

## **Vergessene Kinder**

**Kindheit ist nicht immer bunt und fröhlich und von Lachen bestimmt. Sie kann zwischendurch auch dunkel und ernst sein. Zum Beispiel dann, wenn die Eltern psychisch krank sind. Der Verein JoJo schenkt diesen Kindern neben Aufmerksamkeit zwei Dinge, die sie in ihrer Situation gut brauchen können: Inseln und Spiegel.**

„In der Literatur spricht man von ‚vergessenen Kindern‘“, sagt Mag.a Petra Rebhandl-Schartner, Psychologin beim Verein JoJo. „Weil kaum einmal nachgefragt wird, wie es den Kindern geht, wenn ihre Eltern psychisch krank sind.“ Die Krankheiten der Eltern haben unterschiedliche Namen – Depression, Schizophrenie, Persönlichkeitsstörung – aber ähnliche Auswirkungen, auf alle, die damit konfrontiert sind. Sie verbreiten Sorgen und Unsicherheit, weil man nicht genau weiß, wie man ihnen begegnen soll. Sie scheinen unberechenbar und wirken verstörend. Und man ist allein damit, weil man sich niemandem anvertrauen möchte.

### **Wenn Kinder im Schatten leben**

Aus Loyalität zu ihren Eltern versuchen die Kinder, die Krankheit der Eltern zu verschweigen. Doch das macht vor allem eines: einsam. Die Kinder geben nach und nach ein Stück ihrer Kindheit auf. Sie leben im Schatten der psychischen Erkrankung, im Dunkeln, im Verschwiegenen, wo es meist keinen Vertrauten gibt, dem man alles erzählen kann. Wo man mit seinen Problemen und denen der Eltern alleine ist. Wo man sich anstrengt, den Alltag zu meistern. Wo Kinder die Verantwortung tragen, die sonst von den Eltern wahrgenommen wird: Brote für die jüngeren streichen, sie zum Kindergarten bringen, Wäsche waschen, bügeln, aufräumen, einkaufen, lernen – all das steht auf der Tagesordnung. Spielen? Bei Freunden sein? Gemeinsam mit den Eltern etwas unternehmen? Das kommt selten vor. Dies alles bedeutet für die Kinder zu wenig Aufmerksamkeit, zu wenig Zuwendung, zu wenig Sicherheit, und vor allem: zu wenig Kind sein.

Dabei merkt man den Kindern oft gar nicht an, dass ihnen etwas fehlt. Sie sind ruhig, fallen nicht auf, bringen gute Noten nach Hause. Sie wollen ihren Eltern nicht noch mehr Sorgen bereiten. „Die jüngsten, die bei uns Hilfe gefunden haben, sind dreieinhalb Jahre alt, die ältesten zweiundzwanzig. Je jünger die Kinder sind, desto schwieriger ist es für sie zu wissen, wie ein geregeltes Familienleben aussieht und wie nicht. Sie haben ja keine Vergleichswerte“, sagt Rebhandl-Schartner. Zwei Gemeinsamkeiten teilen aber alle Kinder: „Die Kinder fühlen sich immer schuldig. Sie beziehen das Verhalten ihrer Eltern automatisch auf sich. Und sie sind sehr selbstständig, weil sie schon früh Verantwortung übernehmen und vieles alleine regeln müssen.“, so die JoJo-Psychologin.

### **Von Schutz und Ressourcen**

„Wir versuchen den Kindern die Schuldgefühle zu nehmen und ihnen die Gewissheit zu geben, dass sie von ihren Eltern geliebt werden, auch wenn diese komisch oder müde sind, teilnahmslos oder schlecht gelaunt. Das ist ganz entscheidend und entlastet die Kinder enorm.“, weiß Rebhandl-Schartner. Ein wichtiger Schutzfaktor ist dabei, mit den Kindern offen über die Krankheit zu reden. Dann können sie das Verhalten besser einordnen. „Kinder haben ganz viele Wahrnehmungen und bringen diese nicht mehr unter einen Hut. Wir versuchen sie mit den Kindern zu ordnen und zu

benennen, um dann aus diesem Wirrwarr ein klares Bild zu entwickeln. Diese Klarheit hilft der ganzen Familie“, so die JoJo-Expertin, die nie einen Schuldigen sucht, sondern immer Verbündete.

### **Von Inseln und Spiegeln**

Ein weiterer Ansatz von JoJo ist es, für die Kinder und Jugendlichen Inseln zu schaffen, wo es nicht um die Krankheit der Eltern geht, sondern nur um sie. Wo sie Leichtigkeit finden können und einfach Kind sein dürfen. Wo sie die Verantwortung, die sie übernommen haben, ablegen können. „Wir sagen den Kindern dann: Es geht jetzt um dich. Wer bist du, was machst du gerne, was fühlst du, was denkst du, was sind deine Interessen, wer sind deine Freunde? Da werden die Ressourcen eines Kindes gehoben“, sagt Rebhandl-Schartner. Und die Kinder brauchen einen Spiegel, eine kontinuierliche Rückmeldung von außen, von erwachsenen Bezugspersonen, um die Sicherheit zu erlangen, dass mit ihnen alles in Ordnung ist. Um ihren eigenen Stellenwert in der Welt zu finden, und um zu lernen, auch auf sich zu schauen. Neben der Arbeit mit den Kindern ist für den Verein JoJo ein ganz wichtiger Punkt, die Eltern wertzuschätzen, ihnen Mut zu machen, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Und gemeinsam mit ihnen einen Boden zu schaffen, auf dem es wieder leichter fällt, Kind zu sein.

### **Verein JoJo - Kindheit im Schatten**

Lessingstrasse 6, 5020 Salzburg

+43 (0)662 88 22 52-11

+43 (0)664 16 33 497

jojo@hpe.at

www.jojo.or.at

Kontakt Presse: Heidemarie Eher, MBA BA Bsc