

Gesundheitskonferenz 2015
Familien stärken!
Gesundheit von Familien in München fördern

Forum 1 – Resilienz bei Kindern psychisch erkrankter bzw. suchtkrankter Eltern

Der Hauptvortrag von Frau Dr. Gavranidou behandelte die Frage, was Resilienz bedeutet, wie sie entsteht und wie sie gefördert werden kann. Demnach ist Resilienz keine persönliche und stabile Eigenschaft, sondern ein dynamischer Prozess eines Menschen, der mit anderen Menschen und Umfeldfaktoren interagiert. Resilienz beschreibt die Fähigkeit, ein außerordentliches und belastendes Ereignis langfristig so in die eigene Persönlichkeit und Erfahrung zu integrieren, dass die ursprüngliche Persönlichkeit nicht beschädigt wird und sich keine krankheitswertige Belastung manifestiert. Diese Einschätzung kann nach einmaligen traumatisierenden Ereignissen nach einer gewissen Latenzzeit getroffen werden. Bei andauernden Belastungen, wie etwa einer chronischen schweren Erkrankung eines Elternteils für ein Kind, kann die Resilienz durch Angebote gestärkt werden, die die Belastung einzuordnen und zu verstehen helfen sowie konkrete Entlastung und zeitliche Herausnahme aus der Belastungssituation herstellen. (zur Zusammenfassung des Fachvortrags siehe Anlage)

Im Anschluss an den Vortrag wurden zwei solcher Angebote vorgestellt:

- „Rausg'schaut“ für Kinder psychisch erkrankter Eltern
- „Trampolin“ für Kinder suchtkrankter Eltern.

Beide Gruppenangebote informieren die Kinder über die Erkrankung der Eltern in kindgerechter Weise, thematisieren Schuld- und Schamgefühle, vermitteln Selbstwirksamkeit, Spaß und Verständnis durch Gleichaltrige wie Erwachsene. So wird die Resilienz der Kinder gestärkt, die sonst oft nur ein diffuses Wissen und Verständnis darüber haben, was in ihrer Familie anders und belastender ist als in anderen Familien.

Durch die Inputs und die Diskussion, die sich anschloss, wurden folgende Anregungen gegeben bzw. Erfahrungen thematisiert:

1. Welche Faktoren fördern/stärken die Resilienz der Kinder?

Es gibt Faktoren beim Kind selbst, in der Familie des Kindes bzw. der Kinder und in den Lebenswelten der Kinder. In allen drei Bereichen kann gezielte Unterstützung die Resilienz der Kinder stärkend beeinflussen.

Bei den Kindern gilt es, die Problemlösefähigkeiten, die Sozialkompetenz, die Fähigkeit zur Selbstregulation, eine zuversichtliche Lebenseinstellung und internale Kontrollüberzeugung sowie ihr Selbstwertgefühl und ihre Selbstwirksamkeitsüberzeugung zu fördern.

In der Familie helfen Entlastungs- und Erziehungsangebote für die Eltern, Betreuungsangebote für die Kinder, längerfristige Bezugspersonen – Patinnen und Paten, die den Kindern Auszeiten von und Erlebnisse außerhalb der Familie ermöglichen sowie vielfältige soziale und materielle Unterstützung, die die Existenz der Familie sichern helfen.

Im weiteren Lebensumfeld bzw. der Gesellschaft als Ganzes wurde die Enttabuisierung psychischer Erkrankungen als wesentlich angesehen, um Kinder (und ihre Eltern) zu entlasten und zu stärken. Durch psychische Erkrankungen von Eltern entwickeln sich für die Familie oft Abwärtsspiralen, bei denen sich die Belastungsfaktoren wie Verlust der Arbeit, Armut, Verstärkung der psychischen Belastung etc. gegenseitig bedingen und verstärken. Es muss darum gehen, diese Entwicklung zu verhindern und Aufwärtsspiralen zu ermöglichen und einzuleiten.

2. Wie können die Familien unterstützt werden, wie werden sie erreicht?

Welche Möglichkeiten generell für eine Unterstützung der Familien gesehen werden: siehe auch 1. Die Unterstützung muss sich an den Lebensphasen vor allem der Kinder orientieren und sich dem jeweilig verschiedenen Unterstützungsbedarf anpassen. Risiken und Schutzfaktoren sind nicht über alle Altersstufen dieselben.

Zu erreichen sind die Familien beispielhaft:

- indem die verschiedenen Fachkräfte, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, geschult werden, wie man Eltern auf eine wahrgenommene Problematik, wie etwa eine Suchterkrankung oder eine psychische Erkrankung angemessen anspricht
- indem man in den Schulen, im Lehrplan, das Thema psychische Gesundheit verpflichtend aufgreift, sachlich über psychische Erkrankungen informiert und so die Schwelle für Kinder und Jugendliche senken hilft, eine Problematik in der eigenen Familie anzusprechen
- durch Schulungen für pädagogisches Personal – ErzieherInnen in Kitas, Lehrkräfte etc. - die vermitteln, wie belastete Kinder und Jugendliche erkannt und angesprochen werden können und wie in Fällen vermuteter Kindeswohlgefährdung vorzugehen ist
- indem man Angebote und Kontexte schafft, durch die Eltern ihre Elternschaft wahrnehmen können, wenn sie gleichzeitig in ihrer psychischen Erkrankung angemessen unterstützt werden, etwa in speziellen Wohnformen (TWG für Eltern)
- wenn die Systeme Kinder- und Jugendhilfe und gesundheitliche Versorgung strukturiert, vertrauensvoll und an den Bedürfnissen der Zielgruppe orientiert zusammen arbeiten.

3. Was brauchen Förderprogramme für eine gelungene Umsetzung?

Die Enttabuisierung der Erkrankungen ist auch hier eine grundlegende Voraussetzung dafür, dass solche Angebote wahrgenommen werden, sonst schämen sich die Eltern zu stark bzw. befürchten eine Inobhutnahme der Kinder und melden diese nicht an.

Gleich danach kommt die Forderung nach einer sicheren und langfristigen Finanzierung – zu häufig sind es nur „Projekte“ mit befristeten Projektmitteln. Viele Angebote brauchen aber auch Anlauf, um sich etablieren zu können – und auch Angebote, die schnell erfolgreich sein können, sollten nicht einmalig bleiben.

Oft sind es scheinbar geringfügige Rahmenbedingungen, die über den Erfolg entscheiden: der Fahrdienst für die Kinder, der sie abholt und heimbringt, die Finanzierung einer gemeinsamen Brotzeit für eine Gruppe, die Möglichkeit für nachhaltige Werbung für das Angebot – bei all dem sollte nicht gespart werden, da verhältnismäßig geringe Kosten den Erfolg entscheiden können.

Wichtig ist auch eine vertrauensvolle Kooperation zwischen den Fachstellen, die „Akquise“ für die Kinder für ein Gruppenangebot machen sollen und wollen. Ängsten vor „Abwerbung“ oder Spaltung der Vertrauensverhältnisse müssen beantwortet werden.

4. Wo besteht dringender Handlungsbedarf? Was ist dabei ein erster Schritt?

Siehe 3. und:

- Es gibt bisher keine spezifischen Angebote für Kinder im Vorschulalter, aber auch sie haben Bedarf an Informationen und Stärkung ihrer Resilienz.
- Dringender Handlungsbedarf besteht auch an Plätzen für therapeutische Behandlung von Kindern und Jugendlichen, die bereits Störungen entwickelt haben; hier sind zu wenige Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten zugelassen und es fehlen stationäre Behandlungsplätze.

Für das Protokoll: Birgit Gorgas