

Zuhause ist was anders...

KINDER PSYCHISCH ERKRANKTER ELTERN

KOKI-FORTBILDUNG, 27.11.2019

Zuhause ist was anders...

Welche Folgen hat eine psychische Erkrankung eines Elternteils auf die Kinder?

Was brauchen die Kinder?

Wie geht es eigentlich den Erkrankten? Was müssen wir im Umgang mit Ihnen berücksichtigen?

Wie können wir als Fachkräfte betroffene Familien unterstützen?

Empirische Grundlagen

Ca. 30 % der Deutschen erleiden im Laufe eines Jahres eine behandlungsbedürftige psychiatrische Erkrankung (deutscher Gesundheitssurvey), davon 37% Frauen und 25% Männer

4,5 Millionen erwachsene Menschen brauchen professionelle Hilfe

ca. 10 – 30 % der stationär psychiatrisch behandelten Patienten sind Eltern von minderjährigen Kindern (Wiegand-Grefe et al. 2011)

Ca. 3,8 Millionen betroffene Kinder in Deutschland im Verlauf eines Jahres

Datenzusammenstellung durch Heckscherklinik München

Arbeitsgruppe

Kinder psychisch und suchtkranker Eltern

Kinder psychisch erkrankter Eltern haben ein deutlich höheres Risiko (3-4x) eine eigene psychische Erkrankung zu entwickeln (Hochrisikogruppe)

- durch genetische Belastung
- durch psychosoziale Belastung
- Dadurch, dass ihre Belastungen häufig nicht erkannt werden (überangepasste Kinder)

Prognose kann verbessert werden,

- wenn Aufklärungsarbeit über die Risiken stattfindet und Eltern den Hilfebedarf annehmen
- wenn die Risikofaktoren beachtet werden (nicht nur in akuten Krisen, sondern dauerhaft)
- Verbindlichkeit des Systems: Regelversorgung („Hilfegabende“) statt Leuchtturm-/Modellprojekte
- wenn herausgefunden wird, wer die Familie motivieren kann, die vorhandenen Hilfsangebote anzunehmen

Arbeitsgruppe des Deutschen Bundestag hat sich am 12.3.2018 konstituiert, erste Ergebnisse unter: www.ag-kpke.de

Verhalten der erkrankten Eltern (Bsp.)

Unstrukturierter Tagesablauf und Vernachlässigung der Alltagsaufgaben, mangelnde Regeln, Unzuverlässigkeit, eingeschränkte Feinfühligkeit gegenüber kindlicher Bedürfnisse

Psychische Trennung bei physischer Anwesenheit (Depressionen)

Häufige Stimmungsschwankungen

Rückzug aus sozialen Beziehungen (Depression, Sucht), schnell wechselnde Beziehungen (Borderline)

Geringe Krankheitseinsicht

Schuldgefühle

Häufig Partnerschaftskonflikte

Mögliche Auswirkungen der psychischen Erkrankung auf die Kinder

Emotionale und körperliche Vernachlässigung oder seelische Misshandlung durch die erkrankten Eltern, dadurch häufig gestörtes Bindungsverhalten der Kinder (unsichere/desorganisierte Bindungsmuster)

Trotzverhalten, Störung des Sozialverhaltens aufgrund Unberechenbarkeit, Unbeständigkeit und übermäßiger Intensität verbunden mit häufigen Beziehungsabbrüchen und Trennungen

Kognitive Entwicklungsbeeinträchtigung – Störung von Aufmerksamkeit und Informationsverarbeitung

Irritation bei zentralen Entwicklungsaufgaben: Umgang mit Ängsten, Aufbau vom Weltverständnis und Selbstbewusstsein, Einordnung von Sinneswahrnehmung, positive Beziehung zu anderen

Exkurs: Bindung

Sichere Bindung, unsicher-vermeidende Bindung und unsicher-ambivalente Bindung sind alle Bindungstypen, die **nicht pathologisch** sind, und somit **Schutzfaktoren** darstellen.

Bei den unsicheren Bindungstypen sind möglicherweise geringe Einschränkungen gegeben (keine typische Führungskraft, etc.).

Feinfühliges Elternverhalten hat nur zu 24-40 % Auswirkung auf die Bindungsentwicklung. Die weitere Entwicklung des Kindes ist ein sehr komplexes Modell, meist kein linearer Ursache-Wirkungs-Zusammenhang (Entlastung der Eltern und der Fachkräfte!!!)

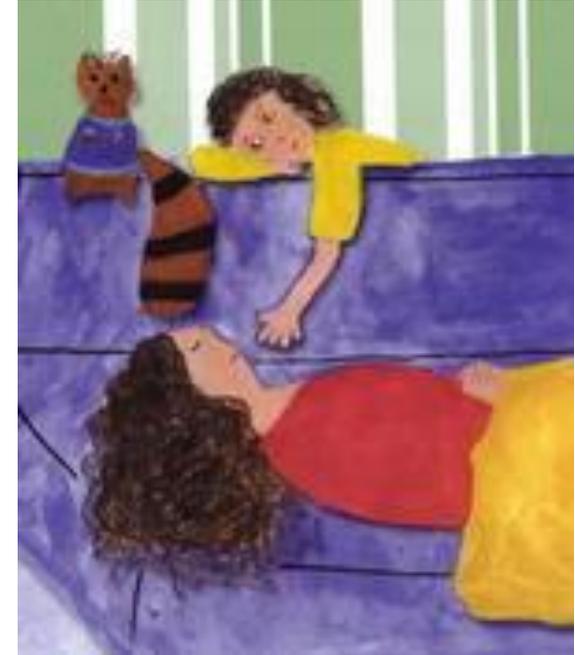
Das eigene innere Arbeitsmodell von Bindung kann sich lebenslang verändern.

Aus Vortrag vom 14. November 2019 von Dr. Anne Künster, IKE Ulm

Zusammenfassung: Folgen für die Kinder

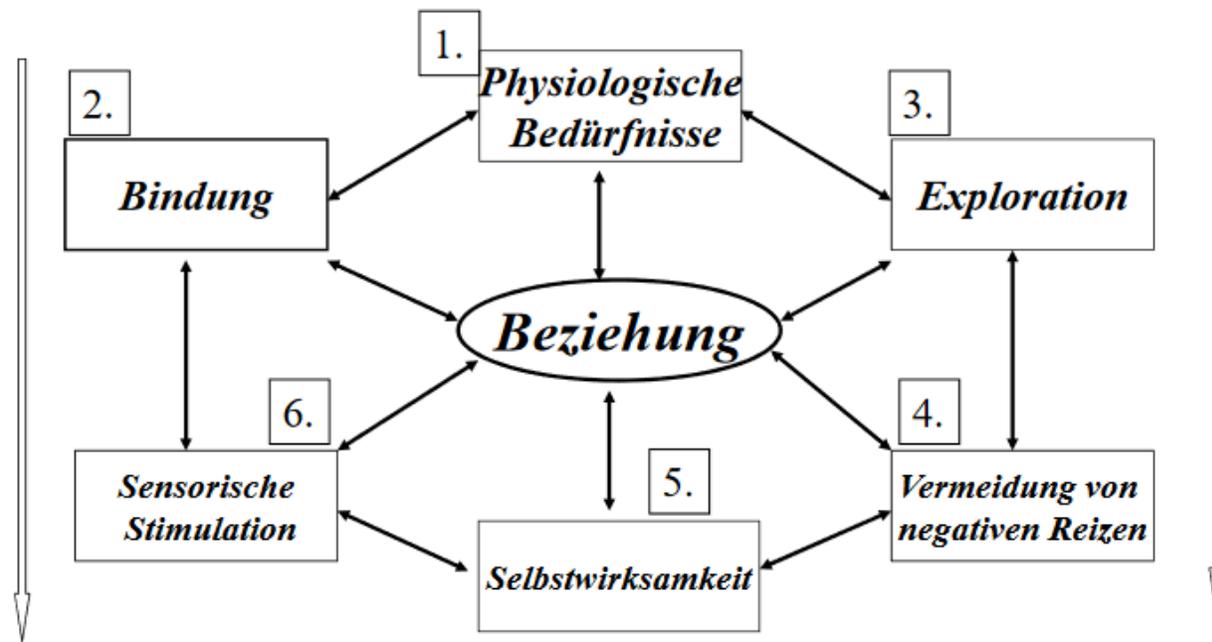
„Verlorene Kindheit“

- Desorientierung
- Schamgefühle (gegenüber Gleichaltrigen)
- Schuldgefühle („Kind fühlt sich für Erkrankung verantwortlich“)
- Tabuisierung
- Isolierung
- Betreuungsdefizit
- Loyalitätskonflikte
- Angst, selbst zu erkranken bzw. Angst vor/um den Elternteil
- Rollenverschiebung (z.B. Parentifizierung)



Was brauchen Kinder eigentlich?

Überlebenswichtige Systeme



© Copyright KH Brisch, LMU München 2013. Alle Rechte vorbehalten

Was brauchen Kinder eigentlich?

- Deutliche Regeln und Grenzen
- Aufmerksamkeit und Lob
- Wärme und Liebe
- Die Möglichkeit, Gefühle auszudrücken
- Die Erfahrung, ernst genommen zu werden
- Geduld
- Die Möglichkeit zu zeigen, was sie alles können
- Ein Vorbild, dem sie nacheifern können.

Aus Broschüre: Nicht von schlechten Eltern

Wie schützen sich die Kinder?

Wesentlicher Schutzfaktor: Bindungsqualität – tragfähige Beziehungen, die auch Exploration zulassen (inner-/außerfamiliär), positive Freundschaftserfahrungen

Krankheitsbewältigung, dazu gehört:

- Offener Umgang mit der Erkrankung - Aufklärung
- Information der Kinder über psychische Erkrankung (altersgemäß)
- Behandlung der Eltern
- Hilfen im Alltag (Entlastung, Stressbewältigung/Ausgleich)

Verbesserung/Förderung der elterlicher Beziehungs- und Erziehungskompetenzen (z.B. evaluierte Programme wie EPB, STEEP, CHIMPS)

Förderung der Resilienz der Kinder (z.B. durch altersspezifische Prävention – auch therapeutisch)

Exkurs: Resilienz

Resiliente Kinder psychisch erkrankter Eltern...

- nehmen Aspekte der psychischen Erkrankung des Elternteils wahr und beurteilen sie
- sind fähig eigene Gedanken und Gefühle in Worte zu fassen und Erfahrungen mitzuteilen
- können sich von der emotionalen Erfahrung des Elternteils abgrenzen und führen ein eigenes Leben
- fühlen sich nicht schuldig an der Situation
- können auf andere Bezugspersonen zurückgreifen
- nehmen außerhäusliche Angebote/Aktivitäten wahr

ZIEL: realistische Beurteilung der eigenen Möglichkeiten

Exkurs: Förderung der Resilienz

Dinge zeigen, aber auch ausprobieren lassen – positives Feedback

Zusammen lachen und Spass haben

Kontakt mit Gleichaltrigen und anderen Personen ermöglichen

Selbst Hilfe annehmen

Mind. eine gesunde Bezugsperson im täglichen Umfeld

Bedürfnisse wahrnehmen und innerhalb einer adäquaten Zeitspanne reagieren
(altersgemäß und mit emotionaler Wärme)

Routine, klare Rollenzuweisung und Familienstruktur

Intakte (Eltern-)Beziehung

Wie geht es eigentlich den Erkrankten?

Eltern wollen in der Regel immer das Beste für ihre Kinder

Scham und Schuldgefühle

Sie wollen als erwachsene Menschen mit allen Sorgen, Ängsten, Gefühlen UND ihren Kompetenzen ernstgenommen und einbezogen werden

Manches ist trotz Erkrankung möglich, für manches brauchen sie Unterstützung und Entlastung

Notfallpläne nehmen Druck

Erkrankte Menschen brauchen medizinische, therapeutische und soziale Unterstützung, Zeit und Entlastung,

Erkrankte brauchen keinen Druck, Alleingelassen werden und Verharmlosung („wird schon wieder“)

Hilfen für die Eltern und die Kinder

„Basics“ (Auswahl)

Für die erkrankten Mütter/Väter	Für die Kinder/Jugendlichen
Aufklärung über die Erkrankung Behandlung (medikamentös, therapeutisch) Beratung und Betreuung (ambulant, stationär) Hilfen zur Entlastung Beratung bei der beruflichen Rehabilitation Hilfen zur Existenzsicherung Hilfen zur Erziehung, Frühe Hilfe Soziale (therapeutische) Gruppen, Selbsthilfe Notfallpläne, -nummern	Altersgemäße Information über die Erkrankung Betreuung Aktivierung von Verwandten Hilfe beim Aufbau eines gesunden sozialen Netzes Frühförderung – Entwicklungsförderung Beratung Hilfen zur Erziehung Kindergruppen, Peergroup Notfallpläne, -nummern

Wie können wir als Fachkräfte betroffene Familien unterstützen?

Umfangreiche Anamnese des gesamten Systems – Erkennen der Bedürfnisse der einzelnen Familienmitglieder (Angehörige nicht vergessen)

Kennenlernen, Verstehen und Ernstnehmen der Erkrankung (Erkennen der Realität)

Beziehungsaufbau (angstfreie Beziehung zum Hilfesystem) – DRANBLEIBEN

SEHEN - SAGEN - SORGEN

Hilfsangebote (Therapie, Entlastung, Betreuung, Jugendhilfe...) – auch präventiv!

Zusammenarbeit im Netzwerk - gemeinsam mit der Familie zur Schaffung einer sicheren und stabilen häuslichen Umgebung trotz der Erkrankung des Elternteils

Wie können wir als Fachkräfte betroffene Familien unterstützen?

Eigene Psychohygiene als Fachkraft – Erkennen der eigenen Grenzen

- Handeln in einem Spannungsfeld
- Handeln in Grenzbereichen (Privatsphäre)
- Handeln in Ungewissheit/Unwissenheit (Vermutungen)

Diese Merkmale kann man nicht beseitigen, sondern nur versuchen zu reduzieren!

Alle beteiligten Mitarbeiter arbeiten in diesem Spannungsfeld!

Praxis: mein Netzwerk

Wie sieht mein aktuelles Netzwerk in Bezug auf Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil aus?

Welche Institutionen/Personen/Angebote kenne ich in meinem Umfeld? Wie arbeiten diese?

Erfahrungen mit dem Netzwerk:

**Gute Zusammenarbeit, Kooperation
wird von mir positiv gesehen**

Schlechte Erfahrung

**Ist mir nicht so klar was die machen,
sollte ich näher kennenlernen**

**Für diese Frage/Aufgabe brauche ich
Partner**

Materialien

Broschüren, Flyer und (Bilder-)bücher für Kinder, Jugendliche und Eltern (Patienten und Angehörige)

www.kipsy.net

Allgemeine Informationen, Tipps und Hinweise vor allem für Kinder und Jugendliche, umfangreiche Materialien für Erwachsene und Multiplikatoren (u.a. Checkliste Gefährdungseinschätzung, Liste von Projekten)

www.seelennot-ev.de

umfangreiche Literaturliste für Kinder- und Jugendbücher, Links zu diversen Foren und Verbänden, Wörterbuch zu psychiatrischen Krankheitsbildern)

www.bagk.de

Familien-Selbsthilfe Psychiatrie/Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (BApK), Broschüren in verschiedenen Sprachen zu Krankheitsbildern, Medikamenten...[SEP]

Bilderbücher (Beispiele)

