

## **Kinder psychisch belasteter Eltern wirksam unterstützen**

Abstract von **Kurt Albermann**

*Die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen mit einem psychisch erkrankten Elternteil werden häufig übersehen. Dabei stellen psychische Erkrankungen im europäischen Raum mit 22% beinahe ein Viertel der gesamten Krankheitslast dar und jede dritte erwachsene Person mit einer psychischen Erkrankung hat mindestens ein Kind. Die kindliche Entwicklung und Lebensqualität kann dadurch erheblich beeinträchtigt sein. Die Auswirkungen verursachen neben persönlichem Leid auch erhebliche volkswirtschaftliche Kosten. Das Institut Kinderseele Schweiz (iks) und das Winterthurer Präventions- und Versorgungsprogramm für Kinder und Jugendliche mit einem psychisch erkrankten Elternteil (wikip) haben verschiedene Konzepte und Massnahmen entwickelt, um betroffene Kinder und Familien wirksam zu unterstützen.*

Psychische Erkrankungen sind häufig, das Lebenszeitrisiko, an einer behandlungsbedürftigen psychischen Krankheit zu leiden, beträgt ca. 50%. Kinder mit einem psychisch erkrankten Elternteil haben ein 3-fach bis zu 13-fach höheres Risiko, selbst psychisch zu erkranken. Basierend auf Berechnungen in anderen Ländern beträgt die Anzahl betroffener minderjähriger Kinder und Jugendlicher in der Schweiz vorsichtig geschätzt etwa 300'000. Besonders hohe Risiken in Familien mit psychisch erkrankten Eltern haben beispielsweise sehr junge Kinder, Kinder von belasteten Schwangeren, von Eltern mit chronischen oder mehreren psychischen Erkrankungen und Kinder aus Konflikt- oder Flüchtlingsfamilien. Es gibt verschiedene effektive Interventionen, die diesen Kindern nützen können. Je früher diese eingesetzt werden, desto besser. Die psychische Gesundheit einer Familie und der Kinder setzt häufig bei den Eltern an. Sie tragen die erzieherische Verantwortung, sie bestimmen den Umgang mit einer psychischen Störung nicht nur im familiären Alltag, sondern haben auch wesentlichen Einfluss auf die Unterstützung, die ihre Kinder und sie selbst erhalten.

### **Belastungen erkennen**

Verschiedene Langzeitstudien zeigen, dass das Vorliegen von mehr als vier ungünstigen frühen Kindheitserfahrungen wie Vernachlässigung, Beziehungsabbrüche und schwere Belastungen das Risiko für spätere psychosoziale Belastungen drastisch erhöhen. Andererseits können kompensatorisch wirksame Schutzfaktoren, wie beispielsweise eine sichere Bindung und die dauerhafte und gute Beziehung zu mindestens einer primären Bezugsperson sowie eine verlässlich unterstützende Bezugsperson im Erwachsenenalter stabilisierend wirken. Für Eltern und Fachpersonen ist es wichtig, individuelle Belastungen und Resilienzfaktoren frühzeitig zu identifizieren, damit eine wirksame Hilfe stattfinden kann.

### **Wirksame Unterstützung**

Um Kinder und Jugendliche in einer Risikokonstellation oder in einer akuten oder chronischen Belastungssituation durch eine elterliche Erkrankung in einem frühen Zeitfenster zu erreichen und Unterstützung anbieten zu können, muss zunächst der Zugang zur Familie hergestellt wer-

den. Betroffene Eltern müssen ihren Kindern die Erlaubnis geben, über ihre Belastungen und Bedürfnisse offen zu sprechen. Für Kinder ist es wichtig, altersangemessen über die elterliche Erkrankung informiert zu werden; Themen wie Schuld und Scham anzusprechen, kann sehr entlasten. Fachpersonen in den Versorgungssystemen für Erwachsene sollten aktiv nachfragen, ob ihre Klienten Kinder haben, resp. wie es diesen geht und wer sich um diese kümmert. Wenn dies nicht klar beantwortet werden kann, sind andere Fachstellen zu empfehlen. Gefährdungssituationen müssen identifiziert und geeignete Schutzmassnahmen eingeleitet werden.

### **Netzwerke schaffen**

Unter Einbezug vieler Fachpersonen und Partnerorganisation hat wikip ein regionales Netzwerk geschaffen, das sich für eine Sensibilisierung, aber auch für konkrete Angebote für Kinder, Jugendliche und Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil und Fachpersonen einsetzt. Zu diesen Angeboten gehören eine Triagestelle, die weiterführende Hilfen vermittelt, Elterngruppen oder Patenschaften in denen Familien andere Familien unterstützen und entlasten. Das Institut Kinderseele Schweiz (iks) engagiert sich auf kantonaler und nationaler Ebene mit Projekten, Schulungen und wissenschaftlichen Studien.

Dr. med. Kurt Albermann  
Ärztlicher Leiter Institut Kinderseele Schweiz (iks)  
info@iks-ies.ch / www.iks-ies.ch

Chefarzt / Stv. Direktor Sozialpädiatrisches Zentrum  
Kantonsspital Winterthur  
Braucherstrasse 15  
Postfach 834  
8401 Winterthur  
052 266 2916  
kurt.albermann@ksw.ch  
www.ksw.ch