

Masterarbeit

Kinder von psychisch belasteten Eltern

Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils
auf die Entwicklung des Kindes und mögliche Folgen für die schulische
Leistungsfähigkeit



Verfasserin: Monika Marmet-Annen
Dorfstrasse 107
3792 Saanen

Betreuungsperson: Dr. med. Therese Niklaus Loosli

Eingereicht am 18.01.2016
Studienbeginn HS 2012

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	5
1.1 Ausgangslage und Problemstellung.....	5
1.2 Zielsetzung und Fragestellung.....	6
1.3 Heilpädagogische Relevanz.....	7
1.4 Vorgehen.....	7
2 Überblick über ausgewählte psychische Belastungen	9
2.1 Begriffsklärung psychische Belastung oder Störung.....	9
2.2 Kurzer Überblick über Reaktionen auf schwere Belastungen.....	9
2.2.1 Begründung der Auswahl.....	10
2.2.2 Posttraumatische Belastungsstörung.....	11
3 Die Lebenssituation der Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil und mögliche Folgen für die Entwicklung	12
3.1 Einflussfaktoren.....	12
3.1.1 Eltern-Kind Beziehung.....	12
3.1.2 Unverarbeitete Traumatisierungen als Belastung der Eltern-Kind Beziehung ...	13
3.1.3 Individuelle Faktoren beim Kind	14
3.2 Bindung	15
3.2.1 Bedeutung der frühkindlichen Bindungsentwicklung.....	15
3.2.2 Einfluss der Erkrankung eines Elternteils auf die Bindungsentwicklung	16
3.3 Wahrnehmung bei Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil.....	17
3.3.1 Desorientierung	17
3.3.2 Tabuisierung.....	18
3.3.3 Angst	19
3.3.4 Verantwortungsübernahme und Parentifizierung	20
3.4 Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung auf die Lebenssituation der Kinder	21
4 Schutz- und Resilienzfaktoren von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil	23
4.1 Resilienz.....	23
4.1.1 Wie kann Resilienz vermittelt werden?	24

4.1.2	Bewertungs- und Bewältigungsstrategien	24
4.2	Selbstwirksamkeit.....	25
4.3	Familiäre Schutzfaktoren.....	26
4.3.1	Krankheitswissen und Krankheitsverstehen.....	26
4.3.2	Umgang mit der Krankheit in der Familie	27
4.4	Soziale Schutzfaktoren.....	28
4.5	Spezifische Schutz- und Resilienzfaktoren bei Kindern von Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung	29
5	Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil in der Schule	31
5.1	Risiken und Chancen in der Schule	31
5.2	Auswirkungen der elterlichen Erkrankung auf die schulische Leistungsfähigkeit	31
5.3	Auswirkungen auf die schulische Leistungsfähigkeit von Kindern bei posttraumatischer Belastungsstörung eines Elternteils	33
5.4	Mögliche Auswirkungen in der Schule bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils.....	33
5.5	Auswirkungen der Schule auf den familiären Alltag bei psychischer Belastung eines Elternteils	34
5.6	Auswirkungen der Schule auf den familiären Alltag bei posttraumatischer Belastungsstörung eines Elternteil.....	35
6	Unterstützungsmöglichkeiten.....	36
6.1	Identifikation von betroffenen Kindern.....	36
6.2	Zusammenarbeit mit Eltern im Schulalltag.....	37
6.2.1	Möglichkeiten der Kommunikation in der Schule	38
6.2.2	Unterstützungsmöglichkeiten der Schule	39
6.2.3	Interventionsmöglichkeiten in der Schule.....	40
6.3	Zusammenarbeit mit Fachpersonen.....	41
6.4	Exkurs: Kindeswohlgefährdung.....	42
6.5	Unterstützungsmöglichkeiten der Schule bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils.....	43
7	Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse	45
7.1	Zusammenfassung der Erkenntnisse aus Kapitel 3 und 4.....	45

7.2	Erkenntnisse aus Kapitel 3 und 4 in Bezug auf eine posttraumatische Belastungsstörung eines Elternteils.....	46
7.3	Zusammenfassung der Erkenntnisse aus Kapitel 5 und 6.....	47
7.4	Erkenntnisse aus Kapitel 5 und 6 in Bezug auf eine posttraumatische Belastungsstörung eines Elternteils.....	49
7.5	Beantwortung der Fragestellung	50
7.5.1	Auswirkungen auf die Schule	50
7.5.2	Unterstützungsmöglichkeiten	52
7.6	Schluss.....	52
8	Verzeichnisse	54
8.1	Literaturverzeichnis	54
8.2	Tabellenverzeichnis.....	63

1 Einleitung

1.1 Ausgangslage und Problemstellung

Psychische Belastungen bedeuten Herausforderungen für die Betroffenen und deren Umfeld. Gemäss Mattejat et al. (2011,16) gehören psychische Störungen zu den häufigsten Erkrankungen insgesamt. Wenn ein Elternteil von einer solchen Störung betroffen ist, hat das Auswirkungen auf das ganze Familiensystem. Die Lebenssituation der Familie verändert sich, eingespielte Beziehungsmuster lösen sich auf und die emotionale Stabilität wird bedroht. Dies kann zu einem besonderen Belastungs- und Stressfaktor für Familien werden (Schone & Wagenblass, 2002, 12).

Wenn Kinder in einer Familie mit einem psychisch kranken Elternteil aufwachsen, sind sie in verschiedener Hinsicht von der Krankheit betroffen. In Studien (Beardslee et al.,1998 und Mattejat, 2002, zit. nach Lenz 2014, 24) konnte nachgewiesen werden, dass solche Belastungsfaktoren die Entwicklung der Kinder beeinflussen. Die Auswirkungen auf die Kinder können unterschiedlich sein, je nach Art, Ausprägung und Verlauf der elterlichen Störung. Allen Studien gemeinsam ist die Erkenntnis, dass die elterliche Erkrankung ein Risikofaktor für die Gesundheit der betroffenen Kinder darstellt (Lenz, 2014, 24).

Belastende Lebensumstände und Umweltbedingungen sollten frühzeitig reduziert werden, um positive, entwicklungsfördernde Faktoren zu begünstigen. Dabei gilt es auch, die persönlichen Kompetenzen und Fähigkeiten der Kinder zu stärken (Lenz, 2014, 43). Die vorliegende Arbeit geht auf die Faktoren ein, die einen wesentlichen Einfluss auf die Entwicklung von Kindern psychisch belasteter Eltern haben. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den Auswirkungen, die bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils auftreten. Dabei geht es nicht nur um mögliche langfristige Folgen für die Entwicklung der Kinder, sondern auch darum, unter welchen Bedingungen eine gesunde Entwicklung trotz der vorhandenen belastenden Lebensumstände möglich ist. Mattejat et al. (2011,18) beschreiben, dass die Forschung eine große Zahl von Risikofaktoren identifiziert hat, welche die Wahrscheinlichkeit für die Entstehung psychischer Krankheiten bei den betroffenen Kindern erhöht. Andererseits wurden auch Schutzfaktoren herausgearbeitet, die für eine positive Entwicklung der Kinder von psychisch belasteten Eltern förderlich sind. Es gibt Kinder, die eine schwierige Situation anscheinend problemlos bewältigen, andere Kinder erfahren eine ähnliche Situation als niederdrückend und bedrohend. Welche Hilfe und Unterstützung bei Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil nötig ist, kann daher nur vor dem Hintergrund der vorhandenen

Bewältigungsressourcen oder -strategien der betroffenen Kinder beantwortet werden (Schone & Wagenblass, 2002, 225).

Psychische Krankheiten sind in unserer Gesellschaft immer noch ein Tabuthema und werden aus verschiedenen Gründen nicht angesprochen. Lehrer und Lehrerinnen sind zentrale Bezugspersonen im Leben der Kinder und können im Rahmen ihrer Arbeit viel zur Aufklärung und zur Verbesserung der kindlichen Situation beitragen (Homeier, 2006, 123). Lehrerinnen und Lehrer oder Heilpädagoginnen und Heilpädagogen begleiten Kinder oft über Jahre hinweg. Sie wissen um deren Stärken und Fähigkeiten sowie auch um deren Schwächen und Probleme. Im täglichen Umgang mit den Kindern sollten die Betreuungspersonen erkennen, wann sich Veränderungen im Verhalten zeigen (Lenz, 2013, 131).

Es ist sinnvoll, Erzieherinnen und Erzieher für das Thema der vorliegenden Arbeit zu sensibilisieren, damit auch aus schulischer Sicht geeignete Massnahmen eingeleitet werden können (Lägel, 2014, 194). Um Lehrerinnen und Lehrer sowie Heilpädagoginnen und Heilpädagogen handlungsfähig zu machen, müssen sie wissen wie die betroffenen Kinder unterstützt werden können. Wann braucht es eine Intervention? Wie sieht die Zusammenarbeit mit Eltern und Fachpersonen aus? Kinder psychisch belasteter Eltern sind aus Sicht von Lenz (2008a, 13) eine Risikogruppe. Dabei ist zu beachten, dass sich das Kumulieren mehrerer Faktoren besonders gravierend auf die kindliche Entwicklung auswirkt, weil sich deren Effekte wechselseitig verstärken. Je weniger es dem Umfeld des Kindes gelingt, in einer angemessenen Weise mit der Erkrankung umzugehen, desto gravierender ist die Belastung für die Kinder.

1.2 Zielsetzung und Fragestellung

Ziel dieser Arbeit ist es, Lehrerinnen und Lehrer, Heilpädagoginnen und Heilpädagogen für das Thema „Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil“ zu sensibilisieren. Sie bietet eine Zusammenfassung über die Erkenntnisse der Literatur und der Forschung.

Dabei stellen sich folgende Fragen:

Kann eine elterliche psychische Belastung, im Besonderen eine posttraumatische Belastungsstörung eines Elternteils, Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes und seine schulische Leistungsfähigkeit haben?

Welche Möglichkeiten der Unterstützung haben die Schule und die schulische Heilpädagogik?

1.3 Heilpädagogische Relevanz

In ihrer Diplomarbeit gingen Studentinnen der Klinischen Heil- und Sonderpädagogik der Universität Fribourg der Frage nach, welche Erfahrungen Kinder machen, die mit einem psychisch belasteten Elternteil aufwachsen (Gäumann, 2008, 3). Sie konnten vier Kinder für ein Interview motivieren. Auf die Frage, was sie sich an Hilfe wünschen und welche Hinweise sie einem anderen Kind geben würden, betrafen ihre Antworten folgende Bereiche:

- Unterstützung in der Schule
- Austausch mit in gleicher Weise betroffenen Kindern
- Vermehrter Kontakt zum getrennt lebenden Elternteil
- Mehr Informationen über die Krankheit

Gemäss der Verordnung über besondere Massnahmen (2007) bestimmt Artikel 6, dass der Spezialunterricht neben der Förderung und Schulung von Schülerinnen und Schülern mit besonderem Förderbedarf auch die Prävention von Lernstörungen, die Beratung von Lehrkräften, Eltern und Behörden umfasst.

Heilpädagoginnen und Heilpädagogen arbeiten oft in Kleingruppen oder speziellen Settings und haben den Auftrag genau zu beobachten und zu erfassen. Sie begleiten die Lehrkräfte und haben so die Chance mit ihrem Fachwissen Lehrerinnen und Lehrer für das Thema Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil zu sensibilisieren und auf Unterstützungsmöglichkeiten für die Kinder hinzuweisen.

1.4 Vorgehen

Die vorliegende Arbeit untersucht die Folgen einer psychischen Belastung für die Betroffenen und ihre Auswirkungen im Besonderen auf deren Kinder. Im Fokus stehen dabei immer die kindliche Entwicklung und der Einfluss der belasteten Familiensituation auf deren schulische Leistungsfähigkeit.

Nach der Einleitung (*Kapitel 1*) werden in *Kapitel 2* die Begriffe „psychische Belastung“ oder „Störung“ erklärt. Der Fokus in dieser Arbeit wird auf die Auswirkungen bei Kindern gelegt, welche mit einem Elternteil aufwachsen, das an einer posttraumatischen Belastungsstörung leidet. Diese Auswahl erfolgt, weil der Umfang dieser Arbeit beschränkt ist.

In *Kapitel 3* wird die Lebenssituation der Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil beschrieben und mögliche Folgen der elterlichen Erkrankung werden anhand von aktueller Literatur beleuchtet.

In *Kapitel 4* werden Schutz- und Resilienzfaktoren beschrieben, die sich möglicherweise positiv auf die Entwicklung von Kindern auswirken.

Das *Kapitel 5* befasst sich mit den Auswirkungen der elterlichen Belastung auf die Leistungsfähigkeit der Kinder in der Schule. Dabei werden auch die Einflüsse von möglichen schulischen Belastungen und deren Folgen für die Familie und das Schulkind hinterfragt.

Welche Unterstützungsmöglichkeiten im Schulalltag möglich sind, wie eine Kommunikation gelingen kann und was Lehrerinnen und Lehrer sowie Heilpädagoginnen und Heilpädagogen über die Kooperation mit einem psychisch belasteten Elternteil wissen müssen, damit befasst sich *Kapitel 6*.

In *Kapitel 7* werden die Erkenntnisse zusammengefasst und reflektiert. Die Fragestellung wird in *Kapitel 7.5* differenziert beantwortet. Am Schluss wird ein Fazit über diese Arbeit gezogen.

2 Überblick über ausgewählte psychische Belastungen

2.1 Begriffsklärung psychische Belastung oder Störung

Der Begriff „Störung“ wird in der internationalen Klassifikation psychischer Störungen (ICD 10, Dilling et al., 2011) verwendet, um den problematischen Gebrauch der Begriffe wie „Krankheit“ oder „Erkrankung“ zu vermeiden. Es wird darauf hingewiesen, dass „Störung“ kein exakter Begriff ist, sondern dazu verwendet wird, einen klinisch erkennbaren Komplex von Symptomen anzuzeigen, die auf der individuellen oder sozialen Ebene mit Belastungen oder Beeinträchtigungen verbunden sein können. Moser (2014, 7) begrüsst es, dass die Psychiatrie weniger krankheitsorientiert denkt und betont, dass der Begriff „Störung“ weniger stigmatisierend ist.

Eine psychische Belastung ist nach Norm EN ISO 10075 „die Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die von aussen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken“ (vgl. Wikipedia/Psychologie.org, 2015). Die Symptome von Störungen bei psychischen Belastungen in dieser Arbeit unterscheiden sich aufgrund der Merkmale und des Verlaufs und zeichnen sich durch zwei Faktoren aus: Ein aussergewöhnlich belastendes Lebensereignis oder eine besondere Veränderung im Leben, die zu einer anhaltend unangenehmen Situation und so zu Belastungen führen können.

Es gilt dabei zu beachten, dass es von den Einstellungen und Bewertungen der Experten abhängig ist, welche Störungen diagnostiziert werden (Franze et. al., 2009,23).

Eine psychische Belastung ist nur das Äussere (Tod, Unfall, Naturkatastrophe), aber sie beschreibt nicht, wie die Belastung auf die betroffene Person wirkt. In der vorliegenden Arbeit wird darauf eingegangen, wie sich die psychische Belastung eines Elternteils auf Kinder auswirkt, wenn sich aus dieser Belastung eine psychische Störung, insbesondere eine posttraumatische Belastungsstörung entwickelt.

2.2 Kurzer Überblick über Reaktionen auf schwere Belastungen

Welche Reaktion eine schwere Belastung auslösen kann, ist nicht immer deutlich. Sie steht in engem Zusammenhang mit der Vulnerabilität des Individuums (Dilling et. al., 2014, 204).

Die in dieser Arbeit aufgeführten Störungen sind immer Folgen einer akuten schweren Belastung oder eines Traumas. Nach ICD -10 (Dilling et. al., 2014, 207) sind dies:

Eine akute Belastungsreaktion: Ein traumatisches Ereignis mit einem beträchtlichen Schweregrad, das die Sicherheit des Patienten, der Patientin selber oder einer geliebten Person bedroht. Die Symptome, wie eine Art „Betäubung“, Desorientiertheit oder die

Unfähigkeit Reize zu verarbeiten, erscheinen im Allgemeinen kurz nach dem belastenden Ereignis und gehen innerhalb von zwei bis drei Tagen, oft sogar nach ein paar Stunden zurück.

Eine Anpassungsstörung: Ein Zustand von subjektivem Leiden nach einer entscheidenden Lebensveränderung oder einem belastenden Lebensereignis. Die individuelle Disposition oder Vulnerabilität spielt hier eine grössere Rolle. Die Symptome umfassen Angst, Besorgnis und eine Einschränkung bei der Bewältigung des Alltags. Die Anzeichen beginnen im Allgemeinen innerhalb eines Monats nach dem belastenden Ereignis und halten nicht länger als einen Monat an.

Posttraumatische Belastungsstörung: Eine posttraumatische Belastungsstörung hat spezifische und charakteristische Merkmale. Sie entsteht als eine verzögerte Reaktion auf ein belastendes Ereignis mit aussergewöhnlicher Bedrohung. Typische Merkmale sind das wiederholte Erleben des Traumas. Die Störung kann dem Trauma sofort oder mit einer Latenz von wenigen Wochen bis höchstens sechs Monate folgen.

2.2.1 Begründung der Auswahl

Die Winterthurer Studie (2006,102) erfasst, welche Diagnosen bei psychisch erkrankten Müttern und Vätern gestellt werden. Nach Depressionen und Suchterkrankungen werden dort die posttraumatische Belastungsstörung und die Anpassungsstörung aufgeführt. Der Anteil der aufgeführten Mütter mit einer posttraumatischen Belastungsstörung oder Anpassungsstörung beträgt 14 %, der Anteil der Väter mit denselben Störungen beträgt 23 %. Auf Grund dieser Daten werden in der vorliegenden Arbeit Mütter und Väter mit diesen Diagnosen einbezogen und unter dem Begriff eines psychisch belasteten Elternteils aufgeführt.

Die oben erwähnten Störungen unterscheiden sich von den übrigen psychischen Erkrankungen in der Symptomatologie und im Verlauf durch zwei Faktoren:

1. Ein aussergewöhnlich belastendes Lebensereignis, das eine akute Belastungsreaktion hervorruft.
2. Eine Veränderung im Leben, welche zu schweren Belastungen oder einem Trauma führen kann (Dilling et. al., 2014, 204).

Michael Hipp (2014a, 14) beschreibt, wie im Gesundheitswesen und in der Kinder- und Jugendhilfe zunehmend Familien Hilfe beanspruchen, bei denen in der Vorgeschichte der Eltern Hinweise auf traumatische Ereignisse zu finden sind. Er weist darauf hin, wie wichtig ein kompetenter Umgang mit den Familiensystemen und traumaspezifische Kenntnisse der Helfer auf allen institutionellen Ebenen sind (ebd., 15).

Die Auswirkungen, die ein belastendes, traumatisches Ereignis oder eine Situation auf die Familie, im Besonderen auf die Kinder hat, werden in dieser Arbeit beschrieben. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den Auswirkungen für die Kinder bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils.

2.2.2 Posttraumatische Belastungsstörung

Eine posttraumatische Belastungsstörung wird in der ICD -10 (Dilling et. al., 2014, 207) unter den neurotischen, Belastungs- und somatoformen Störungen in Kapitel F4 beschrieben (siehe auch Kapitel 2.2.1 in dieser Arbeit). Typische Symptome sind das wiederholte Erleben des Traumas (Flashbacks) oder das andauernde Gefühl des Betäubtseins. Daraus folgt eine emotionale Stumpfheit, Gleichgültigkeit gegenüber anderen Menschen sowie die Vermeidung von Aktivitäten und Situationen, welche die Erinnerung an das Trauma wachrufen könnten. Ein Zustand von vegetativer Übererregtheit, eine übermässige Schreckhaftigkeit und Schlaflosigkeit sind weitere Folgen des Traumas.

König et. al. (2012, 11) beschreiben, dass das Störungsbild in klinisch bedeutsamer Weise Leiden oder Beeinträchtigungen in sozialen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionen hervorruft.

Die Reaktionen auf ein erlebtes Trauma sind sehr individuell. Ausschlaggebend sind dabei eine subjektive Überforderung durch das traumatische Ereignis, seine Abruptheit und der damit verbundene Kontrollverlust (Reddemann & Dehner-Rau, 2011, 49).

3 Die Lebenssituation der Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil und mögliche Folgen für die Entwicklung

3.1 Einflussfaktoren

Bei Kindern, die mit einem psychisch belasteten Elternteil aufwachsen, sind neben den familiären Lebensumständen und den individuellen Faktoren verschiedenen Belastungsfaktoren wirksam. So können die Art und der Verlauf der elterlichen Erkrankung unterschiedliche Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes haben. Je länger ein Elternteil mit psychischen Belastungen zu kämpfen hat, desto gravierender wirkt sich dies auf die Entwicklung des Kindes aus (Lenz & Brockmann, 2013, 31).

Ein wichtiger Faktor ist gemäss mehreren Studien das Alter des Kindes. Die Studien zeigen auf, dass die Folgen einer elterlichen psychischen Belastung umso schwerwiegender wirken, je jünger die Kinder sind (Lenz, 2014, 29). Bereits zwei- bis vierjährige Kinder zeigen gemäss Baumann (2000, 51) Auffälligkeiten in der Entwicklung. Sie sind häufig sprachlich weniger weit entwickelt. Sie wirken in ihrem Sozialverhalten oft ängstlich und erkunden ihre Umwelt nur sehr zaghafte.

Lenz (2014, 151) stellt fest, dass Kinder eine erhöhte Vulnerabilität bei sogenannten Entwicklungsübergängen aufweisen. Beim Übergang vom Kindergarten in die Schule oder in der Pubertät werden sie mit neuen Aufgaben und Herausforderungen konfrontiert. Wenn ein Elternteil psychisch belastet ist, kann das in dieser Zeit ein zusätzlicher Stress für das Kind sein. Einen weiteren Einfluss auf die Kinder haben psychosoziale Faktoren wie die Ablehnung durch Gleichaltrige oder das Fehlen einer erwachsenen Bezugsperson (Lenz, 2014, 41).

Aufgrund ihrer genetischen Vulnerabilität und den Belastungen, denen Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil ausgesetzt sind, weisen diese Kinder ein erhöhtes Risiko auf, selbst an einer psychischen Störung zu erkranken (Plass & Wiegand-Grefe, 2012, 45).

Bei der Abschätzung von Belastungen und Einflüssen im Leben von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil ist es wichtig, dass immer die gesamten Lebensumstände berücksichtigt werden. Erst das Zusammenwirken mehrerer Faktoren wirkt sich auf die Entwicklung des Kindes aus, weil da die Gefahr herrscht, dass sich die negativen Effekte der Belastungen wechselseitig verstärken (Lenz, 2014, 43).

3.1.1 Eltern-Kind Beziehung

Psychisch belastete Eltern zeigen im Umgang mit ihren Kindern eine Reihe von Einschränkungen, die sich direkt auf die Beziehung zu den Kindern auswirken können.

Wenn die Eltern sich dauernd passiv verhalten und eine emotionale Nicht-Erreichbarkeit ausstrahlen, ist dies eine ungünstige Basis für eine gute Eltern-Kind Beziehung (Deneke & Lüders, 2003, 177). Lenz (2013, 26) weist darauf hin, dass viele psychisch belastete Eltern unsicher in ihrem Erziehungsverhalten sind. Es fällt ihnen schwer, sich durchzusetzen und Grenzen zu setzen. Sie reagieren oft zu ängstlich oder zu streng und durch diese Unsicherheiten gelingt es ihnen nicht, das Selbstwertgefühl des Kindes durch Lob und Anerkennung zu stärken. Den betroffenen Kindern fehlt daraus die Erfahrung, auf die Zuwendung der Bezugsperson vertrauen zu können. Sie sind bereits früh gezwungen, sich auf sich selbst zu verlassen und eigene Strategien zur Aufrechterhaltung des inneren Gleichgewichts und der eigenen Handlungsfähigkeit zu entwickeln (Schone & Wagenblass, 2002, 19).

3.1.2 Unverarbeitete Traumatisierungen als Belastung der Eltern-Kind Beziehung

Die Fürsorgesysteme von Eltern mit unverarbeiteten Traumatisierungen werden durch vier sich gegenseitig verstärkende Problemebenen in ihrer Funktionsfähigkeit beeinträchtigt:

- Schädigung der Stressbewältigungssysteme mit Fehlalarmierungen des Bedrohungssystems und den entsprechenden Notfallreflexen
- Mentalisierungsdefizite mit Einschränkungen der Selbstreflexionsfähigkeit, Feinfühligkeit und Responsivität
- Desorganisierte Bindungsmuster mit den ihnen inhärenten Annäherungs- und Vermeidungskonflikten
- Identitätsfragmentierung mit der ständigen Bedrohung des Ich- Bewusstseins durch trauma-assoziierte Persönlichkeitsanteile (Hipp, 2014a, 28).

Ein Kind braucht Nähe und Schutz. Dieses Bedürfnis kann bei Eltern mit einer unverarbeiteten Traumatisierung eine Fehlalarmierung des Bedrohungssystems auslösen. Der enge Kontakt zum Kind kann beim traumatisierten Elternteil Erinnerungen an das eigene erlebte Trauma erzeugen und das Kind wird so zu einem Objekt der Gefahr. Ein typisches Beispiel von solchem Verhalten ist bei Müttern zu beobachten, die sich weigern das Kind zu stillen. Beim Stillen ist die Nähe zum Kind nicht kontrollierbar und gibt den Müttern ein Gefühl der Hilflosigkeit und des Ausgeliefertseins, das sie wieder an ihr eigenes Trauma erinnert. Ein weiteres Beispiel ist, wenn psychisch belastete Eltern ihr Kind „mechanisch“ versorgen. Sie gehen dabei nicht auf die Bedürfnisse des Kindes nach Zuwendung ein und sind emotional nicht erreichbar. Für das Kind bedeutet dies,

dass es sehr viel Energie braucht, um die Eltern auf sich aufmerksam zu machen (Hipp, 2014a, 29).

Sind Eltern traumatisiert, so leidet ihre Bindungs- und Liebesfähigkeit. Dies äussert sich gegenüber den Kindern auf unterschiedliche Weise (Ruppert, 2014, 30):

- Die Kinder erfahren Ablehnung mit oder ohne körperliche Gewalt.
- Es herrscht ein unberechenbares Schwanken zwischen Zu- und Abgewandtsein.
- Traumagefühle werden auf die Kinder abgeladen.
- Die Eltern klammern sich an die Kinder.
- Die Eltern erhoffen sich, dass die Liebe der Kinder sie für alles Ertragene entschädigen soll.

Von Eltern nicht in dem Masse geliebt zu werden, wie es für eine gesunde Entwicklung notwendig ist, kann für ein Kind Verschiedenes bedeuten:

- Ich werde nicht gesehen.
- Auf mich und meine Bedürfnisse kommt es nicht an.
- Ich werde körperlich und emotional missbraucht.
- Mich sollte es eigentlich nicht geben!
- Ich sollte eigentlich ganz jemand Anderes sein.

Solche Erlebnisse bedeuten für die kindliche Psyche unerträgliche Erfahrungen (ebd., 31). Die Kinder sind in diesen Geschehnissen Teil eines Familiendramas und werden, weil die Eltern oft mit sich selber beschäftigt sind, zu wenig wahrgenommen (Silvermann, 2000, 70). Das Kind kann keine Erfahrung mit einer schützenden und tröstenden Bezugsperson machen, was die Entstehung eines positiven Selbstbildes verhindert. Beim Kind wird das Urvertrauen zerstört und es entstehen Gefühle des Verlassenseins und der Einsamkeit (Hahn, 2013, 36 zit. nach Wöller, 2009).

3.1.3 Individuelle Faktoren beim Kind

Bereits am Anfang dieses Kapitels wurde darauf hingewiesen, dass sich eine elterliche psychische Belastung bei jüngeren Kindern schwerwiegender auswirken kann. Ein weiterer individueller Faktor beim Kind ist laut Plass & Wiegand-Grefe (2012, 43) das Temperament des Kindes. Kinder mit einem „schwierigen“ Temperament, die mit wenig positiver Aufmerksamkeit im Umfeld rechnen können, haben ein erhöhtes Entwicklungsrisiko, während Kinder mit einem „einfachen“ Temperament ein geringeres Risiko für eine Entwicklungsstörung aufweisen. Im Hinblick auf das Geschlecht sind Jungen vor allem im jüngeren Lebensalter auffällig und neigen zu externalisierenden Störungen. Mäd-

chen neigen eher zu internalisierenden Störungen und fallen eher später in der Pubertät auf. Als weitere individuelle Risikofaktoren der Kinder gelten verminderte Intelligenz und Leistungsfähigkeit, geringe soziale Kompetenzen, geringe kommunikative Fähigkeiten, ein geringes Selbstwertgefühl und emotionale Instabilität (ebd., 44).

3.2 Bindung

3.2.1 Bedeutung der frühkindlichen Bindungsentwicklung

Eine sichere Bindung ist ein „gefühlstragenes“ Band zwischen Eltern und Kind und stellt ein menschliches Grundbedürfnis dar (Lenz, 2013, 27). Drei Muster von Bindungen in den ersten Lebensjahren sind gemäss Bowlby (2003, 63) verlässlich identifiziert. Welches Muster ein Kind entwickelt, wird weitgehend davon beeinflusst, wie es von seinen Eltern behandelt wird.

Beim Muster der *sicheren Bindung* zeigt das Kind ein deutliches Bindungsverhalten bei der Trennung von einem Elternteil. Das Kind ruft nach dem Vater oder der Mutter und vermisst sie. Es ist zwar gestresst, kann sich aber sofort beruhigen, wenn der vermisste Elternteil wieder auftaucht. Dieses Muster wird von Eltern gefördert, welche auf die Signale des Kindes hören und liebevoll mit dem Kind umgehen, wenn es Schutz und Beistand sucht.

Das zweite Muster ist das der *ängstlich-widerstrebenden Bindung*. Das Kind neigt zu Trennungsangst und zeigt keine Anstrengungen die Welt selber zu erkunden. Es ist unsicher, ob ein Elternteil verfügbar ist und lässt sich auch nach Erscheinen des Elternteils schwer beruhigen. Dieses Muster wird von Eltern gefördert, die nur manchmal verfügbar und hilfsbereit sind. Diese Eltern gebrauchen aber auch Drohungen das Kind zu verlassen als Mittel zur Kontrolle.

Ein drittes Muster ist das der *ängstlich-vermeidenden Bindung*. Das Kind reagiert auf Trennung mit wenig Protest und zeigt kein deutliches Bindungsverhalten. Es erwartet im Gegenteil, dass es abgewiesen wird, und versucht das Leben ohne die Liebe und Unterstützung von anderen zu leben (ebd.,64). Gemäss Lenz (2014, 197) verfügt das Kind über keine Sicherheit darüber, ob die nötige Zuwendung von der Bindungsperson erbracht wird oder nicht.

Ein weiteres Muster ist nach Lenz (2014, 197) das der *unsicher-desorientierten Bindung*. Aufgrund eines ängstigen oder ängstlichen Verhaltens von Seiten der Bindungsperson gerät das Kind in ein Verhalten das Widersprüche zeigt. Es versucht, die Situation zu kontrollieren, oder es verhält sich aggressiv oder es reagiert wie eine er-

wachsene Person. Das Kind ist sichtlich desorientiert. Eine erwachsene Person, die dieser Bindungskategorie zugeordnet wird, hat traumatische Erlebnisse erlitten, die sie nicht verarbeitet hat (Lenz, 2014, 200).

Hipp (2015, 2) zeigt auf, dass sich das Gehirn eines Säuglings oder eines Kleinkindes abhängig von den frühen Interaktionserfahrungen mit der Umwelt entwickelt. Diese Entwicklungschance kann nur genutzt werden, wenn das Kind in diesem frühen Stadium angemessen versorgt und kontrolliert wird und wenn es Sicherheit erfahren kann. Das Bindungssystem des Kindes sucht mit seinen Kontakt- und Notrufsignalen die Zuwendung der Eltern. Es kann diese jedoch nur erfahren, wenn die Eltern bereit sind, ihm diesen stabilen Rahmen zu bieten. Nur in einem Zustand, in dem ein Kind sich sicher fühlt, kann das Kind Erfahrungen mit der Aussenwelt machen und lernt spielerisch, sich mit Rückschlägen auseinander zu setzen. Die Aufmerksamkeit der Bindungsperson entscheidet darüber, wie intensiv das Kind in seinen Erfahrungen ermutigt wird und wie nachhaltig die Lernerfahrungen im Gehirn abgebildet werden.

Auch Hüther (2010, 34) beschreibt, dass je tiefer eine neue Erfahrung im Gehirn verankert ist, desto besser kann das Kind seine Ängste bewältigen. Sein Selbstvertrauen wächst sowie das Vertrauen in seine Fähigkeiten. Es entwickelt eine enge emotionale Bindung zu seinen Eltern und übernimmt dann im weiteren Verlauf seiner Entwicklung Fertigkeiten, Vorstellungen und Haltungen, die ihm für seine Lebensbewältigung wichtig erscheinen.

3.2.2 Einfluss der Erkrankung eines Elternteils auf die Bindungsentwicklung

Psychisch belastete Eltern haben oft Schwierigkeiten die emotionalen Reaktionen ihrer Kinder zu bemerken und darauf zu reagieren, da sie von ihrer eigenen Emotionalität überlagert werden und sie selber Defizite im Bereich der Emotionswahrnehmung aufweisen. Über alle Lebensphasen im Kleinkind- und Kindergartenalter hinweg besteht die Gefahr, dass ein psychisch belasteter Elternteil die emotionalen Reaktionen seines Kindes nicht adäquat wahrnehmen oder wertschätzen kann (Lenz, 2014, 31).

Bei der Geburt eines Kindes kann bei einem psychisch belasteten Elternteil die eigene Bindungsgeschichte wieder aktuell werden. Bei einem traumatisierten Elternteil können sich eigene abgespaltene traumatische Erfahrungen wieder ins Bewusstsein drängen. Das Bindungsverhalten des Kindes, das auf physische und emotionale Nähe, Versorgung und Schutz angelegt ist, wirkt als Reiz und kann auf ein traumatisiertes Elternteil als bedrohend wirken (Hipp, 2015, 4). Es kann sein, dass der psychisch belastete Elternteil das Kind sich selbst überlässt oder wahllos an einen anderen Menschen dele-

giert. Das Kind wird in seinem Bewusstseinszustand nicht mehr wahrgenommen und kann nicht mehr versorgt werden. Ein solches Verhalten erschwert das Entstehen einer sicheren Bindung, denn das Kind sucht nach Nähe wenn es besorgt oder ängstlich ist (Grossmann & Grossmann, 2008, 284).

Bei einer unsicher-vermeidenden Bindung wird dem Kind ein geringes Sicherheitsgefühl vermittelt. Der psychisch belastete Elternteil wird den Kindern nur so lange ermöglichen etwas Neues zu erleben, wie die eigene Kapazität, Stress zu ertragen, ausreicht. Es wird von den Kindern erwartet, dass sie ihre Ängste nicht zeigen, und sie werden in ihrer Angstregulation nicht unterstützt (Fingerle, 2008, 303).

Für Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil bedeutet dies, dass sie immer wieder mit einer erschrockenen, abwesenden oder emotional nicht verfügbaren Bindungsperson konfrontiert sind (ebd., 5).

Ist ein Elternteil traumatisiert, leidet die Bindungsfähigkeit der Kinder. Dies kann in unterschiedlicher Weise zum Ausdruck kommen. Mütter und Väter mit einer solchen psychischen Belastung können gemäss Ruppert (2014, 30) Gefühle wie Liebe nicht weitergeben. Das bedeutet für die Kinder und ihre Entwicklung: Ich werde nicht gesehen. Auf meine Bedürfnisse kommt es nicht an.

Wenn das Kind mit einer Bezugsperson konfrontiert ist, die im Grossen und Ganzen Zuwendung gibt, jedoch hin und wieder emotional abwesend ist, das heisst verängstigt oder angsterregend auf die Bedürfnisse des Kindes reagiert, kann das Kind keine Strategien entwickeln, wie mit weiteren Personen umgegangen werden kann. Das Kind lernt die eigene Aufregung als Warnsignal vor einem bevorstehenden Verlust emotionalen Kontakts zu erfahren. Es besteht die Gefahr, dass das Kind nicht mehr reagiert, um sich Distanz aus einer Situation zu ermöglichen, aus der es sonst nicht entkommen kann (Fonagy, 2003, 167).

3.3 Wahrnehmung bei Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil

3.3.1 Desorientierung

Kinder spüren oft sehr genau, wenn mit einem psychisch belasteten Elternteil etwas nicht stimmt. Sie nehmen die Veränderungen im Verhalten oder bei den Handlungen des Elternteils wahr. Gleichzeitig stellen sich die Kinder dann die Frage, warum sich der Vater oder die Mutter so verhält. Weil das Wissen über die Krankheit und die damit verbundene Auffälligkeit fehlt, löst dies Sorgen, Ängste und Verwirrung seitens der Kinder aus (Lenz, 2013, 32).

Ein Mangel an Wissen über und Verständnis für die Krankheit löst bei den Kindern oft auch Enttäuschung, Traurigkeit oder sogar Wut aus, weil es dem belasteten Elternteil nicht gelingt, auf die Gefühle und Bedürfnisse des Kindes einzugehen. Gerade jüngere Kinder reagieren oft aggressiv und drücken so ihre Überforderung aus. Ältere Kinder versuchen oft Aufregungen und Auseinandersetzungen in der Familie zu vermeiden und reagieren mit Rückzug (ebd.). Die Kinder sind verängstigt und verwirrt, weil sie die Probleme des belasteten Elternteils nicht einordnen und verstehen können (Mattejat, 2008, 88).

3.3.2 Tabuisierung

In unserer Gesellschaft sind psychische Belastungen von Eltern immer noch ein Tabuthema. Sie sind oft mit einem Stigma behaftet (Baumann, 2000, 7). Wenn Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil aufwachsen, haben sie oft den Eindruck, dass sie über die Probleme in der Familie nicht sprechen dürfen. Sie haben Angst ihre Familie dadurch zu verraten (Plass & Wiegand-Grefe, 2012, 25).

Eltern geben oft an, dass sie ihre Kinder schützen wollen, wenn sie mit ihnen nicht über die Krankheit sprechen. Besonders bei jüngeren Kindern, muss man davon ausgehen, dass die Veränderungen im Verhalten des belasteten Elternteils für das Kind besonders irritierend sind (ebd.). Die Eltern sind sich nicht bewusst, dass dies Auswirkungen auf das Denken, Fühlen und Handeln der Kinder hat. Die fehlende Aufklärung gibt den Kindern den Raum für Phantasien, die oft schlimmer sind als die Wirklichkeit selbst. Mangels Erklärungen deutet das Kind den Zustand selber und fühlt sich schuldig oder abgelehnt. Das bedeutet für das Kind, dass die eigene Wahrnehmung oder die eigene Erfahrung immer wieder in Frage gestellt werden. Solche Lebensumstände haben oft Folgen für die Entwicklung des Kindes und äussern sich in Verhaltensauffälligkeiten oder emotionalen Störungen. Kommen noch andere Belastungen im Alltag dazu, reagieren die Kinder oft mit (Ver)Störung und es ist im ersten Augenblick nicht zu erkennen, woher diese Reaktion kommen könnte (Schone & Wagenblaus, 2002, 15).

Eine Tabuisierung verhindert eine Auseinandersetzung mit der psychischen Belastung des Elternteils und damit eine Aufklärung, die mögliche Ressourcen bei den Kindern mobilisieren könnte (Plass & Wiegand-Grefe, 2012, 25). Wie wichtig es den Eltern ist, dass eine Enttabuisierung, eine Entdramatisierung und somit eine Entlastung stattfindet, beschreibt Heim (2008, 56). Er deckt dabei auf, dass psychisch belastete Elternteile auch ein Interesse daran haben, den Kindern eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen, aber dass es für sie oft schwierig ist, sich die notwendige Hilfe zu holen.

In unserer Gesellschaft herrscht immer noch eine grosse Verunsicherung im Umgang mit psychisch belasteten Menschen. Statt offen auf sie zuzugehen und sich damit zu beschäftigen, wie es ihnen geht, wird der Kontakt oft abgebrochen. Auch die Betroffenen ziehen sich oft zurück und Kontakte werden auf ein Minimum reduziert. Für Kinder gibt es dann wenig Möglichkeiten, in Kontakt mit der sozialen Umwelt zu kommen, und eine soziale Isolierung ist eine häufige Folge für die Familie (Schone & Wagenblass, 2002, 189).

3.3.3 Angst

Angst ist ein Gefühl, das sich immer dann einstellt, wenn wir nicht mehr weiter wissen. Ein Gefühl, das aus dem Bauch zu kommen scheint und sich über den ganzen Körper ausbreitet. Es löst Herzrasen aus und der Pulsschlag wird plötzlich fühlbar. Wir bekommen feuchte Hände, fühlen uns schlecht, ohnmächtig, alleingelassen und hilflos. Hüther (2012, 22) beschreibt dieses Gefühl als ein sonderbares Sammelsurium von angstbegleitenden Reaktionen. Im Körper läuft eine Stressreaktion ab, die nicht mehr aufzuhalten ist. Beim Umgang mit solchen Stressreaktionen ist ausschlaggebend welche Erfahrungen diese Person im bisherigen Leben im Umgang mit bedrohenden Situationen gemacht hat. Bei Kleinkindern kann man besonders eindrucksvoll miterleben, welches Geschrei sie machen, wenn sie kurz alleingelassen werden. Das ist ihr Umgang mit einer unkontrollierten Stressreaktion. Die meisten Eltern wissen das und versuchen die Kinder zu beruhigen. Sie merken, wie die Angst mit jeder beruhigenden Erfahrung abnimmt und das Kind Sicherheit gewinnt. Die Stressreaktion wird kontrollierbar (Hüther, 2014,49).

Neurobiologische Veränderungen in einem Zustand der Angst beschreibt Hipp (2014a, 17) folgendermassen: Im limbischen System bilden die Amygdala (Mandelkern) und der Hippocampus ein wichtiges Team, das in Notfallsituationen entscheidet, wo die Informationen hinkommen. Die Amygdala überprüft dabei eingehende Bedrohungen nach deren Gefahrenpotenzial. Gerät eine Person in eine gefährliche Situation, schlägt die Amygdala Alarm. Es kommt zu einer Aktivierung des Furch- Sympathikussystems. Dort werden Stresshormone ausgeschüttet, die den Körper in eine extreme Kampf- und Fluchtbereitschaft setzen. In einem traumatischen Zustand der Bedrohung entstehen dort absolute Hilflosigkeit und Ohnmacht. Die Verbindungen zu wichtigen Zentren werden unterbrochen und jede Möglichkeit der Handlungssteuerung wird durch die angstauslösende Situation blockiert. Beim Ausbleiben von Hilfe kann es zu panikartigen Zuständen kommen (ebd.,18).

Situationen, die häufig mit unangenehmen Zuständen verbunden werden, können so zu Reizzuständen werden und eine Emotion wie Angst immer wieder hervorrufen. Diese Furchtkonditionierungen laufen keineswegs immer bewusst ab. So kann es sein, dass bestimmte Tätigkeiten oder Orte unbewusst gemieden werden (Roth, 2001, 293).

Plass & Wiegand-Grefe (2012, 22) weisen darauf hin, dass bei Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil starke emotionale Belastungen bei Verlusterfahrungen, wie zum Beispiel eine Klinikeinweisung, festgestellt werden. Es zeigt sich auch, dass diese Kinder früh lernen, eine Verschlechterung des elterlichen Zustandes wahrzunehmen und mit ihrem Verhalten darauf zu reagieren. Auf der Gefühlsebene weisen diese Kinder häufig Trennungsängste auf (ebd.).

„Die Angst vor der Krankheit überträgt sich auch auf die Kinder und belastet sie oft lebenslang“ (Baumann, 2000, 111).

3.3.4 Verantwortungsübernahme und Parentifizierung

Parentifizierung ist ein Begriff aus der Familientherapie, der eine Umkehr der sozialen Rollen zwischen Elternteilen und ihrem Kind bezeichnet. Für Eltern bedeutet die Geburt eines Kindes oft ein Gefühl von Sinnhaftigkeit und dass sich die Anstrengung lohnt, die Bedürfnisse des Kindes zu seiner Versorgung und zu seinem Schutz zu erfüllen. Bei einem Elternteil mit einer psychischen Belastung bieten diese Herausforderungen die Möglichkeit in dieser Verantwortung zu wachsen. Sie haben Verpflichtungen für die Kinder und schöpfen aus gemeinsamen Kontakten und Aktivitäten Kraft. Dadurch entsteht für die Kinder ein familiärer Raum, der ihnen ein Gefühl von Sicherheit vermitteln kann. In Krisen kann es sein, dass der psychisch belastete Elternteil Unterstützung bei seinen Kindern sucht. Die Kinder übernehmen in solchen Situationen die Verantwortung für das Wohlbefinden des belasteten Elternteils oder sogar für die Familie. Sie stecken dabei oft ihre eigenen Bedürfnisse zurück. Dies bedeutet aber nicht unbedingt, dass Parentifizierung ausschliesslich schädlich für das Kind ist. Die klinische Praxis zeigt hier auf, dass Verantwortungsübernahme in Krisenzeiten auch positiven Einfluss auf das Selbstwertgefühl des Kindes und seine psychosoziale Entwicklung haben kann (Lenz, 2014, 67).

Eine Parentifizierung im negativen Sinne liegt vor, wenn das Kind auf Kosten seiner eigenen Sicherheits- und Abhängigkeitsbedürfnisse in eine Erwachsenenrolle gedrängt wird und eine übermässige Verantwortung für den belasteten Elternteil übernimmt. Der Elternteil gibt so seine Elternfunktion auf und missbraucht das Kind für Aufgaben, die nicht altersgemäss sind und die Generationengrenze oft überschreiten. Solche Muster

der Parentifizierung bedeuten für die Kinder oft den Verlust der eigenen Kindheit. Sorglosigkeit, Spontaneität und Lebhaftigkeit gehen durch die übermässigen Belastungen verloren (Lenz, 2014, 213).

Zusammenfassend gilt Parentifizierung als Risikofaktor, wenn:

- Sowohl der psychisch belastete Elternteil als auch der gesunde Elternteil dem Kind ihre Bedürftigkeit signalisieren und ihnen Verantwortung für das eigene Wohlbefinden aufbürden.
- Das Kind nur durch die Akzeptanz der Parentifizierung die notwendige körperliche und emotionale Nähe erhält.
- Ein Ungleichgewicht des gegenseitigen Gebens und Nehmens die Parentifizierung verstärkt.

(Lenz, 2015, zit. nach Boszormeny-Nagy & Spark, 1981).

3.4 Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung auf die Lebenssituation der Kinder

Die Welt von Menschen mit einer posttraumatischen Belastungsstörung wird in Sicherheits- und Gefahrenzonen aufgeteilt (Ruppert, 2010, 38). Wenn sich diese Menschen in Sicherheit fühlen, gelingt ihnen eine normale Bewältigung des Alltags. Sind solche Menschen in der Gefahrenzone und werden durch Stress, Frustrationen oder traumaassoziierte Reize überfordert, kann es zu einem „Switch“ in die traumatische Vergangenheit kommen.

Traumatisierte Menschen sind Überlebende von Beziehungskatastrophen. Daraus kann gemäss Hipp (2014a, 22) eine misstrauische Grundhaltung resultieren. Diese Haltung richtet sich auf soziale Bindungen. Die Traumatisierten fühlen sich unverstanden und es kann zu einer Ausweitung in den Alltag kommen. Öffentliche Verkehrsmittel werden nicht mehr benutzt, Termine mit den Behörden nicht mehr wahrgenommen und der Begriff „Mobbing“ wird verwendet, um einen Aussenseiterstatus zu definieren. Für Kinder bedeutet dies, in mehrfacher Hinsicht betroffen zu sein. Die Erziehungskompetenz ist häufig beeinträchtigt. Die Kinder von Eltern mit einer psychischen Belastung zeigen gemäss Hipp (2014a, 14) schon früh Zeichen einer Bindungstraumatisierung. Sie sind in ihrer Entwicklung verzögert, weisen emotionale Regulationsstörungen auf und zeigen Auffälligkeiten im Sozialverhalten.

Leidet ein Elternteil unter einer posttraumatischen Belastungsstörung, ist die Gefahr von Flashbacks gross. Das Trauma wird erneut erlebt. Dies kann auch in ungefährlichen Alltagssituationen immer wieder passieren, wenn ein sensorischer Reiz an die traumati-

sche Situation erinnert (ebd.). Für Kinder von psychisch belasteten Eltern kann dieses wiederholte Erleben einer traumatischen Belastung eine Herausforderung sein. Die emotionale Unerreichbarkeit des psychisch belasteten Elternteils erzeugt bei den Kindern Unsicherheit. Sie haben in diesen Momenten keinen Kontakt zur Mutter oder zum Vater und können sich nicht orientieren. Die Kinder sind der angstausslösenden Situation hilflos ausgeliefert. Oft gewinnen Gefühle der Unentrinnbarkeit und der Ohnmacht die Oberhand und sie schalten im Sinne eines „Totstellreflexes“ ab. Die Kinder können in diesem Zustand nicht lernen, wie sie sich verhalten sollen und werden auch im weiteren Verlauf nicht kooperieren (Hipp, 2014a, 29).

Werden die emotionalen Reaktionen eines Kindes von einem psychisch belasteten Elternteil nicht adäquat wahrgenommen und verstanden, so entwickeln diese Kinder oft selbst Defizite im Bereich der Emotionswahrnehmung und –verarbeitung. Die Kinder können keine Mechanismen entwickeln, wie mit belastenden Emotionen umgegangen werden kann (Lenz, 2014, 31).

„In einer Atmosphäre der traumaassoziierten Notfallbereitschaft werden die Kinder immer wieder mit erschrockenen, erschreckenden, abwesenden oder emotional nicht direkt verfügbaren Bindungspersonen konfrontiert. Es besteht ein erhöhtes Risiko der direkten Traumatisierung der Kinder. In diesem Fall geben die Eltern ihre Traumaerfahrungen wie z.B. schwere physische Vernachlässigung, Gewalt oder sexueller Missbrauch unmittelbar an die nächste Generation weiter (Hipp, 2015, 5).“

Utrecht (2014, 181) beschreibt, wie sich die Folgen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils auf die Eltern-Kind Beziehung auswirken. Die Kinder erfassen das Erlebte oft unbewusst und reagieren darauf. Es kann sein, dass solche Kinder ihre Umwelt bis an die Grenzen herausfordern und von ihren Impulsen oder Aggressionen überwältigt werden.

4 Schutz- und Resilienzfaktoren von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil

4.1 Resilienz

Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil sind vielfältigen Belastungen ausgesetzt und sie weisen ein erhöhtes Risiko auf, selber eine psychische Belastung zu entwickeln. Ungefähr ein Drittel der Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil entwickeln sich gemäss Lenz (2013, 48) aber gesund und bei der Hälfte der auffälligen Kinder konnte bewiesen werden, dass Störungen nur vorübergehend auftraten.

Die Fähigkeit, dass sich Kinder trotz Unsicherheiten, Belastungen und schwierigen Lebensbedingungen gesund entwickeln, wird in der Wissenschaft mit dem Begriff der „Resilienz“ umschrieben. Wustmann Seiler (2012, 18) definiert Resilienz als „eine psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken.“

Resilienzforscher gehen davon aus, dass sich resilientes Verhalten dann zeigt, wenn ein Mensch eine Situation erfolgreich bewältigt hat, die ein Risiko für seine Entwicklung darstellt. Resilienz ist daher immer an zwei Bedingungen geknüpft (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2014, 10):

1. Es besteht eine Risikosituation
2. Das Kind bewältigt diese Risikosituation positiv.

Wustmann Seiler (2012, 28) beschreibt, dass Resilienz kein angeborenes Persönlichkeitsmerkmal ist, sondern ein dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess. Es handelt sich also um einen interaktionalen Prozess zwischen dem Kind und seiner Umwelt. Insbesondere frühe positive und stabilisierende Erfahrungen begünstigen die Ausbildung von Bewältigungsfähigkeiten.

Wustmann Seiler (2012, 19) unterscheidet drei Elemente aus der Resilienzforschung:

- Die „positive“, gesunde Entwicklung trotz andauerndem hohen Risikostatus (...).
- Die beständige Kompetenz unter akuten Stressbedingungen (...).
- Die positive beziehungsweise schnelle Erholung von traumatischen Erlebnissen.

Diese Kompetenzen gelten also nicht nur für Krisensituationen, sondern sind auch wichtig damit Entwicklungsaufgaben und weniger kritische Alltagsaufgaben bewältigt werden können (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2014, 12). Entwickeln Kinder diese Kompetenzen, dann lernen sie, dass Stresssituationen und Veränderungen nicht bedrohlich, sondern bewältigbare Herausforderungen sind (Wustmann Seiler, 2012, 20).

Die Forschung der Resilienz beschäftigt sich also mit der Widerstandsfähigkeit und untersucht mit welchen Faktoren die psychische Gesundheit und Stabilität von Kindern erhalten und gefördert werden kann.

4.1.1 Wie kann Resilienz vermittelt werden?

Erfahrungen, die ein Mensch im Laufe seines Lebens macht, bilden die Grundlage für eine lebenslange Plastizität und Lernfähigkeit unseres Gehirns (Hüther, 2008, 47). Nie wieder im Leben ist ein Mensch so offen für neue Erfahrungen, so neugierig, begeisterungsfähig, lerneifrig und kreativ wie während der frühen Kindheit. Die meisten Erfahrungen machen wir meist nicht am Ende, sondern am Anfang unserer Entwicklung. Bestimmte Veränderungen im Gehirn sollten also aufzeigen, warum eine stärkere oder schwächere Resilienz bei einer Person erkennbar wird. Diese Frage kann mit den heutigen Möglichkeiten der bildgebenden Verfahren beantwortet werden. Es sind die Bedingungen, unter welchen die betreffende Person aufgewachsen ist und unter denen sie schon in früher Kindheit die Gelegenheit hatte, ihr Gehirn zu nutzen (ebd.).

Die Eltern sind normalerweise die Personen, denen die Kinder, wenn sie auf die Welt kommen, vorbehaltlos vertrauen (Hüther, 2008, 53). Eltern sind für die Bedürfnisse von Wärme, Zärtlichkeit und Anregung zuständig und Kinder fühlen sich normalerweise in ihrer Gegenwart geschützt und geborgen. Sie entdecken die Welt und lernen aus ihren Fehlern, denn wer keine Fehler macht, kann auch nichts dazu lernen. Je häufiger sie die Erfahrung machen, dass sie allein in der Lage sind, ein Problem zu lösen, desto mehr wächst ihr Selbstvertrauen. Vertrauen ist das Fundament, auf dem unsere Entwicklungs-, Bildungs- und Sozialisationsprozesse aufgebaut werden und mit dem das Kind lernt, auch schwierige Situationen zu meistern.

Dieses Vertrauen muss auf drei Ebenen entwickelt werden (ebd.):

1. als Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Bewältigung von Problemen,
2. als Vertrauen in die Lösbarkeit schwieriger Situationen gemeinsam mit anderen Menschen und
3. als Vertrauen in die Sinnhaftigkeit der Welt und ihr Geborgen- und Gehaltensein in der Welt.

4.1.2 Bewertungs- und Bewältigungsstrategien

Ob Kinder eine Situation als bedrohlich oder als herausfordernd bewerten, hängt im Wesentlichen davon ab, wie sehr sie davon überzeugt sind, diese bewältigen zu können

(Wustmann Seiler, 2012, 77). Erwarten die Kinder daran zu scheitern, werden sie Angst erleben und die Situation meiden. Können sie jedoch den Mut aufbringen, diese Situation zu bewältigen, erhöht dies ihre Motivation und sie bekommen ein positives Bild der Belastungssituation (Hampel & Petermann, 1998, 4). Es hängt dabei wesentlich davon ab, welche Ressourcen den Kindern unter stressreichen Lebensumständen zur Verfügung stehen. Ressourcen sind also Mittel zur Bewältigung. Dabei lassen sich nach Lenz (2012, 25) die Bewältigungsstrategien auf vier verschiedene Weisen darstellen:

Problemorientierte Bewältigung: Es wird aktiv nach einer Lösung gesucht und konkret gehandelt.

Internale, emotionsregulierende Bewältigung: Die Bewältigungsstrategie passt sich der belastenden Situation an. Man denkt an etwas Anderes und versucht, sich etwas Schönes vorzustellen und sich zu entspannen. Man lässt den Ärger an anderen aus.

Suche nach sozialer Unterstützung: Man sucht sich Rat und Hilfe bei einer anderen Person.

Problemmeidung: Es wird versucht, dem Problem auszuweichen, oder man will es gar nicht wahrhaben.

Ob eine Strategie angemessen ist, hängt davon ab, wie kontrollierbar die Stresssituation eingeschätzt wird. Viele Kinder sind aber mit diesen Einschätzungen überfordert (Wustmann Seiler, 2012, 78).

Brockmann (2014, 82) weist darauf hin, dass sich eine elterliche psychische Belastung nicht nur auf das kindliche Bewältigungsverhalten auswirkt. Es findet gleichzeitig auch ein Rückkoppelungsprozess auf die psychische Gesundheit des Kindes statt, da dieses oftmals durch unangemessenes Bewältigungsverhalten der psychisch belasteten Eltern gefährdet ist.

Während zu Resilienz- und Schutzfaktoren zahlreiche Untersuchungen zu Kindern von psychisch belasteten Elternteilen vorliegen, steht die Forschung im Bereich der Bewältigungsstrategien ebendieser Kinder noch am Anfang (Lenz & Brockmann, 2012, 105).

4.2 Selbstwirksamkeit

Selbstwirksamkeit ist eine wesentliche Quelle für einen positiven oder negativen Selbstwert und ein positives oder negatives Selbstkonzept. Wer grundsätzlich davon überzeugt ist, dass sein eigenes Handeln wirksam ist und darauf vertraut, dass die eigenen Einschätzungen realistisch sind, verfügt über einen gesunden Selbstwert (Fröhlich-Gildoff et. al., 2007, 19). Folglich ist es bedeutsam für die Entwicklung der Kinder, dass sie Selbstwirksamkeitserfahrungen machen dürfen. Wenn ein Kind nicht erwarten

kann, dass seine Handlung etwas bewirkt, wird es gar nicht versuchen, etwas zu verändern oder etwas zu riskieren, sondern die Situation meiden und sich selbst negativ einschätzen (Wustmann Seiler, 2012,101). Kleine Erfolgserlebnisse können hier entscheidend zum Aufbau einer gesunden Selbstwirksamkeit beitragen (ebd., 102).

Die Selbstwirksamkeit des Kindes und die Auseinandersetzung mit seinen Entwicklungsanforderungen werden nach Scheithauer et. al. (2000, 82) wesentlich durch die Qualität der frühen Mutter-Kind-Interaktion bestimmt und zeigen auf, welche charakteristische Merkmale resiliente Kinder erwerben können.

Niklaus Loosli (2010, 5) beschreibt, wie eine solche Selbstwirksamkeitserfahrung neurobiologisch stattfinden kann. Dies bedeutet, dass in der Therapie ermöglicht wird, dass die Spiegelneuronen im Gehirn des Kindes die positiven Gefühle der Bezugsperson wahrnehmen können (Bauer, 2006, 59). Die Amygdala, die Alarmzentrale des Gehirns, wird dabei deaktiviert und der Hippocampus, der für das Speichern, Festigen und Abrufen neuer Informationen zuständig ist, wird aktiviert. Positive Gefühle im Gehirn des Kindes führen dazu, dass das Neuromodulatorensystem aktiviert wird (Grawe, 2004, 90; Hüther, 2014, 117). Mit der Marte Meo Methode von Mara Aarts können solche Erfahrungen therapeutisch angewendet werden und Eltern und Kinder in eine positive „Entwicklungsstimmung“ gebracht werden (Hipp, 2014, 27).

4.3 Familiäre Schutzfaktoren

4.3.1 Krankheitswissen und Krankheitsverstehen

Resiliente Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil besitzen gemäss Lenz & Brockmann (2013, 69) besondere Schutzfaktoren, die sie gegenüber Belastungen stärken. Es sind zwei Schutzfaktoren, die Wirksamkeit zeigen:

- Krankheitswissen und Krankheitsverstehen der Kinder
- offener und aktiver Umgang mit der Krankheit oder der Belastung in der Familie

Das Wissen um die Krankheit stellt für die Kinder einen ganz wichtigen Schutzfaktor dar. Es geht dabei nicht um die Vermittlung von „abstraktem“ Wissen über die elterliche Krankheit, sondern das Ziel sollte es sein, das Verständnis des Kindes zu verbessern. Dabei sollten die Fragen, Sorgen und Ängste des Kindes Anknüpfungspunkte für Gespräche sein (ebd., 70).

In der schweizerischen Zeitschrift für Heilpädagogik weisen Moser & Niklaus Loosli (2015, 47) darauf hin, dass diese Aufgabe in der Regel von beiden Elternteilen oder

vom gesunden Elternteil mit Unterstützung der involvierten medizinischen, psychologischen oder psychiatrischen Fachleuten wahrgenommen werden sollte.

4.3.2 Umgang mit der Krankheit in der Familie

Die psychische Belastung eines Elternteils kann zu einem erheblichen Stressfaktor in der Familie werden (Schone & Wagenblass, 2002, 12). Der belastete Elternteil fühlt sich in Krisen oft mit den Erziehungsaufgaben überfordert und schämt sich dafür, was er seinem Partner oder seiner Partnerin und den Kindern zumutet. Der gesunde Elternteil weiss nicht, wie man mit einer psychischen Belastung umgeht und entwickelt Schuldgefühle gegenüber den Kindern. Die Bedürfnisse der Kinder müssen in solchen Krisenzeiten oft zurückstehen, da der psychisch belastete Elternteil viel mit sich selber beschäftigt ist. Gerade in diesen Phasen wäre es aber wichtig, dass Kinder Unterstützung bekommen. Sie können das Verhalten des psychisch belasteten Elternteils oft nicht nachvollziehen, und glauben oft sogar, dass dessen Benehmen eine Auswirkung ihres eigenen Verhaltens sei (ebd.,13).

Fehlen den Kindern Beziehungen oder Bindungen, die eine Unterstützungsfunktion übernehmen, stehen sie in vielen Fällen allein da. Ein grosser Teil der betroffenen Kinder meidet den Kontakt zu familienexternen Personen. Die emotionalen Verstrickungen im Familiensystem, ein Gebot zu schweigen, die Ängste und die Verzweiflung brauchen oft einen Grossteil der Energie und lassen wenig Freiraum für den Aufbau sozialer Beziehungen (Lenz, 2010, 157). Folgen von Geheimhaltung sind, dass häufig Nachbarn oder sogar Freunde nicht Bescheid wissen. Dies führt zu seltsamen Reaktionen im Umfeld, welche ein zusätzliches Problem für die Kinder darstellen können (Baumann, 2000, 71).

Die Kinder geraten häufig in einen Loyalitätskonflikt. Sie wollen das Familiengeheimnis nicht durchbrechen und tragen solche Belastungen vielfach bis ins Erwachsenenleben mit sich herum (Heim, 2008, 60). So geraten Familien mit einem psychisch belasteten Elternteil in einen Teufelskreis: Die Situation belastet die Kinder und erhöht den elterlichen Stress, was sich wiederum negativ auf die elterliche psychische Belastung auswirkt (Schmid et. al., 2011, 193).

Neue Studien (Lenz, 2013, 58) deuten darauf hin, dass familiäre Schutzfaktoren die Widerstandsfähigkeit von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil stärken können. Sie bilden vermutlich die Wurzel, aus der sich die Resilienz von Kindern bildet. Zusammenfassend werden die familiären Schutzfaktoren vorgestellt:

- **Eine sichere Bindung:** Das Kind hat eine stabile und sichere Bindung zu mindestens einer Bezugsperson. Das kann der andere Elternteil, Großeltern, nahe Verwandte oder manchmal auch ein älteres Geschwister sein. Wichtig ist, dass diese Person angemessen und feinfühlig auf das Kind eingeht, so dass ein sicheres Bindungsmuster entstehen kann.
- **Ein positives Erziehungsklima:** In diesen Familien herrscht ein Gefühl der Gemeinsamkeit. Es werden Aktivitäten unternommen wie sportliche Freizeitaktivitäten oder Ausflüge am Wochenende. Es bestehen zudem klare Regeln für das Verhalten und das soziale Miteinander in der Familie. Die Erziehung ist angemessen fordernd und kontrollierend und behandelt die Kinder altersentsprechend.
- **Gute Paarbeziehung:** Therapeuten gehen davon aus, dass die Eltern das emotionale Fundament der Familie schaffen. Ihr Umgang miteinander wird bereits von kleinen Kindern imitiert. Die Eltern sind Modell für die Entwicklung der Kinder.
- **Konstruktive Überzeugung in der Familie:** Diese Familien haben die Überzeugung, dass die Probleme am besten gelöst werden können, wenn man gemeinsam versucht, eine Lösung zu finden. Es wird eine positive Haltung gelebt, die zu Anstrengung ermutigt, Belastungen und Gefährdungen werden möglichst reduziert und Chancen zu Veränderungen genutzt.
- **Flexibilität und Verbundenheit:** Mit Flexibilität wird die Fähigkeit bezeichnet, sich veränderten und wechselnden Situationen anzupassen und Stabilität wieder herzustellen. Dabei sollte es möglich sein, Aufgaben in der Familie vorübergehend neu zu verteilen, Beziehungen neu zu gestalten, um mit den veränderten Bedingungen fertig werden zu können. Verbundenheit bedeutet hier das gemeinsame Bewusstsein, dass man die herausfordernde Situation zusammen durchstehen kann (Lenz, 2013, 61).

4.4 Soziale Schutzfaktoren

„Soziale Schutzfaktoren sind die Gesamtheit der einer Person zur Verfügung stehenden, von ihr genutzten oder beeinflussten Merkmale des sozialen Handlungsraumes. Gemeint ist damit in erster Linie das Geflecht an sozialen Beziehungen zu Verwandten, Freunden und Bekannten, in das die Person eingebunden ist“ (Lenz, 2008b, 103).

Damit Kinder, die mit einem psychisch belasteten Elternteil aufwachsen, eine gesunde Widerstandsfähigkeit aufbauen können, brauchen sie eine Vertrauensperson aus-

serhalb der Familie, die sie in Belastungs- und Krisenzeiten begleiten und ihnen Stabilität bieten kann. Das Einverständnis der Eltern dazu ist wichtig, damit die Kinder diesen Schritt überhaupt wagen und sich jemandem anvertrauen können. Eine weitere wichtige Rolle dieser Bezugspersonen ist ihre Modellfunktion wie mit Problemen und Belastungen umgegangen werden kann.

Unterstützende und anregende Freundschaftsbeziehungen zu anderen Kindern ist ein weiterer wichtiger Faktor, der die Resilienz von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil fördert. Im sozialen Spiel finden die Kinder ein bedeutendes Lernfeld, können sich von Alltag lösen und erwerben wichtige soziale Kompetenzen.

Ein weiterer schützender Faktor stellen positive Erlebnisse in der Schule dar. Die Schule kann ein Ort der Ablenkung sein, in der Kinder gerade in schwierigen Lebenssituationen Ausgleich und Ablenkung finden (Lenz, 2014, 160).

4.5 Spezifische Schutz- und Resilienzfaktoren bei Kindern von Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung

Ein Trauma gilt als ein Risikoeinfluss in einem menschlichen Leben. Eine traumatische Lebenserfahrung sprengt die Grenzen der Vorhersehbarkeit und führt oft dazu, dass die belastete Person auf Grund ihres Kontrollverlustes nicht mehr handlungsfähig ist (Wustmann Seiler, 2012, 39). Kinder, die mit traumatischen Erlebnissen eines Elternteils konfrontiert werden, gelten in der Resilienzforschung als eine Risikogruppe. Im Zentrum der Forschung steht die Wiederherstellung von normalen kindlichen Funktionsfähigkeiten bei traumatischen Erlebnissen (ebd.,19).

Welche emotionsregulierenden Möglichkeiten Kinder zur Verfügung haben, hängt unter anderem davon ab, wie kontrollierbar eine Stressreaktion ist. Kinder können in weniger belasteten Situationen besser einschätzen, mit welchen Strategien sie ein Problem lösen können. Dies gelingt jedoch nicht allen Kindern gleich und ist abhängig vom Alter des Kindes (Wustmann Seiler, 2012, 78).

Für Säuglinge und kleinere Kinder gilt, dass die Möglichkeit, Stress zu verarbeiten, sehr vom Verarbeitungsvermögen der erwachsenen Begleitperson abhängt. Wie das frühe Selbstbewusstsein „im Glanz der Augen der Mutter“ wachsen kann, ist das Kind von der Mimik der Bezugsperson abhängig. Reagiert diese Person mit einem desorganisierten Verhalten, so kann dies beim Kind entsprechende Reaktionsmuster hervorrufen und Stress kann nicht abgebaut werden (Krüger & Reddemann, 2012,51).

Gelingt es den Eltern Situationen zu schaffen in denen sie das Kind wahrnehmen können, und die Situationen so weniger belastend sind, werden positive Gemeinsamkeiten

erschaffen, die den Kindern Selbstwirksamkeitserfahrungen ermöglichen. Durch diese Momente gewinnen die Kinder einen realistischen Eindruck von ihrem eigenen Zustand und vom Sein in der Welt (Hipp, 2014a, 27).

Eltern, die selbst verunsichert sind oder ständig verunsichert werden, bieten schlechte Voraussetzungen dafür, dass Vertrauen wachsen kann. Vertrauen ist das Fundament auf dem alle Entwicklungs-, Bildungs- und Sozialisierungsprozesse aufgebaut werden. Dieses Vertrauen muss in der Kindheit entwickelt werden, damit es den Kindern gelingt, sich der Welt und anderen Menschen ohne Angst und Verunsicherung zuzuwenden und auch schwierige Situationen meistern zu können (Hüther, 2008, 53).

Wenn ein Elternteil unter einer posttraumatischen Belastungsstörung leidet, brauchen die Kinder Strategien, wie sie in unerwarteten Situationen reagieren können. Scheithauer et al. (2000, 82) haben folgende Faktoren zur Bewältigung von schwierigen Lebensumständen herausgearbeitet:

- Das Kind verfügt über ein positives Selbstwertgefühl.
- Die Selbstwirksamkeitsüberzeugung des Kindes ist angemessen.
- Das Kind kann sich aktiv in der schwierigen Situation verhalten, es erstarrt nicht.

Ist es für den psychisch belasteten Elternteil nicht möglich, sich den Kindern in adäquater Weise zuzuwenden, so gelten vertraute, ausserfamiliäre Bezugspersonen als wichtiger Schutzfaktor (siehe Kap. 4.4). Sie können Geborgenheit und Rückhalt, Trost und Schutz bieten und können den Kindern aufzeigen, wie mit Problemen und Belastungen umgegangen wird (Lenz, 2014, 159). Dornes (2004, 107) beschreibt dies so:

„Die Existenz einer positiven Beziehung zu mindestens einem Elternteil oder einem anderen vertrauten Erwachsenen ist ein erstrangiger Schutzfaktor für die weitere Entwicklung.“

5 Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil in der Schule

5.1 Risiken und Chancen in der Schule

Bei Kindern kann es bei einem längerem Krankheitsverlauf, akuten Krankheitsphasen oder bei einer Klinikeinweisung eines psychisch belasteten Elternteils zu einer bedrohlichen Anhäufung von Stress kommen (Lenz, 2008, 44). In der Schule kommen Belastungen dazu, die von vielen Menschen als „daily hassles“ erlebt werden. Es sind dies die täglichen Anforderungen und Probleme, mit denen die Menschen konfrontiert sind. Wichtig ist dabei, dass sich Kinder durch diese täglichen Anforderungen stärker belastet fühlen als Erwachsene und insbesondere die Dauer der Anforderungen zu einem erhöhten Belastungserleben beitragen kann (Klein & Lohaus, 2012, 15).

Brockmann (2014, 92) weist darauf hin, dass die Ergebnisse der Bielefelder Grundschulsurveys zeigen, dass sich Belastungen vielfach in psychosomatischen Beschwerden ausdrücken. In diesem Zusammenhang konnten bei einem Drittel der Kinder ebenfalls psychosoziale Probleme, emotionale Störungen und Verhaltensstörungen beobachtet werden (ebd.). Verfügen die Kinder aber über protektive Eigenschaften wie eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung, gute Problemlösefähigkeiten und die realistische Einschätzung der Kontrollierbarkeit einer Situation, können diese Strategien die negativen Folgen von Belastungen mildern oder verhindern (Klein & Lohaus, 2012, 14).

Göppel (2008, 255) zeigt auf, dass für Kinder aus schwierigen Entwicklungsmilieus die Schule im günstigsten Fall als Fluchtpunkt, als Nische oder als Ort mit einer Struktur in einem chaotischen Alltag dienen kann. Sie kann aber auch ein Ort des erneuten Versagens, der Ausgrenzung oder Entmutigung sein. Göppel weist darauf hin, dass es ein beträchtliches Mass an Resilienz, seelischer Stabilität und Widerstandskraft braucht, um die mit der Schule verbundenen Belastungen heil zu überstehen (ebd.).

Die unterschiedliche Bedeutung der Schule für einzelne Schülerinnen und Schüler beschreibt Opp folgendermassen: „Schulen können ein Ort der Langeweile, der sozialen Ausgrenzung und Angst sein. Schulen können aber gerade im Leben von Kindern, die in ihren Lebenswelten hohen Belastungen und Entwicklungsrisiken ausgesetzt sind, eine wichtige, Entwicklung schützende Funktion ausüben“ (Opp, 2011, 240).

5.2 Auswirkungen der elterlichen Erkrankung auf die schulische Leistungsfähigkeit

Brockmann (2014, 89) weist darauf hin, dass der direkte Zusammenhang zwischen einer elterlichen psychischen Belastung und der schulischen Leistungsfähigkeit bisher

noch nicht explizit erhoben wurde. Einige Studien liefern jedoch Hinweise, dass sich eine elterliche psychische Belastung negativ auf die schulischen Kompetenzen des Kindes auswirken kann.

In der Erhebung von Lenz (2014, 122) wird deutlich, welchen grossen Belastungen Kinder mit einem psychisch erkrankten Elternteil ausgesetzt sind. Am häufigsten zeigt sich die schwierige Situation vor allem bei jüngeren Kindern durch eine belastende Schuldfrage: „Was habe ich falsch gemacht, damit es meiner Mutter oder meinem Vater so schlecht geht?“ Wird diese Wahrnehmung durch eine direkte Schuldzuweisung des psychisch belasteten Elternteils noch bestätigt wird die kindliche Denkweise noch verstärkt (ebd., 123). Die Kinder fühlen sich schuldig und versuchen den belasteten Elternteil zu schützen, indem sie ihre eigenen Bedürfnisse zurückstecken und ihre Gefühle nicht zeigen (Wunderer, 2014, 35).

Ein grosses Problem für Kinder ist die Tabuisierung der elterlichen Belastung. Dies kann die Kinder im Schulalltag in einen Loyalitätskonflikt bringen. Kinder halten sich oft streng an die Bestimmungen der Eltern und wissen nicht, an wen sie sich sonst wenden sollen. Sie trauen sich nicht, der Lehrperson zu sagen, dass sie zu Hause nicht auf die nötige Unterstützung zählen können. Deshalb kann es sein, dass sie in der Schule zu Unrecht für ein Verhalten bestraft werden, dessen Ursachen nicht erkannt werden (Schone & Wagenblass, 2002, 188).

Die Schule, die ein Kind besucht, und die Lehrerinnen und Lehrer, welche es unterrichten, haben wesentlichen Einfluss auf die Schullaufbahn der Kinder. Dieser Einfluss kann gerade für Kinder aus belasteten Lebenswelten sehr stark sein. Denn für sie kann die Schule zu einer strukturierten Gegenwelt werden, in der sie dem chaotischen Alltag entfliehen können (Opp, 2008, 230). Die Qualitäten des Schulalltags haben einen erheblichen positiven Einfluss auf Schülerinnen und Schüler, wenn sie dort ein Gefühl der Zusammengehörigkeit und der Partizipation erleben (ebd.).

Positive Erfahrungen im Schulalltag stellen einen schützenden Faktor für Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil dar. Die Schule kann ein Ort der Geborgenheit sein und bietet Kindern in schwierigen Lebenssituationen eine Insel oder Nische, die ihnen Ausgleich und Ablenkung ermöglicht (Lenz, 2014, 160).

Lehrerinnen und Lehrer sind täglich mit Kindern von psychisch belasteten Eltern konfrontiert und müssen mit den Auswirkungen auf den Schulalltag umgehen. Es ist daher wichtig, bei der Arbeit mit Kindern zu berücksichtigen, dass auffälliges Verhalten von

Schülerinnen und Schülern häufig auf die familiäre Situation zurückzuführen ist wie zum Beispiel im Fall einer psychischen Belastung eines Elternteils (Brockmann, 2014, 90).

5.3 Auswirkungen auf die schulische Leistungsfähigkeit von Kindern bei posttraumatischer Belastungsstörung eines Elternteils

Es gibt in der Forschung noch keine Studien, welche die Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils auf die schulische Leistungsfähigkeit der Kinder untersucht haben. Verschiedene Anzeichen deuten aber darauf hin, dass sich die Belastungsstörung auf die schulische Leistungsfähigkeit auswirken kann.

Wenn ein Elternteil von einer posttraumatischen Belastungsstörung betroffen ist, währt er sich in einer andauernden inneren Anspannung. Die Alltagsbewältigung wird zu einer Überforderung und die Nähe der eigenen Kinder kann zu einer Auslösung des eigenen Bedrohungssystems führen, die das Fürsorgeverhalten des psychisch belasteten Elternteils blockiert (Hipp, 2014a, 28). Die Nähe zum Kind wird vermieden, das Kind wird in seinen Interessen nicht bestätigt und seine Entwicklungsschritte werden nicht durch Zuwendung belohnt. Wie schon in Kapitel 3.4 beschrieben sind die Kinder von psychisch belasteten Eltern oft Gefühlen wie Unentrinnbarkeit und Ohnmacht ausgeliefert. In diesem Zustand sind sie in ihrem natürlichen Explorationsdrang blockiert und können schlecht lernen (ebd., 29). Lernvorgänge funktionieren nur unter grösster Anstrengung und führen zu einer schwachen Merkfähigkeit. Dies kann dazu führen, dass die Betroffenen einfach „abschalten“, um sich vor der Flut von Ablenkungen zu schützen. Wichtiges von weniger Wichtigem zu unterscheiden wird so fast unmöglich und die Lernfähigkeit deutlich eingeschränkt (Sautter, 2015, 59).

5.4 Mögliche Auswirkungen in der Schule bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils

Bei einem traumatischen Erlebnis müssen Familien plötzlich mit einer Situation umgehen, die sie vorher nicht für möglich gehalten haben. Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung haben diese Situation nicht verarbeiten können. Sie bleiben im Trauma stecken (Korritko, 2014, 161). Dieser Stress wirkt sich auf das ganze Familiensystem aus. Wenn eine Einschränkung der Kommunikation das gesamte Familiensystem betrifft und sich die Betroffenen keine Hilfe holen, so kann bei allen Beteiligten ein posttraumatischer Prozess entstehen, egal ob sie das bedrohliche Erlebnis selber erlebt haben oder nicht. Diese Einschränkungen wirken sich belastend auf die Interaktionen in der Familie aus (ebd.163).

Wenn die traumatischen Erlebnisse des Elternteils nicht verarbeitet sind und die Kinder beeinflussen, dann geraten diese in einen Zustand der Überregung, der gekennzeichnet ist von einer dauernd erhöhten Wachsamkeit. Das innere System des Kindes ist darauf eingestellt, dass jederzeit etwas passieren kann und es kämpfen oder flüchten muss. Im Besonderen das Frontalhirn reagiert auf diesen Stress sehr störungsanfällig und es zeigen sich auf Grund dieser Überregung Symptome wie:

- Allgemeine Unruhe
- Konzentrations- und Leistungsschwächen
- Plötzlich aggressive Impulsdurchbrüche
- Überschusshandlungen oder Orientierungslosigkeit

Auch die Speicherfunktionen des Hippocampus sind beeinträchtigt. Dadurch werden die Merkfähigkeit und das Lernen erheblich erschwert (Scherwath & Friedrich, 2014, 24).

Sautter (2015, 67) beschreibt die durch den Stress entstehenden Konzentrationsstörungen und die damit verbundenen Lern- und Speicherschwierigkeiten. Ein klares Indiz für eine Störung ist zum Beispiel, wenn sich die Augen nicht auf das Lesen eines Textes einstellen können. Die Augen befinden sich in einem Stressmodus, der auf die Umgebung gerichtet ist. Es fehlt dem Kind an innerer Ruhe und Lernvorgänge werden in solchen Situationen fast unmöglich (ebd.).

5.5 Auswirkungen der Schule auf den familiären Alltag bei psychischer Belastung eines Elternteils

Die Schule nimmt einen grossen Teil der Zeit von Kindern in Anspruch und übt gemäss Brockmann (2014, 91) grossen Einfluss auf die Gestaltung des familiären Alltags aus. Die familiären Zeitstrukturen und die Alltagsgestaltungen müssen sich am Rhythmus der Schule orientieren (ebd.). Die Schule beeinflusst nicht nur die familiären und individuellen Zeitstrukturen, sondern trägt auch massgeblich zur persönlichen Entwicklung der Kinder bei. Die „Schule stellt einen Erfahrungskontext dar, der das Denken, Fühlen und Handeln von Kindern beeinflusst (Brockmann, 2014, 91 zit. nach Hofmann & Siebert-Reckzeh, 2008, 14).

Aus Studien ist gemäss Lenz & Brockmann (2013, 125) bekannt, dass psychisch belastete Eltern die Probleme und Belastungen wahrnehmen und Hilfen für ihre Kinder möchten. Sie wünschen sich Unterstützung bei der Erziehung und Betreuung, Hilfen bei Schularbeiten und Möglichkeiten, wie mit Gleichaltrigen Kontakt aufgebaut werden kann. Es hat sich aber gezeigt, dass viele Eltern nicht wissen, wo sie überhaupt Unter-

stützung für ihre Kinder bekommen können und welche Institutionen dafür zuständig sind (ebd.).

Lehrerinnen und Lehrer, Heilpädagoginnen und Heilpädagogen können in diesem Bereich eine wichtige Funktion für Kinder von psychisch belasteten Eltern spielen. „Je mehr Vertrauenspersonen ein Kind hat auf die es sich stützen kann, umso besser ist dies für das Kind“ (Mattejat, 2008, 93). Sie können als respektvolle Begleiter den Kummer betroffener Kinder wahrnehmen, ihnen zuhören, ihre Fragen beantworten und ihnen altersgemässe Entfaltungsmöglichkeiten bieten.

Auch ein verständnisvoller Umgang mit den Eltern ist wichtig. Psychisch belastete Eltern spüren oft genau, dass sie ihren Kindern nicht gerecht werden können. Auch sie brauchen respektvolle Aufmerksamkeit damit sie merken, dass sie mit ihrem Kummer nicht allein sind (Heim, 2008, 63).

5.6 Auswirkungen der Schule auf den familiären Alltag bei posttraumatischer Belastungsstörung eines Elternteil

Hipp (2014a, 37) weist darauf hin, dass schwere Vernachlässigung, Gewalt und sexueller Missbrauch als Kindeswohlgefährdungen anerkannt sind und den Eingriff in die Erziehung der Eltern rechtfertigen. Die Erfahrungen der Kinder von Eltern mit Traumafolgestörungen werden weithin unterschätzt. Hipp (37) fordert eine Grundsatzdiskussion über in Frage kommende Unterstützungsmassnahmen.

Die Lernfähigkeit der psychisch belasteten Eltern ist aufgrund ihrer Identitätsstörung erheblich eingeschränkt. Als Folge einer Überanstrengung des Nervensystems lässt die Konzentration nach. Für Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung bedeutet dies, dass ihr System dauernd überlastet ist und ihre Aufnahmefähigkeit und Lebensqualität deutlich eingeschränkt sind (Sautter, 2015, 59).

Für die Kinder heisst dies, dass der psychisch belastete Elternteil nur so viel Stress ertragen kann wie er zulassen kann. Die Signale von Kindern können diese Eltern nicht mehr richtig interpretieren und von den eigenen Bedürfnissen unterscheiden. Den Betroffenen fehlt das nötige Einfühlungsvermögen und Realitätsprüfungen sind kaum mehr möglich. Sie sind nicht mehr in der Lage, zeitnah und angemessen auf die Anforderungen in der Erziehung einzugehen. Verzichtet der psychisch belastete Elternteil auf seine Versorgungs- und Leitungsfunktion, kann sich dies bedeutsam auf das Kind auswirken (Hipp, 2014b, 12). Die Kinder können sich nicht auf ein angemessenes Verhalten des psychisch belasteten Elternteils verlassen und müssen bei schulischen Belastungen mit wenig Unterstützung klar kommen.

6 Unterstützungsmöglichkeiten

6.1 Identifikation von betroffenen Kindern

Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil bitten selten von sich aus um Hilfe, deshalb stellt die Identifikation von betroffenen Kindern die Lehrpersonen vor ein großes Problem. Hilfe erhalten vor allem Kinder, die „Probleme“ machen, also Kinder welche unbewusst mit auffälligem Verhalten auf ihre schwierige Situation aufmerksam machen (Moser & Niklaus Loosli, 2015, 45).

Franze et al. (2009, 21) beschreiben, dass Schülerinnen und Schüler mit psychisch belasteten Eltern in der Schule schweigsamer werden und es so für Lehrerinnen und Lehrer oft eine Herausforderung darstellt, deren Verhalten zu beobachten. Lehrerinnen und Lehrer, sowie auch Heilpädagoginnen und Heilpädagogen sollten genau auf länger andauernde oder plötzliche auftretende Veränderungen bei den Kindern achten. Lenz & Brockmann (2013, 131) nennen drei Kategorien, in denen sich Probleme und Belastungen zeigen können:

Tabelle 1: Hinweise auf eine elterliche Belastung beim Kind in der Schule (Lenz & Brockmann, 2013, 131)

Im Verhalten des Kindes	<ul style="list-style-type: none">• Das Kind wirkt traurig, innerlich angespannt, nervös und beteiligt sich nicht bzw. deutlich weniger an den gemeinsamen Aktivitäten in der Gruppe oder in der Klasse.• Es wirkt unkonzentriert und kann den Abläufen und dem Unterrichtsgeschehen nur schwer folgen.• Das Kind zeigt aggressive Verhaltensweisen gegenüber Lehrpersonen. Diese können verbal oder körperlich sein. Die Aggressionen können auch gegen sich selbst gerichtet sein.
Im Kontakt des Kindes zu Gleichaltrigen	<ul style="list-style-type: none">• Das Kind zieht sich aus seinen bisherigen Freundschaften zurück.• Das Kind verhält sich ablehnend gegenüber Freundinnen und Freunden.• Das Kind provoziert und sucht Streit- und Angriffspunkte.• Es berichtet nicht mehr von gemeinsamen Unternehmungen mit der Familie oder mit Freunden.

In der Versorgung des Kindes	<ul style="list-style-type: none"> • Das Kind fehlt im Kindergarten oder in der Schule häufiger oder kommt zu spät in den Unterricht oder wird zu spät von den Eltern abgeholt. • Das Kind ist über längere Zeit nicht sauber und der Jahreszeit entsprechend gekleidet. Es kommt ohne Zwischenverpflegung in den Kindergarten oder die Schule. Es werden Probleme in der grundlegenden Versorgung des Kindes sichtbar.
-------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

6.2 Zusammenarbeit mit Eltern im Schulalltag

Die wichtigsten Bezugspersonen im Leben von Kindern sind die Eltern. Bei Eltern mit einer psychischen Belastung sind die Gründe vielfältig, warum sie oftmals nur wenig Bereitschaft zur Zusammenarbeit mit den Lehrpersonen zeigen. Sie können zum Beispiel Angst haben, dass ihnen die Kinder entzogen werden oder sie befürchten zusätzliche Strapazen durch die Zusammenarbeit im mit der Schule (Hahn, 2013, 72).

Es ist wichtig, den Eltern mit Wertschätzung entgegenzutreten und eine Vertrauens- und Beziehungsebene zwischen ihnen und den Pädagoginnen und Pädagogen herzustellen. Dies kann ein schwieriges Unterfangen sein, denn es kann einige Zeit dauern, bis sich Vertrauen und Beziehung bilden (ebd.).

Brockmann (2014, 127) zeigt auf, wie hemmende und förderliche Faktoren die Kooperation erschweren bzw. unterstützen. Viele psychisch belastete Eltern sind in ihrer Erziehungsfähigkeit eingeschränkt. Aus Angst vor Kritik vermeiden sie Gespräche mit den Lehrpersonen. Auch das Fernbleiben von Elternabenden ist ein Zeichen für diese Unsicherheit.

Aber nicht nur bei den Eltern sondern auch bei Lehrerinnen und Lehrern beeinflussen Emotionen bewusst oder unbewusst die Gesprächsatmosphäre. Es kann sein, dass die Lehrperson mehr elterliche Unterstützung für das Kind erwartet, der psychisch belastete Elternteil dies aber nicht leisten kann und die Pflicht der individuellen Förderung und persönlichen Unterstützung als Aufgabe der Lehrerin oder des Lehrers sieht (ebd., 128). Die Schule muss in solchen Fällen klar sagen können welche Unterstützung sie von den Eltern braucht, um das Kind nicht in einen Loyalitätskonflikt zu stürzen (Wunderer, 2008, 127).

Für Lehrpersonen ist es wichtig zu wissen, dass ablehnende oder abweisende Reaktionen von einem psychisch belasteten Elternteil nicht gegen sie als Person gerichtet sind. Die Angst vor Stigmatisierung und Diskriminierung ist bei diesen Eltern oft gross. Ein

Bedrängen würde sich negativ auf die Beziehung auswirken und Verweigerungs- und Rückzugstendenzen verstärken. Die Lehrerinnen und Lehrer können den Eltern aufzeigen, wie wichtig ihnen eine gesunde Entwicklung des betroffenen Kindes ist und ihnen einen Gesprächstermin anbieten, den die Eltern zu einem geeigneten Zeitpunkt in Anspruch nehmen können (Lenz, 2013, 143).

Die Kommunikationspsychologie beschreibt konkrete Fertigkeiten, welche die Gesprächskultur verbessern und den Kommunikationspartnern helfen einen konstruktiven Austausch zu führen:

- Die Ansichten, Wünsche, Bedürfnisse und Gefühle werden konkret und eindeutig und in einer für den Empfänger annehmbaren Form geäußert (Sprecherfertigkeiten).
- Die Gefühle, Bedürfnisse, Wünsche und Meinungen des Gegenübers werden möglichst genau erfasst und reflektiert (Zuhörerfertigkeiten).

Um eine gute Verständigung zwischen den Interaktionspartnern zu erreichen, ist dieses Wissen wichtig. Die Kenntnisse der Sprecher- und Zuhörerfertigkeiten fördern die Kommunikation und können helfen, einen Weg aus einer oft tief verankerten Sprachlosigkeit zu finden (Lenz, 2012, 98).

6.2.1 Möglichkeiten der Kommunikation in der Schule

In Elterngesprächen ist es wichtig, die Bedenken, Befürchtungen und Ängste in Bezug auf die psychische Belastung ernst zu nehmen und behutsam vorzugehen (Lenz, 2014, 313).

Tabelle 2: Tipps für Gespräche mit Eltern (Görlitz, 2007b, 179 zit. nach Lenz, 2010, 128)

Tipps für Gespräche mit Eltern

1. Den Zeitpunkt sorgfältig aussuchen

Die Lehrpersonen sollten sich eine gute Gelegenheit aussuchen, um die Sorgen oder Belastungen anzusprechen. Es sollte kein Gespräch stattfinden, wenn die Eltern schlecht gelaunt oder gestresst sind.

2. Respektvoller Umgang

Den Eltern sollten keine Vorwürfe gemacht werden. Die Schulleitung oder die Lehrpersonen sollten in der „Ich“-Form erzählen, was ihnen auffällt. Anklagen sollten vermieden werden, so dass die Eltern nicht das Gefühl haben, sie werden angegriffen oder beschimpft.

3. *Gedanken und Gefühle direkt äussern*

Die Lehrpersonen sollten aussprechen, was sie denken oder fühlen.

4. *Den anderen Standpunkt einsehen und empathisch handeln*

Eltern mit einer psychischen Belastung sind oft sehr stark mit sich selber beschäftigt. Ein offener Umgang mit ihren Wünschen an die Schule führt zu mehr Kooperation.

5. *Mit gemässiger Stimme sprechen*

Auch wenn die Situation klare Forderungen bedingt sollte sich die Lehrperson gut überlegen, wie der Ärger ausgedrückt werden kann. Dies kann in der „Ich – Form“ oder als Wunsch geäussert werden.

6. *Auf das eigene Verhalten achten*

Die Lehrperson sollte sich kontaktbereit und nicht ablehnend verhalten. Es führt zu grösserem Erfolg, wenn der Blickkontakt zu den Eltern während des Gesprächs aufrechterhalten wird.

7. *Kompromissbereitschaft*

Es ist wichtig den Eltern entgegen zu kommen, so fühlen sie Wertschätzung und werden den schulischen Angelegenheiten offener gegenüber stehen.

6.2.2 Unterstützungsmöglichkeiten der Schule

Eine psychische Belastung ist in unserer Gesellschaft immer noch mit einer Tabuisierung behaftet. Ein wichtiger Ansatzpunkt liegt nach Baumann (2000, 92) in der Öffentlichkeitsarbeit. Es mangelt Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil nicht an Hilfen, weil wissenschaftliche Erkenntnisse über die Möglichkeiten einer Unterstützung fehlen, sondern weil deren praktische Umsetzung oft noch nicht gelingt (ebd.).

Je besser eine Vernetzung mit den zuständigen Unterstützungsdiensten gelingt, desto besser können die Hilfen gestaltet werden. Lehrerinnen und Lehrern, Heilpädagoginnen und Heilpädagogen kommt hier oft eine Schlüsselrolle zu, da sie Eltern in Gesprächen dazu motivieren können weitere Dienste in Anspruch zu nehmen. Sie können Zugangswege aufzeigen und so Möglichkeiten aufdecken, wie und wo Hilfe und Unterstützung in Anspruch genommen werden kann (Brockmann, 2014,122).

Im täglichen Umgang mit betroffenen Kindern ermutigen Pretis und Dimova (2010, 58) Erzieherinnen und Erzieher zu einer kindgerechten Aufklärung. Mit Hilfsmitteln wie Kinderbücher oder Filme kann an der kindlichen Lebenswelt „angedockt“ werden und Verständnis für die spezielle Situation gezeigt werden. Moser (2014, 77) hat zu diesem

Thema eine Sammlung mit Büchern zusammengestellt, die in der Schule und in der Familie eingesetzt werden kann.

Einen weiteren Ansatz zur Prävention von psychischen Belastungen bietet das Programm „Mind Matters“ (Franze et. al., 2009, 17). Eltern sollen mit ihren Bedürfnissen an die Schule herantreten und sie diskutieren können. Im Programm werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie durch eine gezielte Elternbildung die Handlungsfähigkeit der Schulgemeinschaft bei psychischen Belastungen erhöht werden kann (ebd.).

Auch Moser & Niklaus Loosli beschreiben in ihrem Beitrag konkrete Ideen und Unterstützungsmöglichkeiten (2015, 45). Sie erwähnen dabei die Möglichkeit, den Kindern von psychisch belasteten Eltern bei der Förderung von sozialen Kontakten zu helfen. Unterstützende Leistungen wie eine sozialpädagogische Familienhilfe, eine Hausaufgabenhilfe oder Unterstützung psychologischer, psychiatrischer oder medizinischer Art können sehr hilfreich für Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil sein.

6.2.3 Interventionsmöglichkeiten in der Schule

Ihde & Stör (2015, 8) weisen darauf hin, dass Kinder, welche mit einem psychisch belasteten Elternteil aufwachsen, wahrgenommen werden möchten. Sie beschreiben die möglichen Stolpersteine bei der Zusammenarbeit mit Eltern und Lehrkräften und geben Tipps wie damit umgegangen werden kann:

1. Geben Sie sich ein Gesicht.
2. Greifen Sie auf, was das Kind wahrnimmt.
3. Geben Sie dem Kind und den Eltern eine Sprache.
4. Entlasten Sie das Kind von Schuldgefühlen.
5. Bieten Sie konkrete Lösungen an.
6. Würdigen Sie die tägliche Herausforderung, die das Kind meistern muss.
7. Sprechen Sie dem Kind Mut zu!
8. Helfen Sie bei der Normalisierung im Alltag mit.
9. Schaffen Sie unbeschwerte Momente.

Wir haben immer noch wenige Worte um psychische Belastungen zu umschreiben. Als Stolperstein beschreiben Ihde und Stör (2015, 3), dass Lehrpersonen häufig nicht wissen, wer für das Ansprechen verantwortlich ist. Lehrerinnen und Lehrer sehen ihre Zuständigkeit vor allem für das Schulische. Gelingt es jedoch, durch das Ansprechen der Eltern das Kind zu stärken, kann dabei nur gewonnen werden (Ihde & Stör, 2015, 5). Es braucht konkrete Lösungen für konkrete Probleme. Das Kind soll ernst genommen werden und einfache pragmatische Lösungen, die entlasten, sollen angestrebt werden.

Für Kinder von psychisch belasteten Eltern ist es wichtig, dass sie über die Erkrankung aufgeklärt sind. Eine grosse Hilfe ist es, wenn eine Psychologin oder ein Psychologe diese Aufgabe übernimmt. Die Kinder müssen lernen, dass es nicht ihre Schuld ist, wenn ihr Vater oder ihre Mutter in einer Situation nicht richtig reagieren kann (Wunderer, 2008, 125).

Erst wenn sich die Kinder die Verhaltensweisen und Reaktionen des belasteten Elternteils erklären können, besteht die Chance, dass sich ihre Sorgen und Ängste reduzieren (Lenz, 2014, 309). Deswegen ist es wichtig, dem Kind zu vermitteln, dass es Fragen stellen darf. Wissen befähigt Kinder (ebd.).

6.3 Zusammenarbeit mit Fachpersonen

Der Umgang mit einem psychisch belasteten Elternteil stellt für Lehrpersonen eine herausfordernde Situation dar. Sie müssen viel Verständnis aufbringen (Moser & Niklaus Loosli, 2015, 47). Es ist darum wichtig, dass sich Lehrerinnen und Lehrer die nötige Unterstützung von Fachpersonen holen (ebd.).

Ein fachlicher Austausch ermöglicht eine Überprüfung der eigenen Wahrnehmung und kann eine grössere Sicherheit im Umgang mit den Eltern geben. Es können zudem Wege aufgezeigt werden, wie mit den Eltern umgegangen werden kann und welche Hilfen für das Kind und die Familie passend sind (Lenz & Brockmann, 2013, 145).

Folgende Beispiele weisen typische Zeichen einer psychischen Belastung eines Elternteils auf und erfordern den Einbezug einer Fachperson:

- Das Kind zeigt seit einiger Zeit auffällige Veränderungen im Verhalten (Kap. 6.1) oder ein Elternteil zeigt sich der Lehrperson gegenüber deutlich verändert. Die Lehrperson vermutet eine psychische Belastung, ist sich aber nicht sicher, wie sie dies gegenüber den Eltern ansprechen soll.
- Die Lehrperson hat die Mutter oder den Vater schon mehrmals angesprochen, dass sie beim Kind Auffälligkeiten wie in Tab.1 beobachtet. Die Eltern bringen Erklärungen und Entschuldigungen, die aber eher als Ausflüchte verstanden werden.
- Die Eltern reagieren auf Beschreibungen der Beobachtungen ablehnend und aggressiv-abweisend. Sie werfen der Lehrperson vor, dass sie sich in familiäre oder persönliche Angelegenheiten einmischen will und gehen der Lehrperson aus dem Weg.
- Auf Grund längerer Beobachtungen und der starken Auffälligkeiten befürchtet die Lehrperson negative Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes oder eine

Gefährdung seines Wohlergehens. Die Lehrperson erwägt Massnahmen zum Schutz des Kindes einzuleiten.

- Die Eltern wenden sich an die Lehrperson und fragen nach deren Einschätzung von Auffälligkeiten und im Verhalten des Kindes. Die Eltern suchen Rat weil sie ihr Kind als belastet erleben und möchten wissen, an wen sie sich wenden können (ebd.,144).

6.4 Exkurs: Kindeswohlgefährdung

Ein Kindeswohlgefährdendes Elternverhalten beinhaltet sowohl Gefahren für die psychische und physische Gesundheit der Kinder als auch Belastungen für ihre soziale und emotionale Entwicklung (Lenz, 2014, 44). Gemäss den Grundprinzipien des Kinderschutzes und der Verfahrensinstruktion (Fassbind, 2015) wird bei einer erheblichen Gefährdung folgendermassen vorgegangen:

„Gesetzesgrundlage für staatl. Eingriff: Art. 307 Abs. 1 ZGB:

Ist das Wohl des Kindes gefährdet und sorgen Eltern nicht von sich aus für Abhilfe oder sind sie dazu ausserstande, so trifft die Kinderschutzbehörde die geeigneten Massnahmen zum Schutz des Kindes.“

Dabei gilt als oberstes Prinzip die Sicherstellung des Wohls zum Schutz der Kinder. Es werden wenn immer möglich Ressourcen gefördert und Defizite mit geeigneten Massnahmen ausgeglichen. Das Recht auf Selbstbestimmung und familiäre Lösungen haben Vorrang. Die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde handelt nach folgendem Verfahrensgrundsatz: Bei einem Eingriff müssen das Kind und die Familie in ihrem Zusammenleben unterstützt werden, es sei denn, die Gefährdung der Kinder ist untragbar hoch. Dann muss das Kind von seinen Eltern getrennt werden. Es muss also immer eine Lösung gefunden werden, die das Kind schützt. Wichtig ist dabei die Zusammenarbeit und Vernetzung mit allen Partnern. Moderner Kinderschutz ist prozessorientiert und richtet sich nach geeigneten Massnahmen (Art. 307 Abs. 3 und 308 ff. ZGB – Kaskade bzw. Eskalierung bzw. Verhältnismässigkeitsprinzip). Die Ursachen einer Gefährdung sind dabei unerheblich.

Psychisch belastete Eltern können eine Ursache sein (ebd.). Nicht selten sind psychisch belastete Eltern selbst nicht mehr in der Lage ihr Leben zielgerichtet zu steuern. Sie sind nicht nur mit sich selbst überfordert, sondern können die Bedürfnisse ihrer Kinder nicht mehr erkennen und auch die Erziehungsanforderungen werden als zu grosse Hürden wahrgenommen. In solchen Fällen wird ein Rechtsanspruch oft gar nicht als Möglichkeit einer Hilfeleistung realisiert (Schone & Wagenblass, 2002, 46).

Dabei wird die Kinderschutzbehörde vor die schwierige Situation gestellt, dass sie ohne die Bereitschaft der Eltern nicht tätig werden kann. Ein grosses Problem besteht dort, wo psychisch belastete Eltern das Wohl ihrer Kinder nicht mehr gewährleisten können und die Schwelle zur Kindeswohlgefährdung überschritten wird (ebd., 47).

Dennoch kann gemäss Zimmermann (2014, 43) die Unterlassung keine pädagogische Option sein. Es bedeutet, dass ein Kind in seiner Not alleingelassen wird. Damit ist ein Dilemma beschrieben, das ein Spannungsfeld aus pädagogischen Aufgaben und den Aufgaben des Kinderschutzes aufzeigt (ebd.).

Brockmann (2014, 280) weist darauf hin, wie wichtig eine interdisziplinäre Zusammenarbeit ist. Die Kooperation zwischen Lehrpersonen, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeitern, als auch mit schulexternen Diensten wie Beratungsstellen ist wichtig, um ein unterstützendes Netzwerk zu schaffen. Doch nicht nur die Kooperation auf der Ebene der Fachkräfte ist wichtig, auch die Kooperationsbeziehungen zu den Eltern sind bedeutsam. Sie helfen Ängste zu reduzieren und Vertrauen aufzubauen. So kann Hilfe wirksam werden (ebd., 281).

6.5 Unterstützungsmöglichkeiten der Schule bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils

Ein wichtiger Aspekt bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils ist das Erkennen des Bindungstraumas bei einem auffälligen Kind. Die Forschungen zu den eventuellen Risikofaktoren eines Bindungstraumas haben sich in den letzten Jahren vervielfältigt (Hahn, 2013, 71). Dabei ist es wichtig, einige Faktoren zu kennen, die auf eine Belastung zeigen, da sie Hinweise auf eine Kindeswohlgefährdung sein können (ebd.).

So können geringe finanzielle sowie soziale Ressourcen, ein geringes Wissen über die Entwicklung von Kindern, aber auch Persönlichkeitsveränderungen (Reddemann, 2011, 65) darauf hinweisen, dass Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil konfrontiert sind. Dabei ist es nach Hahn (2013, 70) wichtig, dass immer im Team mit den Betreuungspersonen gehandelt wird. So können Respekt, Schutz und Transparenz gewährleistet und eventuelle Überlastungen oder Überforderungen vermieden werden. Dies dient nicht nur zum Schutz der Lehrerin oder des Lehrers, sondern in gleicher Weise auch dem bindungstraumatisierten Kind (ebd., 71).

Kinder, die nicht auf sichere Bindungen zu ihren Bezugspersonen zählen können, brauchen Beziehungen zu Erwachsenen, die sie wertschätzen und anerkennen. Eine Lehrperson, die den Kindern mit ihrer Empathie, Transparenz und Verlässlichkeit als Vorbild

dient, kann ein Klima des Vertrauens aufbauen und zu positiven Beziehungserfahrungen im Leben des Kindes beitragen. Dies beginnt zum Beispiel mit einer freundlichen Begrüßung am Morgen, bei der die Kinder das Gefühl bekommen, dass sie willkommen sind und ihnen positiv begegnet wird (Ding, 2009, 62).

Kinder mit traumatischen Erfahrungen in der Familie haben oft ein geringes Sicherheitsgefühl. Die Schaffung eines Ortes, an dem sich Schülerinnen und Schüler sicher fühlen können und der ihnen verlässliche und einschätzbare Alltagserfahrungen bietet, ist nach Hahn (2013, 74) eine wichtige Möglichkeit den Kindern Halt zu geben. Zu einem sicheren Ort gehören eine angenehm gestaltete Atmosphäre, aber auch klare Regeln und Grenzen um das Zusammenleben mit anderen Personen zu erlernen (Besser, 2009, 50).

7 Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse

7.1 Zusammenfassung der Erkenntnisse aus Kapitel 3 und 4

Zu Beginn des Kapitels 3 wurden die Einflussfaktoren bei Kindern, die mit einem psychisch belasteten Elternteil aufwachsen, beschrieben. Dabei zeigten sich drei Faktoren als wesentlich: Je länger ein Elternteil mit psychischen Belastungen zu kämpfen hat, desto grösser ist die Belastung für die kindliche Entwicklung. Jüngere Kinder zeigen mehr Auffälligkeiten in der Entwicklung als ältere Kinder und bei Entwicklungsübergängen wie beim Schuleintritt oder der Pubertät sind Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil grösseren Belastungen ausgesetzt. Wesentlich ist dabei, dass sich eine Kumulation von mehreren Faktoren negativ auf die Entwicklung des Kindes auswirken kann, weil sich die negativen Effekte von Belastungen wechselseitig verstärken (Lenz, 2014, 43).

Hat ein Elternteil eine psychische Belastung, kann sich dies nach Deneke & Lüders (2003, 177) negativ auf eine gute Eltern-Kind Beziehung auswirken. Unsicherheiten im Erziehungsverhalten erschweren ein vertrauensvolles Verhältnis mit dem Kind.

Hipp (2015, 2) und Hüther (2010, 34) zeigen auf, dass frühe emotionale Erfahrungen wichtig für die Entwicklung der Kinder sind. In einem Zustand, in dem sich ein Kind sicher fühlt, kann es positive Erfahrungen sammeln. Psychisch belastete Eltern sind oft mit ihren eigenen Problemen beschäftigt und es besteht die Gefahr, dass sie die Bedürfnisse eines Kindes nicht wahrnehmen können (Lenz, 2014, 31). Das Entstehen einer sicheren Bindung wird in einem solchen Fall erschwert oder es kann zu einer unsicheren Bindungsentwicklung kommen.

Fehlendes Wissen über die Krankheit kann bei Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil Sorgen, Ängste und Verwirrung auslösen (Lenz, 2013, 32). Den Kindern fällt es schwer, sich zu orientieren, was zu einer Überforderung im negativen Sinne führen kann. Ein weiterer für die Kinder und auch für die Eltern erschwerender Faktor ist, dass in unserer Gesellschaft psychische Belastungen immer noch ein Tabuthema sind. Eine Auseinandersetzung mit dem Thema wird so verhindert, was zu einer sozialen Isolierung der Familie führen kann (Schone & Wagenblass, 2002, 189).

Die Resilienzforschung beschäftigt sich damit, wie Kinder eine schwierige Situation positiv bewältigen können. Wustmann Seiler (2012, 28) beschreibt Resilienz als dynamischen Anpassungs- und Entwicklungsprozess. Wenn Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil Kompetenzen erlernen, wie mit einer Situation umgegangen werden kann und erkennen, dass Veränderungen nicht bedrohlich sind, kann die psychische

Gesundheit und Stabilität dieser Kinder erhalten und gefördert werden. Es wäre wichtig, den Kindern mögliche Bewältigungsstrategien aufzuzeigen. Lenz und Brockmann (2012, 105) weisen darauf hin, dass die Forschung im Bereich ebendieser Strategien noch am Anfang steht.

Zu Resilienz- und Schutzfaktoren von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil gibt es zahlreiche Forschungen, die aufzeigen, welche Bedingungen die Entwicklung dieser Kinder unterstützen könnten. So können kleine Erfolgserlebnisse die Selbstwirksamkeit und somit die Handlungsfähigkeit des Kindes fördern. Mit der Marte Meo Methode, entwickelt von Maria Aarts, können solche Situationen in der Therapie geübt und das Kind in eine positive Entwicklungsstimmung gebracht werden (Hipp, 2014a, 27).

In Kapitel 4 wird beschrieben, welche familiären und sozialen Schutzfaktoren die Widerstandsfähigkeit von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil stärken. Die Haltung, die in der Familie herrscht, ist dabei ein bedeutsamer Faktor. Fehlen den Kindern unterstützende Beziehungen oder Bindungen, stehen sie oft allein da. Eine Vertrauensperson, die eine stabile und sichere Bindung zum Kind hat, gilt als einer der wichtigsten Bestandteile zur Förderung einer gesunden Entwicklung. Das kann ein anderer Elternteil, Grosseltern oder auch ein älteres Geschwister sein (Lenz, 2013, 58).

Gelingt es der Familie ein Gefühl von Gemeinsamkeit zu schaffen und eine positive Haltung zu leben, in der man sich gegenseitig ermuntert, wirkt dies als bedeutsamer Schutzfaktor im familiären System.

Ein wichtiger schützender sozialer Faktor kann auch die Schule sein. Die Kinder können dort in schwierigen Lebenssituationen Ablenkung und Ausgleich finden (Lenz, 2014, 160).

7.2 Erkenntnisse aus Kapitel 3 und 4 in Bezug auf eine posttraumatische Belastungsstörung eines Elternteils

Traumatisierten Menschen gelingt die Bewältigung des Alltags nur, wenn sie sich in Sicherheit fühlen. In Kapitel 3 wird beschrieben, welche Auswirkungen dies auf die Lebenssituation der Kinder von Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung hat. Wenn ein sensorischer Reiz an die traumatische Situation erinnert, kann der psychisch belastete Elternteil in ein „Flashback“ geraten und das Trauma wird erneut erlebt. In diesem Moment ist der Elternteil für die Kinder emotional unerreichbar. Es kann sogar sein, dass die Kinder dem psychisch belasteten Elternteil in diesem Moment als Bedrohung erscheinen. Die Kinder erleben das Trauma also mit und geraten in Gefahr, durch

diese Situation selber traumatisiert zu werden (Hipp, 2015, 5). Ausserdem beeinflussen unverarbeitete Traumatisierungen von Eltern deren Fürsorgesysteme (Hipp, 2014a, 28). In Kapitel 3.3.3 wird beschrieben, welche Reaktionen in einem Zustand der Bedrohung entstehen. In einem traumatischen Zustand wird die Verbindung zu wichtigen Zentren im limbischen System unterbrochen und es kann beim Ausbleiben von Hilfe zu panikartigen Zuständen kommen (Hipp, 2014a, 17). Bei Kindern, die oft genau spüren, wenn mit einem psychisch belasteten Elternteil etwas nicht stimmt, lösen solche Situationen Ängste, Sorgen und Verwirrung aus (Lenz, 2013, 32).

In einem Moment der Traumatisierung wäre es für Kinder von Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung wichtig, über gute Bewältigungsstrategien zu verfügen, da die Situation immer unerwartet auftritt. Die Forschung ist aber, wie in Kapitel 7.1 erwähnt, in diesem Bereich noch am Anfang.

Als Resilienz- und Schutzfaktoren gelten bei Kindern mit einem Elternteil das an einer posttraumatischen Belastungsstörung leidet Momente, in denen es den Eltern gelingt Situationen zu schaffen, die weniger belastet sind. Es sind Momente, in denen die Eltern das Kind wahrnehmen können und das Vertrauen in die Beziehung zum Elternteil gestärkt wird (Hipp, 2014a, 27; Hüther, 2008, 53).

Ein weiterer Schutzfaktor ist eine ausserfamiliäre, vertraute Bezugsperson. Diese kann Geborgenheit, Rückhalt und Trost bieten und den Kindern von Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung aufzeigen, wie mit Belastungen und Problemen umgegangen wird (Lenz, 2014, 159).

7.3 Zusammenfassung der Erkenntnisse aus Kapitel 5 und 6

Ein direkter Zusammenhang bei einer elterlichen psychischen Belastung und der schulischen Leistungsfähigkeit von Kindern wurde bis jetzt noch nicht erhoben. Es gibt jedoch Hinweise, dass sich die psychische Belastung eines Elternteils negativ auf die Kompetenzen der betroffenen Kinder auswirken kann (Brockmann, 2014, 89).

Lenz (2014, 123) zeigt in seiner Erhebung auf wie belastend es für die Kinder ist, wenn sie sich schuldig an der Erkrankung des betroffenen Elternteils fühlen. Eine weitere Belastung für die Kinder im schulischen Alltag ist die immer noch herrschende Tabuisierung der elterlichen psychischen Belastung. Schülerinnen und Schüler trauen sich nicht, sich an die Lehrperson zu wenden und können so ihre Probleme bei schulischen Schwierigkeiten niemandem mitteilen, besonders wenn sie zu Hause nicht auf die nötige Unterstützung zählen können (Schone & Wagenblass, 2002, 188). Wenn die Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil in der Schule ein Gefühl von Zusammengehö-

rigkeit und Partizipation erleben, wirkt sich dies als positiver Faktor im Leben der betroffenen Kinder aus. Lehrerinnen und Lehrer haben einen grossen Einfluss auf die Bedingungen, welche die Schulqualität fördern und können die Kinder dort stärken (Opp, 2008, 230).

Der familiäre Alltag wird von der Schule beeinflusst, sobald Kinder in das Schulsystem eintreten. Wenn ein Elternteil von einer psychischen Belastung betroffen ist, bedeutet dies eine zusätzliche Herausforderung. Diese Eltern wünschen sich gemäss Lenz & Brockmann (2013, 125) häufig Unterstützung für ihre Kinder, aber sie wissen oft nicht, wo sie diese holen könnten. Lehrerinnen und Lehrer, wie auch Heilpädagoginnen und Heilpädagogen können hier eine Schlüsselrolle spielen, wenn sie die Bedürfnisse der Kinder und der Eltern herausfinden und als respektvolle Begleiter zuhören und Fragen beantworten können (Mattejat, 2008, 93).

Bei einer Klinikeinweisung oder bei längerem Krankheitsverlauf des psychisch belasteten Elternteils kann es bei den betroffenen Kindern zu einer Anhäufung von Stress kommen (Lenz, 2008, 44). Bei einem Drittel der Kinder konnten die Ergebnisse der Bielefelder Studie aufzeigen, dass sich in diesem Zusammenhang Belastungen in psychosomatischen Beschwerden ausdrücken. Verfügen Kinder aber über eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung, eine gute Problemlösefähigkeit und realistische Einschätzungen der Kontrollierbarkeit einer Situation so helfen diese Strategien die Belastungen zu mindern (Klein & Lohaus, 2012, 14).

Eine Identifikation von Kindern mit einem psychisch belasteten Elternteil stellt eine Herausforderung für Lehrkräfte dar. Gerade diese Kinder sind oft schweigsam, stecken ihre Bedürfnisse zurück und zeigen ihre Gefühle nicht (Wunderer, 2014, 35). Lenz und Brockmann (2013, 131) zählen drei Kategorien auf bei denen sich Auffälligkeiten zeigen können:

1. Im Verhalten des Kindes
2. Im Kontakt des Kindes zu Gleichaltrigen
3. In der Versorgung des Kindes

Lehrerinnen und Lehrer begleiten Kinder häufig über längere Zeit und haben mit der Tabelle von Lenz und Brockmann die Möglichkeit gezielt zu beobachten. Stellen die Lehrkräfte fest, dass plötzliche Veränderungen beim Kind auftreten, ist es wichtig diese anzusprechen. Dabei ist darauf zu achten, dass zuerst eine Vertrauens- und Beziehungsebene zwischen den Lehrpersonen und den Eltern erarbeitet werden muss (Hahn, 2013, 72). Psychisch belastete Eltern sind oft mit ihren eigenen Problemen und

Ängsten beschäftigt und brauchen genügend Zeit um Vertrauen in die Zusammenarbeit mit der Schule zu bekommen (Brockmann, 2014, 127). Ein empathisches Vorgehen von Seiten der Lehrkräfte ist für die ganze Situation sicher förderlich und kann helfen, aus einer tief verankerten Sprachlosigkeit zu finden (Lenz, 2012, 98). Je besser eine Kommunikation zwischen den Eltern und Lehrkräften stattfinden kann, desto weniger Belastungen für die Kinder können daraus erwachsen (Ihde & Stör, 2015, 5).

Es ist für die betroffenen Kinder wichtig, dass sie ernst genommen und dass das Thema der psychischen Belastung des Elternteils angesprochen wird. Wenn sie über die Erkrankung des Elternteils aufgeklärt sind, werden sie merken, dass es nicht ihre Schuld ist und es besteht die Chance, dass sich Sorgen und Ängste reduzieren (Lenz, 2014, 309). Hier ist es wichtig, dass ein Psychologe oder eine Psychologin diese Aufgabe wahrnimmt.

Brockmann (2014, 280) weist in ihrer Dissertation darauf hin, wie wesentlich eine gute Kooperation zwischen den Eltern, Lehrpersonen, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeitern, aber auch mit schulexternen Diensten ist, um ein gutes Netzwerk zu schaffen. Bedeutend ist in diesem Kapitel die Erkenntnis, dass das Wissen über psychische Belastungen die Kinder, die Eltern und die Lehrkräfte befähigt, mit der oft belastenden Situation besser umzugehen und nach besseren Lösungen zu suchen.

7.4 Erkenntnisse aus Kapitel 5 und 6 in Bezug auf eine posttraumatische Belastungsstörung eines Elternteils

Gemäss dem heutigen Stand der Forschung existieren noch keine Studien, die die Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils auf die schulische Leistungsfähigkeit von Kindern untersucht haben. Hipp (2014a, 37) weist darauf hin, dass schädigende Bindungserfahrungen in ihrer Bedeutung gerade bei Traumafolgestörungen unterschätzt werden und fordert eine Grundsatzdiskussion über Unterstützungsmassnahmen.

Eltern, die an einer posttraumatischen Belastungsstörung leiden, wahren sich in einer dauernden inneren Anspannung. Die Bewältigung des Alltags wird zur Herausforderung. Der psychisch belastete Elternteil hat eine niedrige Stress- und Frustrationstoleranz. Dies führt zu Vermeidungsverhalten und eingeschränkter Lernfähigkeit. Die Versorgungs- und Leitungsfunktion gegenüber ihren Kindern ist gestört. Diese Eltern können nicht unterscheiden zwischen den eigenen Bedürfnissen und den Bedürfnissen der Kinder. Diese Kinder sind oft sich selbst überlassen und müssen mit wenig Unterstützung klar kommen (Hipp, 2014b, 12; Sautter, 2015, 59).

Ein traumatisches Erlebnis beeinflusst die ganze Familie. Korritko (2014, 163) zeigt auf, wie durch ein unverarbeitetes Trauma ein posttraumatischer Prozess bei Familienangehörigen entstehen kann, egal ob sie das bedrohliche Erlebnis selber erlebt haben oder nicht. Sind Kinder davon betroffen geraten sie in einen Zustand der Übererregung und das innere System stellt sich darauf ein, dass jederzeit etwas passieren kann (ebd.).

Können Kinder in ihrer Entwicklung nicht sichere Bindungen zu ihren Bezugspersonen aufbauen, dann entsteht die Gefahr eines Bindungstraumas. Fähigkeiten, die eigentlich in der Interaktion zwischen primärer Bindungsperson und dem Kind erlernt werden, konnten nicht oder nur unzureichend ausgebildet werden. Für Lehrerinnen und Lehrer und auch Heilpädagoginnen und Heilpädagogen ist dieses Wissen bedeutsam und kann helfen ein Bindungstrauma zu erkennen (Hahn, 2013, 71). Bei einem Verdacht ist es wichtig, dass die Lehrpersonen sich Unterstützung von Beratungsstellen oder Fachpersonen mit psychologischem Wissen holen.

Die Haltung der Lehrperson spielt eine wichtige Rolle. Gelingt es ihr eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind aufzubauen, kann dies wesentlich zu einer positiven Entwicklung beitragen (Ding, 2009, 63). Ein Ort an dem die Schülerinnen und Schüler sich in der Schule sicher fühlen können und der ihnen die Möglichkeit gibt in einer geschützten Atmosphäre Alltagserfahrungen zu sammeln, ist nach Hahn (2013, 74) eine wichtige Massnahme den Kindern Halt zu geben.

7.5 Beantwortung der Fragestellung

Die Fragestellung in der vorliegenden Arbeit befasst sich mit den Auswirkungen einer psychischen Belastung eines Elternteils, im Besonderen einer posttraumatischen Belastungsstörung, auf die Entwicklung und die schulische Leistungsfähigkeit von Kindern. Im zweiten Teil wird der Frage nachgegangen, welche Möglichkeiten der Unterstützung die Schule und die schulische Heilpädagogik haben.

In den letzten Jahrzehnten hat die Forschung zum Thema: „Psychisch belastete Eltern“ zugenommen und das Thema erfährt ein stärkeres öffentliches Interesse. Spezifische Studien zum Thema von Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils sind bisher noch kaum oder gar nicht untersucht worden (Wiegand-Grefe et al., 2011, 165).

7.5.1 Auswirkungen auf die Schule

In der theoretischen Auseinandersetzung mit dem Thema wird in Kapitel 3.1.2 beschrieben welche Belastungen bei Kindern entstehen können, wenn ein Elternteil an

einer unverarbeiteten Traumatisierung leidet. Zusammenfassend kann hier aufgeführt werden, dass diese Kinder ablehnenden Beziehungserfahrungen ausgesetzt sind. Wichtige Grundbedürfnisse, welche für die psychische Gesundheit und die Entwicklung des Kindes von Bedeutung sind, können zu kurz kommen. Hipp (2014a, 29; 2015, 5) weist auf die Gefahr eines Bindungstraumas hin, wenn die Erfahrungen des psychisch belasteten Elternteils an die nächste Generation weitergegeben werden. Die Lebenssituation der Kinder wird in Kapitel 3.4 beschrieben und zeigt auf, dass Verhaltensauffälligkeiten von Kindern oft auf fehlende Emotionswahrnehmungen zurückzuführen sind. In Kapitel 5.6 werden die möglichen Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils im Schulalltag beschrieben. Wenn diese Kinder Erfahrungen gemacht haben, dass sie sich nicht auf ihre Bezugsperson verlassen können, das heisst, dass Erfahrungen wie Angst, Hilflosigkeit und Ohnmacht immer wieder Teil ihres Alltags waren, dann bedeutet dies für das Kind einen grossen Aufwand Interesse am Schulstoff zu zeigen. In Kapitel 4.5 wird erläutert was es ausmacht, dass Kinder eine Stresssituation und Veränderungen nicht als bedrohlich wahrnehmen. Ein wichtiger Punkt soll hier noch einmal erwähnt werden: Gelingt es dem psychisch belasteten Elternteil Situationen zu erschaffen, in denen das Kind Selbstwirksamkeitserfahrungen und Vertrauen in die elterliche Beziehung erleben kann, dann gewinnt das Kind einen realistischen Eindruck von seinem eigenen Ich und vom Sein in der Welt (Hipp, 2014a, 27). Vertrauen als Fundament von Entwicklungs-, Bildungs- und Sozialisierungsprozessen kann aufgebaut werden (Hüther, 2008, 53).

Die Beantwortung der Fragestellung ist insofern nur eingeschränkt möglich, da sie individuumspezifisch untersucht werden müsste. Zusammenfassend kann erwähnt werden, dass eine posttraumatische Belastungsstörung Auswirkungen auf die Entwicklung und die schulische Leistungsfähigkeit hat, wenn Bindungserfahrungen problematisch verlaufen, wenn das Kind immer wieder Situationen ausgesetzt ist, die es emotional nicht bewältigen kann und wenn das Kind der direkten, unverarbeiteten Traumatisierung vom Elternteil ausgesetzt ist und diese übernimmt. Wie oben erwähnt ist es bedeutsam für die kindliche Entwicklung, dass das Kind Vertrauen in sich und die Welt aufbauen kann. Je mehr sich ein Elternteil mit einer posttraumatischen Belastungsstörung dessen bewusst ist, desto bessere Voraussetzungen hat ein Kind für seine Entwicklung und es darf hier vermerkt werden, auch für seine Schullaufbahn.

7.5.2 Unterstützungsmöglichkeiten

Die Schule stellt ein Mittelpunkt des ausserfamiliären Lebens dar, sobald ein Kind in das Schulsystem eintritt. In Kapitel 6 werden Möglichkeiten zur Unterstützung bei einem psychisch belasteten Elternteil beschrieben. Bei einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils ist das Kind unerwarteten Situationen ausgeliefert, die es bewältigen muss. Herrscht in der Schule ein gutes Klima und das Kind ist nicht unnötigen Stresssituationen ausgeliefert, so ist dies eine gute Voraussetzung, dass das Kind in seiner schulischen Leistungsfähigkeit optimal unterstützt wird. Lehrpersonen können Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil dabei unterstützen Vertrauen aufzubauen und ihnen einen geschützten Rahmen bieten. Lehrerinnen und Lehrer, Heilpädagoginnen und Heilpädagogen sollten das Gespräch mit den psychisch belasteten Eltern suchen und dabei empathisch vorgehen. Dabei ist zu beachten, dass eine Vernetzung mit Fachpersonen wichtig ist. Lehrpersonen sind nicht Therapeuten und können sich zu ihrem Schutz und auch zum Schutz des Kindes Hilfe holen. Eine gute Kooperation zwischen Lehrpersonen, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeitern sowie auch schulexternen Diensten wie Beratungsstellen ist wichtig und hilft Ängste zu reduzieren und Vertrauen aufzubauen (Brockmann, 2014, 280). Ein wünschenswertes Ziel wäre dabei, dass Lehrpersonen dank Wissen und fachlicher Kompetenz handlungsfähig sind und die Kinder Vertrauen und Sicherheit finden können.

7.6 Schluss

Mit diesem Kapitel endet eine lange und intensive Auseinandersetzung mit dem Thema Kinder von psychisch belasteten Eltern. Spannend in diesem ganzen Prozess war meine persönliche Entwicklung als Heilpädagogin. Am Anfang war die Suche nach einer Problemstellung, dann die Herausforderung um die Eingrenzung der Fragestellung und schliesslich die Fokussierung auf das Thema einer posttraumatischen Belastungsstörung. All dies gehörte zum Prozess und hat mich immer wieder die Komplexität des Themas neu überdenken lassen. Dies hatte Auswirkungen auf meine eigene beruflich-praktische Umsetzung und auch auf meinen eigenen biografischen Umgang mit der Fragestellung.

Die Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils auf die Familie und die möglichen generationenübergreifenden Folgen waren eine Entdeckungsreise, die mich immer wieder von neuem mit Neugier erfüllt haben und bei der weitere zu entdeckende Themen angeklungen haben. Wie kann zum Beispiel in der Schule mit traumatisierten Kindern umgegangen werden? Dabei ist sicher auch die ak-

tuelle Situation von Flüchtlingskindern nicht zu unterschätzen. Die Wichtigkeit beim Aufbau von Vertrauen und tragfähigen Beziehungen in der Schule und ihre Bedeutung für die schulische Leistungsfähigkeit darf nicht unterschätzt werden.

Auch die Erkenntnisse der Neurobiologie waren beeindruckend. Kinder von Eltern mit einer posttraumatischen Belastungsstörung sind oft unter Dauerstress, dieser ist nicht sichtbar und kann von Lehrpersonen vielleicht nicht richtig identifiziert werden. Heilpädagoginnen und Heilpädagogen sollten hier Aufklärungsarbeit leisten. Sie haben, wie schon am Anfang erwähnt, die Möglichkeit genauer zu beobachten und können wichtige Unterstützung bei der Identifikation von Kindern mit psychisch belasteten Eltern bieten. Immer wieder sind mir im Schulalltag Kinder aufgefallen, welche von einzelnen Faktoren psychisch belasteter Eltern betroffen sind und es war eine Bereicherung für mich und meine Arbeit als Heilpädagogin wie offen sich Lehrkräfte für eine Auseinandersetzung mit diesem Thema zeigten. Die Fokussierung auf das Thema einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils hat mir immer wieder aufgezeigt welche wesentliche Einflüsse traumatische Erfahrungen haben können. Für alle Kinder, die erfahren müssen, dass es nicht selbstverständlich ist mit gesunden Eltern aufzuwachsen wünsche ich mir, dass sie auf ihrem Weg immer wieder Vertrauen in sich und das Weiterwachsen an einem sicheren Ort finden können.

Bäume brauchen Wurzeln, das weiss jedes Kind.
Und ein kleiner Baum kann um so besser wachsen
und gedeihen, je kräftiger seine Wurzeln sind,
mit denen er sich im Erdreich verankert
und seine Nährstoffe aufnimmt.
Nur wenn es einem kleinen Baum gelingt,
tiefreichende und weitverzweigte Wurzeln auszubilden,
wird er später auch Wind und Wetter,
ja sogar Stürme aushalten können.
Gebauer & Hüther

8 Verzeichnisse

8.1 Literaturverzeichnis

Bauer, Joachim (2006). *Warum ich fühle, was du fühlst* (21. Aufl.). Hamburg: Heyne.

Baumann, Kerstin Katharina (2000). „*Ver-rückte Kindheit*“. *Probleme und Hilfemöglichkeiten bei Kindern psychisch erkrankter Eltern*. Marburg: Tectum.

Besser, Lutz (2009). Wenn die Vergangenheit Gegenwart und Zukunft bestimmt. Wie Erfahrungen und traumatische Erlebnisse Spuren in unserem Kopf hinterlassen, Gehirn und Persönlichkeit strukturieren und Lebensläufe determinieren. In: Bausum, Jacob; Besser, Lutz; Kühn, Martin & Weiss, Wilma (Hrsg.), *Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis* (37-54). Weinheim: Juventa.

Beardslee, William; Versage, Elisabetta & Gladstone, Tracy (1998). Children of Affectively Ill Parents: A Review of the Past 10 Years. In: *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*.

Boszormenyi-Nagy, Ivan; Spark, Geraldine (1981). *Unsichtbare Bindungen. Die Dynamik familiärer Systeme*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Bowlby, John (1991). Ethologisches Licht auf psychoanalytische Probleme. In: Grossmann, Klaus E & Grossmann, Karin (Hrsg.), *Bindung und menschliche Entwicklung* (55-69). Stuttgart: Klett-Cotta.

Brockmann, Eva (2014). *Kinder psychisch erkrankter Eltern in der Schule*. Dissertation. Technische Universität, Dresden: Verfügbar unter: <http://d-nb.info/1069092843/34>. [September 2015]

Deneke, Christiane; Lüders, Bettina (2003). Besonderheiten der Interaktion zwischen psychisch kranken Eltern und ihren kleinen Kindern. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 52 (3), 172-181.

Dilling, Horst; Mombour, Werner; Schmidt, Martin H. & Schulte-Markwort, Elisabeth (Hrsg.) (2014). *Weltgesundheitsorganisation. Internationale Klassifikation psychischer Störungen, ICD-10 Kapitel V (F), Klinisch-diagnostische Leitlinien* (9. Aufl.). Bern: Verlag Hans Huber.

Ding, Ulrike (2009). Trauma und Schule. Was lässt Peter wieder lernen? In: Bausum, Jacob; Besser, Lutz; Kühn, Martin & Weiss, Wilma (Hrsg.), *Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis* (55-66). Weinheim: Juventa.

Dornes, Martin (2004). *Die emotionale Welt des Kindes*. Frankfurt: Fischer.

EN ISO 10075 (2000) *Belastung (Psychologie)*. On-line Artikel. Wikipedia, die freie Enzyklopädie: Verfügbar unter: [https://de.wikipedia.org/wiki/Belastung_\(Psychologie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Belastung_(Psychologie)) Oktober 2015.

Erziehungsdirektion des Kantons Bern (2007). *Integration und besondere Massnahmen im Kindergarten und in der Volksschule (IBEM). Leitfaden zur Umsetzung von Art. 17 VGS für Schulleitungen, Gemeinde- und Schulbehörden, Lehrpersonen*. [On-Line] Broschüre, Bern: Verfügbar unter:

<http://www.erz.be.ch/erz/de/index/kindergarten_volksschule/kindergarten_volksschule/integration_und_besonderemassnahmen.html>. [August 2015]

Fassbind, Patrick (2015). *Wie geht die KESB vor?* [On-line]. Kanton Bern, Interlaken: Verfügbar unter: http://www.upd.gef.be.ch/upd_gef/de/index/ueber-die-upd/ueber-die-upd/downloadpublikationen/unterlagen_zu_veranstaltungen.assetref/dam/documents/GEF/UPD/de/Publikationen/05_FassbindPatrick_KESB_24102015.pdf [Oktober 2015]

Fingerle, Michael (2008). Der „riskante“ Begriff der Resilienz- Überlegungen zur Resilienzförderung im Sinne der Organisation von Passungsverhältnissen. In: Opp, Günther & Fingerle, Michael (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Resilienz und Risiko* (299-310). München: Ernst Reinhardt.

Fonagy, Peter (2003). Bindung, Holocaust und Ergebnisse der Kinderpsychoanalyse: Die dritte Generation. In: Fonagy, Peter & Target, Mary (Hrsg.), *Frühe Bindung und psychische Entwicklung. Beiträge aus Psychoanalyse und Bindungsforschung* (161-198). Giessen: Psychosozial-Verlag.

Franze, Marco; Michaelson-Gärtner, Britta & Paulus, Peter (2009). *Wie geht's? Psychische Störungen in der Schule verstehen lernen* (2. Aufl.). Lüneburg: Mind Matters.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus; Rönau-Böse, Maike (2014). *Resilienz* (3. Aufl.). München: Reinhardt.

Gäumann, Christine (2008). Die Kinder psychisch kranker Eltern. *Synapse, Forum für die Psychiatrieregion Winterthur, Feb. 2008, 3.*

Gebauer, Karl; Hüther, Gerald (2004). *Kinder brauchen Vertrauen. Erfolgreiches Lernen durch starke Beziehungen*. Düsseldorf: Patmos.

Göppel, Rolf (2011). Bildung als Chance. In: Opp, Günther & Fingerle, Michael (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Resilienz und Risiko* (3. Aufl.) (245 - 265). München: Ernst Reinhardt.

Görlitz, Gudrun (2007b) *Psychotherapie für Kinder und Familien. Übungen und Materialien für die Arbeit mit Eltern und Bezugspersonen*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Grossmann, Klaus; Grossmann, Karin (2007). Die Entwicklung von Bindungen: Psychische Sicherheit als Voraussetzung für psychologische Anpassungsfähigkeit. In: Opp, Günther; Fingerle, Michael (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz* (3. Aufl.) (279-298). München: Ernst Reinhardt Verlag.

Gurny, Ruth; Cassée, Kitty; Gavez, Silvia; Los, Barbara & Albermann, Kurt (2006). *Ver-gessene Kinder. Kinder psychisch kranker Eltern: Winterthurer Studie*. Winterthur: Hochschule für soziale Arbeit.

Grawe, Klaus (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.

Heim, Susanne (2008). Den Kindern Raum geben. In: Mattejat, Fritz & Lisovsky, Beate (Hrsg.), *Nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker* (54-67). Köln: BALANCE ratgeber.

Hampel, Petra; Petermann, Franz (1998). *Anti-Stress-Training für Kinder*. Weinheim: Beltz.

Hahn, Marlene (2013). *Bindungstrauma im Kontext sozialpädagogischer Arbeit*. Hamburg: Bachelor + Master Publishing.

Heim, Susanne (2008). Den Kindern Raum geben. In: Mattejat, Fritz & Lisovsky, Beate (Hrsg.), *Nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker* (54-67). Köln: BALANCE buch + medien.

Hipp, Michael (2014a). Trauma, Traumafolgestörungen und ihr Einfluss auf die Erziehungskompetenz. Traumatisierte Familiensysteme im multiinstitutionellen Versorgungskontext. In: Krist, Marita; Wolcke, Adelheid; Weisbrod, Christina & Ellermann-Boffo, Kathrin (Hrsg.), *Herausforderung Trauma. Diagnosen, Interventionen und Kooperationen in der Erziehungsberatung* (8-14). Weinheim: Beltz.

Hipp, Michael (2014b). *Erklärungsmodelle – Auswirkungen – Interventionen*. On-line Artikel. Universitäre psychiatrische Dienste Bern, UPD: Verfügbar unter: http://www.upd.gef.be.ch/upd_gef/de/index/ueber-die-upd/ueber-die-upd/downloads-publinen/unterlagen_zu_veranstaltungen.assetref/dam/documents/GEF/UPD/de/Publikationen/Erklärungsmodelle_Auswirkungen_Interventionen%20-%20Hipp%20M.pdf.

November 2015.

Hipp, Michael (2015). Traumatisierungen in der Familie - Auswirkungen auf das mütterliche Fürsorgeverhalten und die frühkindliche Bildungsentwicklung. In: Spitz-Güdden, Christel (Hrsg.): *Praxishandbuch Kinder unter 3, (16.Aufl.)*. München: Olzog.

Hofmann, Hans Georg; Siebertz-Reckzeh, Karin (2008) Sozialinstanz Schule: Zwischen Erziehungsauftrag und Wissensvermittlung. In Schweer, Martin (Hrsg.): *Lehrer-Schüler-Interaktion. Inhaltsfelder, Forschungsperspektiven und methodische Zugänge* (2.Aufl.) (13 – 38). Wiesbaden: VS

Homeier, Schirin (2014). *Sonnige Traurigtage. Ein Kinderfachbuch für Kinder psychisch kranker Eltern* (6. Aufl.). Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag.

Hüther, Gerald (2008). Resilienz im Spiegel entwicklungsneurobiologischer Erkenntnisse. In: Opp, Günther; Fingerle, Michael (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Resilienz und Risiko* (45-56). München: Ernst Reinhard.

Hüther, Gerald & Bonney, Helmut (2010). *Neues vom Zappelphilipp. ADS verstehen, vorbeugen und behandeln*. Weinheim: Beltz.

Hüther, Gerald (2012). *Wie aus Stress Gefühle werden. Beobachtungen eines Hirnforschers* (3. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Hüther, Gerald (2014) *Biologie der Angst. Wie aus Stress Gefühle werden* (12.Aufl.) Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Ihde, Thomas; Stör, Sabina (2015). *Wie spreche ich mit Eltern, Kindern und Lehrkräften über Belastungen? – Erfahrungen aus dem Alltag. [On-line]*. Universitäre psychiatrische Dienste Bern: Verfügbar unter:

http://www.upd.gef.be.ch/upd_gef/de/index/ueber-die-upd/ueber-die-upd/downloads-publinen/unterlagen_zu_veranstaltungen.assetref/dam/documents/GEF/UPD/de/Publikationen/04_Ihde_Stör_Tagung_24102015.pdf [Oktober 2015]

Klein-Hessling, Johannes; Lohaus, Arnold (2012). *Stresspräventionstraining für Kinder im Grundschulalter* (3. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

König, Julia; Resick, Patricia A.; Karl, Regina & Rosner, Rita (2012). *Posttraumatische Belastungsstörung. Ein Manual zur Cognitive Processing Therapy*. Göttingen: Hogrefe.

Korittko, Alexander (2014). Das erstarrte Mobile. Traumatisierte Familien in der Erziehungsberatung. In: Krist, Marita; Wolcke, Adelheid; Weisbrod, Christina & Ellermann-Boffo, Kathrin (Hrsg.), *Herausforderung Trauma. Diagnosen, Interventionen und Kooperationen in der Erziehungsberatung* (160-180). Weinheim: Beltz

Krüger, Andreas; Reddemann, Luise (2012). *Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie für Kinder und Jugendliche* (3.Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

Lägel, Ines (2014). Kinder stark machen. Die Arbeit der Beratungsstelle AURYN. In: Mattejat, Fritz; Lisofsky, Beate (Hrsg.), *Nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker* (4.Aufl.) (191-198). Köln: BALANCE ratgeber.

Lenz, Albert (2008a). *Interventionen bei Kindern psychisch kranker Eltern. Grundlagen, Diagnostik und therapeutische Massnahmen*. Göttingen: Hogrefe.

Lenz, Albert (2008b). Kinder und ihre Familien gezielt unterstützen. In: Mattejat, Fritz & Lisovsky, Beate (Hrsg.), *Nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker* (96-105). Köln: BALANCE ratgeber.

Lenz, Albert (2010). *Ressourcen fördern. Materialien für die Arbeit mit psychisch kranken Eltern*. Göttingen: Hogrefe.

Lenz, Albert (2012). *Psychisch kranke Eltern und ihre Kinder*. Köln: Psychiatrie Verlag.

Lenz, Albert; Brockmann, Eva (2012). Kinder als Angehörige psychisch kranker Eltern. Ein Interventionsprogramm zur Ressourcenbewältigung. In: Wortmann-Fleischer, Susanne; Einsiedel, Regina & Downing, George (Hrsg.) *Stationäre Eltern-Kind-Behandlung. Ein interdisziplinärer Leitfaden* (99-118). Stuttgart: Kohlhammer.

Lenz, Albert; Brockmann, Eva (2013). *Kinder psychisch kranker Eltern stärken*. Göttingen: Hogrefe.

Lenz, Albert (2014). *Kinder psychisch kranker Eltern* (2. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Lenz, Albert (2015). *Kinder psychisch belasteter Eltern stärken – praktische Anregungen*. [On-line]. Katholische Hochschule Nordrhein- Westfalen: Verfügbar unter:http://www.upd.gef.be.ch/upd_gef/de/index/ueber-die-upd/ueber-dieupd/downloadpublikationen/unterlagen_zu_veranstaltungen.assetref/dam/document_s/GEF/UPD/de/Publikationen/03_LenzAlbert_Tagung_24102015.pdf
[Oktober 2015]

Mattejat, Fritz (2002). *Lebensqualität bei psychisch kranken Kindern und Jugendlichen Ergebnisse der ersten multizentrischen Studie mit dem Inventar zur Erfassung der Lebensqualität bei Kindern und Jugendlichen*. Marburg: Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters der, Philipps-Universität Marburg.

Mattejat, Fritz (2008). Kinder mit psychisch kranken Eltern. Was wir wissen und was zu tun ist. In: Mattejat, Fritz; Lisovsky, Beate (Hrsg.), *Nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker* (68-95). Köln: BALANCE buch + medien.

Mattejat, Fritz; Lenz, Albert & Wiegand-Grefe, Silke (2011). Kinder psychisch kranker Eltern – Eine Einführung in die Thematik. In Wiegand-Grefe, Silke; Mattejat, Fritz & Lenz, Albert (Hrsg.), *Kinder mit psychisch kranken Eltern* (13-26).Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Moser, Elisabeth (2014). *Kinder mit psychisch krankem Elternteil in der Schule*. [On-line] Institut für Heilpädagogik, Bern: Verfügbar unter:<<http://www.therese-niklaus.ch/media/98c71ec9e59e0063ffff8079fffffe6.pdf>>. [September 2015]

Moser, Elisabeth; Niklaus Loosli, Therese (Februar 2015). Kinder mit einem psychisch kranken Elternteil in der Schule. In: *Schweizerische Zeitschrift für Heilpädagogik*.

Niklaus Loosli, Therese (Oktober 2010). Die Wirksamkeit von Marte Meo neurobiologisch erklärt. In: *Marte Meo Magazine*.

Opp, Günther (2008). Schule- Chance oder Risiko? In: Opp, Günther; Fingerle, Michael (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz* (3. Aufl.)(227-244). München: Ernst Reinhardt.

Plass, Angela; Wiegand-Grefe, Silke (2012). *Kinder psychisch kranker Eltern. Entwicklungsrisiken erkennen und behandeln*. Weinheim: Beltz.

Pretis, Manfred; Dimova, Aleksandra (2010). *Frühförderung mit Kindern psychisch kranker Eltern* (2. Aufl.). München: Ernst Reinhardt.

Reddemann, Luise; Dehner-Rau, Cornelia (2011a). *Trauma. Folgen erkennen, überwinden und an ihnen wachsen* (3. Aufl.). Stuttgart: Trias.

Reddemann, Luise (2011b). *Psychodynamische Imaginative Traumatherapie. PTT – Das Manual*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Roth, Gerald (2001). *Fühlen, Denken, Handeln. Wie das Gehirn unser Verhalten steuert*. Frankfurt: Suhrkamp.

Ruppert, Franz (2010). *Seelische Spaltung und innere Heilung- traumatische Erfahrungen integrieren*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Ruppert, Franz (2014). *Frühes Trauma. Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Sautter, Christiane (2015). *Wenn die Seele verletzt ist. Trauma – Ursachen und Auswirkungen* (7. Aufl.). Ravensburg: Verlag für Systemische Konzepte.

Scheithauer, Herbert; Niebank, Karl & Petermann, Franz (2000). Biopsychosoziale Risiken in der frühkindlichen Entwicklung: Das Risiko- und Schutzfaktorenkonzept aus entwicklungspsychopathologischer Sicht. In: Petermann, Franz; Niebank, Karl & Scheithauer, Herbert (Hrsg.). *Risiken in der frühkindlichen Entwicklung* (161-182). Göttingen: Hoegrefe.

Scherwath, Corinna & Friedrich, Sybille (2014). *Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierung* (2.Aufl.). München: Ernst Reinhardt.

Schmid, Marc; Grieb, Jasmin & Kölch, Michael (2011). Die psychosoziale Versorgung von Kindern stationär behandelter psychiatrischer Patienten – Realität und Wünsche. In: Wiegand-Grefe, Silke; Matzejat, Fritz & Lenz, Albert (Hrsg.), *Kinder mit psychisch kranken Eltern. Klinik und Forschung* (180-205). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Schone, Reinhold; Wagenblass, Sabine (2002). *Wenn Eltern psychisch krank sind ...Kindliche Lebenswelten und institutionelle Handlungsmuster*. Münster: Votum.

Silverman, Phyllis Rolfe (2000). *Never Too Young to Know. Death in Children`s Lives*. Oxford: Library of Congress Cataloging- in- Publication Data.

Utecht, Christine (2014). Transgenerationale Traumabehandlung im Sandspiel. In: Krist, Marita; Wolcke, Adelheid; Weisbrod, Christina & Ellermann-Boffo, Kathrin (Hrsg.), *Herausforderung Trauma. Diagnosen, Interventionen und Kooperationen in der Erziehungsberatung* (181-207). Weinheim: Beltz.

Wiegand-Grefe, Silke; Geers, Peggy & Petermann, Franz (2013). Elterliche Erkrankung als Risikofaktor und psychische Gesundheit der Kinder. Entwicklungsrisiken von Kindern psychisch kranker Eltern-ein Überblick. In: Wiegand-Grefe, Silke; Matzejat, Fritz & Lenz, Albert (Hrsg.), *Kinder mit psychisch kranken Eltern. Klinik und Forschung* (145-170). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Wöller, Wolfgang (2009). *Trauma und Persönlichkeitsstörungen. Psychodynamisch-integrative Therapie*. Stuttgart: Schattauer.

Wunderer, Susanne (2008). Kindgerechte Aufklärung bei psychischer Erkrankung eines Elternteils. In: Matzejat, Fritz; Lisovsky, Beate (Hrsg.), *Nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker* (123-128). Köln: BALANCE buch + medien.

Wunderer, Susanne (2014). *Warum ist Mama traurig?* (2.Aufl.). Frankfurt: Mabuse.

Wustmann Seiler, Corina (2012). *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern* (4.Aufl.). Berlin: Cornelsen.

Zimmermann, David (2014). Sequenzielle Traumatisierungen bei Kindeswohlgefährdungen. Traumapädagogische und psychoanalytisch- pädagogische Perspektiven. In: Trescher-Finger, Ute; Schmid-Eggert, Annelinde; Ahrbeck, Bernd & Funder, Antonia (Hrsg.), *Kindeswohl und Kindeswohlgefährdung. Jahrbuch der Psychoanalytischen Pädagogik* (34-47). Giessen: Psychosozial- Verlag.

Titelbild:

Paul Klee (1939). „Engel, noch tastend“ In: Ruppert, Franz (2014). *Frühes Trauma. Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre*. Stuttgart: Klett-Cotta.

8.2 Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Hinweise auf eine elterliche Belastung beim Kind in der Schule (Lenz & Brockmann, 2013, 131).....	36
Tabelle 2: Tipps für Gespräche mit Eltern (Görlitz, 2007b, 179 zit. nach Lenz , 2010, 128).....	38

Selbständigkeitserklärung

Monika Marmet-Annen

Kinder von psychisch belasteten Eltern

Auswirkungen einer posttraumatischen Belastungsstörung eines Elternteils auf die Entwicklung und mögliche Folgen für die schulische Leistungsfähigkeit

Ich habe die Arbeit selbständig und ohne unerlaubte Mittel verfasst, aus Print- und elektronischen Medien übernommene Textteile vollständig zitiert und keine anderen als die angegebenen Quellen benutzt.

Saanen, 18.1.2016 Monika Marmet-Annen

Ein grosser Dank geht an Dr. med. Therese Niklaus Loosli, die mich bei diesem Prozess unterstützt hat und mich mit ihrem Engagement für Kinder von psychisch kranken Eltern immer wieder beeindruckt.