



## : VERSTEHEN, WAS LOS IST! FOKUS JUGENDLICHE



**aufklaren**

Expertise & Netzwerk  
für Kinder psychisch  
erkrankter Eltern

### PSYCHOEDUKATION

für Jugendliche kann auf einem komplexen und abstrakten Level ansetzen, da sie sich in der kognitiven Entwicklung im formale-operationalen Stadium befinden (Piaget). Es besteht die Möglichkeit abstrakte Denkopoperationen durchzuführen, komplexe Beziehungen zwischen Sachverhalten herzustellen, Hypothesen zu bilden, logische Verknüpfungen zu machen, ohne dass die Dinge in der Realität wirklich passieren müssen.

Über die Jahre ist eine enge Verknüpfung von Gesundheits- und Krankheitswissen entstanden, mit dem neue Informationen direkt verknüpft, in semantische Netzwerke integriert und mit eigenen Erfahrungen abgeglichen werden. Konzepte von Gesundheit und Krankheit nähern sich immer mehr an die von Erwachsenen an.

### Merkmale von jugendlichen Gesundheits- und Krankheitskonzepten

- Gesundheit ist definiert als positives Befinden, körperliche Leistungsfähigkeit, Zufriedenheit und Genuss zu empfinden
- Gesundheit wird perspektivisch gedacht, auch in der zeitlichen Dimension, Krankheit kann diese immer wieder „unterbrechen“
- Wissen um Organe im Körper, Funktionssysteme wie Atmung, Verdauung usw., Differenzierung bis auf die Zellebene ist möglich, Schulwissen wird integriert
- Die Funktion der Nerven ist bekannt und wird biologischer verstanden, die Verknüpfung zu Nervosität, Ärger, Ängsten, Sorgen wird weiter differenziert
- Es kann zwischen sichtbaren und nicht sichtbaren Symptomen unterschieden werden
- Ursachen von Erkrankungen werden ausdifferenziert in: Ansteckung, externe Umstände, Lebensstil und Risikoverhalten, Fehlfunktionen innerer Organe und Systeme, Verhalten, Einstellungen und Gefühle. Es gibt Modelle von Stress, Prädisposition, Konstitution, Bestimmung oder Unfall
- Stress als „psychische Komponente“ wird wahrgenommen, beschrieben, formuliert, Ursachen erkannt und als Teil von Belastung benannt.
- Differenzierte Formulierung von eigene psychischen Zuständen, Bezug zu Gefühlen als Teil der Psyche
- Hypothesenbildung zur Wirksamkeit von Interventionen, Abwägungen zu Alternativen werden angestellt
- Konzepte zu Medizinischer Versorgung, medizinischem Personal, Versorgungsabläufen und Angeboten sind bekannt, insbesondere für somatische Erkrankungen und Notfälle
- Autonomie und Selbstbestimmung werden auch bzgl. Krankheit, Gesundheit, Prävention und Behandlung formuliert, Nutzen eigener Entscheidungskompetenzen

### Filme für Jugendliche



"Wir sind hier" | Dokumentation mit Kindern und Jugendlichen psychisch kranker Eltern für Kinder, Jugendliche, Eltern und Fachleute | Dauer 45 min | Psychiatriefilme



„Was ist los“ | Kurzfilme für Jugendliche über psychische Erkrankungen von Eltern | Institut Kinderseele Schweiz | auch auf Youtube

### Broschüren und Infomaterial für Jugendliche



Informationsbroschüre für Jugendliche vom [Bundesverband der Angehörigen psychisch Erkrankter Menschen e.V.](#)



Informationen zu psychischen Erkrankungen und wenn Eltern schwierig sind [www.kidkit.de](http://www.kidkit.de)



## : VERSTEHEN, WAS LOS IST! FOKUS JUGENDLICHE

### FÜR DIE PRAXIS

- Über die eigene zukünftige Gesundheit nachdenken und sich darüber sorgen
  - Selbstbeobachtung und Bewertung von möglichen Symptomen
  - Selbstüberprüfung von Symptomen durch eigenes Wissen oder den Abruf von Wissensquellen (und ggf. auch Fehlinformation)
  - Sprachliche Differenzierung und Abstraktion von Wahrnehmungen
  - Mentalisierung von Krankheitserleben von anderen Personen > Bezug zum Elternteil und seiner Erkrankung herstellen, als Angehöriger insb. in Krisen angesprochen werden
  - Familiäre Handlungskonzepte zu Gesundheit und Krankheit sind internalisiert und könnten hinterfragt werden
  - Medizinische Autoritäten wie z.B. Ärzte werden hinterfragt und auch auf ärztlichen Rat verzichtet
  - Medizinische Erklärungen, Schaubilder, Funktionsweisen von Medikamenten und Wirkstoffen werden verstanden
  - Bei hoher emotionaler Erregung, z.B. in der Krise, funktioniert Informationsverarbeitung schlechter
- > Sprechen über Vererbbarkeit von psychischen Erkrankungen
  - > Beratung und ggf. klinisch Abklärung
  - > Recherche im Internet, auch bei TikTok und Instagram > Welche Informationen sind gerade wichtig?
  - > Fragen „wie geht es Dir?“, „was bedeutet das für Dich?“, was nimmst Du gerade bei deinem Elternteil war?“
  - > Schwingung zwischen eigenen Bedürfnissen, denen der Geschwister und des Elternteils
  - > Unterstützung bei einer selbständigen altersgerechten Gesundheits- und Krankheitspflege, Stärkung von Selfcare
  - > Proaktives Zugehen auf Jugendliche, Reserviertheit akzeptieren und doch das Angebot machen. Kontaktangebote außerhalb medizinischer Settings
  - > sachlich, strukturierte Informationen anbieten
  - > Für Beruhigung und Schutz sorgen, Krisenintervention, Aufklärung etwas verschieben