

# Die vergessenen Kinder

**Kinder, die mit einer psychisch kranken Mutter oder einem psychisch kranken Vater zusammenleben, sind der Gefahr ausgesetzt, sich zu isolieren. Rechtzeitige Prävention und Unterstützung kann viel Leid verhindern.**

Von Lydia Bosshard

Das Schicksal trifft das Bruderpaar Robert und Christoph (Namen geändert) hart: Ihre Mutter scheidet durch Suizid aus dem Leben. Um dies zu verarbeiten, besuchen die beiden Buben das Angebot der Stiftung Melchior in Basel (siehe Kasten). Der Anfang eines langen Prozesses beginnt. Robert und Christoph sind keine Einzelfälle. In der Schweiz gibt es fast 40 000 Kinder, die an der Seite einer psychisch kranken Mutter oder eines psychisch kranken Vaters leben. Das Thema wird bislang in der Gesellschaft wie auch in den betroffenen Familien meistens tabuisiert. Richtig wäre aber genau das Umgekehrte, denn die Kinder leiden häufig unter der bestehenden Situation. Und weil der kranke Elternteil im Mittelpunkt steht, gehen die Kinder oft lange vergessen oder werden nicht wahrgenommen. Prävention kann in solchen Momenten viel Leid verhindern.

## Ein schmerzlicher Prozess

Von einer Leidens- zu einer Erfolgsgeschichte entwickelt sich jene von Robert und Christoph, auch wenn zu Beginn nichts auf diese Wende hindeutet. Während der zehnjährige Christoph meint, er könne alles ganz gut mit dem Vater besprechen, besucht der achtjährige

Robert weiterhin bei mir die Begleitung mit kunsttherapeutischen Ausdrucksmitteln. Und er erzählt, dass er den ganzen Tag an Mama denke. Was in der Schule abgehe, verstehe er nicht. Ob man die Schule kündigen könne?

Robert kommt nun wöchentlich ins Atelier. Noch gut erinnere ich mich an den Beginn: Robert sucht sich vier Figuren aus, eine Königin, einen König, eine Frau und einen Polizisten.

Er kniet hinter einen roten Fauteuil. Ich muss mich ihm gegenüber auf einen grauen Fauteuil setzen. Die Frauengigur setzt er mir auf das rechte Knie mit der Anweisung: «Sie halten die Klappe und dürfen nur zusehen und zuhören. Ich meine die Frau auf dem Knie und nicht Sie. Alles klar?»





Die Königin wirft er über die Stuhllehne auf den Sitz und dann mit Lärm und Schreien auf den Holzboden. Den Polizisten schleudert er durch den grossen Raum: «Geh weg, hau ab!» Mit Schreien und stampfenden Schritten holt er ihn wieder. Den König schleudert er ebenso herum und holt ihn gleich wieder zurück, schlägt ihn und befiehlt ihm: «Wir spielen Mörderlis.» Die Königin schreit er an: «So, jetzt bist du tot!», und gleich setzt er sie wieder auf die Stuhllehne: «So, jetzt bist du wieder lebendig.» Das wiederholt er pausenlos, fünfzig Minuten lang.

Dazwischen schreit er laut, oft auch lange, und flucht vor sich hin: «So, jetzt siehst du, wie es dir geht ohne mich. Verdammt, das ist zum Schreien.» Sobald ich etwas sagen will, schreit er noch lauter und mahnt mich: «Halten Sie den Mund – und jetzt sind Sie gemeint, Frau Bosshard!»

Einige Wochen später: Robert kommt wütend ins Atelier. Wieder das gleiche. Dabei schleudert er den Polizisten so, dass er am oberen Rand eines Stehspiegels kopfüber hängen bleibt, was nun recht komisch aussieht. Ich muss einfach lachen über diesen Wurf auf den Spiegelrand. Robert reagiert zornig. «Sie, es geht um Leben und Tod; das ist kein Spiel, das ist wahr und ernst.»

In diesem Wahr-Ernst-Spiel wird Robert noch mehrere Monate lang seine Gefühle wie Wut, Verzweiflung und Traurigkeit ausdrücken. Dazwischen modelliert er immer wieder mit viel Geduld und Fantasie Menschen, Blumen, Tiere und Höhlen. Wenn sie fertig sind, bewundert er das Ganze, um aber gleich danach alles mit einem zwei Kilo schweren Tonblock und unter lautem Schreien zu zerstören. Es wird plattgedrückt. 15 Monate später: Nach so einer Zerstörung weint er. «Ich bin dumm. Und die Kappe ziehe ich nicht ab, weil ich hässlich bin. Wir sind doch alle schuld, dass Mama nicht mehr lebt.» Robert weint lange.

### **Gescheiter geworden**

Die Woche darauf kommt Robert lachend ins Atelier. Er fordert mich auf: «Setzen Sie sich!» Er erzählt: «Gestern bin ich gescheiter geworden. Ich habe verstanden, was die Lehrerin erklärt hat. Jetzt gehe ich gern in die Schule und ich werde viel lernen. Ich habe fast nicht an Mama denken müssen.» Dann holt er die Figuren wie immer.

Nach einer Viertelstunde meint er: «Das ist langweilig, ich will das nicht mehr spielen.» Er holt ein braunes Tuch und wickelt die Königin hinein. Es ist ganz still im Raum. In einen flachen Korb legt er ein goldenes Tuch.



Darauf legt er die im braunen Tuch eingewickelte Königin. Zu mir sagt er: «Jetzt ist die Mama im Himmel, im Paradies.» Mit dem Rest vom goldenen Tuch deckt er sie sanft zu. Den König, den Polizisten und die Frauenfigur legt er zurück in den Figurenkoffer. Dann modelliert er einen Grabstein in Form einer Kugel. Die Hälfte der Kugel malt er in hellem Rot an, die andere Hälfte mit Gold. Ins Rote hinein schreibt er den Namen seiner Mutter. Robert geht zum Korb und ergreift mit der Hand das goldene Tuch, er schaut mich an. «Jetzt wird Mama wieder lebendig.» Ich sage: «Stop! Hast Du schon einmal gehört, dass jemand der tot ist, wieder lebendig wurde?» Robert: «Nein» – und er lacht, setzt sich auf den roten Fauteuil und wartet die letzten Minuten, bis der Vater ihn abholt.

Der Vater kommt und Robert zeigt ihm den Grabstein und sagt: «Nächste Woche will ich den Grabstein nach Hause nehmen und in meinem Zimmer aufstellen.» Der Vater hat Tränen in den Augen. Robert schreit nicht

mehr und das ist bis heute so geblieben. Ab und zu ruft Robert mich zwecks eines Termins noch an. Er kommt, setzt sich hin und erzählt aus seinem Alltag, in dem er jetzt gut integriert ist. «Ich denke, mein Bruder sollte zu Ihnen kommen. Er braucht Hilfe. Hätten sie Zeit?» Dann will er auch wissen: «Wie geht es Ihnen?»

### Begleitung der Kinder klären

Die Geschichte von Robert und Christoph verdeutlicht die Wichtigkeit der Präventionsarbeit. Das Augenmerk ist dabei auf ganz verschiedene Dinge zu richten. Gleich zu Beginn einer stationären oder ambulanten Behandlung eines psychisch kranken Elternteils ist zu klären, in welcher Form die Kinder mit auf den Weg genommen werden.

Kinder brauchen eine verlässliche Begleitperson – jemand, der mit ihnen redet und sie zu kreativen Ausdrucksformen wie Malen, Tanz, Bewegung, Geschichten, Musik, Modellieren, Kochen und Spielen anleitet, um die Erlebnisse zu verarbeiten. Die Kinder sollen Geduld und Zuwendung erfahren und zur Gewissheit gelangen, dass sie sich auf andere stützen und ihnen vertrauen können.

Nicht zu vergessen ist auch, dass die Ressourcen der Kinder erkannt und gefördert werden. Im Atelier erlernen sie neue Fertigkeiten und daraus entwickelt sich oft ein Hobby. Dies wiederum ermöglicht neue Sozialkontakte. Dabei werden die Eltern stets miteinbezogen. Es entstehen für die Kinder damit neue Kontakte und gute Beziehungen zu Gleichaltrigen und zu Erwachsenen ausserhalb der Familie und Schule. Sie sind frei, auch über freudige und lustige Dinge zu sprechen, auch wenn die Mama oder der Papa psychisch krank ist. Wenn es ihnen nicht gut geht, wird für sie durch die Begleiterinnen unter Einbezug der Eltern weitere fachliche Hilfe vermittelt.

**Lydia Bosshard**

*Diplomierte Mal-, Kunst- und Gestaltungstherapeutin MGT E Brenner und ISIS*

*Professionelle Begleiterin für Kinder und Jugendliche mit psychisch kranken Elternteilen/Eltern*

*Peterskirchplatz 8, 4051 Basel*

*079 510 43 21*

*Lmbf@bluewin.ch*

# Aus der Isolation heraustreten

**Die Schwierigkeiten von Kindern mit einem psychisch kranken Elternteil sind vielfältig und mehrschichtig. Die Stigmatisierung von psychischer Erkrankung ist immer noch gross. Es ist leichter, von einem körperlichen Leiden zu erzählen als von einer psychischen Erkrankung.**

Von Jutta Frei

Für die Kinder, die existenziell auf den Rückhalt in der Familie angewiesen sind, ist es fast unmöglich, das Tabu «niemand darf davon erfahren ...» zu durchbrechen. Einige Kinder werden in ihrer Not selbst auffällig,

was paradoxerweise für sie hilfreich ist, denn nur so erhalten sie Hilfe.

Anderer Kinder sind eher unauffällig, still und angepasst. Sie funktionieren und scheinen alles gut zu verkraften. Doch oft fühlen sie sich für das Wohlergehen der Familie stark verantwortlich und es fällt ihnen schwer, sich abzugrenzen und die Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen.

## **Intermodale Ausdrucksformen als Prävention**

Sich um die eigenen Bedürfnisse zu kümmern und es sich gut gehen zu lassen, ohne schlechtes Gewissen und unabhängig vom Befinden der anderen, ist für diese Kinder häufig fast nicht lebbar. Deswegen ist es wichtig, sie präventiv zu unterstützen, nicht erst, wenn sie selbst auffällig werden. Seit April 2009 arbeite ich bei Lydia Bosshard in Basel im Angebot für Kinder und Jugendliche mit einem psychisch kranken Elternteil mit, zuerst als Praktikantin und seit Januar 2010 als Begleiterin. Ich habe meine

Masterarbeit über das Angebot geschrieben und darin untersucht, was die Unterstützung mit kunst- und ressourcenorientierter Begleitung in einem geschützten Raum bei Kindern mit einem psychisch kranken Elternteil in ihrem Denken, Handeln und Fühlen bewirkt. Dabei hat sich als zentral herauskristallisiert, ihnen Raum zu geben, wo sie ihre Bedürfnisse wahrnehmen und ausdrücken können, kurz gesagt, einfach Kind sein dürfen. Die kunst- und ressourcenorientierte professionelle Begleitung ist dafür sehr geeignet, weil sie nahe bei den kindlichen Bedürfnissen ist. Kinder können sich schnell etwa im Theaterspiel in eine andere Rolle versetzen oder sie nehmen ganz spontan ein Instrument und beginnen zu musizieren. Oft sagen sie bereits beim Betreten des Ateliers: «Ich möchte heute malen.» Sie erweitern sozusagen ganz natürlich ihren Spielraum und bewegen sich weg von ihren momentanen Nöten, hinein in das Spiel, das Malen, das Theaterspielen etc. Wir sprechen dann in der Kunst- und Ausdruckstherapie von «Dezentrierung».

### Spielraum erweitern in der Gruppe

In der Gruppe inspirieren sich die Kinder gegenseitig mit neuen Ideen. Bei Sarah (alle Namen geändert), einem zehnjährigen Mädchen, ist dadurch ein spannendes Bild entstanden. Wir sind zu viert: Sarah, Peter, Ladina und ich und malen jeder ein Bild. Als Vorbereitung befestigt jede Person ein grosses Blatt Papier vor sich auf dem Tisch und sucht sich höchstens drei Farben aus. Wir spritzen die Farben auf das Blatt, verwischen sie mit den Händen und experimentieren mit den entstehenden Formen und Farbmischungen. Es macht Spass und wir scherzen. Nach einer Zeit wird das Farbgemisch braun-grau. Peter kommt auf die Idee, mit einem Stock wieder Farbe wegzukratzen. Er ist

überrascht: Darunter kommen die Ursprungsfarben leuchtend zum Vorschein. Das gefällt auch Sarah und sie probiert es ebenfalls aus. Sie verliert aber kurz darauf das Interesse und ist unzufrieden mit ihrem Bild. Sie seufzt: «Bei mir leuchten die Farben gar nicht so schön.» Auf Ladinas Bild haben sich die Farben nicht zu einem «braun-grau» vermischt, bei ihr ist es ein Gemisch aus roten bis orangen Farben. Das inspiriert Sarah: Sie nimmt Farbe weg und färbt ihr Bild noch mal neu in rot-orange ein. Dann kratzt sie mit einem Spachtel Wellenlinien über das Blatt. Danach strahlt sie und sagt: «Jetzt gefällt mir das Bild.»

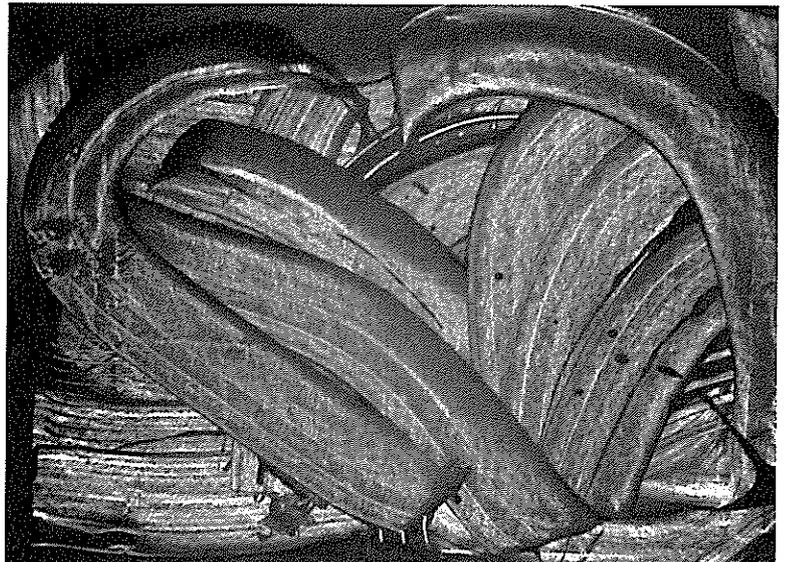
### Zusammenarbeit mit den Eltern

Durch die psychische Erkrankung eines Elternteils gerät das ganze Familiengefüge durcheinander. Viele Eltern haben deswegen Scham- und Schuldgefühle. Die Hemmschwelle, Hilfe in Anspruch zu nehmen, ist sehr gross. Damit die Begleitung für die Kinder zur Stärkung wird, ist es ganz wichtig, die Eltern miteinzubeziehen. So führen wir regelmässig Gespräche mit den Eltern und bei Bedarf mit dem weiteren Beziehungsumfeld der Kinder. Durch die Gespräche motiviert, nehmen einige betroffene Partner oder Partnerinnen auch selbst teil in Angehörigen-Selbsthilfegruppen.

### Kinder finden Wege

Schon früh zeigen sich die Resilienzfaktoren (psychische Widerstandskraft) der Kinder beim künstlerischen Tun. Als Begleiterin erlebe ich immer wieder, wie sie Wege finden, um mit ihren schwierigen Lebensbe-

Experimentierbild von Sarah



dingungen umzugehen. In der Begleitung werden die Kinder darin gestärkt und gefördert. Das führt sie zu einem neuen Selbstwertgefühl und macht sie handlungsfähig. Damit dies gelingt, braucht es rechtzeitige Prävention. So richtet sich das Kinderangebot schon an Kinder ab vier Jahren.

#### Literatur:

- Mattejat, Fritz und Lisofsky, Beate: Nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker, Balance Buch und Medien, Bonn 2008
- Lenz, Albert: Kinder psychisch kranker Eltern, Hogrefe, Göttingen 2005
- Welter-Enderlin, Rosmarie und Hildenbrand, Bruno: Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände, Carl Auer, Heidelberg 2008
- Eberhard, Herbert und Knill, Paolo: Lösungskunst. Lehrbuch der kunst- und ressourcenorientierten Arbeit Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2009
- Frei, Jutta: «Bei anderen Kindern ist etwas anders als bei uns zuhause» – Kindern und Jugendlichen mit einem psychisch kranken Elternteil Raum geben durch kunst- und ressourcenorientierte Begleitung, Thesis, Juni 2010; (CD) zu bestellen bei der Autorin: [juttafrei@sunrise.ch](mailto:juttafrei@sunrise.ch)

#### Jutta Frei

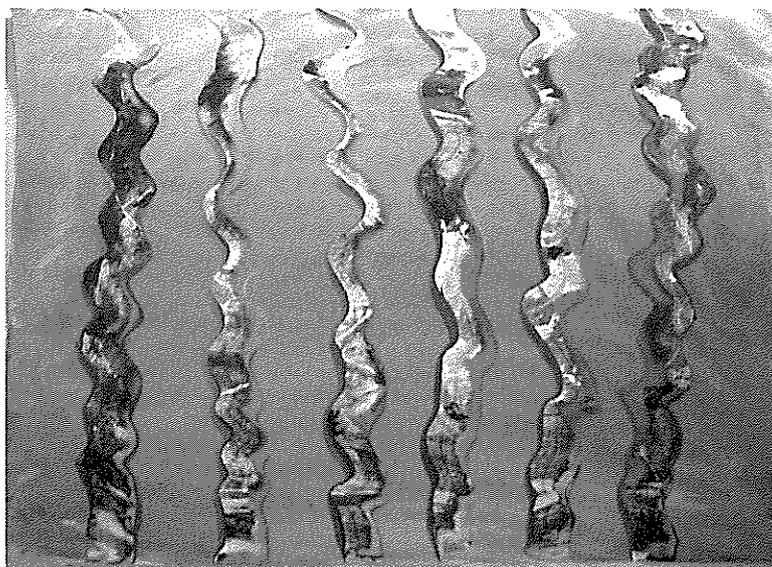
Kunst- und Ausdruckstherapeutin M.A., Maltherapeutin ISIS  
Geissbergstrasse 53, 5408 Ennetbaden  
[juttafrei@sunrise.ch](mailto:juttafrei@sunrise.ch)

#### Das Kinderangebot in Basel und Zürich

*Das Kinderangebot der Stiftung Melchior in Basel und das Angebot der VASK in Zürich (Verein der Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch Kranken) wollen den Kindern und Jugendlichen Wege aus der Isolation aufzeigen, ihre Lebensqualität verbessern, frühzeitige Defizite erkennen und fachliche Hilfeleistung anbieten und vernetzen. Die Kinder werden in ihrer Entwicklung gefördert und mit den kreativen Medien aus der Kunst- und Ausdruckstherapie wie Malen, Musik, Theaterspielen, Tanz, Bewegung, Modellieren, Geschichten, Kochen und Spielen auf ihrem Weg unterstützt und gestärkt. Voraussetzung für eine Anmeldung ist das Einverständnis beider Elternteile. Der Eintritt ist niederschwellig. Ein Telefonanruf genügt. Die Dauer der Inanspruchnahme der Begleitung entscheiden die Kinder selber in Absprache mit der Begleiterin. Die Kinder kommen einzeln, als Geschwister oder in der Familie alle vierzehn Tage in die Begleitung. Die Eltern bezahlen einen Unkostenbeitrag von CHF 15.– pro Person und Stunde. Die Mehrkosten werden zu 100 Prozent gedeckt aus Zuwendungen von Stiftungen und Privatspenden.*

*Basler Kantonalbank, 4002 Basel Konto: 16 564.174.25 770  
Postkonto: 40-61-4 zu Gunsten von Stiftung Melchior, Basel,  
Vermerk «Kinderangebot» oder PC-Konto 80-151 4, ZKB,  
8010 Zürich zu Gunsten VASK Zürich, Konto 1100-6668.013  
Vermerk «Kinderangebot».*

*Weitere Informationen unter: [www.stiftungmelchior.ch](http://www.stiftungmelchior.ch);  
[www.vaskzuerich.ch](http://www.vaskzuerich.ch); [www.angehoerige.ch](http://www.angehoerige.ch).*



Lösungsbild von Sarah