



Einfach wieder Kind sein dürfen

Haben Eltern psychische Erkrankungen, leiden darunter auch die Kinder. Sie müssen oft Verantwortungen übernehmen, für die sie noch viel zu jung sind. Ein internationales Forschungsprojekt bietet solchen Familien Hilfe an – mit sehr gutem Erfolg.

Pia Kruckenhauser



Foto: Getty / Sigitas Turana

Familienbetreuung Wie das Projekt Mutter und Sohn half

Eine, die am Village-Projekt teilgenommen hat, ist Nika. Die 38-Jährige hat eine post-traumatische Belastungsstörung und depressive Einbrüche, weil sie von ihrem Ex-Mann über Jahre geschlagen wurde. Als sie es schaffte, aus dieser toxischen Beziehung auszusteigen, brach sie zusammen. Das Kinder- und Jugendamt betreute sie und ihre Familie, „als ich dann einmal in der Klinik war, kam das Angebot, am Village-Projekt teilzunehmen. Mich hat der Ansatz gleich angesprochen, der Fokus ist ein anderer als bei der Jugendhilfe. Ich fand es gut, mein Netzwerk besser zu organisieren und abzustimmen. Und heute weiß ich, dass ich dadurch viel besser gelernt habe, über meine Krankheit zu sprechen.“

Nikas bereits etablierte professionelle und freiwillige Helfer reagierten vorerst ablehnend, aber nach den ersten Gesprächen legte sich das. „Im Projekt geht es ja vor allem darum, was die Kinder brauchen, das hat die Village-Koordinatorin erfragt. Dann wurde in Absprache vieles umorganisiert. Jetzt verstehen alle ihre Rolle besser und sind entspannter, weil sie sehen, wie gut das funktioniert.“

Auch Nikas Teenager-Sohn findet das Projekt toll: „Ich war zuvor viel allein, habe gelernt oder war in meinem Zimmer. Erst durch das nachdenken, was mir wichtig ist, ist mir klar geworden, wie viel Spaß es macht, mit Freunden rauszugehen. Jetzt ist alles einfach viel entspannter, auch mit meinen Großeltern.“ Mutter und Sohn sind sich einig: Dieses Projekt hat ihnen enorm viel Aufklärung und auch Anerkennung gebracht.

Psychische Erkrankungen sind immer noch ein Tabu in der Gesellschaft. Hat ein Familienmitglied eine Psychose, leidet an Schizophrenie oder auch nur an starker Depression, wird das allzu oft totgeschwiegen. Das führt aber dazu, dass die Auswirkungen von psychischen Erkrankungen in der breiten Gesellschaft immer noch viel zu wenig thematisiert werden, die Betroffenen kaum eine Stimme bekommen. Und eine Gruppe kommt dabei oft völlig unter die Räder: die Kinder der Betroffenen.

Genau dieser Sachverhalt war der Anlass für das „Village Projekt“ – ein internationales Forschungsprojekt, das hauptsächlich von der Ludwig-Boltzmann-Gesellschaft finanziert wird. Beteiligt sind außerdem Universitäten in Marburg, London, Melbourne und die Med-Uni Innsbruck. Auch das Austrian Institute for Health Technology Assessment (AIHTA) ist Projektpartner und wertet die in Tirol gesammelten Erfahrungen in einer Studie aus.

„Die meisten Programme zur Behandlung und Unterstützung psychisch erkrankter Menschen haben den Fokus auf den Betroffenen und wie man ihre Krankheit behandeln kann“, erklärt Ingrid Zechmeister-Koss vom AIHTA. „Das soziale Umfeld wird nur selten mit einbezogen. Man sieht etwa nur die Patientin, aber nicht die Mutter. Dabei ist das ein wesentlicher Teil ihrer Identität.“

Und einer, bei dem sich ihr Zustand auf andere auswirkt. Denn ist ein Elternteil psychisch krank, müssen Kinder oft sehr viel Verantwortung übernehmen: einkaufen, kochen, aber etwa auch in Krisensituationen die Rettung rufen. Zechmeister-Koss weiß: „Da ist es wichtig, auch die Bedürftigkeit der Kinder zu sehen. So kann man verhindern, dass sie womöglich später selbst krank werden.“ Denn das kommt relativ häufig vor. Zechmeister-Koss betont dabei, dass das kein Automatismus ist – aber das Risiko ist deutlich erhöht.

Neuorganisation der Strukturen

Was passiert nun beim Village-Projekt? Mit dem Bewusstsein, dass man die Kinder unterstützen muss, fand man als Erstes heraus, ob psychisch kranke Menschen Kinder haben: Also fragte man Patientinnen und Patienten in stationärer Behandlung und bei niedergelassenen Psychiatern und praktischen Ärztinnen danach. Zechmeister-Koss: „Das klingt banal, ist aber nicht Standard. Das soziale Umfeld ist bei der Behandlung nicht im Fokus.“

Im nächsten Schritt wurde eine Betreuung angeboten. Stimmt der oder die Betroffene zu, wurde die Familie mehrere Wochen oder

Monate begleitet: „Psychologisch ausgebildete Personen sind zu den Familien gefahren, haben mit Kindern, Familienangehörigen, Nachbarn, Therapeutinnen gesprochen, also mit allen, die im individuellen Netzwerk sind, und die verschiedenen Bedürfnisse abgefragt. Auf dieser Basis wurde dann versucht, den Alltag besser zu organisieren.“

Der Fokus liegt dabei auf den Kindern. Sie können mit spielerischen, darstellenden Methoden, etwa einem Spinnennetz, zuordnen, welchen Platz die Menschen in ihrem Umfeld haben, welche Aktivitäten ihnen wichtig sind. Die Gesamtprojekt-Verantwortliche Jean Paul weiß: „Das können auch kleine Kinder schon, wir arbeiten bereits mit Vierjährigen.“

Keine Schuldgefühle mehr

Das Umsetzen der erfragten Bedürfnisse bringt positive Entlastungen für alle Beteiligten. Derzeit werden die Projekterkenntnisse ausgewertet, einige Rückschlüsse kann man aber schon ziehen: „Die Kinder haben gelernt, Tabus anzusprechen. Sie wussten oft gar nicht, was mit den Eltern nicht stimmt. Jetzt verstehen sie es besser, das nimmt ihnen Angst und auch Schuldgefühle. Gleichzeitig entlastet sie das Neuordnen der Strukturen, sie müssen im Haushalt nicht mehr so viel tun, bekommen ein Bewusstsein dafür, dass die Verantwortung falsch verteilt war, können wieder mehr Kind sein.“

Und auch die Eltern – hauptsächlich haben Mütter an dem Projekt teilgenommen – wurden entlastet: „Einige haben gelernt, sich Hilfe überhaupt zuzugestehen. Nur weil sie psychisch belastet sind, bedeutet das nicht, dass sie ihre Verantwortung als Mutter nicht wahrnehmen wollen. Im Gegenteil, viele machen sich großen Druck. Da konnten wir Entlastung schaffen“, erzählt Jean Paul.

Dass das Thema ein mehr als dringendes ist, zeigen die nackten Zahlen: In Österreich haben zumindest 250.000 psychisch belastete Eltern minderjährige Kinder. Fehlt ein stabiles Netzwerk an Bezugspersonen, sind diese Kinder deutlich stärker gefährdet, später selbst psychische Belastungen zu entwickeln. Das Village-Forschungsprojekt läuft mit Ende August aus. Man möchte diese wertvolle Arbeit in Tirol nun fortsetzen – doch es fehlen die finanziellen Mittel. Dabei braucht es im Verhältnis wenig: „Mit 150.000 Euro könnten wir 50 weitere Familien betreuen“, betont Zechmeister-Koss. „Im Vergleich zu medizinischen Therapien, in die jährlich Millionen Euro öffentliche Gelder investiert werden, ist das eine sehr kleine Summe.“

Zu viele Aufgaben Lisa Kainzbauer hatte sehr viel Verantwortung

Verantwortung musste Lisa Kainzbauer schon sehr früh übernehmen. Sie wuchs auf in einem Haushalt mit vier Generationen Frauen, den ihre Urgroßmutter organisierte. Als diese starb, war Kainzbauer erst 13, bald musste sie die Organisation übernehmen. Ihre an Schizophrenie leidende Mutter konnte das ebenso wenig wie die psychisch instabile Großmutter. „Mit dem Tod meiner Uroma war die Stabilität weg. Meine Mutter, deren Psychosen bis dahin einen milden Verlauf hatten, hat ihre Medikamente nicht mehr genommen, sie wurden daher sehr stark. Meine Großmutter konnte das nicht abfangen. Ich habe dann mit 14 unter anderem begonnen, unsere Finanzen zu verwalten.“

Kainzbauer, die jetzt 28 ist, hatte auch Angst, ihre Mutter war ein völlig veränderter Mensch: „Ich bin aus einer kindlichen Sicherheit in eine komplett unsichere Situation gekommen.“ Die Lage spitzte sich permanent zu, mit 16 kam ein Kontakt mit dem Jugendamt zustande. „Als ich der Sozialarbeiterin mein Leben schilderte, fragte mich zum ersten Mal jemand, ob mir das nicht alles zu viel sei.“

Schließlich nahm Kainzbauer das Angebot an, ins Jugendheim zu ziehen. Zwei Jahre blieb sie dort, musste lernen, sich abzugrenzen: „Da hat mein Leben eigentlich erst angefangen.“ Sie studierte und begann auch eine Therapie, um weitere Themen aufzuarbeiten. Heute arbeitet sie als Fotografin. Mit ihrer Mutter hat sie Kontakt, aber in für sie verträglichen Dosen. Umso wichtiger ist ihr die Aufklärungsarbeit für Kinder psychisch erkrankter Eltern.