

Interview mit Mag.a Tina Rossmann, psychologischer Leiterin bei JoJo

1. Kinder psychisch erkrankter Eltern werden häufig „vergessene Kinder“ genannt. Können Sie uns sagen, warum?

Es kommt leider sehr häufig vor, dass Kinder im Schatten der psychischen Erkrankung und der damit verbundenen Probleme "verschwinden", mit ihren Bedürfnissen alleine bleiben, und das manchmal jahrelang. Auch helfende Professionen haben die Kinder oft noch viel zu wenig im Fokus, erfassen sie nicht als betroffene Angehörige. Erwachsene Angehörige, wie zum Beispiel Ehepartner, werden viel eher in Therapien miteinbezogen beziehungsweise in ihren Bedürfnissen und ihren Belastungen wahrgenommen.

2. Warum brauchen Kinder von psychisch erkrankten Eltern professionelle Unterstützung?

Die Kinder sind in ihrem Alltag vielfältigen Belastungen und Schwierigkeiten ausgesetzt und übernehmen oft Aufgaben der Erwachsenen. Ihre eigenen Bedürfnisse treten dabei meist in den Hintergrund. Studien zeigen, dass viele der betroffenen Kinder ein deutlich erhöhtes Risiko aufweisen, selbst psychisch zu erkranken. Etwa ein Drittel der betroffenen Kinder zeigt keine Auffälligkeiten im Laufe der Entwicklung, ein Drittel weist vorübergehende pathologische Schwierigkeiten auf und ein Drittel der Kinder zeigt persistierende, sprich andauernde kinderpsychiatrische Störungen. Deshalb muss Prävention genau hier, bei den betroffenen Kindern und ihren Familien ansetzen.

3. Was belastet die Kinder Ihrer Erfahrung nach am meisten?

Die Belastungen sind vielfältig, aber am schwierigsten ist sicher für die meisten Kinder, dass sie meist niemanden haben, dem sie sich mit ihren Nöten, Sorgen und Ängsten anvertrauen können. Oder sie denken, dass sie niemandem etwas von ihrer Situation zuhause erzählen dürfen.

Sehr belastend für die Kinder ist auch, dass der kranke Elternteil emotional nicht immer verfügbar und in seiner Erziehungskompetenz auch teilweise eingeschränkt ist. Das kann zu großer Verunsicherung und Einsamkeit bei den Kindern führen.

4. Gibt es etwas, das trotz unterschiedlicher Lebens- und Familiensituation alle Kinder von psychisch erkrankten Eltern verbindet?

Ja, alle Kinder verbindet die Sorge um den erkrankten Elternteil. Deshalb sind die Enttabuisierung psychischer Erkrankungen sowie die kindgerechte Krankheitsaufklärung so wichtig. Ein Kind muss die Möglichkeit bekommen zu verstehen, was in seiner Familie passiert. Und es muss wissen, an wen es sich in Krisen – aber auch im Alltag – wenden kann.

5. *Wie arbeiten Sie mit den betroffenen Kindern und ihren Familien?*

Die Kinder finden bei uns einen Ort, an dem es nur um sie geht, um ihre Wünsche, ihre Ängste, ihre Bedürfnisse. Sie brauchen ein verständnisvolles Umfeld, welches achtsam mit ihnen umgeht und ihnen die Möglichkeit bietet, über ihre Erlebnisse und Wahrnehmungen zu sprechen. Darauf wollen wir die Eltern aufmerksam machen und sie in diesem Entwicklungsprozess unterstützen – frei von Schuldzuweisungen oder Vorwürfen.

Wichtig ist außerdem, dass die Kinder verstehen, was in ihrer Familie passiert. Daher ist die alters- und kindgerechte Aufklärung über die psychische Erkrankung wesentlicher Teil unserer Arbeit. Im Verlauf der Zusammenarbeit mit den Familien finden Termine mit den Kindern, den Eltern sowie gemeinsame Familiengespräche statt. Oft werden auch weitere wichtige Bezugspersonen wie zum Beispiel Großeltern eingebunden.

6. *Wer kann sich an Sie wenden und gibt es bestimmte Voraussetzungen?*

Unser Angebot an die Kinder und ihre Familien ist anonym, kostenfrei und jedem zugänglich. Nicht nur Eltern sondern auch Großeltern beziehungsweise nahestehende Verwandte können sich an uns wenden, sowie auch beispielsweise KindergartenpädagogInnen und LehrerInnen.

7. *Wie können sich Menschen verhalten, die sehen, dass in ihrem Umfeld ein Kind betroffen ist?*

Wichtig ist, im unmittelbaren Umfeld des Kindes um Verständnis für seine Situation zu werben und dem Kind zu zeigen, dass es wahrgenommen wird, dass es jemanden gibt, an den es sich von nun an wenden kann.

Es besteht immer die Möglichkeit, sich telefonisch oder persönlich an JoJo zu wenden und sich individuell beraten zu lassen.

8. *Wie gehen Sie vor, wenn der erkrankte Elternteil jegliche Hilfe für sich, aber auch für seine Kinder, ablehnt?*

Das ist unterschiedlich. Manchmal ist dann eine Zusammenarbeit nicht oder nur in abgegrenzten Teilbereichen möglich, zum Beispiel als Beratung des gesunden Elternteils. Die Arbeit mit einem Kind ist jedenfalls nur mit Einwilligung des erziehungsberechtigten Erwachsenen möglich.

9. *Abschließend: Was würden Sie sich für die betroffenen Kinder am meisten wünschen?*

Engagierte, aufmerksame, hilfreiche Erwachsene, die sich für die Kinder einsetzen und ihnen zeigen, dass sie wichtig sind und wahrgenommen werden – und dass das Leben viele Facetten hat, bunt ist und lebenswert.

Mag.a Tina Rossmann

Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin

Psychotherapeutin für Säuglinge, Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Psychotraumatheapeutin

Langjährige Mitarbeiterin und psychologische Leiterin im Verein JoJo – Kindheit im Schatten