

Die vergessenen Kinder – ein beispielhaftes Präventionsprojekt für Kinder psychisch kranker Eltern



«Ich wusste nie, was mich zu Hause erwartet, wenn ich von der Schule heimkam. Mal gab es ganz normal Mittagessen und ich hörte meine Mutter in der Küche singen. Mal schrie und schimpfte sie und es roch nach Alkohol – dann wusste ich, dass ich für meinen kleinen Bruder und mich etwas zu Essen organisieren musste.» So und ähnlich erz

zählen mir einige meiner nunmehr erwachsenen Patientinnen und Patienten ihre Geschichte; manchmal berichten sie auch über Misshandlungen und Angst oder über abgedunkelte Zimmer und tagelanges Im-Bett-Liegen der Mutter.

«Ich konnte mit niemandem über die Situation bei uns zu Hause reden.»

Erst als Erwachsene lernen sie zu verstehen, was ihnen als Kind widerfahren ist: wie die ständige Anspannung und Angst sie beeinträchtigten, wie irrationale diffuse Schuldgefühle sie verwirrt und belastet haben, wie sehr die Ereignisse zu Hause mit Scham behaftet waren und deshalb nirgends thematisiert werden konnten. Aber wie sollten die Kinder verstehen, was vor sich ging, wenn nicht darüber geredet werden durfte? Wie sollten sie mit den Loyalitätskonflikten fertig werden, wenn sie zum Beispiel in der Schule doch einmal auf die Situation zu Hause angesprochen wurden oder wenn ganz einfach jemand fragte, warum denn die Schulleistungen so schlecht geworden seien? Bei manchen verschwand der kranke Elternteil auch in einer psychiatrischen Klinik – wieder ohne dass irgendjemand den Kindern etwas erklärt hätte. «Niemand hat je mit mir über die psychische Krankheit meines Vaters gesprochen!» Viel zu oft habe ich in meiner langjährigen psychotherapeutischen Praxis diesen Satz gehört. Viel zu oft auch sind die Kinder von gestern die Patientinnen und Patienten von heute – das muss nicht sein!

Eine Winterthurer Forschungsgruppe hat sich der Thematik Kinder psychisch kranker Eltern angenommen. Auf Seite 1521 dieser Ausgabe der Schweizerischen Ärztezeitung stellen die Autorinnen und Autoren ihr Projekt vor, das die Grundlagen liefern soll für eine bessere Betreuung dieser vulnerablen Gruppe – allein im Kanton Zürich sind das schätzungsweise 4000 Kinder. Wichtiger Ansatzpunkt des Projektes ist die interdisziplinäre Zusammenarbeit: Sehr viel ist zu gewinnen, wenn sich die verschiedenen Akteure innerhalb des Gesundheitswesens koordinieren und darüber hinaus mit den verschiedenen involvierten Helfersystemen kooperieren. Denn wenn der Hausarzt einer Patientin, die er nach einem Aufenthalt in einer psychiatrischen Klinik erneut betreut, bemerkt, dass zu Hause bei der Patientin Hilfe nötig wäre – an wen kann er sich wenden? Kommt die Psychiaterin auf die Idee, den schulpädagogischen Dienst einzubeziehen, wenn sie realisiert, dass das Kind ihres Suchtpatienten in der Schule unter Druck gerät? Weiss die Mütterberaterin, auf was sie achten muss, wenn sie eine depressive Mutter in der Beratung hat und wen sie beiziehen kann, wenn es notwendig ist?

Weil die betroffenen Familien häufig mehrfach belastet sind, ist die Koordination und Zusammenarbeit verschiedener Fachstellen umso wichtiger. Vielfach weisen die Eltern ein niedrigeres Bildungsniveau auf, sind vermehrt von Arbeitslosigkeit betroffen, und öfter als im Durchschnitt ist nur ein Elternteil – in der Regel die Mutter – vorhanden. Mitunter ist es für diese Familien sehr schwierig, über die Probleme zu reden, die sich aufgrund der psychischen Erkrankung eines Elternteils ergeben. Deshalb ist es von unschätzbarem Wert, dass betroffene Eltern in das Projekt miteinbezogen und danach befragt werden, was sie als Hilfe empfinden und was eben auch nicht.

Die Zusammenarbeit der verschiedenen Fachleute ist zentral bei der Betreuung von Familien mit einem psychisch kranken Elternteil.

Das Winterthurer Projekt ist selber Resultat einer beispielhaften interdisziplinären Zusammenarbeit, wie sie es für die Betreuung der «vergessenen Kinder» anstreben. Indem alle über den Rand ihres Fachgebietes geschaut haben, die Perspektiven verschiedener Berufsgruppen eingeflossen sind und auch die Betroffenen einbezogen wurden, ist ein vielversprechendes Projekt entstanden, dem wir eine gute Realisierung und eine Ausstrahlung auch über die Kantonsgrenzen hinaus wünschen.

Dr. med. Christine Romann, Psychiaterin, Mitglied des Zentralvorstands der FMH, Verantwortliche Ressort Gesundheitsförderung