



Wie rede ich mit Kindern über die psychische Krankheit eines Elternteils?

Nina Geiser Werren: lic. phil. Psychologin FSP,
Erziehungsberatung Thun

Florian Huggler: lic. phil. Fachpsychologe für Kinder-
Jugendpsychologie FSP, Erziehungsberatung Thun

Programm

- Anmeldekonstellation von Kindern mit psychisch belasteten Eltern
- Hinderungsgründe für offene Gespräche mit den Kindern
- Wichtige Faktoren für Gespräche mit Kindern über psychischen Problemen der Eltern
- Nur reden ist zu direkt
- Vorgehensweisen, Materialien, Setting
- Ziele
- Fragen



Anmeldekonstellation von Kindern mit psychisch belasteten Eltern

Wir unterscheiden zwischen 3 verschiedenen Konstellationen die zur Anmeldung dieser Kinder auf der Erziehungsberatung führen.

In Bezug auf die Gespräche mit den Kindern sind diese Konstellationen unbedingt zu berücksichtigen!

Kinder werden oft aufgrund von schulischen Themen angemeldet. Die Erkrankung des Elternteil ist erst im Verlauf der Beratung ein Thema.



Anmeldekongstellation von Kindern mit psychisch belasteten Eltern

Typus I

- Ein Elternteil ist psychisch krank.
- Die Eltern sind getrennt oder geschieden.
- Der «gesunde Elternteil» meldet an.



Kooperation besteht mit dem gesunden Elternteil.

Anmeldekonstellation von Kindern mit psychisch belasteten Eltern

Typus II

- Eltern leben zusammen
- Ein Elternteil oder beide leiden unter psychischer Störung.
- PsychotherapeutIn / PsychiaterIn empfiehlt Therapie für Kinder

Kooperation besteht mit Vater und Mutter.



Anmeldekonstellation von Kindern mit psychisch belasteten Eltern

Typus III

- Psychische Störung eines oder beider Elternteile ist in Familie tabuisiert.
- Behörde meldet Kind für Therapie an.

Keine Kooperation der Eltern.



Hinderungsgründe für offene Gespräche mit den Kindern

- Isolierung gegen Aussen
- Tabuisierung
- Loyalitätskonflikt
- Ängste
- inadäquate Schuldgefühle



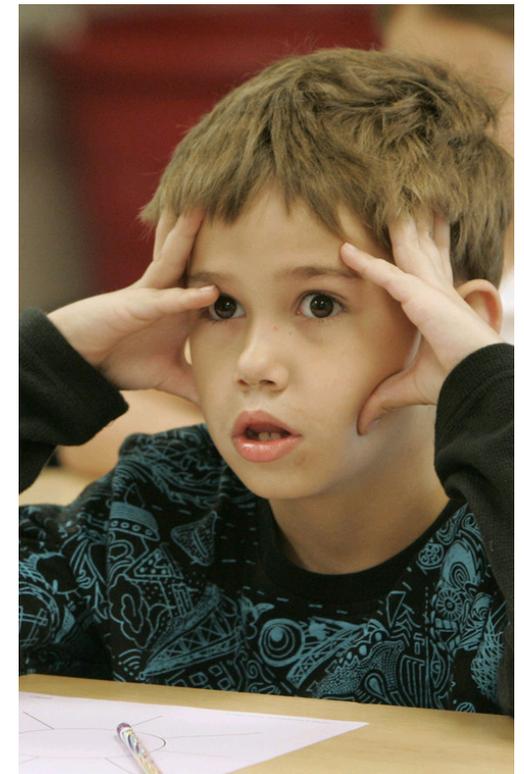
Isolierung gegen Aussen

- Kinder spüren die Stigmatisierung in der Gleichaltrigengruppe
- «verstecken» ihre Eltern
- Freunde werden nicht nach Hause gebracht
- Über den kranken Elternteil wird nicht gesprochen
- Sie grenzen sich lieber selbst aus, um nicht nach ihren Eltern gefragt zu werden



Tabuisierung / Loyalitätskonflikt

- Die Kinder können keine offene Strategie mit der Auseinandersetzung mit der Krankheit der Eltern entwickeln
- Offene Kommunikation wird als Verrat eingestuft
- Daher reden die Kinder nicht ausserhalb der Familie über die Erkrankung des Elternteils → Tabu
- Folge:
 - Keine Ansprechpartner
 - keine Informationsmöglichkeiten
 - sie sind alleine gelassen
 - Suchen kindliche Erklärungsmuster



Ängste

- Angst vor dem Elternteil, wenn er aggressiv ist.
- Angst um den Elternteil, wenn Suizidhandlungen, -androhungen eine Rolle spielen
- Angst selbst zu erkranken
- Basale Existenzängste, weil die Grundversorgung nicht mehr gesichert ist



Inadäquate Schuldgefühle

- Oft eher bei kleineren Kindern
- Bei der Suche nach einer Erklärung für das veränderte Verhalten des Elternteil suchen sie die Schuld bei sich
- Fragen sich, ob sie durch schlechtes Benehmen, Unfolgsamkeit oder lautes Schreien am Entstehen der Krankheit beteiligt waren



Wichtige Faktoren

für Gespräche mit Kindern über psychische Erkrankung eines Elternteils

- Aufbau einer tragfähigen Beziehung zum Kind
- Schweigepflicht, nicht Heimlichtuerei
- Sicherheit des Kindes
- Entspannte Atmosphäre, an das Kind angepasst



Von der Beziehung zum Vertrauensverhältnis

- Grundlage ist der Aufbau einer tragfähigen **Beziehung** zum Kind/Jugendlichen, die Schaffung eines **Vertrauensverhältnisses**.
- Darauf aufbauend soll es gelingen, innere und äussere Schwierigkeiten zu verstehen, zu bearbeiten und Lösungen zu suchen.
- Therapeutischer Erfolg zeigt sich, wenn Beziehungs- Lern- und Arbeitsfähigkeit, Lebensfreude, Anschluss an altersgemässe Entwicklung und Gruppen (wieder) hergestellt werden kann



Nur reden ist zu direkt

Beziehungsaufbau über Aktivitäten

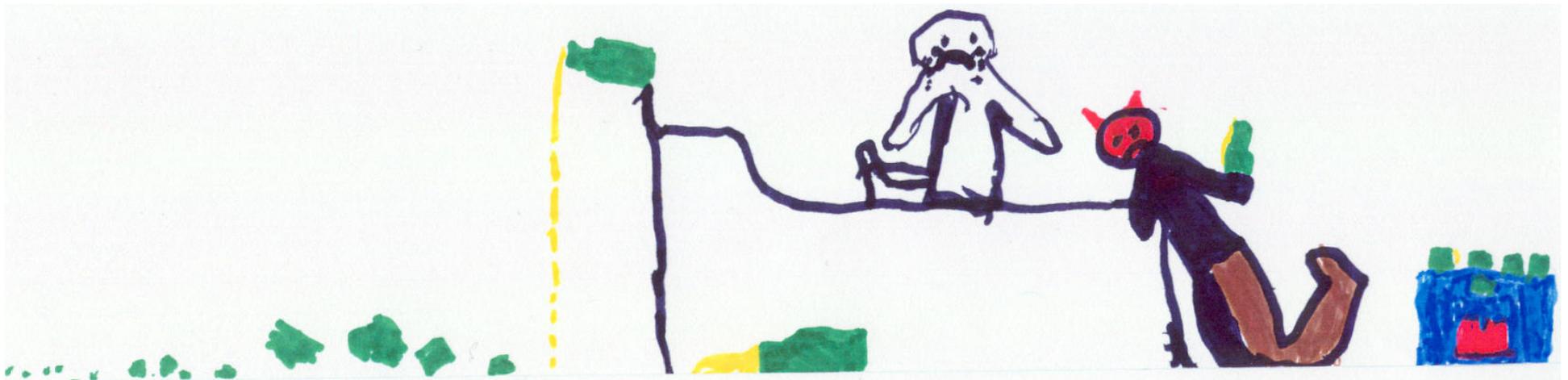
- Spiele
- Bilderbücher
- Zeichnungen
- Spielfiguren
- Rollenspiele
- Geschichten
- indirekte Vorgehensweisen



Zeichnen / Figuren

Das Zeichnen und die Verwendung von Figuren ermöglichen dem Kind:

- das Erlebte zu übertragen,
- den Schrecken bildlich darzustellen,
- seine aktive Position wiederzufinden,
- versuchen, das Ereignis zu beherrschen



Indirekte Vorgehensweisen

- Familie in Tieren



Indirekte Vorgehensweisen

- FARE

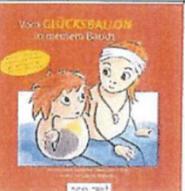


Indirekte Vorgehensweisen

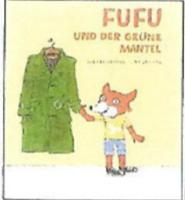
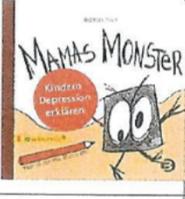
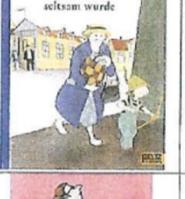
- Playmobil



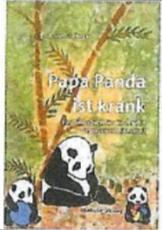
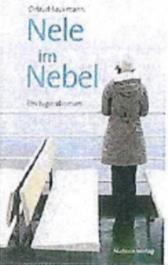
Bilderbücher

	Titel	Autor	Verlag	Jahr	ISBN-Nr.	Thema
	Der beste Vater der Welt	Kerstin Trostmann Rolf Jahn	Balance Buch- und Medienverlag	2010	978-3-867390-57-6	Psychose
	Verwandlungen Wenn Mami oder Papi komisch werden	Natalie Ehrenzweig Iwona Swietlik	Kinder im Gespräch	2013	978-3-033041-41-7	Alkohol
	Blumen für Pina	Anne-Christine Loschnigg-Barmann Otto Schmid Thomas Müller	Mabuse-Verlag	2013	978-3-863211-03-5	Heroinab- hängigkeit
	Papas Seele hat Schnupfen	Claudia Gliemann Nadia Faichney	Monterosa Verlag	2014	978-3-942640-06-0	Depression
	Vom Glücksballon in meinem Bauch	Sandra Fausch Marion Mebes Andrea Wechlin	mebes & noack	2011	978-3-927796-95-9	häusliche Gewalt

Bilderbücher

	Titel	Autor	Verlag	Jahr	ISBN-Nr.	Thema
	Fufu und der grüne Mantel	Vera Eggermann Lina Janggen	AstraZeneca AG INTHERA VASK Schweiz	2004	keine	psychisch krank
	Mamas Monster	Erdmute von Mosch	Balance Buch- und Medienverlag	2014	978-3-867390-40-8	Depression
	Annikas andere Welt	Sigrun Eder Petra Rebhandl- Schartner Evi Gasser	edition riedenburg	2013	978-3-902647-98-6	psychisch krank
	Als Oma seltsam wurde	Ulf Nilsson Eva Eriksson	Beltz & Gelberg	2013	978-3-407761-20-0	Demenz
	Mit Kindern redet ja keiner (Taschenbuch)	Kirsten Boie	Fischer Taschenbuch Verlag	2014	978-3-596805-41-9	psychisch krank

Bilderbücher

	Titel	Autor	Verlag	Jahr	ISBN-Nr.	Thema
	Wenn Mama nicht mehr funktioniert	Cristina Trentini	depressionratgeber.ch	2014	keine	Depression
	Papa Panda ist krank	Anne Südbeck	Mabuse-Verlag	2016	978-3-863212-96-4	Depression
	Was ist mit Mama los?	Anda Blazej	EditionSolo	2008	978-3-9523374-1-7	Depression
	Nele im Nebel Ein Jugendroman	Ortrud Beckmann	Mabuse-verlag	2013	978-3-86321-152-3	psychisch krank

Setting

Bestehende Möglichkeiten EB Thun

- Einzel
- mit Geschwistern
- mit Eltern oder Elternteil
- in Gruppe



Vorteile/Nachteile verschiedener Settings

Einzel

- Individuell
- Anonym

Geschwister

- Austausch über die verschiedenen Wahrnehmungen der Situation
- Rollen in der Familie



Vorteile/Nachteile verschiedener Settings

Mit Eltern

- Informationen über die Erkrankung können je nach dem von Elternteil übermittelt werden

Kinder-Gruppe

- Ich bin nicht alleine mit diesem Thema
- Bessere Reflexion über die eigene Situation durch das Mitbekommen von Situationen anderer Kinder
- Soziale Kontakte zu andern Kinder mit ähnlichem Hintergrund entstehen
- Gegenseitige Unterstützung besteht



Inhaltliche Ziele der Gespräche mit dem Kind

- Sicherheit vermitteln, Unterstützung anbieten
- Fragen zulassen und ehrlich beantworten
- Anliegen ernst nehmen, Gefühle benennen
- Altersangepasst Informationen weitergeben
- Nächste Schritte mit dem Kind planen
- Transparenz bei den eigenen Schritten
- Schmerz und Ängste teilen
- Zuwendung geben und halten



Ziele der Arbeit mit Kinder psychisch belasteter Eltern

- offener Umgang mit der Erkrankung
- Psychoedukation
- wichtige Bezugspersonen etablieren
- Verantwortlichkeiten klären
- Schuldgefühle auflösen



KOALA -Gruppe

Therapiegruppe für Kinder psychisch kranker und suchtkranker Eltern



Alter der Kinder: 7 bis 12 Jahre (1. bis 6. Klasse)

Gruppengröße: 5 bis 10 Kinder

Therapiegruppe: 12 Mal nachmittags

Inhalte:

Bewältigung des Erlebten und Aufbau von Kompetenzen im Umgang mit der Erkrankung der Eltern durch Geschichten, Rollenspiele und Spiele

Durchführung: 1x pro Jahr

Esmeralda – wie geht es Dir?

Manual zur Gruppentherapie für Kinder psychisch kranker Eltern

- Arbeit mit dem Manual



Esmeralda – wie geht es Dir?

Bewältigungsorientierte Gruppen:

- Austausch des gemeinsamen Erfahrungshintergrundes
- der Umgang damit steht im Zentrum

Themen werden

- mit Geschichten aufgegriffen
- in Form von Rollenspielen
- Zeichnungen verarbeitet



Esmeralda – wie geht es Dir?

1. Einführung und Informationen - Verstehen und Erkennen
2. Aufbau von Ressourcen
3. Psychoedukation
4. Verantwortung
5. Unvorhersehbare und schlimme Ereignisse
6. Schuld
7. Mein Notfallplan?
8. Gefühle I
9. Handlungskompetenz
10. Freundschaft
11. Gefühle II
12. Soziale Kompetenz
13. Schwierige Situationen
14. Offene Fragen
15. Abschluss





Herzlichen Dank.
Fragen??

