

„Mama ist so komisch.“



Was ist mit Mama los? Eltern mit psychischen Erkrankungen sind für ihre Kinder oft nicht greifbar, ihr Verhalten ist nicht nachvollziehbar.

Wenn Eltern psychisch erkranken, leiden die Kinder darunter. Sie wissen nicht, was mit Mutter oder Vater los ist, können sich oft niemandem anvertrauen und reagieren nicht selten mit körperlichen Symptomen und auffälligem Verhalten.

Wird es Mama heute aus dem Bett schaffen? Ist Papa lieb oder wird er ausrasten? Redet Mama wieder komische Sachen? Ist Papa gut drauf oder unansprechbar? Depressionen, Persönlichkeitsstörungen, Suchterkrankungen, Psychosen, Angst- und Zwangsstörungen: Bekommen Mütter oder Väter eine psychische Erkrankung, belastet das auch deren Kinder. Folgen für sie sind z. B.: Ängste, weil das Verhalten der Eltern nicht mehr einschätzbar

ist; der Verlust der elterlichen Vorbildfunktion, um wichtige Lebenskompetenzen zu erwerben; das Übernehmen von Aufgaben, für die eigentlich Vater bzw. Mutter zuständig sind, etwa im Haushalt oder bei der Betreuung von Geschwistern. „Die Kinder sind irritiert, mitunter verwirrt und beschämt. Nicht selten erleben sie sich als Schuldige der Veränderungen“, so Dr. Karin Kaiser, Kinder- und Jugendpsychiaterin im „Zentrum für Psychosomatik

Dr. Karin Kaiser,
Ass.-Ärztin
für Kinder- und Jugend-
psychiatrie,
Klinikum
Wels-Grieskirchen



des Kinder und Jugendalters“ des Klinikums Wels-Grieskirchen. Das Verhalten der Eltern kann je nach Erkrankung sehr unterschiedlich sein. Leidet ein Elternteil etwa an einer Depression, kann ein Kind in dessen Gesichtsausdruck nur wenig ablesen. Gerade dies spielt in den ersten Lebensjahren jedoch eine wichtige Rolle in der sozialen Entwicklung, in der Kinder lernen, ihren eigenen Gefühlen zu vertrauen und anhand von Mimik und Gestik zu erkennen, wie

es ihrem Gegenüber geht. Eltern mit psychotischen Erkrankungen sind wiederum oft nicht in der Lage, die Bedürfnisse des Kleinen nach Nahrung, Schlafen oder liebevoller Zuwendung wahrzunehmen und zu sichern. Bei Suchterkrankungen ändert sich das Verhalten phasenweise

und ist nicht vorherzusagen, weil es davon abhängt, wie sehr der betroffene Elternteil aktuell durch Suchtmittel beeinträchtigt ist. Ähnliches gilt für Mütter oder Väter mit einer manisch-depressiven Erkrankung, sofern diese nicht behandelt wird: Für Kinder sind die Stimmungswechsel nicht nachvollziehbar, sondern verwirrend, irritierend, Angst einflößend und führen dazu, dass die Kinder selbst Erkrankungssymptome entwickeln.

diese innerhalb und außerhalb der Familien leben. Dieses Wissen eröffnet Hilfsmöglichkeiten (siehe Infokasten „Mit Gespür helfen“). „Stabile Beziehungen zu gesunden Erwachsenen wie z. B. den Großeltern oder zu gleichaltrigen Freunden wirken sich ebenso positiv aus wie materielle Sicherheit, gute Wohnverhältnisse und die Möglichkeit zu Freizeitaktivitäten. Besonders kritisch wird es hingegen, wenn soziale Isolation und eine prekäre soziale Lage zusammenkommen“, so Dr. Kaiser. Der Rückzug vieler psychisch Kranker hat nicht zuletzt mit Scham und gesellschaftlicher Stigmatisierung zu tun. Ihre Kinder tragen ein „Familiengeheimnis“ mit sich herum. Sie vertrauen sich niemandem an, weil sie ihre Eltern nicht kränken wollen bzw. weil sie keine andere Normalität kennen.

Neues Zentrum für Psychosomatik

Das neue Zentrum für Psychosomatik des Kindes- und Jugendalters im Klinikum Wels-Grieskirchen (Standort Grieskirchen)



Dr. Adrian Kamper

kümmert sich um junge Menschen vom Babyalter bis 18 Jahre mit psychosomatischen Problemen. Ein multiprofessionelles Team bietet umfassende medizinische Diagnostik und Therapie. „Emotionale Störungen, Angst- und Reifungsstörungen, Essstörungen, Schmerzen ohne organische Ursache oder seelische Begleiterscheinungen von chronischen Krankheiten: Es gibt viele Gründe, warum Kinder und Jugendliche Hilfe brauchen. Wir arbeiten systemisch-familientherapeutisch, das heißt wir erarbeiten gemeinsam mit den Eltern und Kindern eine Lösung“, so der Standortleiter und Kinder- und Jugendpsychiater Dr. Adrian Kamper. Nicht zum Behandlungsspektrum gehören: Suchterkrankungen, Suizidalität, schwere Sozialverhaltensstörungen oder Psychosen bei Kindern und Jugendlichen.

Stabile Beziehungen wichtig

Wie sich das Verhalten der Eltern auf das Kind auswirkt, habe auch mit seinem Alter zu tun, so Dr. Kaiser: „Gerade Säuglinge und Kleinkinder benötigen eine sichere Bindung. Diese ist gerade in den ersten Lebensjahren eine ganz wesentliche Grundlage für eine gesunde seelische Entwicklung. Das Gesicht der Mutter, ihre Gestik und Mimik oder ihre sprachliche Modulation werden zum Spiegel der Gefühlswelt des Säuglings bzw. Kindes, in der Fachsprache affektives Tuning genannt.“ Wie sich Kinder von psychisch kranken Eltern längerfristig entwickeln, hängt stark vom sozialen Umfeld und den Lebensbedingungen ab. Kinder suchen von sich aus nach sicheren Bindungen und können

Verhaltensauffällige Kinder

Der Leidensdruck könne sich dafür auf andere Art bemerkbar machen, so Dr. Kaiser: „Verhaltensauffälligkeiten wie z. B. Rückschritte in der Entwicklung, Essensverweigerung, Bettnässen, Kopf- oder Bauchweh ohne organische Ursache, Ängstlichkeit, Rückzugsverhalten, Aggression, Probleme im Sozialverhalten etc. sind mögliche Symptome >>>



Spaß mit Freund/-innen oder eine schöne Zeit mit Oma: Bezugspersonen außerhalb der Kernfamilie geben Halt.

Mit Gespür helfen

Verlässliche Beziehungen und gute Erfahrungen außerhalb der Familie können Kindern und Jugendlichen von psychisch erkrankten Eltern helfen, sich trotz allem so gut es geht zu entwickeln, so Dr. Martin Pachinger, Psychologe und Leiter des Kinderhilfswerks.

Was betroffene Kinder stärken kann, sind zum Beispiel:

- die Krankheitseinsicht des betroffenen Elternteils und seine Bereitschaft, sich therapeutisch helfen zu lassen
- eine altersgerechte Aufklärung über die Erkrankung der Eltern
- das Gefühl, nicht für das Verhalten der Eltern verantwortlich zu sein
- sichere und stabile emotionale Bindungen zu anderen Bezugspersonen wie etwa dem gesunden Elternteil, Großeltern, Onkel / Tante etc.
- ein tragfähiges soziales Netzwerk mit Freundinnen und Freunden, Lehrkräften,

Vereinen, Nachbarn – das gute zwischenmenschliche Erfahrungen und schöne Erlebnisse ermöglicht

- Menschen, die dem Kind zuhören, ohne den erkrankten Elternteil zu entwerten

„Wer Kinder von psychisch kranken Eltern unterstützen will, braucht viel Fingerspitzengefühl und sollte sich selbst vorab professionell beraten lassen. Druck, aufgedrängte Hilfe und Aktionen hinter dem Rücken der Betroffenen führen zu Misstrauen und Widerstand. Einzige Ausnahme: Ist das Kindeswohl massiv gefährdet, z. B. durch Gewalt, extreme Verwahrlosung oder massiv risikoreiches Verhalten - etwa betrunken mit den Kindern Auto fahren - ist rasches Einschreiten gefragt“, so Dr. Pachinger.



Dr. Martin Pachinger, Psychologe, Leiter des Kinderhilfswerks in Linz

Tina (17 Jahre), deren Vater unter einer Persönlichkeitsstörung leidet*

„Zum Beispiel habe ich meine Schultasche nach der Schule mitten im Flur liegen lassen. Daraufhin hat er mich fürchterlich beschimpft und geschrien, dass ich ihm gestohlen bleiben könne und dass ohne mich alles viel einfacher wäre ... In seinen Wutanfällen hat er oft Gegenstände an die Wand geschmissen und uns geschlagen. An solchen Abenden hatte er viel Alkohol getrunken. Am nächsten Tag, wenn er von der Arbeit kam, war er wie ausgewechselt. Da kam er dann mit Geschenken nach Hause.“

Michael (14 Jahre), dessen Mutter unter Schizophrenie leidet*

„Nachts kann ich kaum mehr schlafen, weil Mama immer wieder ängstlich nach uns ruft. Wenn ich dann komme, erzählt sie, dass sie Stimmen aus den Wänden hört, die zu ihr sprechen. Oft kann ich sie beruhigen und sie schläft wieder ein. Manchmal passiert aber auch das Gegenteil: Ich komme ins Zimmer und sie schaut mich voller Misstrauen an – so, als ob ich ihr Feind wäre. In solchen Situationen habe ich dann Angst vor ihr. Sie sieht, hört und denkt viele Dinge, dich ich nicht sehe, höre und denke.“

* Zitate aus Erfahrungsberichten in der Broschüre „Verrückte Kindheit“, Verein HPE NÖ, Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter, www.hpe.at

der Kinder.“ Wird die Erkrankung von Elternteilen deutlich, dann gilt es, mit Fingerspitzengefühl vorzugehen. Wer mit der Tür ins Haus fällt, riskiert, dass sich die betroffene Familie erst recht zurückzieht. Eine altersgerechte Aufklärung der Kinder, Erziehungsberatung, sozialpädagogische Familienhilfe, Psychotherapie und die psychiatrische Behandlung der Eltern sind wesentliche Säulen einer möglichen Unterstützung. Dr. Kaiser: „Ziel ist, dass die Kinder bei ihren Eltern bleiben und die

betroffenen Familien wieder gut für sich selbst sorgen können.“

Mag. Isabella Ömer



Scham und Isolation: Kinder aus belasteten Familien können sich nicht immer jemandem anvertrauen.