

# **Psychisch kranke Eltern und ihre Kinder in der KiTa**

## **Einleitung**

Psychische Erkrankungen der Eltern können zu schweren Belastungen und Gefährdungen der Kinder führen. Die KiTa ist meist der Ort, wo die Überforderung und die Not der betroffenen Familien zuerst wahrgenommen werden, so dass es hier möglich ist, auf die Bedarfe der Kinder und Eltern einzugehen und entlastende und fördernde Maßnahmen zu initiieren.

*Dipl.-Psych. Jessika Kuehn-Velten*

*Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Insoweit erf. Fachkraft im Kinderschutz*

*Ehem. Vorstand der BAG der Kinderschutz-Zentren*

*Dr. med. Michael Hipp*

*Arzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie*

*ehem. Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes Hilden*

## **Auswirkungen der psychischen Erkrankungen auf das Erziehungsverhalten der Eltern**

### ***Störung der Stressbewältigung***

Bei psychisch kranken Menschen finden sich häufig emotionale Mangelereignisse in der Kindheit. Hinzu kommen traumatische Erfahrungen wie Gewalt oder sexueller Missbrauch. Eine so belastete Bindungsgeschichte führt zu einer Fehleinstellung des unwillkürlichen vegetativen Nervensystems. Die betroffenen Eltern sind auch im Ruhezustand angespannt, ängstlich-depressiv oder reizbar. Häufig treten Schmerzsyndrome auf, für die sich keine organische Ursache identifizieren lässt. Schwere Schlafstörungen sind mit schweren Alpträumen verbunden. Nach längeren Phasen solcher Übererregung kann es zu plötzlichen psychischen Abschaltreaktionen mit Apathie, Trancezuständen und Gefühllosigkeit kommen. Der rasche Wechsel ihrer emotionalen Zustände führt zu einer zusätzlichen Verunsicherung, so dass sie sich auch geringfügigen zusätzlichen Anforderungen nicht gewachsen fühlen. Daher übersteigt bei den Eltern schon die Basisversorgung der Kinder die Stresstoleranz. Die resultierenden Funktionsdefizite können alle Lebensbereiche betreffen wie zum Beispiel Erwerbstätigkeit, Haushaltsorganisation sowie Ernährung und Körperhygiene der Kinder.

### ***Beeinträchtigung von Fürsorgeverhalten und der Impulskontrolle***

Die Geburt eines Kindes reaktualisiert bei psychisch belasteten Eltern die eigene Bindungsgeschichte. Das Bindungsverhalten des Kindes d.h. dessen Ausdruck

von Angst, Trostbedürfnis und Ärger, wird zum „Trigger“, also zum Auslöser einer Erinnerung an Mangel, Schmerz und Einsamkeit in der Kindheit. Dadurch wird das intuitive Fürsorgeverhalten der Eltern unterdrückt. Sie erleben das Kind als Quelle der Überforderung und Bedrohung. In extremen Stressmomenten kann es zu Impulskontrollverlusten kommen mit panikartiger Handlungsunfähigkeit oder dem Ausdruck heftigen Ärgers bis hin zu gewalttätigen Übergriffen. Die Resonanz der Eltern gegenüber ihren Kindern wird somit weniger von den Bedürfnissignalen der Kinder als von den eigenen aktuellen Befindlichkeiten bestimmt. Die Kinder erleben ihre Eltern in einem unberechenbaren, von ihnen unbeeinflussbaren Wechsel von liebevoll-fürsorglichen, ängstlichen, ängstigenden oder emotional unzugänglichen Verhaltensweisen. Dadurch gelingt es ihnen nicht, ein kohärentes Bild von sich selbst und der sozialen Umwelt zu entwickeln. Ihre Selbstwirksamkeitsüberzeugungen werden geschwächt. Der Aufbau einer stabilen Identität wird gefährdet.

### ***Belastung der Beziehungsfähigkeit***

Menschen mit einer belasteten bis traumatisierenden Bindungsgeschichte entwickeln ein diffuses Bedrohungsgefühl, das häufig mit einem Misstrauen gegenüber anderen, aber auch gegenüber sich selbst d.h. den eigenen Fähigkeiten und der eigenen Selbstwirksamkeit verknüpft ist. In ihren Beziehungen werden gleichzeitig das auf Verteidigung ausgerichtete Bedrohungssystem und das Intimität ermöglichende Bindungssystem aktiviert. Daraus entwickelt sich ein höchst widersprüchliches Kontaktverhalten. Auf der einen Seite signalisieren sie den Bezugspersonen ein intensives Interesse an Nähe, manchmal sogar eine Abhängigkeit von emotionaler Versorgung, auf der anderen Seite zeigen sie sich abweisend und verteidigen ihre Autonomie. Ihre Wahrnehmung wird von einer Gut-Böse-Spaltung bestimmt. Gegenüber ihrem privaten Umfeld, aber auch gegenüber den Institutionen imponiert daher ein abrupter Wechsel von idealisierenden, fast schon verführerischen Interaktionen und aggressiv entwertendem Verhalten. Dadurch kann eine „Hopping-Dynamik“ entstehen mit einem ständigen Austausch von privaten Bezugspersonen aber auch einer Diskontinuität in institutionellen Zusammenhängen wie zum Beispiel bei Kinderärzten, KiTas, Schulen und Arbeitsplätzen.

### **Auswirkung der psychischen Erkrankung auf die Kooperationsfähigkeit der Eltern**

Kinder psychisch kranker Eltern zeigen in den ersten Lebensjahren häufig motorische und sprachliche Entwicklungsverzögerungen, Aufmerksamkeitsdefizitsyndromen und Verhaltensauffälligkeiten. Manchmal sind diese Merkmale verbunden mit Hinweisen auf eine physische Vernachlässigung wie z.B. unzureichende Körperhygiene oder ungesunde Ernährung. Sehr häufig werden die Symptome erstmals in der KiTa registriert und problematisiert. Die dort verantwortlichen

Fachkräfte suchen in der Regel den Kontakt zu den Eltern, um über pädagogische und diagnostische Maßnahmen sowie über Förder- oder Behandlungsstrategien zu beraten. Aufgrund ihrer misstrauischen Grundhaltung und ihres beeinträchtigten Selbstwerterlebens verstehen die Eltern auch diskrete Andeutungen von Defiziten ihrer Kinder oder von Kritik an ihrem Erziehungsverhalten als Hinweis, dass sie „schlechte Eltern“ seien. Sie entwickeln Schuldgefühle und Angst vor einer Infragestellung ihrer Erziehungsfähigkeit. Aus ihrem Bedrohungserleben und ihrer hoher Kränkbarkeit heraus reagieren manche Eltern mit Unverständnis und Verleugnung. Sie behaupten, das Problem trete nur in der KiTa auf und beweise das Versagen der Erzieher/innen. Die Einbeziehung anderer Fachinstitutionen wird entschieden abgelehnt. Der Kontakt mit dem Jugendamt soll unbedingt vermieden werden, da eine Herausnahme der Kinder antizipiert wird. Andere Eltern reagieren panisch, verzweifelt oder hilflos und verweisen direkt auf ihre Überforderung. Eventuell werden wiederholt Versprechungen für eine Veränderung des Erziehungsverhaltens gemacht, die dann nicht umgesetzt werden. Wenn die KiTa weiterhin auf eine Gefährdung des Kindeswohls hinweist und auf eine Veränderung besteht, kann es zu aggressiven und anklagenden Äußerungen der Eltern oder zu einem Kontaktabbruch bis hin zu einer Herausnahme der Kinder aus der KiTa kommen.

### **Kontaktgestaltung mit psychisch kranken Eltern im Kontext der KiTa**

Der Umgang mit psychisch kranken Eltern erfordert spezifische Handlungsstrategien und methodische Kenntnisse. Dabei geht es vorrangig um die Herstellung von Sicherheit im Rahmen angemessener Struktur- und Beziehungsangebote. Nur dadurch kann eine Belastung der Kommunikation durch das starke Bedrohungserleben der Eltern verhindert werden. Jede Thematisierung von Auffälligkeiten der Kinder oder von Erziehungsdefiziten der Eltern muss sehr behutsam erfolgen. In einer Atmosphäre gegenseitiger Wertschätzung sollte die Ressourcenperspektive betont werden. Denn auch psychisch belastete Eltern lieben ihre Kinder und wollen deren Entwicklung fördern. Doch ihre Kompetenzen einschließlich der Fähigkeiten zu Selbstreflexion, Empathie und Realitätsprüfung werden immer wieder von negativen emotionalen Zuständen blockiert. Um einen realistischen Hilfebedarf zu definieren und in praktische Unterstützung zu übersetzen, ist es daher wichtig, die Fähigkeiten und die Verantwortungsbereitschaft der Eltern zu fördern und Defizite zu kompensieren. Dabei verstärkt jede Überforderung die eher ungünstigen Überlebensstrategien der Eltern wie z.B. Verleugnung, feindselige Kontrolle, Kontaktvermeidung, Suchtmittelmissbrauch etc. Daher müssen diesbezügliche Warnsignale sorgfältig registriert und sofort adressiert werden. Dazu gehören die zunehmende Abwesenheit der Kinder in der KiTa, Absinken der Hygienestandards, abwertende oder vorwurfsvolle Äußerungen im Elternkreis, Klagen über „Mobbing“ der Kinder, Drohungen mit einem KiTa-Wechsel etc. Bei Beschwerden der Eltern unter Einbeziehung der Vorgesetzten geht es

vordergründig um einzelne sachbezogene Kritikpunkte, meist aber um Kränkungserlebnisse im Kontakt zu den Fachkräften. Frühzeitige Deeskalation von Konflikten mit Vermeidung gegenseitiger Schuldzuweisungen sowie ein ständiger Abgleich der gegenseitigen Erwartungen verhindert den Vertrauensverlust und den Kontaktabbruch. Auch wenn eine derartig aufwändige Kontaktgestaltung im KiTa-Alltag schwer umsetzbar erscheint, bildet sie doch die Voraussetzung, um eine Kooperationsbeziehung mit den Eltern zur Förderung der Kinder aufrechtzuerhalten. Regelmäßige Supervisionen oder Interventionen können die KiTa-Teams beim Fallverstehen und der Identifizierung von ungünstigen Übertragungskonstellationen unterstützen.

### **Psychisch erkrankte Eltern – Auswirkungen auf die Kinder**

Die Auswirkungen betreffen das Erleben der Kinder, ihre Stimmung und Emotionalität, ihren Alltag, ihr Verhalten und ihre Beziehungsgestaltung. Je jünger sie sind, wenn der Elternteil psychisch erkrankt, desto weitreichender sind voraussichtlich die Folgen. Eine große Rolle spielt, in welchen sonstigen Bezügen die Kinder leben. Gibt es einen psychisch stabilen Elternteil, Verwandte oder Freunde der Familie, die für ein Kind gut und sicher verfügbar sind, werden die Auswirkungen sich weniger deutlich zeigen, als wenn der psychisch kranke Elternteil alleinerziehend ist und keine Unterstützung hat. Natürlich kommt der KiTa, der Beziehung des Kindes zu den Erzieherinnen und Erziehern, ein großer Stellenwert im Sinne einer Ressource zu – hier verbringt das Kind ja oft einen großen und gut gerahmten Teil seines Alltags. Auch wenn bei den Fachkräften gelegentlich das Gefühl entsteht, ihr Engagement reiche nicht aus, um die betroffenen Kinder hinreichend zu halten und zu begleiten – die positive Kraft der KiTa-Arbeit darf keinesfalls unterschätzt werden.

### **Besondere Belastungen für die Kinder**

Kinder brauchen Eltern, Bindungs- und Beziehungspersonen, die aufmerksam auf sie sind, sie mit ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen gut wahrnehmen und feinfühlig beantworten. Sie brauchen Orientierung und Sicherheit, verlässlichen Kontakt, liebevolle Beziehung und Förderung in ihrer Entwicklung. Genau diese Dinge stehen auf dem Prüfstand, wenn Eltern psychisch erkrankt sind.

#### ***Psychische Erkrankung und die Bindungsentwicklung***

Bei sehr jungen Kindern treffen die Schwierigkeiten der psychisch kranken Eltern auf die Bindungsentwicklung, die Balance zwischen der Suche nach und

dem Erleben von Sicherheit einerseits, dem Entdecken der Welt und der Neugier darauf andererseits. Der psychisch belastete Elternteil lebt meist für sich selbst nicht in einer guten Balance, die Mutter oder der Vater fühlt wenig eigene Sicherheit und kann diese nicht gut vorleben und vermitteln, steht selbst nicht vertrauensvoll-neugierig der Welt gegenüber. Die Problematik der Erregungssteuerung der Eltern hindert die so wichtigen Erfahrungen angenehmer geteilter Erregung und Freude mit sanften und nachhaltenden An- und Abstiegen. Die Säuglinge und Kleinkinder werden nicht gut wahrgenommen und häufig unter- oder überstimuliert. Die Benennung der Gefühle der betroffenen Kinder ist den psychisch belasteten Eltern nicht möglich. In der Folge können bei den jungen Kindern bereits unspezifische Stresszeichen wie Situations- und Kontakt-Vermeidung, Ängstlichkeit, Apathie und klaglose Anpassung oder exzessives Schreien entstehen.

### ***Herausforderungen im Alltagsleben mit psychisch erkrankten Eltern***

Eine besondere Schwierigkeit besteht für die Kinder darin zu verstehen, was mit dem Elternteil und in der Familie geschieht. Kinder nehmen wahr, dass etwas nicht stimmt, dass Mutter oder Vater sich verändern, ständig anders sind als eben noch, anders reagieren als andere Erwachsene – sie können dies aber nicht einordnen. Die Gefühlslage und Verhaltensweisen der Eltern sind nicht vorhersehbar, nicht berechenbar und schaffen damit Unsicherheit und Irritation. Wenn die Eltern wiederum nicht gut wahrnehmen und wahrhaben können, dass sie erkrankt sind, wenn sie nicht über ihre Schwierigkeiten sprechen können, da Probleme eher verheimlicht und tabuisiert werden, bleiben die Kinder in ihrer Desorientierung stecken. Sie erleben Beängstigung, unter Umständen auch die Bedrohlichkeit im Verhalten des betroffenen Elternteils. Und sie fragen sich, wie es Kinder ja häufig tun, ob es etwas mit ihnen zu tun hat, dass es Mutter oder Vater schlecht geht. Schuldgefühle sind die Folge. Wenn die Eltern etwa in der KiTa laut auftreten, mit den Fachkräften erregt streiten, ausrasten, schämen sich die Kinder. In der Folge ziehen sie sich nicht selten zurück, isolieren sich, ähnlich wie es häufig auch die betroffenen Eltern und Familien tun.

Gleichzeitig sind sie in großer Sorge um die Eltern, wollen ihnen helfen, sie unterstützen. Manche Kinder tun auch schon im KiTa-Alter viel im Haushalt, versuchen, ihre Eltern zu versorgen, übernehmen Verantwortung, sind parentifiziert. Als schlimm erleben sie, wenn ihre Fürsorge nicht hilft, wenn all ihre Ideen nicht bewirken, dass der Vater sich beruhigt, wenn ihr Trösten nicht dazu führt, dass es der Mutter besser geht, wenn sie ihr eigenes Scheitern und ihre Hilflosigkeit spüren – und niemand ihnen erklärt, dass und warum sie die Situation nicht steuern können. Loyalität ist ein großes Thema: zu Mutter oder Vater

halten, nichts erzählen, sie nicht verraten. Für die Fachkräfte in der KiTa ist das oft schwer auszuhalten – und doch ist es so wichtig, nicht aufzuhören, die Kinder im Blick zu halten, ihnen zu vermitteln, dass sie in Ordnung sind, ihnen zu zeigen, dass es Hilfe geben kann, die nicht anklagt und nicht verurteilt.

### ***Kindeswohlgefährdung bei psychischer Erkrankung***

In Familien bei psychischer Erkrankung eines oder beider Elternteile kann es zu Gefährdungslagen und Risikokontexten kommen. Die Einschätzung der Gefährdung verändert sich nicht grundsätzlich durch das Wissen um eine psychische Erkrankung der Eltern. Wichtig ist, bei der beobachtbaren Wirklichkeit zu bleiben. Schlechte körperliche wie emotionale Versorgung, Vernachlässigung, fehlende Förderung, Gewalthandeln als körperliche oder seelische Gewalt im Ausdruck der ungesteuerten Emotionalität und Impulsivität der Eltern können Gefährdungslagen sein – aber ebenso auch gravierende Verhaltensauffälligkeiten der Kinder in der Folge des Miterlebens der psychischen Erkrankung, die ihre Entwicklung nachhaltig beeinträchtigen, ohne dass die Eltern zu einer Problemsicht oder Hilfeakzeptanz zu gewinnen wären. KiTa-Fachkräfte haben gesetzlich verankerten Anspruch auf die Beratung zur Gefährdungseinschätzung durch eine Insofern erfahrene Fachkraft im Kinderschutz und sollten diese Möglichkeit, einzeln oder als Team, auch im Themenfeld Kinder psychisch kranker oder belasteter Eltern nutzen. Hier werden noch einmal sorgfältig die Ressourcen und Belastungsfaktoren in der Familie abgeglichen – und hier können auch anstehende Gespräche zur Abwendung einer Gefährdung mit den Kindern und Eltern vorbereitet werden.

## **Unterstützung für Kinder psychisch kranker Eltern – was hilft**

### ***Mit Kindern im Kontakt und Gespräch in der KiTa***

Die Fachkräfte in der KiTa machen sich Sorgen um Kinder, ohne in der Regel zu wissen, ob hinter ihren Besonderheiten im Verhalten und in der Emotionalität die psychische Erkrankung eines Elternteils steht. Genau bei den Sorgen zu bleiben ist aber erst einmal richtig. Die betroffenen Kinder sollen wie alle Kinder spüren können, dass sie wichtig sind, ernst genommen werden, dass ihnen zugehört wird. Sie dürfen – ohne Forderung, etwas erzählen zu müssen – erfahren, dass die Erzieherin, der Erzieher sich um sie sorgt. Sie merken, dass die Erwachsenen in der KiTa Bedürfnisse berücksichtigen, bemüht sind, den Kindern Schweres leichter zu machen. Das Angebot, dass ein Kind jederzeit eine Fachkraft ansprechen darf, wenn es das braucht, ist ein guter Ansatzpunkt, genauso wie die Versicherung, selbst wieder auf das Kind zuzukommen, wenn die Sorgen nicht aufhören. Zwar können die Kinder auch befürchten, gefragt zu werden und etwas zu ‚verraten‘. Und doch: Nicht zu fragen, sie nicht anzusprechen wäre ebenso eine Botschaft, eine des Wegsehens, die keine Alternative ist. Ganz

wichtig ist gerade für junge Kinder, dass die Fachkräfte in der KiTa auch ihre Eltern wertschätzen. Und da schließt sich ein Kreis: Die Eltern behutsam für Hilfe und für eine Sicht auf die Bedürfnisse ihrer Kinder zu gewinnen, geschieht nicht nur für die Eltern, sondern unmittelbar für die Kinder, die ihre Eltern lieben und brauchen, unabhängig von psychischer Erkrankung.

### ***Kinder stärken und Resilienz fördern***

Es gibt richtig gute Nachrichten für Fachkräfte in der KiTa – das, was sie mit den Kindern im Alltag tun, hilft diesen bereits, Fähigkeiten zu entwickeln, mit denen sie besser durch Belastungen und Krisen kommen können: Kreativität anregen und leben, Wirksamkeitserfahrungen unterstützen, Spaß haben dürfen, im Rahmen guter und verstehbarer Regeln und Orientierung handeln, Kinder beteiligen. In der Arbeit mit Kindern psychisch kranker Eltern ist die Förderung von Gefühls-wahrnehmung, -benennung, -ausdruck und -steuerung besonders wichtig. Psychische Erkrankungen sind vor allem durch emotionale Störungen und Krisen bestimmt, die sich als Einschränkungen in der emotionalen Entwicklung, in der Differenzierung und Vielfalt von Gefühlserleben auch bei den Kindern manifestieren können. Je breiter und handhabbarer die Gefühlswelt in der KiTa angelegt wird, desto größer wird hier der Schutzfaktor. Mit am meisten hilft den Kindern, wenn sie die Welt gut verstehen können und erklärt bekommen. Das kann KiTa leisten – nicht allerdings oft bezogen auf die Krankheit und Belastung ihrer Eltern. Hierfür müssen wiederum die Eltern gewonnen werden. Die Krankheit einordnen zu können ist der beste Schutz für Kinder davor, später selbst psychisch zu erkranken.

### **Fazit**

Fachkräfte gestalten die KiTa durch verlässliche Struktur- und Bindungsangebote zu einem sicheren Ort, den besonders Kinder psychisch kranker Eltern für ihre Ressourcenentwicklung und Resilienzstärkung benötigen. Eine berufsbegleitende Qualifizierung der Fachkräfte ermöglicht einen kompetenten Umgang mit den betroffenen Familien mit Sicherstellung des Kindeswohls. Angesichts der Komplexität der mit den psychischen Erkrankungen verbundenen Probleme ist eine enge Vernetzung der KiTa mit den Institutionen des Gesundheitswesens und der Jugendhilfe erforderlich.