbst „gestört“ sind, sondern dass sie aufgrund der elterlichen Erkrankung belastet sind.

# Was fördert ein gesundes Aufwachsen der Kinder?

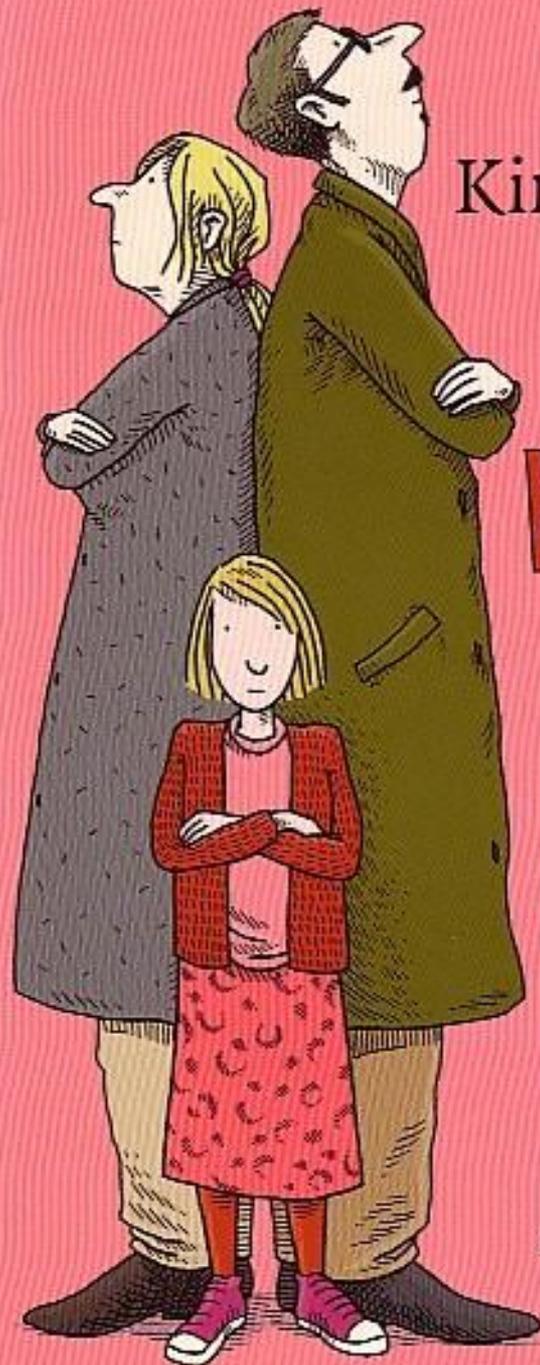
- In allererster Linie: Behandlung der Erkrankung!!!
- Aufklärung, dass es eine Krankheit ist und keine Strafe (Kulturspezifische Krankheitsmodelle beachten!!)
- Vorurteile über Medikamente und Psychiatrie hinterfragen! Oft wird beides nicht empfohlen, weil Helfer selbst Vorurteile haben!

# Was brauchen die Eltern/was brauchen die Kinder?

- Unterstützungssysteme (JA, Patenschaften, Tagesmütter, Erziehungshilfe)
- Dringend Notfalltelefonnummern wenn Krisen kommen
- Mit den Müttern/Vätern genaues Vorgehen durchsprechen, was zu tun ist, wenn die Situation ausser Kontrolle gerät.
- Unbedingt Vernetzung!! Bei einem solchen Notfall braucht man Unterstützung!

# Kooperation und Vernetzung

- Mit Stellen, an denen psychisch kranke Erwachsene behandelt und beraten werden (niedergelassenen Psychiater, Kliniken, ASD, Beratungsstellen)
- Mit Orten, an denen Kinder betreut werden (Schule, Kindergarten, Hort, Kinderärzte, Jugendamt, Kinder- und Jugendpsychiatrische Kliniken).
- Fortbildungen in Psychiatrischen Krankenhäusern (z.B. wie Kinder der Patienten in Form von Familiengesprächen, Angehörigenvisiten oder Kinderbesuchstagen einbezogen werden können)
- Zusammenarbeit mit dem JA (Betreuer Umgang)



Kirsten Boie

MIT  
KINDERN  
REDET  
JA  
KEINER

Schatzinsel



Schirin Homeier

# Sonnige Traurigtage

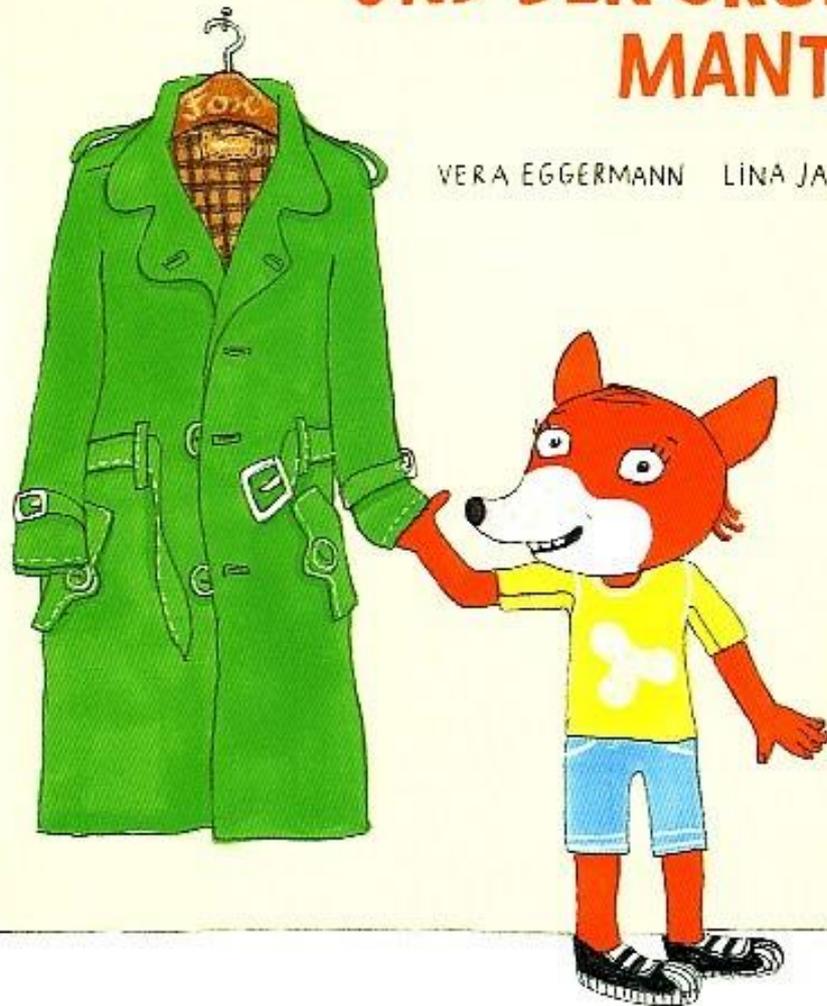
Mit einem Vorwort von Fritz Matthejat



Mabuse-Verlag

# FUFU UND DER GRÜNE MANTEL

VERA EGGERMANN LINA JANGGEN



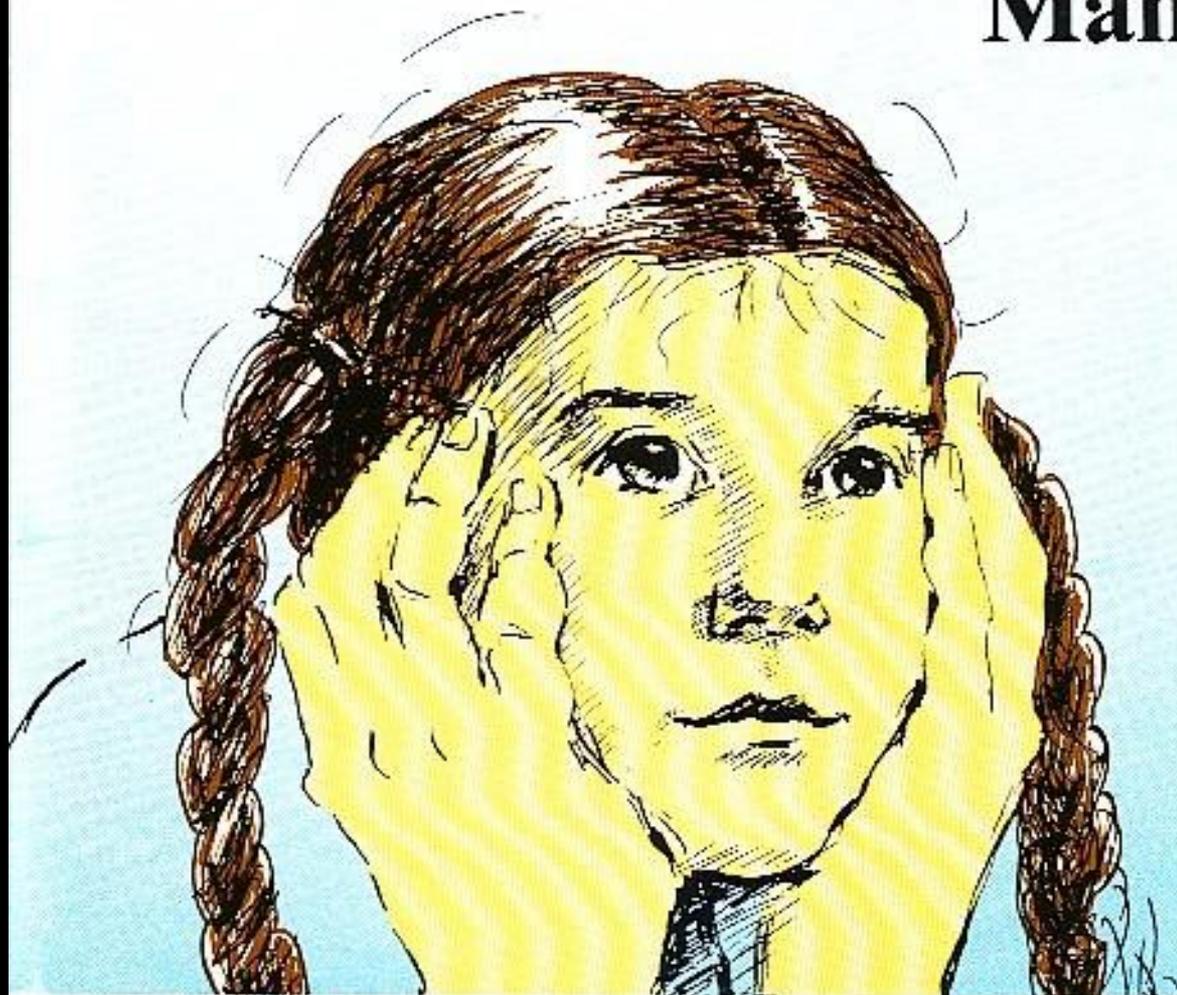
# FUFU

## VE YEŞİL PALTO

VERA EGGERMANN LINA JANGGEN



**Was heißt „betrunken“,  
Mama?**



Irene Stratenwerth  
Thomas Bock

# Die Bettelkönigin



EDITION  
BALANCE

Schirin Homeier · Andreas Schrappe

# Flaschenpost nach irgendwo

Ein Kinderfachbuch für Kinder  
suchtkranker Eltern



Mabuse-Verlag

# Katminka

Katzenglück und Katzenjammer



Jana Grüttmüller und Doro Linke

Matthew und Ainsley Johnstone

# Mit dem schwarzen Hund leben

*Wie Angehörige und Freunde depressiven Menschen helfen können,  
ohne sich dabei selbst zu verlieren*



Kunstmann

Matthew Johnstone

# Mein schwarzer Hund

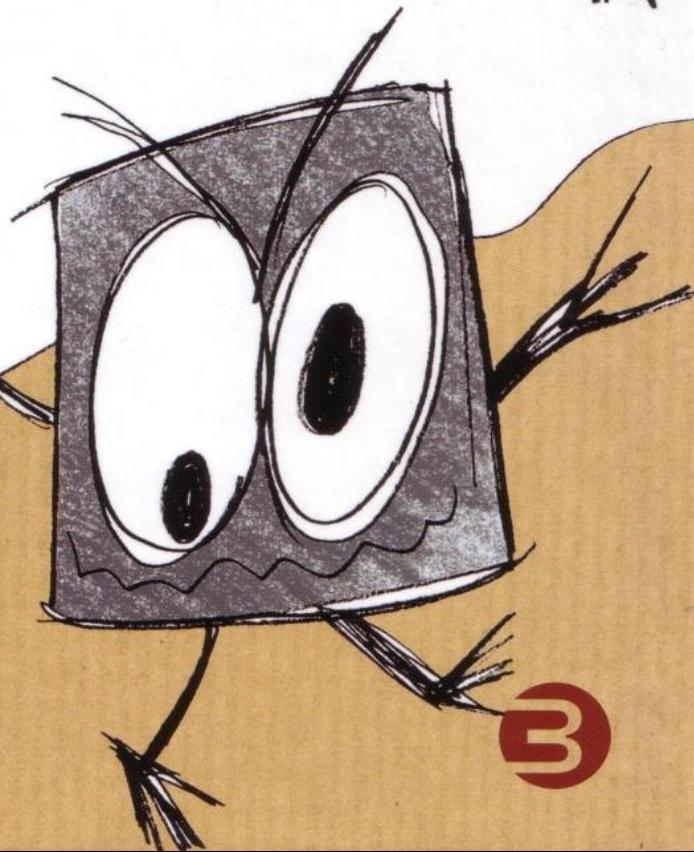
*Wie ich meine Depression an die Leine legte*



Kunstmann

Erdmute v. Mosch

# MAMAS MONSTER



Kids in BALANCE<sup>®</sup>

Was ist nur mit Mama los?

