



Albert Lenz
Silke Wiegand-Grefe

Ratgeber Kinder psychisch kranker Eltern

Informationen für Betroffene,
Eltern, Lehrer und Erzieher

Ratgeber Kinder psychisch kranker Eltern

Ratgeber Kinder- und Jugendpsychotherapie Band 23

Ratgeber Kinder psychisch kranker Eltern
Prof. Dr. Albert Lenz, Prof. Dr. Silke Wiegand-Grefe

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Manfred Döpfner, Prof. Dr. Dr. Martin Holtmann,
Prof. Dr. Franz Petermann

Begründer der Reihe:

Manfred Döpfner, Gerd Lehmkuhl, Franz Petermann

Albert Lenz
Silke Wiegand-Grefe

Ratgeber Kinder psychisch kranker Eltern

Informationen für Betroffene, Eltern,
Lehrer und Erzieher

 **hogrefe**

Prof. Dr. Albert Lenz, geb. 1951. Seit 1994 Professor für Klinische Psychologie und Sozialpsychologie an der Katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen, Abteilung Paderborn, Fachbereich Sozialwesen, Leiter des Instituts für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie.

Prof. Dr. Silke Wiegand-Greife, geb. 1964. Seit 2004 wissenschaftliche Mitarbeiterin am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf in der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik und seit 2011 Inhaberin der Professur für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der MSH Medical School Hamburg.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat gemeinsam mit den Autoren bzw. den Herausgebern große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskripterstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Merkelstraße 3
37085 Göttingen
Deutschland
Tel.: +49 551 999 50 0
Fax: +49 551 999 50 111
E-Mail: verlag@hogrefe.de
Internet: www.hogrefe.de

Umschlagabbildung: gettyimages.de, © Tim Hall
Illustrationen: Klaus Gehrman, Freiburg; www.klausgehrmann.net
Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar
Format: PDF

1. Auflage 2016
© 2016 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen
(E-Book-ISBN_PDF 978-3-8409-2590-0; E-Book-ISBN_EPUB 978-3-8444-2590-1)
ISBN 978-3-8017-2590-7
<http://doi.org/10.1026/02590-000>

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Zielsetzung des Ratgebers

Dieser Ratgeber informiert über die Belastungen von Kindern, deren Eltern an einer psychischen Störung leiden, über das subjektive Erleben der betroffenen Kinder und erkrankten Eltern sowie über die in der Resilienzforschung identifizierten Schutzfaktoren, die Kinder gegenüber familiären und sozialen Belastungen und Risiken widerstandsfähiger und robuster machen. Die Informationen in diesem Ratgeber richten sich insbesondere an Eltern, aber auch an Erzieher und Lehrer, die Kinder psychisch erkrankter Eltern betreuen.

Dieser Ratgeber ist Bestandteil der Reihe „Leitfaden Kinder- und Jugendpsychotherapie“, in der die Diagnostik und Therapie verschiedener Auffälligkeiten vom Säugling- bis zum Jugendalter beschrieben werden. Der Ratgeber ergänzt den Leitfaden zu Kindern psychisch erkrankter Eltern (Lenz & Wiegand-Grefe, 2017), der sich in erster Linie an Psychologische und Ärztliche Psychotherapeuten richtet.

Ziel des Ratgebers ist es, Eltern, Erziehern und Lehrern eine erste Information und Orientierung zu geben, wie die psychischen Widerstandskräfte von Kindern gestärkt werden können und wie die richtigen Hilfen für die Kinder gefunden werden können. Ein solcher Ratgeber kann natürlich nicht alle Fragen beantworten. Im Anhang werden Hinweise auf vertiefende Literatur und hilfreiche Weblinks sowie auf Adressen von Kliniken, in denen die gemeinsame Aufnahme von Mutter und Kind möglich ist, gegeben.

Paderborn und Hamburg, im April 2016

*Albert Lenz und
Silke Wiegand-Grefe*

Inhaltsverzeichnis

1	Kennen Sie das?	9
2	Was Sie über die Belastungen von Kindern wissen sollten, deren Eltern an einer psychischen Störung leiden	13
2.1	Welche Rolle spielt die Vererbung?	14
2.2	Welche Rolle spielen familiäre Lebensumstände?	16
2.3	Welche Rolle spielen individuelle Faktoren beim Kind?	19
2.4	Welche Rolle spielen soziale Faktoren?	20
3	Wie erleben die Kinder die Situation?	22
4	Wie erleben Eltern mit psychischen Störungen ihre Situation?	28
5	Was stärkt die Kinder?	30
5.1	Wie sieht der seelische Schutzschirm aus?	31
5.2	Persönliche Schutzfaktoren des Kindes	31
5.3	Familiäre Schutzfaktoren	33
5.4	Soziale Schutzfaktoren	34
5.5	Spezifische Schutzfaktoren für Kinder psychisch kranker Eltern	35
6	Was können Eltern tun?	38
6.1	Vermitteln Sie Ihrem Kind Nähe und gefühlsmäßige Sicherheit	38
6.2	Vermitteln Sie Ihrem Kind gefühlsmäßige Sicherheit und Rückhalt durch Lob und Anerkennung	40
6.3	Unterstützen Sie Ihr Kind bei der Bewältigung seiner Probleme ...	41
6.4	Ermöglichen Sie Ihrem Kind Kontakte zu anderen Personen	44
6.5	Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Krankheit	49
7	Was sollten Kinder und Jugendliche wissen?	59