

Kinder psychisch kranker Eltern

Nachdem die Kinder psychisch kranker Eltern lange als die „vergessenen Angehörigen“ galten, findet seit einigen Jahren dieses Thema nicht nur in der entsprechenden Forschung vermehrte Aufmerksamkeit. Berichte der Medien über Fälle von Vernachlässigung oder sogar Kindstötungen in betroffenen Familien haben eine öffentliche Diskussion über psychische Erkrankungen und deren Auswirkungen auf die Familie ausgelöst.

Insgesamt betrachtet ist es durchaus nicht selten, dass psychisch kranke Menschen Eltern sind. Schätzungen zufolge haben derzeit 500.000 Kinder einen psychotisch erkrankten Elternteil. Schließt man zudem alle weiteren psychischen Störungen (d. h. leichtere, meist ambulant behandelte psychische Erkrankungen) ein, dann muss man sogar von 3 Millionen Kindern ausgehen, die Symptome psychischer Erkrankungen bei ihren Eltern erleben. Etwa die Hälfte dieser Kinder leben mit ihren psychisch kranken Eltern im gleichen Haushalt, von denen wiederum etwa zwei Drittel minderjährig sind. Bei ca. 10 % der Familien sind beide Elternteile psychisch erkrankt.

Die gesamte Tragweite dieser an sich schon auffälligen Zahlen erschließt sich, wenn man zudem die Ergebnisse zahlreicher wissenschaftlicher Studien betrachtet, wonach Kinder psychisch kranker Eltern mit erheblichen Belastungen und Beeinträchtigungen ihrer Entwicklung konfrontiert sind.

Um psychisch kranke Eltern vor einer pauschalen Vorverurteilung zu schützen, die ihnen grundsätzlich Erziehungs- und Fürsorgefähigkeit abspricht, bemühen sich aktuelle Studien häufig um differenzierte Erkenntnisse über die Lebenssituation von betroffenen Familien. Ziel dieser Forschung ist, die spezifischen Belastungen der einzelnen Familienmitglieder herauszuarbeiten, um daraufhin geeignete Unterstützungsangebote zu entwickeln. Die hier erwähnte Forschung bemüht sich um eine familiensystemische Betrachtungsweise. Dementsprechend kann Hilfe für die betroffenen Familien nur dann effektiv sein, wenn einerseits die Perspektive der Kinder und andererseits auch die Lebenssituation der Eltern berücksichtigt wird, zumal in der Mehrzahl der Fälle nur einer der beiden Partner psychisch erkrankt ist.

Zum sozialen Umfeld von Kindern psychisch kranker Eltern

Die Lebenssituation von Kindern psychisch kranker Eltern weist einige typische Merkmale auf, die im Folgenden kurz skizziert werden: Die betroffenen Kinder wachsen häufig unter schwierigen ökonomischen und sozialen Bedingungen auf. Hierzu zählen vielfach Arbeitslosigkeit der Eltern, Armut, beengte Wohnverhältnisse, soziale Isolation und Stigmatisierung. Die betroffenen Familien sind häufig zersplittert, da bei Paaren mit einem psychisch kranken Partner ein erhöhtes Risiko von Trennung bzw. Scheidung auftritt. Bleiben die Eltern zusammen, dann erleben Kinder oft einen chaotischen Familienalltag. Akute Krisen mit stationären Klinikaufenthalten des psychisch erkrankten Elternteils unterbrechen zeitweise die Routinen des Alltags. Zudem leben Kinder in diesen Phasen häufig auch bei anderen Personen, wie Großeltern oder Pflegefamilien. Zahlreiche Kinder psychisch kranker Eltern leben zudem dauerhaft bei Pflegefamilien, weil es zum Entzug bzw. zur Einschränkung des elterlichen Sorgerechts gekommen ist. Das Risiko für Vernachlässigung, körperliche Miss-handlung und sexuellen Missbrauch ist bei Kindern von psychisch kranken Eltern um das Doppelte bis Fünffache erhöht.

Emotionale Belastungen von Kindern psychisch kranker Eltern

Die Eltern-Kind-Beziehung in Familien mit psychisch kranken Eltern ist auf besondere Weise beeinträchtigt. Das zentrale Problem besteht darin, dass Eltern den elementaren Bedürfnissen der Kinder nicht ausreichend gerecht werden können.

Es zeigt sich eine Reihe von typischen emotionalen Belastungen bei Kindern psychisch kranker Eltern. Die Symptome der psychischen Erkrankung führen bei den Kindern zu Desorientierung, Verunsicherung und zu Ängsten. Zum einen, weil die Probleme der erkrankten Eltern nicht eingeordnet werden können und so als unverständlich und unkontrollierbar erlebt werden. Zum anderen fürchten sich Kinder vor dem psychisch erkrankten Elternteil oder aber berichten von der Angst, dass er oder sie sich etwas antun könnte.

Besonders jüngere Kinder reagieren häufig mit Schuldgefühlen, weil sie glauben die Erkrankung der Eltern durch ihr Verhalten verursacht zu haben. Hinzu kommen Gefühle der Hilflosigkeit und Ohnmacht, da Kinder bemüht sind, die häusliche Situation zu verbessern, letztlich jedoch scheitern.

Wenn Kinder erleben, dass sie aufgrund der Erkrankung ihrer Eltern ausgegrenzt werden, führt das zu einer Stigmatisierung ihrer Lebenssituation. Sie schämen sich für ihre Eltern und meiden häufig gerade auch deswegen den Kontakt zu Gleichaltrigen. Gefühle von Einsamkeit und Isolation belasten sie, sie fühlen sich allein gelassen von ihren Eltern und wissen nicht, an wen sie sich in ihrem Kummer wenden können. Vielfach wird die Erkrankung von Kindern zudem auch als ein Tabu empfunden, über das nicht innerhalb der Familie und schon gar nicht außerhalb der Familie gesprochen werden darf. Das bedeutet, dass den betroffenen Kindern nicht nur die Aufmerksamkeit der Eltern fehlt und sie z. T. erheblich darunter leiden, hinzu kommt, dass sie oft nicht den Mut haben, sich an Außenstehende zu wenden.

Kinder psychisch kranker Eltern übernehmen Aufgaben, die nicht ihrem Alter entsprechend sind und tragen damit unangemessene Verantwortung. Es wird von „Parentifizierung“ gesprochen, wenn die betroffenen Kinder die Eltern – den erkrankten sowie auch den nicht erkrankten Elternteil – emotional stützen, Geschwister versorgen und im Haushalt eine tragende Rolle übernehmen müssen. Diese Kinder wirken durch den Rollentausch oberflächlich als besonders „reif“ für ihr Alter. Dieses Verhalten zeugt jedoch im Grunde von der latenten Überforderung dieser Kinder, die die ihnen übertragenen Aufgaben zu meistern versuchen (zum Thema „Parentifizierung“ siehe das gleichnamige Informationsblatt 2).

Bewältigungsstrategien von Kindern psychisch kranker Eltern

Es liegen aktuelle Forschungsbefunde vor, wie Kinder mit den Belastungen durch die psychische Erkrankung ihrer Eltern umgehen. Diese Ergebnisse weisen insgesamt darauf hin, dass die Mehrheit der betroffenen Kinder dysfunktionale Bewältigungsstrategien entwickelt, sie entwickeln also Verhaltensmuster, die nur scheinbar erfolgreich sind, langfristig aber für sie selbst negative Auswirkungen haben.

- Es gibt Kinder, die ihre Belastung vorwiegend mit aggressivem Verhalten, sowohl verbal als auch körperlich, verarbeiten. Diese Kinder suchen eher selten soziale Unterstützung z. B. in Form von Gesprächen, in denen sie um Hilfe bitten.
- Andere Kinder versuchen die Situation zu kontrollieren, indem sie Verantwortung übernehmen, praktische Lösungen suchen und realisieren. Es fällt ihnen dementsprechend

schwer, sich abzugrenzen. Diese Kinder geraten schließlich oft in den Prozess der „Parentifizierung“.

- Eine weitere Form der Bewältigung verbirgt sich hinter vergleichsweise unauffälligem Verhalten, wenn Kinder sich kognitiv-emotionaler Strategien bedienen und die Erkrankung bzw. die Folgen bagatellisieren, sich von der familiären Belastung ablenken, dadurch Stress abbauen und Entspannung finden. Diese Kinder zeichnen sich durch ihre flexible Stressverarbeitung aus, die moderat und zudem auch nur zeitweise zu aggressivem oder zu parentifiziertem Verhalten führen kann.

Folgen und Entwicklungsrisiken bei Kindern psychisch kranker Eltern

Die Belastungen, die Kinder psychisch kranker Eltern im Laufe ihrer Entwicklung erleben, können zu dauerhaften Einschränkungen im Wohlbefinden und zu starken Anpassungs- und Entwicklungsproblemen führen. Hier zeigt sich ein breites Spektrum von Symptomen, wie allgemeinen Entwicklungsverzögerungen, Leistungseinbußen (schulische Probleme), unsicheren Bindungsbeziehungen, Verhaltensauffälligkeiten oder psychosomatischen Beschwerden. Zudem haben Kinder psychisch kranker Eltern eine größere Anfälligkeit (Vulnerabilität) für psychische Störungen geerbt. So ist das Risiko, an einer Schizophrenie zu erkranken, im Vergleich zur allgemeinen Bevölkerung um das Zehnfache erhöht, wenn ein Elternteil oder naher Verwandter schizophrene Schübe hatte.

Beide Faktoren zusammen erklären das erhöhte Risiko für Kinder psychisch kranker Eltern, selbst an einer psychischen Störung zu erkranken. Betrachtet man beispielsweise die Patienten von kinder- und jugendpsychiatrischen Einrichtungen, zeigt sich, dass nahezu 50 % der behandelten Kinder mindestens einen psychisch kranken Elternteil haben. Hier zeigt sich die große Notwendigkeit und gesellschaftliche Relevanz, zukünftig vermehrt geeignete Präventionsmaßnahmen für Kinder psychisch kranker Eltern zu entwickeln und bereitzustellen.

Andererseits gilt es in der entwicklungspsychologischen Forschung als belegt, dass manche Kinder auch unter ungünstigsten Bedingungen zu gesunden, glücklichen und leistungsfähigen Erwachsenen werden. Dieses Phänomen wird mit dem Konzept der „Resilienz“ erklärt, was bedeutet, dass Kinder mit unterschiedlich starken Widerstandskräften gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Belastungen ausgestattet sind bzw. darüber verfügen können. Entwicklungsrisiken können demgemäß durch eine flexible Anpassung der Kinder an Belastungen unterschiedlich gut kompensiert werden.

Mit dem Resilienz-Konzept wird zwischen verschiedenen Schutzfaktoren unterschieden. Zum einen gibt es kindbezogene Schutzfaktoren, wie ein unkompliziertes Temperament, Intelligenz, soziale Kompetenz etc. Andere Schutzfaktoren entstehen auf der familiären Ebene, wenn z. B. das Kind zu mindestens einer primären Bezugsperson ein sicheres Bindungsverhältnis aufbauen kann. Ebenso ist eine gute Paarbeziehung der Eltern ein positiver familiärer Schutzfaktor. Schließlich kann auch das soziale Umfeld, d. h. Menschen außerhalb der Kernfamilie, zu den möglichen Schutzfaktoren eines Kindes hinzukommen.

So ist gerade für Kinder psychisch kranker Eltern das soziale Umfeld maßgeblich verantwortlich, für die betroffenen Kinder spezielle Schutzfaktoren zu schaffen. Wichtig ist vor allem, bei den Eltern ein Problembewusstsein für die Belastungssituation ihrer Kinder zu erreichen, um tragfähige Lösungen zu finden. Zudem ist eine umfangreiche, aber altersgemäße Aufklärung der Kinder zur psychischen

Erkrankung der Eltern notwendig. Auf dieser Basis ist eine angemessene Gestaltung des Familienalltags möglich, die auch Krisen und Ausnahmesituationen einbezieht.

Je mehr Schutzfaktoren auf den verschiedenen Ebenen wirken, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder psychisch kranker Eltern die Belastungen bewältigen und dass ihre Entwicklung insgesamt positiv verlaufen kann. Die Stärkung der Resilienz bzw. der vorhandenen Ressourcen muss Aufgabe und Ziel der präventiven Maßnahmen und Hilfen für die betroffenen Kinder sein.

Quellen:

Jungbauer 2010, S. 15 f.

Lenz 2008