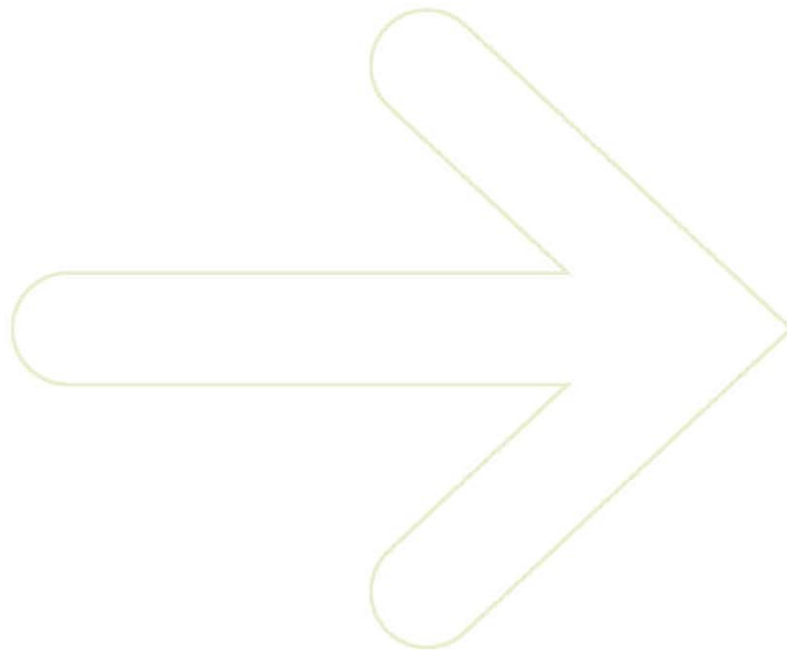




# Psychoedukation bei Kindern psychisch kranker Eltern



**Prof. Dr. Albert Lenz, Diplom-  
Psychologe**

Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen

Institut für Gesundheitsforschung und Soziale  
Psychiatrie (igsp)

Abteilung Paderborn

Leostraße 19 - 33098 Paderborn

Telefon 05251-122556:

E-Mail: [a.lenz@katho-nrw.de](mailto:a.lenz@katho-nrw.de)



## Befund aus der Resilienzforschung

Wissen über die Krankheit erhöht die Widerstandsfähigkeit der Kinder gegenüber Belastungen:

- vermittelt Hoffnung und positive Zukunftserwartungen,
- befähigt, ein Gefühl der Kontrolle und Selbstwirksamkeit zu entdecken und
- gewährt Einsichten in problematische Erklärungszusammenhänge

**= spezifischer protektiver Faktor**



## Spezifische Schutzfaktoren

- Alters- und entwicklungsadäquate Informationsvermittlung und Aufklärung der Kinder über die Erkrankung und Behandlung des Elternteils
- Adäquate individuelle und familiäre Krankheitsbewältigung



## Multimodales präventives Interventionsprogramm „Ressourcen fördern“ (Lenz, 2010)

### Interventionsmodule

1. Diagnostische Einschätzung der Belastungen und Ressourcen
2. Förderung der familiären Kommunikation
3. Förderung der Problembewältigungskompetenz der Kinder und Jugendlichen
4. Förderung sozialer Ressourcen der Kinder und Familien
5. **Psychoedukation für Kinder und Jugendliche**

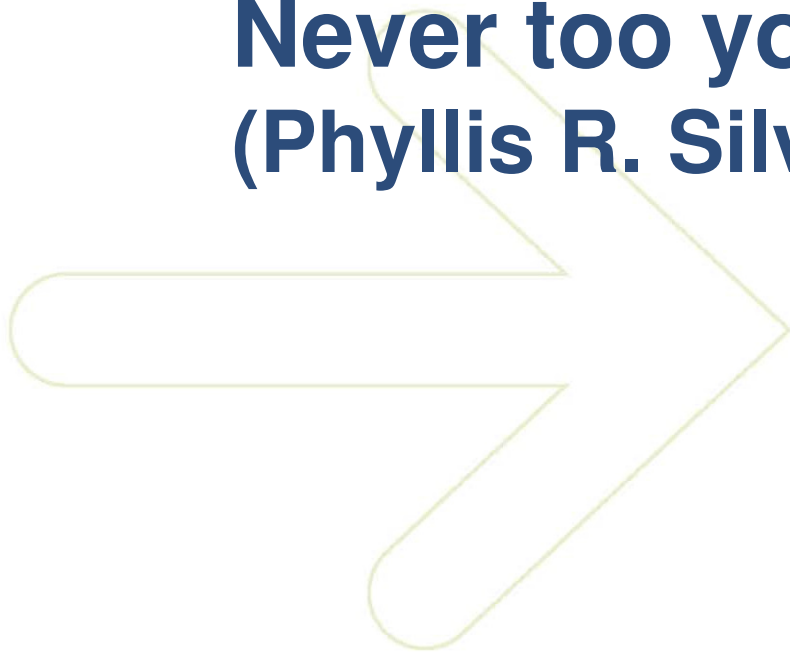


## Psychoedukation bei Kindern

Psychoedukation ist ein dialogischer Prozess, in dem die Kinder ermutigt werden, Fragen zu stellen, ihre Informationsbedürfnisse zum Ausdruck zu bringen und auf die Mitteilungen zu reagieren (Beardslee & MacMillan, 1993).



**Never too young to know  
(Phyllis R. Silverman)**





## Informationsbedürfnisse der Kinder (Lenz, 2005)

- **Umgang im familiären Alltag:** Wie soll ich mich dem kranken Elternteil gegenüber verhalten? Wie soll ich auf Äußerungen und Verhaltensweisen des kranken Elternteils reagieren? Wie kann ich Vater oder Mutter unterstützen?
- **Mögliche Veränderungen im Familienleben:** Wird sich mein Leben ändern und wenn ja, wie? Wer wird für mich sorgen?
- **Krankheitsursachen und Verlauf der Krankheit:** Gefahren der Verschlechterung.
- **Unterschiede zwischen psychischer Krankheit und körperlicher Krankheit.**
- **Behandlungsverlauf:** Heilungsmöglichkeiten und Medikamente.
- **Erbeinflüsse:** Angst vor einer möglichen eigenen Erkrankung.



## Was wollen die Kinder wissen?

Das Informationsbedürfnis bezieht sich nicht in erster Linie auf die Diagnose, sondern auf die Auswirkungen der Erkrankung auf den Alltag und das Erleben des Kindes.





## Psychoedukation - Setting

- Krankheitsinformation sollte im Familiengespräch erfolgen
- Vorbereitende Gespräche sollten mit Eltern und Kindern getrennt durchgeführt werden



## Elterngespräch

Ängste der Eltern (Überforderung, das Falsche sagen, die Kinder zu stark belasten, etc.)

Fragen an die Eltern:

- Was befürchten Sie, was passieren könnte, wenn Ihr Kind über die Krankheit aufgeklärt wäre?
- Was würde sich verändern, wenn Ihr Kind mehr über die Krankheit wissen würde?
- Was denken Sie, wie sich Ihr Kind heute die Krankheit erklärt?
- Welche Gedanken bewegen Ihr Kind, wenn es Ihnen schlecht geht oder Sie in die Klinik müssen?



## Elterngespräch - Motivation

- Entlastung der Kinder durch Verstehen und Einordnen der krankheitsbedingten Symptome.
- Wissen ist ein wichtiger Schutzfaktor für die Kinder.
- Wissen reduziert Schuldgefühle der Kinder, für die elterliche Erkrankung verantwortlich zu sein.
- Diffuse Vorstellungen über die Krankheit lösen Angst, Verunsicherung und Hilflosigkeit bei den Kindern aus.
- Ehrlichkeit und Offenheit stabilisieren nachhaltig die Eltern-Kind-Beziehung.



## Gespräche mit dem Kind

- Was hat das Kind bisher von der elterlichen Erkrankung verstanden?
- Wie erlebt das Kind die Auswirkungen der Krankheit auf das Familienleben?
- Welche Vorstellungen bestehen von der Verursachung der Krankheit?
- Welche Sorgen und Ängste bewegen das Kind dabei?
- Was nimmt das Kind von den Sorgen und Ängsten der Eltern und Geschwister wahr?



## Einstieg: Fragen zum Wissensstand der Kinder

- Weißt du schon etwas über die Erkrankung von Mutter oder Vater?
- Was weißt du denn schon?
- Gibt es etwas, was du noch fragen möchtest?
- Mit wem kannst oder konntest du denn schon darüber sprechen?



## Einstieg: Fragen zu Krankheitserfahrungen

- Bist du schon einmal krank gewesen?
- Was hattest du?
- Woran hast du gemerkt, dass du krank bist?
- Was hat dir geholfen?





## Psychoedukation - allgemeine Regeln

- Ausgangspunkt: persönliches Erleben der Kinder
- Emotionale und kognitive Ebene
- „innere Erlaubnis“, Fragen zu stellen

### Aber:

Es können nur so viele Informationen aufgenommen werden, wie auch verarbeitet werden können!



## Psychoedukation – allgemeine Regel

Kinder haben ein Recht, die Wahrheit über die Krankheit zu erfahren

- sie müssen nicht alle Details erfahren (insbesondere jüngere Kinder wären damit emotional und kognitiv überfordert)
- sie müssen aber über alle wesentlichen Veränderungen informiert werden sowie über alle Angelegenheiten, die sie betreffen
- sie brauchen auch die Sicherheit, die Wahrheit erfahren zu haben





## Psychoedukation – allgemeine Regeln

### Kind bricht das Gespräch ab

Kinder zeigen einen Themenwechsel oder einen Abbruch des Gesprächs meist offen an.

Je besser es gelingt, dieses Verhalten nicht als kränkend und als Zurückweisung anzunehmen, desto leichter wird sich später ein neues Gespräch ergeben.



## Psychoedukation – allgemeine Regeln

### Kind verweigert das Gespräch

- Kind reichen momentan die Informationen aus
- es drückt durch seine Verweigerung auch die Schwierigkeit der Eltern aus, sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen und sich den damit einhergehenden Problemen zu stellen
- es verweigert ein Gespräch aus Schuldgefühlen; ist überzeugt, die Krankheit durch sein Verhalten oder seine Gedanken ausgelöst zu haben.



## Psychoedukation – allgemeine Regeln

Kinder verbergen ihre emotionalen Anliegen oftmals hinter scheinbar eindeutigen Sachfragen, wie z.B.: *Woher kommt die Krankheit der Mutter (des Vaters)?*

Sie suchen dabei Antworten auf Fragen, die sie emotional bewegen, die sie sich aber nicht offen zu stellen trauen, z.B.:

*Bin ich schuld, dass Mama wieder in die Klinik muss?*

*Habe ich etwas falsch gemacht?*

*Habe ich der Mama zu wenig geholfen?*

*Habe ich mich zu wenig um sie gekümmert?*



## Psychoedukation in verschiedenen Altersstufen

- Kinder von 0-2 Jahre
- Kinder von 3-6 Jahre
- Kinder von 7-12 Jahre
- Kinder und Jugendliche von 13-18 Jahre



## Psychoedukation 0-2 Jahre

Bedeutsam sind

- Atmosphäre,
- Art und Weise der Sprache und
- die Gefühle, die transportiert werden, also die emotionale Ebene.



## Psychoedukation 0-2 Jahre

*Mama geht es heute nicht gut, sie ist müde und traurig. Wenn es ihr wieder besser geht, spielt sie wieder mit dir.“*

### Schuldgefühle der Kindes

*„Du bist nicht schuld. Du hast nichts falsch gemacht.“*



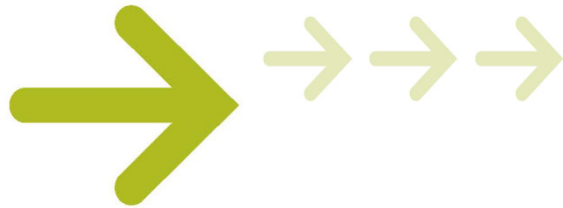
## Altersangemessene Psychoedukation

### Krankheitsinformationen für Kinder bis zum 3. Lebensjahr

*Kind sollte erfahren*

- Mutter oder Vater ist krank.
- Es ist nicht schuld. Es hat nichts falsch gemacht.

***Mama geht es heute nicht gut, sie ist müde und traurig.  
Wenn es ihr wieder besser geht, spielt sie wieder mit dir.***



## Psychoedukation für Kinder von 3-6 Jahren und 7-12 Jahre

*Damit du Bescheid weißt und dir nicht unnötig Sorgen machst, wollen deine Eltern und ich dir erklären, was mit Mama (oder Papa) los ist!*







## Altersangemessene Psychoedukation

### Kinder vom 3. bis zum 12. Lebensjahr

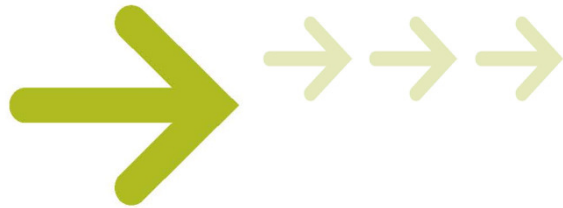
Das Kind sollte in dem ersten Gespräch erfahren:

- Mutter oder Vater ist krank
- Die Krankheit heißt...
- Mutter oder Vater ist in die Klinik gekommen, damit die Ärzte besser helfen können
- Für das Kind werden sich momentan diese oder jene Veränderungen ergeben



## Vermittlung der elterlichen Erkrankung

- Einfache Begriffe und Beispiele  
*„Die Krankheit deiner Mutter wird mit einem ganz schwierigen Wort bezeichnet, dass du aber vielleicht schon mal gehört hast. Die Krankheit heißt Depression.“*
- Symptome, die sich im konkreten Verhalten zeigen  
*„Da weint deine Mama ganz oft, nicht? Dann ist sie so traurig, dass sie nicht mal aus dem Bett aufstehen und sich anziehen möchte.“*



## Vermittlung der elterlichen Erkrankung

- Häufige Erkrankung, die auch Schwankungen haben kann  
*„Diese Krankheit haben ganz viele Leute. Mal gibt es Tage, da geht es Mama gut, da ist sie fröhlich, steht auf und räumt auf. Dann gibt es aber Tage, da geht es ihr nicht so gut.“*
- Behandlungsmöglichkeiten  
*„Mit der Depression kann Mama zum Arzt gehen. Der kann Medikamente verschreiben. Außerdem kann sie eine Psychotherapie machen. Das sind Gespräche, die deiner Mama helfen, mit der Krankheit umzugehen.“*



## Altersangemessene Psychoedukation

### Kinder vom 3. bis zum 6. Lebensjahr

*Fragen, die Kinder oftmals nicht zu stellen wagen*

- Bin ich schuld?
- Wer passt auf mich auf? Wer bringt mich ins Bett? Wer tut mit mir das, was der erkrankte Elternteil bislang getan hat? Wer kocht das Mittagessen?



## Besonderheit in der Altersgruppe 3-6 Jahre

Die unklaren Vorstellungen werden durch  
Phantasien ergänzt.

Einsatz kindbezogener Materialien wie  
Bücher, Puppen, etc.

z.B.

Susanne Wunderer (2010): „Warum ist Mama traurig“



## Besonderheit in der Altersgruppe 7-12 Jahre „Magisches Denken“

- Überzeugung, an der Krankheit des Elternteils schuld zu sein.
- Die eigenen bösen Gedanken haben die Krankheit ausgelöst. Gute Gedanken führen zu einer Verbesserung.

*„Weder durch dein Verhalten noch durch deine Gedanken  
kannst du die Krankheit beeinflussen!“*



## Psychoedukation 13-18 Jahre

### Jugendliche vom 13. bis zum 18. Lebensjahr

Kognitiv sind sie in der Lage, Situationen und Ereignisse zu verstehen und mögliche Konsequenzen ähnlich wie die Erwachsenen einzuschätzen. Auf der emotionalen Ebene fällt es ihnen schwer, mit ihren heftigen und ambivalenten Gefühlen zurechtzukommen.

**Gefahr besteht darin, dass sie in der Krisensituation überschätzt werden.**



## Psychoedukation 13-18 Jahre

- Vorwissen durch Internet, etc.  
*„Was weißt du über die Erkrankung? Woher weißt du es?“*
- Genaue Symptomwahrnehmung  
*„Woran merkst du, dass es deiner Mutter nicht gut geht? Was tust du dann?“*





## Psychoedukation 13-18 Jahre Fragen der Jugendlichen

- Ist die Krankheit erblich?
- Bin ich schuld an der Erkrankung?
- Wie kann ich meine Mutter/ Vater unterstützen?
- Inwieweit muss ich Verantwortung übernehmen?
- Was wird aus der Familie, wenn ich erwachsen bin?



## Psychoedukation 13-18 Jahre

- Wunsch nach Kontakt zu Gleichaltrigen und Ablösung
- Verantwortungsübernahme und Parentifizierung





## Schwierigkeiten im Gespräch

Das Kind/ der Jugendliche will nicht über die Krankheit sprechen

- Loyalitätskonflikte
- Selbstschutz
- Angst vor Informationen
- Bei Jugendlichen: Wunsch nach Ablösung

*„Ich würde dir gerne erklären, was es mit der Krankheit auf sich hat. Ich habe nämlich das Gefühl, das du dir Sorgen machst.“*



## Schwierigkeiten im Gespräch

- Das Kind/ der Jugendliche bricht das Gespräch ab
  - Kognitive Aufmerksamkeit erschöpft
  - Emotionale Aufmerksamkeit erschöpft
  - Ausweichen vor Themen, die Sorgen bereiten

*„Machst du dir Sorgen?“*

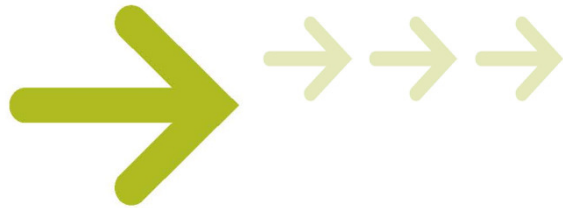
*Hast du vielleicht Angst, den Eltern weh zu tun?“*



## Schwierigkeiten im Gespräch

- Das Kind/ der Jugendliche stellt viele Fragen
  - Beruhigung
  - Schwierigkeiten, die Inhalte aufzunehmen
  - Kein Vertrauen in die Informationen

*Beantworten der Fragen, klare Informationen, Angebot für weitere Gespräche*



**KatHO** NRW

Aachen | Köln | Münster | Paderborn

**Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen**  
**Catholic University of Applied Sciences**

Danke!!!

