

Katja Beeck

Stärkende Gespräche mit Kindern psychisch erkrankter Eltern führen



Netz und Boden

Initiative für Kinder psychisch kranker Eltern





Ziele meines Vortrags

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

- ▷ Wenn Sie durch Gespräche ein Kind stärken wollen, sind Sie dafür sensibilisiert, noch mehr **durch die Augen des Kindes** auf das Thema psychische Erkrankung von Eltern zu schauen.
- ▷ Sie nehmen mindestens **eine konkrete Idee/Anregung** für Ihre **eigene Gesprächsführung** mit Kindern und/oder Ihre **Beratung** von pädagogischen Fachkräften, psychisch erkrankten Eltern oder gesunden Angehörigen der Kind im Hinblick auf deren Gesprächsführung mit dem Kind mit.
- ▷ Sie fühlen sich in Ihrer Arbeit (und als Privatpersonen) **bestärkt** und **ermutigt**, Kinder mit psychisch erkrankten Eltern zu stärken.



Fragen, auf die ich eingehen werde

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

- ▷ **Hindernisse: Was hält Kinder** mit psychisch erkr. Eltern ab, sich anderen Menschen mit dem, was sie denken und beschäftigt, **anzuvertrauen**?
- ▷ **Gesprächsinhalte: Über was** sollte mit Kindern psychisch erkr. Eltern gesprochen werden?
Was ist in diesem Zusammenhang wichtig?
- ▷ **Wie verhält** sich ein hilfreicher Erwachsener im Gespräch gegenüber den Kindern?
- ▷ **Wer** sollte mit einem Kind über das sprechen, was es in Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung seines Elternteils beschäftigt?
- ▷ Was sind **Ziele** einer für Kinder stärkenden Gesprächsführung?
- ▷ (Welche Unterstützung benötigen psychisch erkr. Eltern, um stärkende Gespräche mit ihren Kindern führen zu können?)



Wie es dazu kam, dass ich mich mit dem Thema intensiver beschäftigte

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ **Ungutes Gefühl**, bei starker Betonung der Bedeutung der „Aufklärung der Kinder psychisch kranker Eltern über die elterliche Erkrankung“ als einen der wichtigsten Unterstützungsansätze
- ▷ **Rollenspiel der finnischen Partner im EU-Projekt** „Kids strengths“, in dem eine Fachkraft einen erkrankten Elternteil und eine das Kind gespielt hat, die Fachkräfte angeregt haben, über die Gesprächsführung mit Kindern psychisch erkrankter Eltern zu reflektieren



Die Basis der Inhalte meines Vortrags bilden ...

1. Ergebnisse der Rollenspiele im Rahmen meiner Seminare zur Fortbildung von Fachkräften insbesondere aus der Jugendhilfe (seit 2010)
2. Gespräche mit erwachsenen Kindern im Rahmen der Selbsthilfe
3. Gespräche mit Jugendlichen aus dem Berliner Patenschaftsangebot für Kinder psychisch erkrankter Eltern
4. Beratung von erwachsenen Kindern und psychisch erkrankten Eltern
5. Literatur, u.a. „Was ist bloß mit Mama los?“ Karen Glistrup
6. Seminar für psychisch erkr. Eltern zur Gesprächsführung mit ihren Kindern
7. Reflexion meiner eigenen Erfahrungen als Kind in Gesprächen mit Erwachsenen über Themen in Zusammenhang mit der psy. Erkr.
8. Gespräche im privaten Bereich mit Kindern

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten



Gemeinsames Fallbeispiel: Tochter mit Mutter, die eine akute Manie hat

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten





Was könnte diese Kind davon abhalten, mit seiner Mutter oder einem Dritten über das, was es beschäftigt, zu sprechen?

Einleitung

► Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten





Was hält Kinder von Gesprächen, die in Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung seines Elternteils stehen, ab? (1)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

In der Person des Kindes liegend

- ▷ Umso weiter der Gesprächszeitpunkt hinter einer belastenden Situation liegt und bei schubweisen Krankheitsverläufen von Eltern, wenn Belastung abgeklungen ist:
Genuss einer unbeschwerten Zeit, von „Normalität“;
Hoffnung, dass Belastung nicht erneut auftritt
- ▷ Angst vor bestimmten Antworten auf Fragen, vor Informationen, die ohnmächtig und dadurch noch mehr Angst machen. Daher werden sie erst gar nicht gestellt.



Was hält Kinder von Gesprächen, die in Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung seines Elternteils stehen, ab? (2)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Schlechte Vorerfahrungen (insbes. Bezugspersonen)

- ▷ Angst, dass im Gespräch die Gefühle, Bedürfnisse und Sichtweisen des Erkrankten im Mittelpunkt stehen und für ihre Gefühle und für ihre eigenen Bedürfnisse und Sichtweisen kein Raum ist, kein Verständnis besteht oder ihnen nicht geglaubt wird, wenn sie ihre Sicht der Dinge schildern oder diese relativiert werden

- ▷ Sorge, dass der Erwachsene nicht ehrlich ist, lügt

Zusätzlich speziell gegenüber **erkranktem Elternteil:**

- ▷ Insbesondere bei Kindern, die die Rolle „Held“ in der Familie haben: Angst, Eltern mit eigenen Gefühlen, Sorgen, Problemen zu belasten und dadurch deren Gesundheitszustand zu verschlechtern und/oder sich selbst noch schuldiger zu fühlen
- ▷ Angst, dass ihnen nicht zugehört wird
- ▷ Angst vor Vorwürfen, Schuldzuweisungen



Was hält Kinder von Gesprächen, die in Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung seines Elternteils stehen, ab? (3)

Einleitung

► Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

Zusätzlich gegenüber Dritten

- ▷ Schamgefühl und Schutzhaltung gegenüber Familie: Kinder wollen stolz auf ihre Eltern sein, zumal sie von deren Kooperation abhängig sind
- ▷ Angst vor Kontrollverlust und Konsequenzen durch Weitergabe von Gesprächsinhalten an erkr. ET und/oder Dritte insbesondere Jugendamt (Hilfe wird oft zunächst als Bedrohung angesehen, wenn nicht mit Zustimmung der Eltern erfolgt)
- ▷ Angst vor Ausgrenzung und Abwertung des erkr. ET vor allem gegenüber Freunden und anderen Menschen aus dem sozialen Umfeld
ODER
einseitig zu viel Verständnis und Empathie für Erkrankten, insbesondere bei Fachkräften der Erwachsenenpsychiatrie



Gesprächsthemen: Über was sollte mit Kindern gesprochen werden?

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Entscheidend: Perspektive des Kindes einnehmen!

Versuchen Sie, durch die Augen des konkreten Kindes zu schauen bzw. seine Bezugspersonen dazu anzuregen:

Über welches Verhalten, welche Gefühle (oder deren Intensität) und über welche Ereignisse bzw. Erlebnisse wird sich das Kind wundern?
Was wird das Kind beschäftigen?

Was Kinder in Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung eines Elternteils genau beschäftigt, hängt von verschiedenen Faktoren ab wie

- ▷ den konkreten Symptome des erkrankten Elternteils
- ▷ der Häufigkeit des Auftretens bzw. des Miterlebens der Symptome
- ▷ deren Folgen für das Kind sowie
- ▷ dem Umgang beider Eltern mit der Erkrankung und deren Folgen
- ▷ Alter des Kindes



Gesprächsthemen: Über was sollte mit diesem Kind gesprochen werden?

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

Zentrale Frage

Über welches Verhalten, welche Gefühle (oder deren Intensität) und über welche Ereignisse bzw. Erlebnisse wird sich dieses Kind wundern?
Was wird das Kind beschäftigen?



© Gabriele Gollwitzer

Grundsatz zur Beantwortung / Besprechung von Themen:

1. Ehrlichkeit
2. Hoffnungsvolle Perspektive dem Kind aufzeigen



Was das Kind vermutlich aktuell beschäftigt und wundert

Einleitung

Gesprächs- hindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Was soll ich nur machen? Warum hilft mir keiner?
- ▷ Was wird Mama noch alles merkwürdiges machen?
- ▷ Wer kümmert sich um mich?
Ich habe Hunger, wer kauft ein und kocht für mich? Wer tröstet mich?
- ▷ Wo bekomme ich Hilfe?
- ▷ Ist es Mama recht, wenn ich jemanden erzähle, was zu Hause los ist?
Bzw. Mama ist es nicht recht, wenn ich jemanden etwas davon erzähle.
- ▷ Bin ich dann Schuld, wenn Mama ins Krankenhaus kommt?
- ▷ Ich möchte, dass Mama wieder so wie früher ist.
- ▷ Warum hilft keiner meiner Mama und kümmert sich um sie?
- ▷ Was kann ich nur machen, damit Mama wieder so wie früher wird?
- ▷ Wann wird Mama wieder so werden wie sie war?
- ▷ Warum verhält sich Mama so anders, kauft nichts ein, zieht so schrille Kleidung an, beachtet mich nicht? Bin ich Mama jetzt egal?



Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

Was das Kind vermutlich zusätzlich beschäftigt und wundert, sobald seine Mutter im Krankenhaus ist

- ▷ Wer kümmert sich jetzt um mich?
- ▷ Wenn Mama nicht einverstanden war, ins Krankenhaus zu gehen:
Bin ich Schuld daran, dass Mama jetzt im Krankenhaus ist?
Wird Mama wütend auf mich sein?
- ▷ Wer kümmert sich um Mama?
Was macht Mama da/wird mit Mama dort gemacht?
- ▷ Wann wird Mama wieder wie früher sein?
- ▷ Wann kommt Mama zurück?
- ▷ Darf ich Mama besuchen, wenn ich will?



Was das Kind vermutlich zusätzlich beschäftigt und wundert, wenn es selbst fremduntergebracht wird

- ▷ Wie lange bleibe ich hier?
- ▷ Kann ich weiterhin in meine Schule gehen?
- ▷ Dürfen mich meine Freunde hier besuchen?
- ▷ Ist es Mama recht, wenn ich anderen erzähle, was mich beschäftigt?
- ▷ Wirst du meine Mama ablehnen, wenn ich dir erzähle, was sie alles gemacht hat?

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

► Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten



Was das Kind vermutlich zusätzlich beschäftigt und wundert, sobald es seiner Mutter wieder besser geht:

Einleitung

Gesprächs- hindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Kann das nochmal passieren?
- ▷ Was soll ich mich dann verhalten?
- ▷ Wer kümmert sich dann um mich?
- ▷ Wer kümmert sich dann um Mama?
- ▷ Jugendliche: Kann ich das auch bekommen?
Werde ich auch so wie Mama?
Junge Erwachsene: Können das meine Kinder bekommen?



Gesprächsthemen: Über was sollte mit diesem Kind gesprochen werden?

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

► Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Grundsatz zur Bearbeitung von Themen und Beantwortung von Fragen, damit sie Kind stärken

1. Ehrlichkeit
2. hoffnungsvolle Perspektive für Kind aufzeigen



Verhalten, das Kinder ermutigt, sich Erwachsenen anzuvertrauen (1)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ sich für Wahrnehmung und Sichtweise des Kindes interessieren, gut zugehören und ggf. nachfragen
- ▷ Wahrnehmung und Gedanken des Kindes neben der eigenen bestehen lassen und versuchen, die des Kindes nachzuvollziehen.
- ▷ Mit Bewertungen zurück halten, stattdessen: Kind unterstützen, seine Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken sowie Worte für das zu finden, was es beschäftigt
- ▷ ehrlich sein: Kind ansprechen, wenn Sie den Eindruck haben, dass es etwas beschäftigt; nichts Beschönigen oder tabuisieren, was Kind wahrnimmt, aber über Lösung im Umgang mit Problemen aufzeigen
- ▷ Kind dabei unterstützen, Lösung zu finden, bei Bedarf Anregungen geben



Verhalten, das Kinder ermutigt, sich Erwachsenen anzuvertrauen (2)

Einleitung

Gesprächs- hindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

➤ Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Kind unterstützen selbst unterscheiden zu können, ob es eine Belastung beeinflussen kann oder nicht und konkrete konstruktive Strategien mit ihm gemeinsam entwickeln wie es mit beiden Arten von Belastungen besser umgehen kann. (Wenn ... mache ich ...)
- ▷ nur das versprechen, was sie einhalten können
- ▷ Kind begleiten, praktische Unterstützung anbieten
- ▷ respektieren, wenn ein Kind sich verschließt oder abwehrend reagiert, nicht nachbohren, aber an Kind dran bleiben!
- ▷ Anvertrautes für sich behalten (Weitergabe nur, wenn Kind einer Weitergabe zustimmt; lieber über fehlende Zustimmung ins Gespräch kommen)
- ▷ Ausnahmen wie bei Kindeswohlgefährdung Kind erläutern



Verhalten, das Kinder ermutigt, sich Erwachsenen anzuvertrauen (3)

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

► Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

- ▷ Zeit für Antworten gelassen
- ▷ Schweigen ausgehalten
- ▷ Kind Fehlverhalten verzeihen
- ▷ Sich beim Kind für eigenes Fehlverhalten entschuldigt



Loyalitätskonflikt eines Kindes entgegen wirken

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Loyalitätskonflikte entstehen, wenn die Liebesbeziehung von Kindern zu einer Bezugsperson vom anderen nicht akzeptiert wird

- ▷ sich mit einer Bewertung des elterlichen Verhaltens Eltern zurück halten, Kind dabei unterstützen, selbst erkennen und benennen zu können, wie es ihm damit geht
- ▷ Versuchen, Zustimmung des erkr. ET zum Gespräch zu erhalten
- ▷ Kinder über Vertraulichkeit von Gesprächsinhalten informieren

Loyalitätskonflikt ist umso größer, je weniger ambivalenzfähig Kinder sind (=Fähigkeit eines Menschen, gegensätzliche Gefühle zulassen zu können) hat aber immer seine Grenzen, hält Psyche nicht dauerhaft

- ▷ Kind unterstützen, ambivalente Gefühle bewusst wahrzunehmen und zuzulassen und zu akzeptieren, dass diese bis zu einem gewissen Grad normal sind



Anregungen zur Gesprächsführung (1)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Übergeordnete Verantwortung für die Gesprächsführung:
Der erwachsene Gesprächspartner fühlt sich für das Gelingen des Gesprächs und das Erreichen der Ziele verantwortlich.
Sonst geht es keinem Beteiligten gut!
- ▷ Zeitpunkt des Gesprächs: So zeitnah wie möglich zum Anlass, Ereignis, ggf. nachholen und Grund für späteren Zeitpunkt erläutern
- ▷ Setting: ruhige, entspannte Atmosphäre schaffen, ohne Zeitdruck, ohne, dass andere zuhören können
- ▷ Gesprächsdauer: Lieber weniger thematisieren, dafür eine gute Gesprächsatmosphäre schaffen, Aufmerksamkeitsspanne von Kindern berücksichtigen!



Anregungen zur Gesprächsführung (2)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

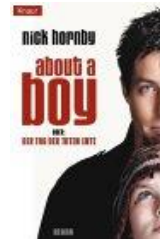
Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Anregungen zum Gesprächseinstieg (vom Erwachsenen ausgehend)

- ▷ Klar benennen, um was genau es geht und über was der Erwachsene mit dem Kind sprechen möchte.
- ▷ Wenn bestimmte Vorbehalte/Ängste des Kindes gegenüber dem Gespräch bekannt sind oder vermutet werden, diese ansprechen.
- ▷ Material, um ins Gespräch zu kommen bzw. dieses zu vertiefen:



Anregungen zum Gesprächsende

- ▷ Benennen, was gut gelaufen ist, für was der Erwachsene im Gespräch dankbar ist oder sich freuen konnte
- ▷ Kind fragen, wie es ihm mit dem Gespräch ging
- ▷ Fortsetzung des Gesprächs anbieten, Bereitschaft signalisieren



Anregungen zum Gesprächseinstieg für psychisch erkr. Eltern

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

► Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

Hindernis: Misstrauen/Angst des Kindes gegenüber erkranktem Elternteil durch krankheitsbedingtes schwerwiegendes Fehlverhalten

Vorbereitung (ggf. mit Unterstützung):

Was braucht mein Kind, um mir wieder mehr zu vertrauen?

Was kann ich machen, damit mir mein Kind mehr vertraut?

1. Klar benennen, was passiert ist bzw. um was es geht.
2. Sich in das Kind einfühlen und Verständnis für die Gefühle, Situation und Reaktion des Kindes zeigen
3. Bedauern ausdrücken und sich ehrlich/authentisch für Fehlverhalten entschuldigen und wenn möglich Gründe für Fehlverhalten erläutern
4. Wiedergutmachung:
Sich vorher überlegen (ggf. mit Unterstützung) was das Kind braucht, um ihm wieder mehr zu vertrauen und was er/sie machen kann, damit das Kind ihm wieder mehr vertraut/verzeiht.



Anregungen zur Gesprächsführung (2)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

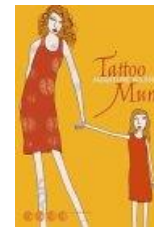
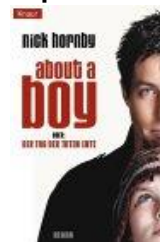
Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Anregungen zum Gesprächseinstieg (vom Erwachsenen ausgehend)

- ▷ Klar benennen, um was genau es geht und über was der Erwachsene mit dem Kind sprechen möchte.
- ▷ Wenn bestimmte Vorbehalte/Ängste des Kindes gegenüber dem Gespräch bekannt sind oder vermutet werden, diese ansprechen.
- ▷ Material, um ins Gespräch zu kommen bzw. dieses zu vertiefen:



Anregungen zum Gesprächsende

- ▷ Benennen, was gut gelaufen ist, für was der Erwachsene im Gespräch dankbar ist oder sich freuen konnte
- ▷ Kind fragen, wie es ihm mit dem Gespräch ging
- ▷ Fortsetzung des Gesprächs anbieten, Bereitschaft signalisieren



Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

► Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

Fazit: Gesprächsziele, um Kinder (mit psychisch erkrankten Eltern) zu stärken

- ▷ Voraussetzung: Das Kind vertraut dem Erwachsenen und fühlt sich geschützt, ernst genommen und verstanden.
- ▷ Das Kind kann (aber muss nicht) über alles, was es beschäftigt, offen sprechen.
- ▷ Die Bedürfnisse des Kindes stehen im Mittelpunkt des Gesprächs, also das, was das Kind in Zusammenhang mit der psychischen Erkrankung beschäftigt.
- ▷ Das Kind kann das, was es wahrnimmt und beschäftigt, besser einordnen und hat eine hoffnungsvollere Perspektive.
- ▷ Das Kind fühlt sich im Umgang mit bestimmten Situationen und Verhaltensweisen sicherer.
Voraussetzung: Es kann besser zwischen beeinflussbaren und unbeeinflussbaren Situationen unterscheiden und hat für beide Varianten hilfreiche Verhaltensmodelle entwickelt.
- ▷ Das Kind kann angenehme wie unangenehme Gefühle gegenüber dem erkrankten Elternteil wahrnehmen und zulassen.



Das heilsamste für Kinder ist ein stärkendes Gespräch mit dem erkr. ET zu führen, was aber leider nicht in allen Familien möglich ist.

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

► Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten





Reflexionsfragen zur Vorbereitung von stärkenden Gesprächen für Kinder (1)

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

► Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

- ▷ Interessieren mich die Gedanken und die Sichtweisen des Kindes?
Bin ich in der Lage und bereit,
- ▷ die Verantwortung für das Gespräch zu übernehmen?
- ▷ die Bedürfnisse des Kindes in den Mittelpunkt zu stellen?
- ▷ dem Kind zuzuhören?
- ▷ die Wahrnehmung des Kindes als seine Wahrheit anzuerkennen
und neben meiner bestehen zu lassen?
- ▷ bei Bedarf mich für die Unterstützung des Kindes einzusetzen?
(nicht gleichzusetzen mit eigener Unterstützung)



Reflexionsfragen zur Vorbereitung von stärkenden Gesprächen für Kinder (2)

Zusätzlich für erkrankte Elternteile:

- ▷ Kann ich unangenehme Gefühle meines Kindes wie Wut, Trauer, Enttäuschung, Verzweiflung sowie Vorwürfe meines Kindes aushalten? Was brauche ich, damit ich diese besser aushalten kann?
- ▷ Bin ich für alle Fragen meines Kindes offen oder gibt es etwas, über das ich nicht bereit bin, mit meinem Kind bereit zu sprechen? Ggf. Warum möchte ich nicht darüber sprechen? Wie sage ich das meinem Kind?
- ▷ Was erwarte ich im Gespräch von meinem Kind? Verständnis?
- ▷ Für was bin ich, was vermutlich mein Kind beschäftigt, verantwortlich?
- ▷ Was kann ich machen, damit es meinem Kind wieder besser geht?

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

► Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten



Reflexionsfragen zur Vorbereitung von stärkenden Gesprächen für Kinder (3)

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

► Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

Zusätzlich für andere Dritte:

- ▷ Eigene Haltung gegenüber psychisch erkrankten Eltern bewusst machen und ggf. überdenken:
 - ▷ Wie denke ich psychisch erkrankte Menschen bzw. Eltern allgemein und wie über den erkrankten Elternteil des Kindes?
 - ▷ Für was sind psychisch erkrankte Eltern verantwortlich? Für was sind Kinder verantwortlich?
- ▷ Was weiß das Kind darüber, wie ich mit Gesprächsinhalten umgehe?



Gesprächshindernisse von erkr. Eltern gegenüber ihren Kindern (1)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Fehlende Krankheitseinsicht in akutem Zustand und/oder anschließend Verdrängung/Leugnung der Erkrankung
- ▷ Annahme oder Hoffnung, dass Kind (vor allem jüngeres Kind) nichts vom krankheitsbedingten Verhalten mitbekommen hat
- ▷ Annahme oder Hoffnung, dass Kind gut mit der Situation zurechtkommt/Geschehnisse keine Auswirkungen auf das Kind haben
- ▷ Schuld- und Schamgefühle: Wenn Eltern ahnen/wissen, wie sehr Kind unter ihren Krankheitssymptomen/der familiären Situation leidet, schlechtes Gewissen gegenüber Kind; es ist peinlich, unangenehm, über Situation zu sprechen; Gefühl, als Elternteil versagt zu haben



Gesprächshindernisse von erkr. Eltern gegenüber ihren Kindern (2)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Sorge, dass sie Kind durch Gespräch noch stärker belasten, verletzen oder noch mehr verunsichern
- ▷ Angst, dass sie Fragen des Kindes nicht beantworten können
- ▷ Angst vor Konfrontation mit unangenehmen Gefühlen des Kindes wie Wut, Trauer, Verzweiflung und Vorwürfen ihnen gegenüber
- ▷ Angst, dass es sie ein Gespräch noch mehr herunter zieht, noch mehr belastet und ihren Krankheitsverlauf negativ beeinflusst, wenn sie hören, wie es ihrem Kind geht oder es ihnen Vorwürfe macht



Vorbereitung und Unterstützung des Elternteils auf die Gesprächsführung mit seinem Kind durch Fachkräfte (1)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

► Exkurs:
Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Ziele der Elterngespräche

- ▷ Eltern fühlen sich verstanden, gestärkt und ermutigt, mit ihrem Kind (ggf. gemeinsam mit Unterstützung) ins Gespräch zu kommen oder befürworten ein Gespräch durch Dritte mit ihrem Kind
- ▷ Eltern stehen mit ihren Bedürfnissen und Gefühlen im Mittelpunkt.



Vorbereitung und Unterstützung des Elternteils auf die Gesprächsführung mit seinem Kind durch Fachkräfte (2)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

Leitfragen für Elterngespräche

- ▷ Was hat die Elternteile bislang davon abgehalten, mit ihrem Kind ins Gespräch zu kommen?
- ▷ Hat es schon Gespräche bzw. Gesprächsversuche mit dem Kind gegeben? Wenn ja, wie sind diese verlaufen?
- ▷ Was glauben die Eltern, beschäftigt ihr Kind am meisten?
- ▷ Was glaubt der erkrankte Elternteil braucht sein Kind von ihm, damit es sich im Gespräch mit ihm öffnet?
 - ▷ Was kann sein Kind abhalten, mit ihm sprechen zu wollen?
 - ▷ Was kann er machen, damit ihm sein Kind mehr vertraut?
 - ▷ Wem hat sich der erkrankte Elternteil sich als Kind mit seinen Sorgen anvertraut und wie haben sich die Menschen verhalten bzw. hätten sich Menschen verhalten sollen, damit er sich ihnen mit seinen Sorgen anvertraut hätte?
- ▷ Was brauchen die Eltern, um Gespräche mit ihrem Kind gut führen zu können?



Vorbereitung und Unterstützung des Elternteils auf die Gesprächsführung mit seinem Kind durch Fachkräfte (3)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Mögliche Schuld- und Schamgefühle sowie häufige Vorbehalte und Ängste von Eltern ansprechen, Verständnis zeigen und ehrliches Mitgefühl für Situation der Eltern entwickeln
- ▷ Mögliche Chancen von Gesprächen über die familiäre Situation für alle sammeln, um Motivation zu erhöhen
- ▷ Wichtige Themen/Fragen des Kindes durchsprechen
- ▷ Umgang mit Fragen/Themen durchsprechen, die vielleicht in der Vorbereitung vergessen wurden zu besprechen und wie der erkrankte Elternteil auf diese gut reagieren kann
- ▷ Mögliche Schwierigkeiten, die beim Gespräch auftreten können und den Umgang damit besprechen (z. B. Kind schweigt, bricht Gespräch ab etc.)



Vorbereitung und Unterstützung des Elternteils auf die Gesprächsführung mit seinem Kind durch Fachkräfte (4)

Einleitung

Gesprächshindernisse aus Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs: Eltern auf Gespräch mit Kind vorbereiten

- ▷ Mögliche Schwierigkeiten, die beim Gespräch auftreten können und den Umgang damit besprechen (z. B. Kind schweigt, bricht Gespräch ab etc.)
- ▷ Gesprächseinstieg und -ausstieg besprechen
- ▷ „Worst-case-Szenarien“ besprechen
- ▷ Gesprächssimulation anbieten
- ▷ Setting des Eltern-Kind-Gesprächs besprechen. Soll Fachkraft dabei sein oder Gespräch sogar führen?
- ▷ Nachbereitungsgespräch anbieten
- ▷ Gesprächsleitfaden erstellen und mitgeben



Ziele meines Vortrags

Einleitung

Gesprächs-
hindernisse aus
Sicht der Kinder

Gesprächsinhalte

Anregungen zur
Gesprächsführung

Gesprächsziele

Gesprächspartner

Exkurs:
Eltern auf
Gespräch mit
Kind vorbereiten

- ▷ Wenn Sie durch Gespräche ein Kind stärken wollen, sind Sie dafür sensibilisiert, noch mehr **durch die Augen des Kindes** auf das Thema psychische Erkrankung von Eltern zu schauen.
- ▷ Sie nehmen mindestens **eine konkrete Idee/Anregung** für Ihre **eigene Gesprächsführung** mit Kindern und/oder Ihre **Beratung** von pädagogischen Fachkräften, psychisch erkrankten Eltern oder gesunden Angehörigen der Kind im Hinblick auf deren Gesprächsführung mit dem Kind mit.
- ▷ Sie fühlen sich in Ihrer Arbeit (und als Privatpersonen) **bestärkt** und **ermutigt**, Kinder mit psychisch erkrankten Eltern zu stärken.

Falls du glaubst, dass du zu klein bist, um etwas zu bewirken,
dann versuche einmal zu schlafen, wenn eine Mücke im Raum ist.

Ich wünsche unseren Kindern viele stärkende Gespräche mit Ihnen!



Netz und Boden

Initiative für Kinder psychisch kranker Eltern



www.netz-und-boden.de

Weitere Informationen im Internet



Netz und Boden

Initiative für Kinder psychisch kranker Eltern

