

Stigmatisierung von psychisch und/oder suchtblasteten Familien

In Deutschland wachsen Schätzungen zu Folge ca. 3,8 Millionen Kinder und Jugendliche (Stand 2017) in psychisch und/oder suchtblasteten Familien auf. Jedoch ist anzunehmen, dass die Dunkelziffer höher ist. Epidemiologische Studien zeigen, dass circa 50 % der psychisch erkrankten Menschen auch Eltern sind.

In Anbetracht dieser Zahlen und der von der WHO prognostizierten Zunahme psychischer Erkrankungen in den nächsten 15 Jahren muss die Lebenssituation, der belasteten Kinder wie auch die Situation der psychisch erkrankten Elternteile in ihrer Elternrolle als Problem in seiner gesellschaftlichen und gesundheitspolitischen Relevanz ernst genommen werden.

Die Kinder von psychisch und/oder suchtblasteten Eltern sind in vielfältiger Weise von den Auswirkungen der Erkrankungen der Eltern und deren psychosozialen Folgen betroffen: neben dem erhöhten Erkrankungsrisiko für eine psychische Erkrankung leiden sie oftmals unter den langfristigen psychischen und sozialen Auswirkungen aufgrund der Erkrankung der Eltern. So sind diese Kinder oftmals zusätzlichen Belastungen ausgesetzt wie beispielsweise einer dysfunktionalen Eltern-Kind-Beziehung, familiäre Disharmonien, soziale Isolation. Einige Familien leiden unter zusätzlichen Belastungsfaktoren wie Arbeitslosigkeit und Armut oder beengten Wohnverhältnissen. Nicht selten werden diese Kinder Zeugen oder Opfer von psychischer und/oder körperlicher Gewalt oder machen traumatisierende Erfahrungen wie bspw. nach Suizidandrohungen oder Zwangseinweisungen der Eltern.

Unter Umständen müssen die Kinder viel Verantwortung übernehmen, können das Verhalten ihrer Eltern schwer nachvollziehen, fühlen sich einsam und hilflos. Oftmals geben sich die Kinder zusätzlich Schuld an der Erkrankung der Eltern. Gefühle der Verunsicherung, Desorientierung, Instabilität und Ängste entstehen aufgrund ihrer Hilflosigkeit und dem Unverständnis gegenüber der Erkrankung der Eltern. Unberechenbarkeit und mangelnde Vorhersehbarkeit prägen das Leben dieser Kinder.

Meistens geschieht dies alles unter einem Deckmantel der Verschwiegenheit. Außerhalb der Kernfamilie weiß niemand von der Erkrankung des Elternteils bzw. der Eltern. Die betroffenen Kinder sind auf Stillschweigen und Deckeln der Erkrankung bedacht.

Somit bleiben die Kinder mit ihrem Gefühl der Verunsicherung und Hilflosigkeit allein. Jüngeren Kindern fehlen neben einer helfenden Bezugsperson einerseits häufig Informationen, andererseits auch Aufklärung über die Erkrankung des Elternteils. Kinder befinden sich immer in einem Abhängigkeitsverhältnis zu ihren Eltern, ihre Existenz hängt von ihren Eltern ab. Dementsprechend machen sie sich Sorgen, entwickeln teilweise massive Ängste und geben sich manchmal auch die Schuld an der Erkrankung der Eltern.

Hierbei können bei den Kindern unter Umständen tiefgreifende Ängste und Einsamkeitsgefühle entstehen, die in eigenen Fällen in einer eigenen psychischen und/oder psychosomatischen Erkrankung münden können (wichtig hierbei: nicht alle Kinder aus psychisch und/oder suchtblasteten Familien erkranken selbst an einer psychischen Erkrankung!).

In der Fachliteratur unterscheidet man meistens in drei Gefühle bei den betroffenen Kindern:

1. **Desorientierung** (emotionale Wechselduschen durch emotionale Stimmungsschwankungen des Elternteils, Verwirrung, ständige Anpassung, in Wahnvorstellungen einbezogen)
2. **Angst** einerseits vor dem erkrankten Elternteil (Gewalt, Drohungen, unberechenbares Verhalten etc.), um das erkrankte Elternteil (Risikoverhalten, Selbstverletzung, Suizid, Unterbringung etc.), Existenzängste und später die Angst selbst zu erkranken

3. **Schuld und Scham** gegenüber dem erkrankten Elternteil („emotionale Erpressbarkeit“) und gegenüber Dritten (Schwierigkeiten, Grenzen zu setzen; sozialer Rückzug).

Mit welchen Schwierigkeiten werden Kinder von psychisch erkrankten Elternteilen noch konfrontiert? Wie gestaltet sich ihre Lebenswelt?

- **Betreuungsdefizite** also auch fehlende Aufmerksamkeit, Zuwendung; gestörte Eltern-Kind-Kommunikation und Interaktion; mögliche gefährdete Versorgung des Kindes und Vernachlässigung des Haushaltes
- **Parentifizierung:** Kind übernimmt die Elternrolle, Aufgaben im Haushalt oder bei der Betreuung der Geschwister, was zu Überforderung und Verlust der kindlichen Unbeschwertheit führen kann
- **Aggressionen der Eltern gegenüber dem Kind:** negatives Klima innerhalb der Familie, verbale Angriffe; seltener Gewalttätigkeiten
- **Tabuisierung:** Sätze wie „darüber spricht man nicht“, Erkrankung wird „unter den Teppich gekehrt“; teilweise Verbot mit anderen darüber zu sprechen, was zu Loyalitätskonflikten beim Kind führt
- **Isolation:** Kind kann sich niemanden öffnen, was zu Verschlussenheit führt, Kind entwickelt wenig Vertrauen zu anderen Menschen; sozialer Rückzug
- **Traumatische Trennungen:** teilweise dramatische Einweisungsszenen

Das Tabuisieren der Erkrankung hat sich als zusätzlicher Belastungsfaktor für Kinder aus psychisch belasteten Familien herausgestellt. Die familieninterne Tabuisierung beeinflusst die Kommunikation über die Krankheit in familienexternen Kontexten erheblich. In Familien, in denen ein offener Gesprächsstil gepflegt wird, fühlen sich die Kinder einbezogen und weniger hilflos hinsichtlich der Erkrankung des Elternteils. Viele Studien zeigen, dass sich die Kinder, in deren Familien offener mit der Erkrankung umgegangen wird, weniger ausgeliefert fühlen, weniger ängstlich sind und weniger Schuld- und Schamgefühle erleben. Außerdem können sie sich außerfamiliären Bezugspersonen besser anvertrauen. Somit sind sie in der Lage, sich entsprechende Hilfe zu suchen und diese anzunehmen, was sich auf die psychische Gesundheit des Kindes positiv auswirkt.

Das SOS-Kinderdorf hat hilfreiche Tipps zusammengestellt, wie Eltern mit ihren Kindern über die eigene psychische Erkrankung reden können.

<https://www.sos-kinderdorf.at/aktuelles/themen/familientipps/uber-psychische-krankheiten-sprechen>

Hier finden Sie einen Leitfaden für Fachkräfte zum stigmasensiblen Umgang mit Kindern psychisch erkrankter und suchterkrankter Eltern:

<https://www.addiction.de/leitfaden-kinder-psychisch-krankter-und-suchtkrankter-eltern/>