

Kindliche Entwicklungsschritte fordern psychisch erkrankte Eltern besonders heraus – Fachkräfte können dabei wertvolle Begleiter:innen sein

Qualifikation für Fachkräfte an der Schnittstelle Frühe Hilfen, Psychiatrie und Soziale Arbeit

| Von Juliane Tausch

Vor dem Hintergrund, dass etwa drei Millionen Kinder unter 18 Jahren (Mattejat 2008) in Deutschland mit einem psychisch erkrankten Elternteil aufwachsen, muss für Hamburg von etwa 77.000 Kindern und Jugendlichen ausgegangen werden. Diese Kinder haben ein besonders hohes Risiko selbst psychisch zu erkranken. Sie leben im Schatten der elterlichen Erkrankung und werden immer noch eher zufällig erkannt (Wiegand-Grefe 2022).



Systematische und familienorientierte Unterstützung ist bisher, auch in Hamburg, keine Selbstverständlichkeit. Neben dem Blick auf die Kinder braucht es auch die Wahrnehmung der belasteten Eltern. Für diese Familienperspektive bedarf es eines systemischen Blicks und einer interdisziplinären Zusammenarbeit der Hilfe- und Regelsysteme. Dieser Gesamtbefund für die Familien und für das Arbeitsfeld ist in der Bestandsaufnahme der AG „Kinder psychisch und suchtbelasteter Eltern“ im Auftrag der Bundesregierung umfassend beschrieben worden (Wiegand-Grefe et al. 2019).

A: aufklaren stellt sich vor

Für die Umsetzung der verschiedenen Empfehlungen, die Vorarbeit mit Sensibilisierung und Information in Fachkreisen und bei Stakeholdern, aber auch die inhaltliche Ausgestaltung von Fortbildungen und Netzwerken bedarf es aktiver Akteure vor Ort. A: aufklaren hat diese Aufgabe für Hamburg übernommen. A: aufklaren ist ein Projekt vom PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband Hamburg. Seit 2020 widmet sich die Fachstelle der Zielgruppe „Kinder psychisch erkrankter Eltern“, um dem Thema mehr Raum zu geben und die fachliche Weiterentwicklung zu fördern.

Für die Implementierung dieser Fachstelle hat sich der PARITÄTISCHE Hamburg eingesetzt und ein Kooperationsprojekt mit Trägern der Jugend- und Eingliederungshilfe sowie aus dem Gesundheitswesen konzipiert. Durch eine dezentrale und vernetzte Struk-

tur der Projektmitwirkenden lässt diese Aufgabe sich in der Struktur des Stadtstaates mit Landesebene und sieben Bezirken (Kommunen) proaktiv bearbeiten.

In der Anfangsphase war das Projekt auf vier Bezirke fokussiert, in denen besonders viele psychisch belastete Menschen und Familien in herausfordernden Lebenslagen wohnen. Seit 2023 richten sich die Angebote nun hamburgweit an alle Akteur:innen, die das Thema weiterentwickeln wollen. Wichtig ist zu erwähnen, dass A: aufklaren mit Fachkräften und Institutionen arbeitet und keine direkte Arbeit mit den Familien anbietet. Dies tun die vielen Träger und Institutionen in Hamburg, die mit ihren Angeboten und Hilfen Kinder, Jugendliche und Eltern vor Ort in den Sozialräumen erreichen.

Zielgruppe und Zielstellung

Mit der Adressierung sind alle psychosozialen, pädagogischen, medizinischen, therapeutischen und beratenden Fachkräfte in Kitas, Schulen, Horten, in der Jugend- und Eingliederungshilfe, in Kliniken und Praxen, bei Jugend- und Gesundheitsämtern, bei der Agentur für Arbeit, in den Frühen Hilfen, im Kinderschutz, also fast überall in den sozialen Institutionen angesprochen. Neben den praktisch tätigen Mitarbeitenden mit direktem Kontakt zur Zielgruppe werden auch Leitungen, Referent:innen, Entscheider:innen und andere Stakeholder angesprochen, die über Strategien, Budgets und Planungen entscheiden. Denn damit Kinder und ihre psychisch erkrankten Eltern in den Fokus kommen und es strukturierte Angebote gibt, braucht es nicht nur engagierte Praktiker:innen sondern auch Strukturentwicklung.

Im besten Fall sind diese Aktivitäten durch ein kommunales Rahmenkonzept miteinander verzahnt (AFET 2020). A: aufklaren verfolgt damit die Zielstellung, Fachkräfte in der Begleitung und Stär-

kung zu empowern, die Vernetzung und Kooperation fallbezogen und strukturell auszubauen und Ownership bei weiteren Akteur:innen im Feld zu erzeugen.

Angebote und Maßnahmen

Bei der Vielfalt dieser Zielgruppen aber auch den verschiedenen Zielen ist es erforderlich, unterschiedliche Maßnahmen umzusetzen, die sich neben den Zielen auch an den Arbeitsweisen und alltagsbezogenen Bedarfen orientieren. Die flexible Struktur des Projektes bietet hier viel Spielraum, der auch in der Corona-Zeit von großem Nutzen war, um „Kinder psychisch erkrankter Eltern“ als Fachthema zu etablieren. **A: aufklaren** bietet sowohl Unterstützung im konkreten Einzelfall als auch Impulse für regionale oder organisationale Entwicklungsprozesse. Hierzu gehören

- eine umfassende fachliche Öffentlichkeitsarbeit mit einem monatlichen Newsletter, Publikationen und Fachbeiträgen
- die Erstellung von Arbeitsmaterialien wie Netzwerkkarten, Notfallplänen, Arbeitshilfen für Elterngespräche, Steckbriefe zu Erkrankungen sowie Blätter zur Psychoedukation nach Erkrankungen und für die verschiedenen Altersgruppen der Kinder und Jugendlichen
- Fortbildungen in einem Jahresprogramm und als Inhouse-Qualifikation
- Beiträge auf Tagungen und Veranstaltungen von Bezirken, Fachgruppen und Verbänden
- Ausrichtung von Fachtagen
- Fachberatung zum Einzelfall (telefonisch und vor Ort, auch für ganze Teams)
- Erreichbarkeit über eine Sprechzeit für Lotsenberatung und Informationen zum Thema
- Gremienarbeit in allen Ebenen und Arbeitsfeldern in Hamburg
- Initiierung von Netzwerken und Arbeitskreisen
- Projektberatung und Coaching für Institutionen, die das Thema weiterentwickeln wollen

Durch die Positionierung von **A: aufklaren** im Wohlfahrtsverband bieten sich viele Netzwerke und Schnittstellen an, um Akzente zu setzen. Der Zugang zu Gremien ist erleichtert und Fachinformationen gibt es zeitnah und fachlich fundiert. Hier spielen besonders die gewachsenen Vernetzungen der Kooperationspartner eine wichtige Rolle, den Zugang zum Feld zu erschließen.

Über die Zeit ist es gelungen, dem Thema „Kinder psychisch erkrankter Eltern“ in der Stadt Raum zu geben, eine Austauschplattform zu schaffen und die Notwendigkeit zur Ertüchtigung des Feldes deutlich zu machen. So schicken Träger ihre Mitarbeiter:innen regelmäßig in die Fortbildungen und nutzen aktiv den Service. Neue Angebote für die Familien und Arbeitskreise zur Vernetzung sind entstanden.

Fachliche Weiterentwicklung für das Feld

Ein wichtiger Aspekt der Arbeit ist auch, die fachlichen Anforderungen im Feld zu erkunden und mit den dort Tätigen im Gespräch zu sein. So wurde unter anderem deutlich, dass in den Angeboten der Frühen Hilfen und der Familienbildung vermehrt Eltern mit psychischen Belastungen anzutreffen sind. Fachkräfte

suchen hier nach mehr Knowhow zu psychischen Erkrankungen, Lotseninformationen in das psychiatrische Behandlungs- und Hilfesystem sowie die Stärkung ihrer Beratungs- und Haltefähigkeit.

Bei dem bekannten hohen Risiko der Kinder selbst zu erkranken bzw. stark belastet aufzuwachsen, ist es angezeigt, besonders bei den ganz Kleinen früh sensibel auf elterliche Belastungen einzugehen. Es ist für ihre Entwicklung entscheidend, wie klein sie sind, wenn ihre Eltern besonders belastet bzw. akut erkrankt sind, und auch, ob ihre Eltern erkennen, wie belastet sie sind und dass psychosoziale wie ärztliche Hilfe angezeigt wäre (Lenz 2014). Entscheidend ist aber auch, ob es eine Unterstützung geben kann, die den Anliegen der Familie gerecht wird, ob eine gute Hilfeinfrastruktur vorhanden ist, Kapazitäten bestehen und Fachkräfte sich dort als kompetent und handlungssicher erleben (Pillhofer et al. 2014).

Schnittstelle Frühe Hilfen und Kinder psychisch erkrankter Eltern

Säuglinge und Kleinkinder sind einem besonderen Entwicklungsrisiko ausgesetzt. Nicht nur, dass sie nicht ohne Fürsorge und Versorgung überleben und sich nicht schützen können. Diese ersten frühen Prägungen, die erste Bindung, der Aufbau von Urvertrauen, das Gefühl von Sicherheit in Versorgung, Liebe und Verlässlichkeit bilden sich aus. Sie wachsen genauso auf, wie sie es durch ihre Eltern vermittelt bekommen.

Doch „Eltern werden“ und „Eltern sein“ ist eben auch nicht einfach daher gezaubert. Elternschaft ist ein wichtiger Transitionsprozess für Frauen, Männer und Paare, eine eigene Entwicklungspassage, deren Gelingen für das Kind wichtige Konsequenzen hat. Elternschaft heißt auch immer, sich mit dem Kind mitzuentwickeln und anzupassen.

„Eltern werden“ berührt viele Themen: körperliche Grundvoraussetzungen für eine Schwangerschaft, die aktuellen Lebensumstände zum Bekanntwerden der Schwangerschaft, die persönlichen Zukunftsideen für die Frau und den Mann, die Paarebene, Hoffnung, Zuversicht, Netzwerk, Freude oder Sorge, Ängste, Herausforderungen. Elternschaft berührt die eigene Herkunft, die Verbindung zu den eigenen Eltern, Rollenmodelle, Lebensentwürfe, Zuspruch, Ermutigung, Fürsorge, Behütung oder fehlende Liebe und Unterstützung, Anpassung, Entbehrung, Entwürdigung, Abwesenheit oder emotionale Unverfügbarkeit. Das alles hat Einfluss auf das Elternsein. Viele Männer und Frauen fragen sich: Schaffe ich das? Kann ich mein Kind gut versorgen? Wer hilft mir, wenn es anstrengend wird? Bin ich gut genug?

Diesen Entwicklungsschritt gehen alle, die Eltern werden. Oftmals gelingt er hinreichend gut. Aber viele Eltern geraten hier in die Krise. 15 Prozent aller Frauen erleiden eine Postpartale Depression, Männer sind ebenso betroffen (Lenz 2014, S. 33; Wolkenstein 2023). Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett sind verletzliche Phasen, mit enormen hormonellen Umstellungsprozessen. Körperlicher Stress zum Beispiel durch Schlafmangel, Versorgung weiterer Familienmitglieder oder fehlende Regenerationszeit, haben Einfluss auf einen gelingenden Start für Mutter und Baby.

Weitere Risikofaktoren bei den Eltern sind Konsum von Alkohol und Drogen, Gewalt in Beziehungen, extrem beengte Wohnverhältnisse, Krieg und Flucht sowie ein subjektives Gefühl, keine Unterstützung zu haben (Lenz 2014).

Ein weiterer Aspekt für einen guten Start in Elternschaft ist die psychische Gesundheit bzw. bereits bestehende psychische Erkrankungen (Lenz 2014). Die Erstmanifestation für viele Erkrankungen liegt in der Altersspanne jener Zeit, in die berufliche Orientierung, Verselbständigung in einem eigenen Haushalt und Familiengründung fallen. Da Frauen weiterhin primäre Bezugspersonen für ihre Kinder sind, ist es besonders bedeutsam festzuhalten, dass Frauen häufiger von psychischen Erkrankungen betroffen sind (DAK 2022).

Das Ereignis Mutterschaft/Vaterschaft mit allen seinen Verletzlichkeiten kann als Stressor angesehen werden, bestehende Erkrankungen zu aktualisieren, Symptome zu verstärken oder aus einer Verletzlichkeit oder Sensibilität in eine Erkrankung zu gehen. Traumata können aktiviert werden. Das Kümmern um ein Kind heißt neben Freude und Abenteuer vor allem die eigenen Bedürfnisse zurückzustellen – und zwar nicht eine Woche oder drei Monate, sondern viel länger, eigentlich über Jahre. Es heißt sich dem Kind zuzuwenden, flexibel zu sein, Alltag zu regeln, Erwartungen von außen und sich selbst zu regulieren. Das gelingt bei psychischen Erkrankungen weniger gut, manchmal gar nicht.

Der Stress verstärkt Symptome. Es macht Angst, nicht so sein zu können, wie man möchte. Ein Kreislauf von Angst, Erregung und Anspannung steigert sich in Hilflosigkeit und Ohnmacht (Aufklaren 2024). Babys fordern dann deutlicher ihre Bedürfnisse ein – sie schreien, sind unruhiger, lassen sich weniger gut beruhigen, manche zeigen eine Fütter- oder Regulationsstörung. Andere werden still, fast unscheinbar und nehmen sich zurück. Beides dient einem guten Gedeihen nicht. Auch die mit dem Größerwerden verbundenen Autonomiebedürfnisse und Explorationsaktivitäten des Kleinkindes verlangen von Eltern Geduld, Langmut, Kreativität, Empathie, Mentalisierungsfähigkeit, Rahmung und gute Leitung durch die Abenteuer und auch das Ungemach des Alltags.

Die Welt erkunden bedeutet mutig zu sein, losgehen zu dürfen und zur sicheren Basis wiederzukehren. Wenn Eltern dies nicht gut leisten können, ihre Erkrankung alle Energie bindet, sie sich sogar überfordert fühlen, können Gewalt und Demütigung Teil von Erziehung werden. Interventionen von außen sind angebracht (Plattner 2019). Diese Eltern benötigen dann Hilfe:

Unterstützung und Entlastung, eine nicht-stigmatisierende Ansprache, gute Zuhörer:innen, Ermutigung und gegebenenfalls auch Therapie oder Medikamente. Im besten Fall kann diese durch Fachkräfte in den Frühen Hilfen, Familienhelfer:innen, Erzieher:innen in der Kita oder in der kinderärztlichen bzw. gynäkologischen Praxis aufgefangen werden. Gegebenenfalls braucht es auch Hilfen über das Jugendamt oder Behandlung in einer Klinik.

Im besten Falle gelingt das Unterstützungsangebot. Aber wenn familiäre Bewältigungsstrategien vermeidend oder isolierend sind, Hilfsangebote ins Leere laufen, Eltern die Schwere ihrer Krankheit nicht erkennen oder unbehandelt lassen, geraten die Bedingungen für das Aufwachsen der Kinder in ein ungünstiges Licht. Das Risiko für verschiedene Entwicklungsstörungen steigt, und damit auch die Gefahr, selbst im späteren Leben psychisch zu erkranken (Pillhofer et al. 2014).

Die Fachkräfte, die mit werdenden Eltern und Familien mit Kindern von null bis drei Jahre arbeiten, haben hier einen besonderen Auftrag, frühzeitig psychische Belastungen zu erkennen und anzusprechen. Dafür benötigen sie Wissen über psychische Erkrankungen, Kindesentwicklung, Bindung, Kinderschutz und über das weitere Hilfesystem. Rolle, Auftrag sowie Möglichkeiten und Grenzen in der Arbeit mit (möglicherweise) psychisch erkrankten Eltern müssen reflektiert werden.

Zertifikatskurs „Fachberater:in für psychisch erkrankte Eltern mit ihren Säuglingen und Kleinkindern“

Vor diesem Hintergrund hat **A: aufklaren** zusätzlich zu seinen niedrigschwelligen Fortbildungsangeboten einen Zertifikatskurs mit der Akademie Nord des PARITÄTISCHEN entwickelt, der diesen fachlichen Themen gerecht werden soll. Die inhaltliche Ausgestaltung erfolgte in enger Absprache mit den Frühen Hilfen Hamburg.



Grafik: giraffentrost

Der Kurs stellt eine Schnittstelle der Arbeitsbereiche werdende Eltern, junge Familien, Kinder von null bis drei Jahren und dem Feld psychisch erkrankter Eltern her. Er befähigt Berater:innen und Begleiter:innen dazu, frühzeitig Anzeichen elterlicher psychischer Probleme und Signale des Kindes zu erkennen. Zugleich ermutigt er dazu, proaktiv den eigenen Handlungsspielraum zu nutzen, an Schnittstellen aktiv zu sein und andere Akteure im Hilfesystem einzubeziehen.

Jede Mutter und jeder Vater strebt danach, ein guter Elternteil zu sein. Mit dieser positiven Haltung können Fachkräfte nachhaltig die Bindung und das gesunde Heranwachsen der Kinder unterstützen. Das gelingt besonders gut und bietet eine echte Chance auf ein gesundes Aufwachsen, wenn Eltern mit ihren Belastungen nicht alleingelassen werden und professionelle Unterstützung bekommen.

Zielgruppe

Zur Zielgruppe des Kurses gehören Fachkräfte verschiedener pädagogischer und gesundheitsbezogener Berufe, die mit werdenden Eltern sowie mit Familien mit Säuglingen und Kleinkindern bis drei Jahre arbeiten. Dazu gehören:

- Hebammen, Familienhebammen, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegende (FGKiKP)
- Sozialpädagog:innen insbesondere in den Frühen Hilfen
- Heilpädagog:innen und Pädagog:innen
- Sozialpädagogische Assistent:innen, Erzieher:innen
- Tagesmütter und Tagesväter
- Heilerziehungspfleger:innen
- Kindheitspädagog:innen
- Psycholog:innen

Sie sind im Einsatz in den Frühen Hilfen, in der Sozialpädagogischen Familienhilfe, in Krippe, Kita und Tagesbetreuung, in der (Erziehungs-)Beratung, in Elternschulen, Eltern-Kind-Zentren und in Kinder- und Familienzentren, in der Familienbildung, im Jugend- und Gesundheitsamt und in der ambulanten Sozialpsychiatrie.

Zielstellung

Der Zertifikatskurs hat zum Ziel, die Teilnehmer:innen mit Kenntnissen über eine gesunde Entwicklung des Säuglings und Kleinkindes sowie mit Wissen über psychische Erkrankungen und deren Auswirkungen auf die Erziehungsfähigkeit und das werdende bzw. junge Kind auszustatten. Es geht darum, ein vertieftes Verständnis der Risiken durch fehlende Hilfe zu entwickeln. Es soll zu einer Etablierung bzw. Vertiefung einer wertschätzenden Haltung zu den Eltern bei gleichzeitiger Parteilichkeit für das Kind beigetragen werden.

Außerdem geht es darum, das Handlungsrepertoire der Teilnehmer:innen zur Unterstützung von Kindern und Eltern zu erweitern und dies in guten Einklang mit den eigenen Handlungsimpulsen oder Zurückhaltungen, Sorgen und innerer Distanz zu bringen. Des Weiteren unterstützt der Kurs dabei, Klarheit über Möglichkeiten und Grenzen am eigenen Arbeitsplatz zu erlangen, eine Stärkung der eigenen Haltefähigkeit und Etablierung von Verantwortungsgemeinschaften

zwischen Eltern, fachärztlichen Kräften und Akteuren der Eingliederungs- und Jugendhilfe zu befördern und sich noch einmal neu mit verschiedenen Fachbereichen zu vernetzen.

Aufbau und Module

Der Kurs erstreckt sich über fünf Präsenz-Blöcke in Hamburg von je zwei Tagen (mit sieben Stunden) und drei Online-Vorträgen. Er beinhaltet zehn Stunden Supervision in der Gruppe und neun Stunden Intervision in selbst gewählten Kleingruppen. Der erste Kurs beginnt im Juni 2024 und läuft bis April 2025. Ein zweiter Kurs wird für das Frühjahr 2025 geplant.

Die Weiterbildung schließt ab mit dem Zertifikat der Paritätischen Akademie Nord als „Fachberater:in für psychisch erkrankte Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern“.

Mit diesem spezifischen Weiterbildungsangebot greift **A: aufklaren** nicht nur den durch die Corona-Pandemie entstanden erhöhten Versorgungsbedarf der Familien und die daraus resultierenden Wünsche nach Qualifikation auf. Die Fachstelle schließt damit auch an die Empfehlungen der Bundesarbeitsgruppe an und greift die Forderungen des Nationalen Zentrums Frühe Hilfen auf, interdisziplinäre, schnittstellenübergreifende Qualifikationen zu etablieren. Eingebunden in den größeren altersspannen- und settingübergreifenden Kontext Kinder psychisch erkrankter Eltern (KipeE) kann so der Transfer zu vielen Akteure:innen und Institutionen gelingen und das Fachfeld einen weiteren Impuls erhalten.

PARITÄTISCHE Akademie Nord, Zertifikatskurs „Fachberater:in für psychisch erkrankte Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern“, Kurs-Nummer 24120, www.akademienord.de

www.aufklaren-hamburg.de, aufklaren@paritaet-hamburg.de

Juliane Tausch ist Landeskoordinatorin des Projekts A: aufklaren beim Paritätischen Wohlfahrtsverband in Hamburg.

LITERATUR

- AFET (2020): *Arbeitsgruppe Kinder psychisch- und suchtkrankter Eltern*. Hannover. www.ag-kpke.de.
- Aufklaren (2024): „Was sind uns die Frauen wert?“ Interview mit Dr. Veronika Windsor-Oettel. A: aufklaren. Hamburg. Newsletter Wetterbericht Nr. 53, *Postpartale Depression*.
- DAK (2022): *Psychoreport 2022*.
- Lenz, A. (2014): *Kinder psychisch kranker Eltern*. München.
- Pillhofer, M., Ziegenhain, U., Fegert, J.M., Hoffmann, T., Paul, M. (2014): *Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen im Kontext der Frühe Hilfen*. NZFH Köln.
- Plattner, A. (2019): *Allgemeine Kriterien der Erziehungsfähigkeit*. In: Plattner, A. (Hrsg.): *Erziehungsfähigkeit psychisch kranker Eltern richtig einschätzen und fördern*. Weinheim.
- Wiegand-Grefe, S. (2022): *Unterstützung für Kinder und Jugendliche mit psychisch erkrankten Eltern im „Children of mentally ill parents - network“*. *Der Psychotherapeut* 1/2022. S. 34-41.
- Wiegand-Grefe, S., Klein, M., Kölsch, M., Lenz, A., Seckinger, M., Thomasius, R., Ziegenhain, U. (2019): *Kinder psychisch kranker Eltern „Forschung“ – IST-Analyse zur Situation von Kindern psychisch kranker Eltern*. www.ag-kpke.de.
- Wolkenstein, L. (2023): *Postpartale Depression, Fortschritte der Psychotherapie*. München.