

figura terapeutica

Bei anderen Kindern ist etwas anders als bei uns zuhause

Ein Präventionsangebot in Basel und Zürich zur professionellen Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit einem psychisch kranken Elternteil

Brigit Oplatka

Laut der Studie einer Arbeitsgruppe der Integrierten Psychiatrie Winterthur (ipw), der Hochschule für Soziale Arbeit (HSSAZ) und des Sozialpädiatrischen Zentrums der Kinderklinik des Kantonsspitals Winterthur (SPZ) sind allein im Kanton Zürich rund 4000 Kinder und Jugendliche täglich mit der psychischen Erkrankung eines Elternteils konfrontiert. Die Dunkelziffer liegt höher. Ein schweizweit im sozial-psychotherapeutischen Bereich einzigartiges Angebot möchte mit den Mitteln der Kunst- und Ausdrucks-therapie die betroffenen Kinder begleiten und stärken. Das Angebot der Stiftung Melchior in Basel wurde im Rahmen des Jahreskongresses der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie SGPP mit dem Förderpreis «Prix Perspektiv 2007» der Firma Janssen-Cilag ausgezeichnet. Im Oktober 2010 hat das von der VASK Zürich getragene Präventionsangebot für Kinder den ersten Preis der Clenia Gruppe für soziales Engagement erhalten.

Ein Gespräch mit den Kunst- und Ausdruckstherapeutinnen vom Basler Kinderangebot Lydia Bosshard und Jutta Frei.

Psychische Erkrankungen haben zugenommen. Worauf führt ihr dies zurück?

JF: Unsere Kultur formuliert einen unbarmherzigen Anspruch auf Leistung, Jugend und Schönheit. Viele Menschen sind durch die Schnelllebigkeit und Reizüberflutung überfordert. Persönliche und familiäre Dramen können vielfach nicht mehr angemessen eingeordnet werden, denn gesellschaftliche Instanzen und soziale Netze, die früher halfen, persönliches Leid zu kompensieren und Orientierung zu bieten, sind erodiert.

LB: Der Druck am Arbeitsplatz ist um ein Vielfaches gestiegen, Pausen und Rückzugszeiten fehlen. Dazu kommt die Existenzangst: Menschen, die zu psychischen Erkrankungen tendieren, stehen am Arbeitsplatz bei Entlassungen ganz vorne. So verstärkt die Angst vor Entlassung die Tabuisierung, die Scham und die Sprachlosigkeit. Menschen brauchen aber zu ihrem Wohlbefinden ganz dringend soziale Sicherheit.

Wie kann die Öffentlichkeit auf die Bedürfnisse der Kinder psychisch kranker Eltern sensibilisiert werden? Sollte es mehr «aufmerksame Dritte» geben? Was ist die Rolle der Schule?

LB: Die Förderung der Enttabuisierung, der Entstigmatisierung psychischer Krankheiten durch Öffentlichkeitsarbeit, die aufklärt und sensibilisiert, ist absolut dringend. Die Kinder sind mehrheitlich in der Schule, dies ist für sie ein wichtiger Ort. Es gibt immer mehr Anfragen an uns, am runden Tisch in der Schule und in weiteren Institutionen dabei zu sein. Oft reagieren Lehrpersonen mit Ängsten und können nicht einordnen, was das Kind zuhause erlebt und wie dies sein Verhalten beeinflusst. Durch Aufklärung über psychische Erkrankungen können Vorurteile, Ängste und Hilflosigkeit abgebaut werden.

Was bedeutet es für ein Kind, wenn ein Elternteil psychisch erkrankt ist?

JF: Der Eintritt der Erkrankung bedeutet eine radikale Veränderung im ganzen Familiensystem. Alle sind von dem Umbruch betroffen und erleben Verunsicherung und Verwirrung – bis hin zu den Grosseltern. Auf einmal ist nichts mehr so wie vorher. Wenn die Mutter oder der Vater wegen einer erstmalig akut auftretenden Krise in eine psychiatrische Klinik muss, bedeutet das für viele Kinder einen Schock. War die Erkrankung hingegen immer schon da, kennen die Kinder keine andere Normalität. Oft merken sie erst später, dass es in anderen Familien anders ist.



Malende Hände. Foto: xvg.

erfahren sie, dass sie wagen dürfen, Ablösungsideen von ihren Eltern zum Ausdruck zu bringen. Sie erfahren, dass sie sich nicht schuldig fühlen müssen, wenn sie sich lösen wollen, obwohl Eltern krank sind. Auch wütend zu sein ist ok.

LB: Oft ist es ein langer Weg, bis ein Kind seine eigenen Bedürfnisse spüren und zulassen kann. Denn zuhause sind die Kinder in der Anpassung, das Leben kreist um das erkrankte Familienmitglied. Hier dürfen die Kinder einfach wieder Kind sein. Zudem merken sie, dass wir da sind, um konkrete Hilfeleistung zu erbringen, das heisst, wir stützen die Kinder gezielt, wenn sie zuhause etwas verändern möchten. Das Positive fliesst in die Familie zurück, stärkt dort die ganze System. Ein Kind hat zu Hause ein neues Spiel eingeführt: «Wir spielen Kinderangebot: Möchtet ihr lieber malen, plastizieren oder ein Spiel spielen?» Die Familie, in der seit der psychischen Erkrankung des Vaters keine gemeinsamen Aktivitäten mehr gepflegt wurden, hat dieses gemeinsame Spielerleben wieder in den Alltag aufgenommen.

Wie kann Elternarbeit mit stark belasteten Eltern gelingen?

LB: Eltern, die ihr Kind anmelden, haben ein Gespür, dass es ihnen oder ihrem Partner nicht gut geht, und dass das Kind darunter leidet. Eltern sind froh, entlastet zu werden. Für das Kind nicht mehr wie früher da sein zu können, ist neben der Erkrankung eine zusätzliche Sorge und Belastung. Darum ist ein Vertrauensaufbau auch mit den Eltern so wichtig. Die ganze Familie und auch neue Partner sowie Grosseltern, Paten und Freunde sind willkommen. Die Elterngespräche haben sich im Verlauf des Aufbaus des Kinderangebots intensiviert.

JF: Anfangs sind viele Ängste da: Wer sind diese Begleiterinnen? Was passiert mit meinem Kind? Unser Ansatz ist, den Eltern zu vermitteln: Trotz ihrer Erkrankung sind sie die Eltern und behalten die erzieherische Kompetenz. Psychisch kranke Eltern sind sehr verletzlich: Es wird während einer Krise viel über sie bestimmt. Es ist wichtig, die Eltern mit einzubeziehen.

LB: Wenn Termine verpasst werden, bleiben wir wertschätzend, im Wissen, dass unerhörte Belastungen zu bewältigen sind und dass so viel organisiert werden muss oder dass Kinder manchmal ganz einfach überfordert sind, wenn sie selber die Verantwortung für den Terminplan tragen müssen. Unsere Haltung ist, tragend umzugehen und die Ressourcen der Kinder sowie der Familie wahrzunehmen und zur Entfaltung zu bringen. Bei auffallenden Symptomen vermitteln wir fachliche Hilfe, immer in Rücksprache mit den Eltern.

Lydia Bosshard ist Mal- und Gestaltungs-therapeutin MGT - E. Brenner, Kunst- und Ausdruckstherapeutin ISIS, Lehrtherapeutin, Praktikumsleiterin, Leiterin für Jeux dramatiques, Musikgrundschul- und Theaterpädagogin, Spielgruppenleiterin und hat mehrjährige Erfahrung in psychiatrischen Kliniken, Schulen, Lehrlings- und Erwachsenenbildung. Seit 2005 ist sie Mitinitiantin und Begleiterin des Basler und Zürcher Angebots für professionelle Begleitung für Kinder und Jugendliche mit einem psychisch kranken Elternteil.

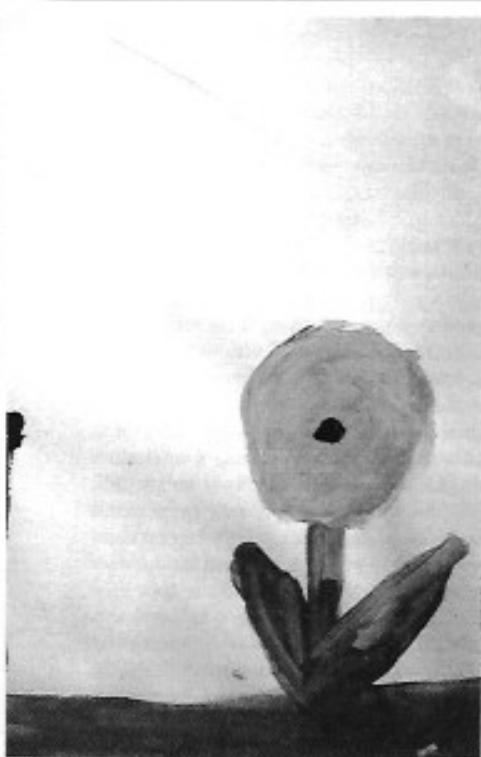
Jutta Frei ist Kunst- Ausdrucks- und Maltherapeutin ISIS, hat Berufserfahrung in einer psychiatrischen Klinik und in der Leitung eines Kindertheaters. Studienabschluss M.A. Kunst- und Ausdruckstherapie mit Schwerpunkt sozialtherapeutische Projekte. Sie arbeitet seit Januar 2010 als Begleiterin im Kinderangebot.

Weiterführende Informationen:

www.stiftungmelchior.ch

www.vaskzuerich.ch

www.angehörige.ch



LB: Die Folge ist, dass sie in Rollen hineinwachsen, die eigentlich nicht kindgerecht sind. Sie lernen vieles, was andere nicht lernen: Sie werden früh selbständig, wollen alles selber machen und können kaum Hilfe annehmen. Sie sind gewohnt, alles für andere zu machen. Sie möchten auch etwas tun, um die Situation zu ändern. So werden sie besonders rücksichtsvoll, überangepasst, hilfsbereit und nehmen sich zurück. Ein Mädchen berichtet beispielweise, sie schluchzte nur ganz leise unter der Decke, weil sie ihre Eltern nicht noch zusätzlich belasten wolle. Manche reagieren aggressiv. Andere haben einen riesigen Nachholbedarf an Spiel, an unbeschwerten Erlebnissen, an Gestaltungs- und Beziehungsangeboten.

Psychische Erkrankungen sind immer noch ein Tabu. Wie kann mit dem Kind darüber kommuniziert werden? Was für eine Rolle spielen Scham und Schuldgefühle und wie kann diesen begegnet werden?

JF: Es braucht viel Zeit, Geduld und sehr viel Beziehungsarbeit, bis sich Kinder in der Begleitung öffnen und Vertrauen lassen können. Worte zu finden ist schwierig, auch an einem Ort, wo sie sich ausdrücken dürfen und verstanden werden. Wenn sie dann Vertrauen gefasst haben, bemerken wir, wie fein ihre Antennen sind. Früher als andere bemerken sie Gefährdungen: »Sie, es geht wieder los.«

LB: Die Kinder sind immer besonders wachsam, sie beobachten, ob die Fröhlichkeit, die Aktivität, die Reaktionen ihrer Eltern noch stimmig, noch situationsadäquat sind. Eltern können ihre Erkrankung nicht vor den Kindern verheimlichen, denn Kinder merken sie auch ohne Worte. Es ist besser, offen darüber zu sprechen. Oft haben aber Eltern und Kinder keine Worte dafür. Da es so viel Scham gibt, gibt es auch viel Geheimnistuerei. Ein zentrales Anliegen ist es, Worte zu finden damit auch in der Familie darüber geredet werden kann.

Wie ist das Kinderangebot der Stiftung Melchior entstanden?

LB: Das Angebot ist durch unser langjähriges, ehrenamtliches Engagement entstanden. Heute weiss man in der psychiatrischen Behandlung um die Notwendigkeit der Mitarbeit der Angehörigen. Während die Patienten im Mittelpunkt stehen, gehen die Bedürfnisse und Nöte der Angehörigen leicht vergessen. Die Kinder von psychisch erkrankten Menschen brauchen spezielle Aufmerksamkeit und Ermutigung. Wer sie mit ihren Fragen und Ängsten allein lässt, fördert ihre Verletzlichkeit.

2005 entstand in Basel unser Angebot für Kinder, das die ganze Familie systemisch einbindet. Nach intensiver Aufbau- und Vernetzungsarbeit ist das Angebot bekannt und wird unterstützt von psychiatrischen und sozialen Institutionen. Dort wird es den betroffenen Familien weiterempfohlen.

Wer übernimmt die Trägerschaften in Basel und Zürich?

JF: 2007 ist das Angebot in Basel in die Stiftung Melchior integriert worden. In Zürich und Uster ist seit 2009 die Vereinigung der Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch Kranken (VASK Zürich) die Trägerin. Bis heute werden diese Angebote vollumfänglich durch Spendengelder finanziert.

Fließt in Eurem Projekt Therapie und Prävention ineinander ein?

LB: Dieses Angebot ist darum so einzigartig, weil es ein Präventionsangebot ist für Kinder und Jugendliche von 4

bis 18 Jahren. Es darf nicht sein, dass Kinder erst dann erfasst werden und eine Therapie bekommen, wenn sie bereits starke Krankheitssymptome zeigen und durch ihr Verhalten auffallen. Leider ist es immer noch so, dass die Krankenkassen erst zahlen, wenn die Kinder krank werden. Die Begleitangebote der Stiftung Melchior in Basel und der VASK Zürich hingegen setzen frühzeitig und niederschwellig an. Das kann viel Leid mindern, denn es ist für Kinder von psychisch kranken Eltern ganz wichtig, dass sie Platz, Raum und Begleitung erhalten, um sich mit kreativen Aktivitäten und Gesprächen auszudrücken. Ihr arbeitet mit dem dezentrierten Ansatz?

LB: Ja, wir führen mit den Mitteln der Kunst- und Ausdruckstherapie wie Gestaltung, Musik, Theater, Geschichten, Malen, Puppenspiel, Plastizieren und Tanzen zuerst weg vom Anliegen des Kindes, zu Spiel- und Gestaltungsformen, bei denen das Kind auf andere, neue Erlebnisse kommt. Oft drückt sich das Grundanliegen dann in dieser Gestaltung aus. Dies greifen wir auf und achten auf die Vernetzung im Alltag. Während des Gestaltens können ganz unvermittelt, scheinbar nebenbei, tiefgreifende Aussagen entstehen, wie Blitzlichter. Die Kinder wollen dann nicht unbedingt draubleiben und Gesprächsfäden lange vertiefen wie wir Erwachsenen. Unsere Grundhaltung ist, offen zu sein für die Bedürfnisse, für das, was das Kind braucht.

Welche Veränderungen der Kinder könnt ihr im Laufe eurer Begleitung beobachten?

JF: Die Kinder haben hier einen Raum, wo sie ihre Themen ansprechen können. Ihre Bedürfnisse werden auf allen Ebenen wahrgenommen. Die Kinder können sich hier etwas erholen. Sie haben die Möglichkeit, etwas Neues auszuprobieren, selbstbewusster zu werden. Beispielsweise

Mädchen, 8-jährig: Die Sonne brennt auf unser Haus. Fi

