

## **Kinder psychisch belasteter Eltern – Tipps für Berufsleute**

Abstract von **Christine Gäumann**

*Dem Bericht „Psychische Gesundheit in der Schweiz“ aus dem Jahr 2015 zufolge ist jede fünfte in der Schweiz lebende Person von einer psychischen Erkrankung betroffen. Das Lebenszeitrisiko an einer behandlungsbedürftigen psychischen Krankheit, wie beispielsweise Depression, Suchterkrankung, Zwangs- und Angststörung oder Schizophrenie zu leiden, beträgt gar 50 %. Etwa jede dritte psychisch erkrankte Person hat eigene Kinder. Je jünger die Kinder sind, umso folgenreicher kann sich eine schwere elterliche Erkrankung auf sie auswirken. Kinder psychisch erkrankter Eltern sind einem erhöhten Risiko ausgesetzt selbst zu erkranken oder zeitlebens unter dem Erlebten zu leiden. Sie bleiben oft über Jahre hinweg schweren Belastungen und emotionalen Überforderungen ausgesetzt und reagieren erschüttert bis traumatisiert darauf.*

Zahlreiche Eltern sind bereits bei der Geburt ihrer Kinder psychisch erkrankt. Diese haben darum von Geburt an erschwerte Bedingungen für eine gesunde Entwicklung. Aufgrund des Auf und Ab im elterlichen Krankheitsverlauf erleben sie von klein auf Krankheitseinbrüche, Trennungen und schwierige soziale Lebensbedingungen. Die Entwicklung eines gesunden Bindungsverhaltens wird beeinträchtigt und kann zu ernsthaften Bindungs- und Beziehungsstörungen führen. Andere Kinder, die erst im Laufe ihrer Kindheit mit der elterlichen Erkrankung konfrontiert werden, erleben beim Auftreten der Erkrankung eine schmerzhaft Zäsur in ihrem Leben. Sie können auf die Verunsicherungen und Veränderungen in der Familie und in der Beziehung zum erkrankten Elternteil zutiefst verängstigt und aufgebracht reagieren. Zu beachten ist, dass viele Kinder mit einem erkrankten, alleinerziehenden Elternteil zusammenleben. Das kann sich bei wiederholten elterlichen Krankheitseinbrüchen zusätzlich belastend für die Kinder auswirken, denn kein gesundes Elternteil steht ihnen alltäglich zur Seite.

### **Schweigen aus Scham**

Die Reaktionsmuster können mehr nach innen oder nach aussen geartet sein. Mädchen neigen mehr dazu, sich zurückzuziehen, Jungs wandeln Angst oftmals in aggressives, agierendes Verhalten um. Zahlreiche Kinder und Jugendliche zeigen Konzentrationsprobleme im Unterricht und ihre Schulleistungen verschlechtern sich. Weil sich die betroffenen Familien vor gesellschaftlicher Stigmatisierung fürchten und Angst haben, die Behörden könnten ihnen als psychisch Erkrankte die elterlichen Kompetenzen absprechen, wird den Kindern ein Schweigegebot auferlegt. Aufgrund von Schamgefühlen wird die Krankheit auch in der Familie todesgeschwiegen und die Kinder müssen sich selbst zusammenreimen, was mit Mama oder Papa los ist. Beide Krankheitsverarbeitungsmuster verstärken die Not der Kinder und Jugendlichen.

Andere Kinder wagen sich beherzt einer ausserfamiliären erwachsenen Vertrauens- und Bezugsperson anzuvertrauen. Nicht immer ist klar, wie diese helfen soll und kann. So kann sich eine Lehrerin die Frage stellen: „Was ist im Rahmen meines Berufsauftrages meine Rolle und meine Verantwortung und wo setze ich die Zuständigkeitsgrenzen?“

## **Schlussfolgerungen**

Kinder und Jugendliche psychisch erkrankter Eltern können schweren Entwicklungshemmungen ausgesetzt sein, die sich auf ihr ganzes weiteres Leben belastend auswirken. Die elterlichen Krankheitseinbrüche verletzen und überfordern die Kinder, vor allem wenn sie noch sehr abhängig von ihren Eltern sind. Wenn die Belastungen und Überforderungen lange andauern oder sich stetig wiederholen, kann das Kind oder der Jugendliche darauf mit Verhaltensauffälligkeiten reagieren oder sogar selbst erkranken. Dieser Gefährdung kann nur entgegen gewirkt werden, wenn Fachpersonen aus unterschiedlichsten Arbeitsfeldern durch gezielte Früherkennung und Frühintervention verhindern, dass betroffene Kinder mit ihren Nöten alleingelassen werden.

Christine Gäumann  
Bereichsleiterin der Adoleszentenpsychiatrie ipw,  
Stiftungsrätin der Schweizerischen Stiftung zur Förderung  
der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen iks  
ipw Integrierte Psychiatrie Winterthur - Zürcher Unterland  
Wieshofstrasse 102  
Postfach 144  
8408 Winterthur  
052 224 33 33  
christine.gaeumann@ipw.zh.ch  
<http://www.iks-ies.ch>