

Unterstützung und Begleitung:

Kinder mit psychisch und sucht kranken Eltern unterstützen

Wussten Sie, dass nahezu die Hälfte aller Menschen im Laufe ihres Lebens einmal an einer psychischen Erkrankung leidet? In der Lebensphase zwischen 18 und 40 Jahren – also in jener Zeit, in der viele Menschen Eltern werden – ist das Risiko, vorübergehend oder längerfristig psychisch zu erkranken, sogar sehr hoch. Es liegt bei 54 Prozent.

Psychische Erkrankung der Eltern

Die Familiengründung ist eine besonders vulnerable Phase für die psychische Gesundheit. Tatsache ist, dass jede siebte Mutter und jeder zehnte Vater nach der Geburt ihres Babys psychisch erkranken. Doch auch später bleibt die Belastung der Eltern hoch: Einige leiden an einer Depression, Angststörung, Suchterkrankung oder an einer anderen psychischen Krankheit.

Auswirkungen auf die ganze Familie

Wenn die Eltern krank sind, hat dies Auswirkungen auf die ganze Familie – auch auf die Kinder. In der Schweiz sind schätzungsweise 25 Prozent aller Heranwachsenden im Verlauf ihrer Kindheit von der psychischen Erkrankung eines Elternteils betroffen. Das sind über 400'000 Kinder. Das Risiko, dass betroffene Kinder selbst psychisch erkranken, ist im Vergleich zu den anderen Kindern deutlich erhöht. Zwei Drittel von ihnen fühlen sich während ihrer Kindheit oder später als Erwachsene psychisch stark belastet. Dies liegt vor allem daran, dass betroffene Familien selten die Unterstützung erhalten, die sie brauchen würden. Wird ihre Situation allerdings frühzeitig erkannt und bekommen sie Hilfe, haben die Kinder die gleiche Chance auf eine gesunde Entwicklung wie nicht betroffene Kinder.

Frühzeitige Unterstützung ist wichtig

Als Spielgruppenleitende fällt Ihnen vielleicht auf, dass ein Kind sich auffallend still verhält. Oder ein anderes ist laut und aggressiv. Das kann verschiedene Gründe haben – auch die psychische Belastung der Eltern. Sprechen Sie Ihre Beobachtungen vorsichtig und wertfrei den Eltern gegenüber an. Erkundigen Sie sich, ob die Eltern ähnliches Verhalten bei ihrem Kind beobachten und erklären Sie, dass dies möglicherweise ein Zeichen einer Belastung sein könnte. Hören Sie den Eltern empathisch zu. Wenn die Eltern sagen, dass sie überfordert sind, es ihnen nicht besonders gut geht, zeigen Sie Verständnis und weisen Sie die Eltern auf mögliche Hilfsangebote wie die Beratung beim Institut Kinderseele Schweiz hin. Wenn Sie sich grosse Sorgen um das Wohlergehen eines Kindes machen, rufen Sie die KESB an und lassen Sie sich beraten, wie Sie vorgehen sollen.