

Studie untersucht Auswirkung der Behandlung psychisch kranker Eltern auf deren Kinder

Kinder- und Jugendpsychologe Prof. Dr. Julian Schmitz und seine Kollegen des Instituts für Psychologie der Universität Leipzig untersuchen seit Beginn dieses Jahres, wie sich die Behandlung psychisch kranker Eltern auf deren Kinder auswirkt. Neben Forschern der Universität Leipzig sind derzeit Wissenschaftler aus sechs weiteren deutschen Universitäten an dieser Studie beteiligt.

Im Interview erläutert Schmitz, wie sein Team durch Psychotherapie und ein ergänzendes Elterntaining die Lebensqualität und Erziehungskompetenzen der betroffenen Mütter und Väter in Alltagssituationen verbessern möchte. Auch spricht er darüber, welche Chance diese Kinder auf ein eigenes Leben ohne psychische Probleme haben und ob es einen Zusammenhang zwischen psychischer Gesundheit und Elternschaft gibt.

Herr Prof. Schmitz, wie stark sind Kinder von der Krankheit ihrer Eltern und letztlich auch von deren Therapie beeinflusst?

Im Kindesalter ist die Erkrankung eines Elternteils mit verschiedenen Risikofaktoren für die Kinder verbunden, zum Beispiel der Entwicklung stressassoziierter Erkrankungen wie Asthma und geringerem Schulerfolg. Wie viele Kinder von dem Risiko betroffen sind, wird dadurch deutlich, dass weltweit jedes vierte Kind mit einem psychisch erkrankten Elternteil zusammenlebt. Studien zeigen auch, dass die Therapie des erkrankten Elternteils mit verbesserten Entwicklungsverläufen der Kinder verbunden ist, sodass Kinder von der Therapie der Eltern profitieren. Beispielsweise sinkt die Stressbelastung der Kinder mit der Abnahme der Symptomschwere bei mütterlicher Depression. Auch sind erkrankte Eltern häufig stressbelasteter als gesunde Eltern, weniger sensibel für die Bedürfnisse der eigenen Kinder und verfügen teils über eingeschränkte Erziehungskompetenzen. Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen, dass Kinder von der Stärkung der Erziehungsfertigkeiten des erkrankten Elternteils profitieren.

Was konkret wollen Sie im Rahmen des Projekts untersuchen?

Mit der Studie soll untersucht werden, welche Auswirkung die Psychotherapie des erkrankten Elternteils auf deren Kind beziehungsweise deren Kinder hat und ob die Teilnahme an einem Elterntaining mit weiteren Effekten verbunden ist. Außerdem sollen sogenannte Transmissionsmechanismen, also die Weitergabe von psychischen Erkrankungen zwischen Generationen, untersucht und Risikoprofile von Kindern psychisch kranker Eltern bestimmt werden.

Wie können Sie Eltern bei der Kindererziehung unterstützen?

In dem angebotenen Elterntaining soll eine liebevolle Eltern-Kind-Beziehung gefördert und Erziehungsfertigkeiten anhand von Alltagssituationen vermittelt werden. Der Schwerpunkt des Trainings liegt darin, die Kommunikation innerhalb der Familie zu stärken. Dazu gehört zum Beispiel angemessenes Grenzen setzen und der Umgang mit Gefühlen und Bedürfnissen.

Welche Chance haben die Kinder psychisch kranker Eltern auf ein späteres Leben bei guter psychischer Gesundheit?

Wichtig ist zu betonen, dass nicht alle Kinder psychisch kranker Eltern selbst erkranken. Kinder weisen häufig eine erstaunlich hohe Resilienz auf, das heißt sie meistern schwierige Lebenssituationen, wie die psychische Erkrankung eines Elternteils, ohne selbst psychische oder entwicklungsbezogene Beeinträchtigungen davonzutragen. Ist ein Elternteil schwer krank und ist ein Kind mit vielen Risikofaktoren konfrontiert, profitieren Eltern und Kinder von professioneller Unterstützung wie Psychotherapie sowie den Angeboten von Familienberatungsstellen und Selbsthilfegruppen. Wenn eine Familie entsprechende Unterstützungsangebote wahrnimmt, haben Kinder gute Chancen, selbst gesund zu bleiben.

Sind Eltern stärker als Kinderlose gefährdet, psychisch krank zu werden? Wenn ja, warum?

Ich denke bei dieser Frage gilt es zunächst zwischen ungewollter und gewollter Kinderlosigkeit zu unterscheiden. Ungewollte Kinderlosigkeit kann mit starkem Stresserleben und Gefühlen von Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit einhergehen. Das Selbstbewusstsein und das Selbstbild werden in Frage gestellt. Gewollte Kinderlosigkeit kann demgegenüber eine bewusste Entscheidung gegen die Elternrolle sein, die nicht mit psychischen Beeinträchtigungen einhergehen muss. Trotzdem werden nicht alle ungewollt Kinderlosen psychisch krank und alle gewollt Kinderlosen nicht. Genauso wenig sind Eltern allgemein gefährdeter als Kinderlose, psychisch zu erkranken. Viele Eltern sind psychisch gesund und können sich einfülen in ihre Kinder und deren Bedürfnisse. Trotzdem stellt die Elternrolle hohe Anforderungen an jede Mutter und jeden Vater. Das Zurückstellen eigener Bedürfnisse, das Übernehmen von Verantwortung für das eigene Kind, die Begleitung von Krankheitsphasen und Entwicklungsschritten sind nur einige Themen, mit denen Eltern konfrontiert sind. Wenn Streitigkeiten in der Familie oder Paarkonflikte hinzukommen, wird das Stresserleben noch verstärkt. Einige Eltern durchleben durch die eigene Elternrolle auch Erinnerungen an die eigene Kindheit, was Gefühle von Freude, aber auch Wut oder Trauer hervorrufen kann. Entsprechend geht das Elternsein mit zahlreichen Herausforderungen einher, die eben auch zu psychischen Erkrankungen führen können. Ob Eltern stärker gefährdet sind als Kinderlose, psychisch zu erkranken, wird in Fachkreisen kontrovers diskutiert. So zeigen Studien, dass Eltern eher an Depressionen und Ängsten erkranken als Kinderlose, wohingegen andere Forschungsergebnisse zeigen, dass Eltern glücklicher sind, mehr Sinn im Leben sehen und älter werden als Kinderlose. Um die Frage klarer beantworten zu können, sind weitere Studien dazu nötig.

Können Sie sagen, wie der Trend in Deutschland in den vergangenen Jahren war: Wie viele Kinder psychisch erkrankter Eltern haben selbst solche Probleme?

Psychische Erkrankungen von Eltern sind kein neues Phänomen. Vor allem durch den Krieg wurde viel psychisches Leid ausgelöst, das in die nachfolgenden Generationen getragen wurde. Neu ist der Umgang mit psychischen Erkrankungen. Es wird zunehmend mehr dafür getan, dass die Stigmatisierung und Tabuisierung von psychischen Erkrankungen abnehmen und Hilfsangebote für Betroffene leichter zugänglich werden. Der Trend entwickelt sich dahin, dass für betroffene Eltern und Familien passende Hilfsangebote zur Verfügung stehen. Allerdings ist der Bedarf groß und die Wartelisten lang. Aktuell leben in Deutschland zwischen drei und vier Millionen Kinder und Jugendliche mit einem psychisch erkrankten Elternteil zusammen. Davon haben verschiedenen Studien zufolge 41 bis 77 Prozent ein erhöhtes Risiko, im Laufe ihres Lebens selbst psychisch zu erkranken.