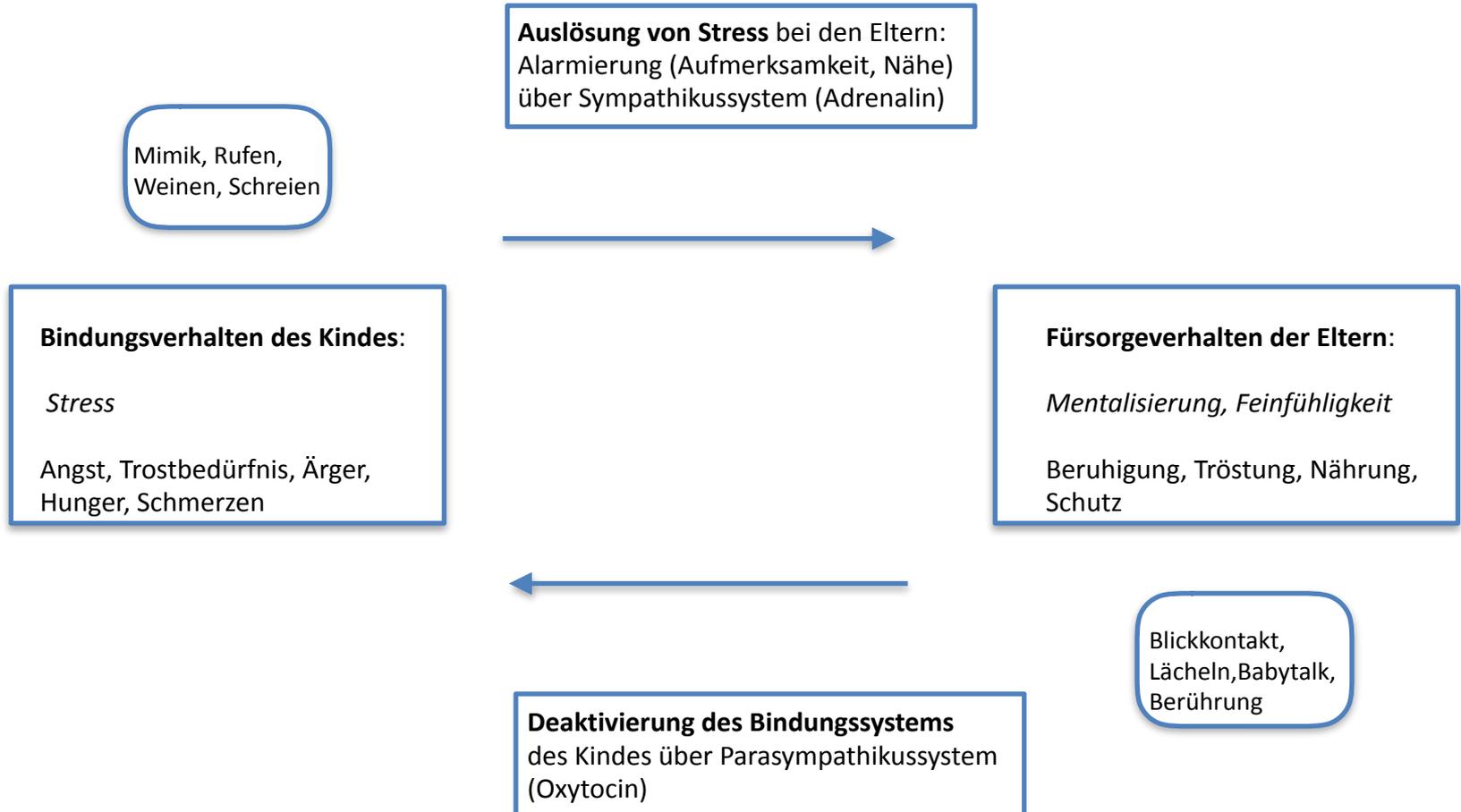


Zugang zu psychisch kranken Eltern



©HIPP

Reziproke Aktivität von Bindungsverhalten des Kindes und flexibler Fürsorge der Eltern

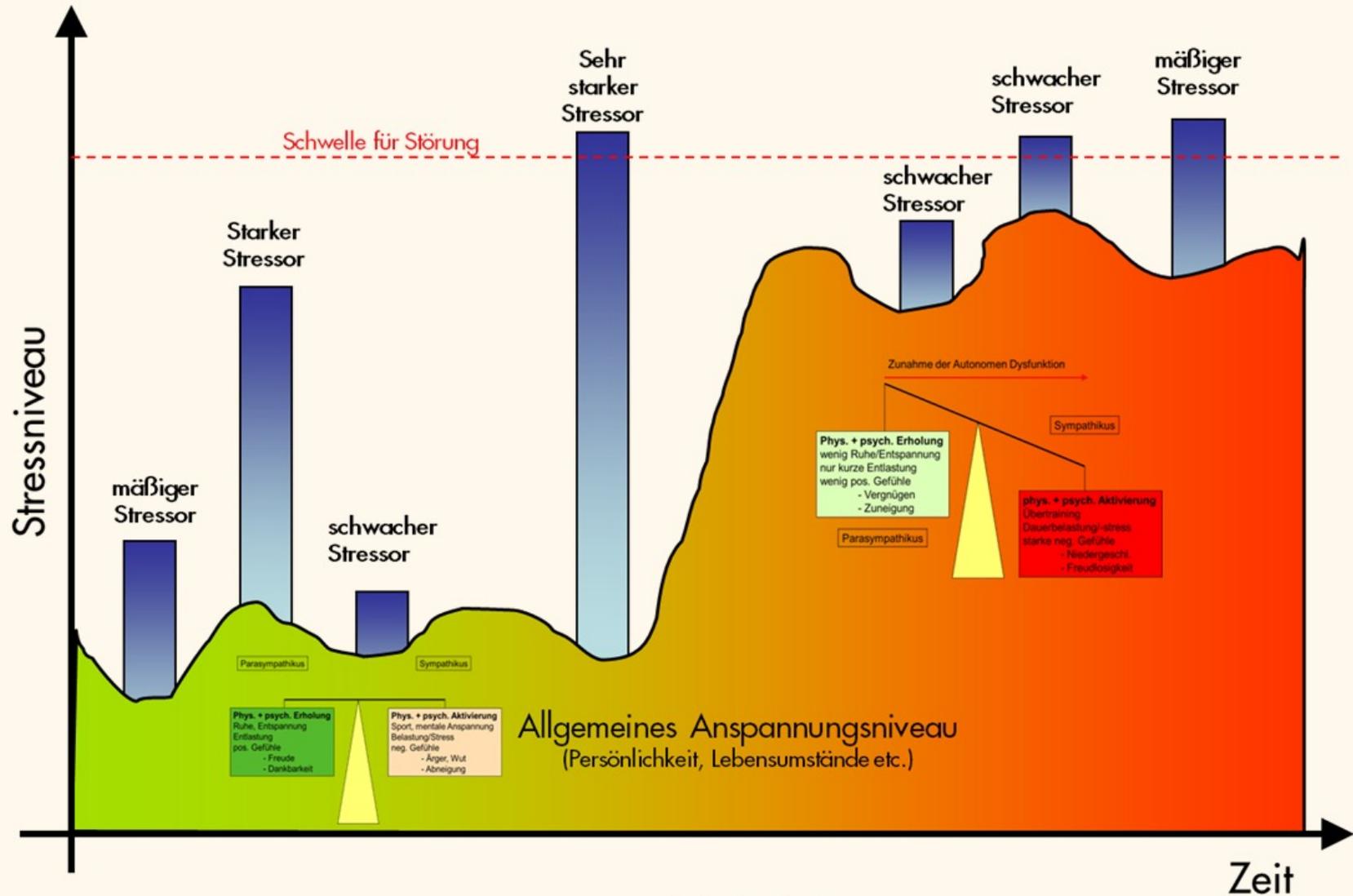


Psychische Erkrankungen als Stressregulationsstörungen



- Dysbalance des autonomen (vegetativen) Nervensystems mit engem Stresstoleranzfenster (Ressourcen): Selbststeuerung, Fürsorge, Lernen
 - Erhöhter Sympathikotonus (Überspannung):
 - ✦ Hyperarousal, Ängstlichkeit, Spannungszustände, Reizbarkeit, Schlafstörungen, psychosomatische Schmerzen etc.;
 - ✦ Impulskontrollverluste (Notfallprogramme nach Triggern z.B. kindlichen Bindungssignalen im Fight-Flight-Modus) mit erhöhtem Gewaltrisiko
 - Erhöhte Aktivität des dorsalen Vagus-Astes (Unterspannung): Dissoziation (Freezing, Faint) mit Kontaktabbruch zum Kind (Totstellreflex)

Stressniveau



Beruhigung des Bedrohungssystems: Amygdala, Sympathikus, dorsaler Vagusast, Cortisol



- Signale der Sicherheit (Triggervermeidung): Verlangsamung der Hilfeprozesse, Transparenz, Teilhabe; keine Strafen!!!
- Stressentlastung; Vermeidung von Überforderung
- Strukturangebote, Routinen, Regeln, Rituale
- Vorbereitung und Begleitung von Veränderungen und Übergangssituationen
- Erste Hilfe bei Impulskontrollverlusten (Fight-Flight-Freeze): Präsenz ohne Ansteckung (die Fachkraft ist als Person nicht gemeint; in der Realität ist nichts passiert!), Entschleunigung, Benennen der Emotionen
- Skills: Achtsamkeit (Spannungsregler), Atemtechniken, PEP-Klopftechniken, Notfallkoffer zur Selbstberuhigung

Mentalisierungsstörung (Präfrontalkortex): Top-Down-Regulation aus der Metaperspektive



- Einschränkung von Selbstreflexion, Empathie, Fähigkeit zum Perspektivenwechsel, Realitätsüberprüfung: „Mein Gefühl (Misstrauen, Bedrohungsgefühl, Bedürfnis) ist die Wahrheit!“ Entwicklungsschritt des 3-4 jährigen Kindes ist nicht vollzogen.
- Unzureichende Resonanzfähigkeit gegenüber dem Kind
- Fehlende Problem-Krankheitseinsicht, geringe Veränderungsbereitschaft, eingeschränkte Kooperationsfähigkeit, geringe Therapiemotivation
- Intervention: Validierung auch abwegiger Meinungen zur Kontaktherstellung; „Praktische Entlastung!“ Arbeit an Problemkongruenz und Hilfeakzeptanz; Training des Perspektivenwechsels durch nuancierte Resonanz (Benennen von Gefühlen)

Beziehungsstörung: Desorganisierter Bindungstyp



- **Urmisstrauen mit Annäherungs-Vermeidungs-Ambivalenz:** Bei Nähe gleichzeitige Aktivierung von Bindungssystem (Oxytocin) und Bedrohungssystem (Cortisol)
- **Widersprüchliches Kontaktverhalten (Double Bind)**
- **Bei Borderline-Persönlichkeitsstörung:** Gut-Böse-Dichotomie mit Wechsel von Idealisierung (Symbiosewunsch) und Entwertung (Kampf-Flucht-Modus); aufgrund „Hopping-Dynamik“ keine Beziehungskontinuität möglich.
- **Konflikthafte Spaltungen in Helfersystemen durch Übertragungsphänomene**

Förderung des sozialen Systems (Bindung): ventraler Vagusast, Oxytocin



- Berücksichtigung der Vorgeschichte (Hopping?)
- Personelle Kontinuität zum Vertrauensaufbau: Erfahrung ungefährlicher Nähe (Verlässlichkeit)
- Bindungsangebot im mittleren Nähe-Distanz-Verhältnis als reale (Begrenzung) statt ideale Bezugsperson (Symbiose), wohlwollend (empathisch) und zugleich grenzsetzend („hart aber fair!“)
- Integration im Netzwerk mit Beachtung der Übertragungsdynamiken: Vermeidung von Täter-Opfer-Reinszenierungen
- keine Akzeptanz von Spaltungen: Eltern/Kind; Teams, Institutionen (Schweigepflichtentbindungserklärungen)

Trauma

emotionale Vernachlässigung, Gewalt, sexueller Missbrauch

Kindliche Trauma-Anteile
„emotionale
Persönlichkeit“

Überlebensanteile
Bewältigungsstrategien

Angst,
Hilflosigkeit, Ohnmacht,
Scham- Schuldgefühle,
Einsamkeit

Kontrolle: Zwänge,
Selbstverletzung, Gewalt,
Anorexie, Extremsport,
Horten, Helfen

Vermeidung: Gefühle (Nähe), Sozialer Rückzug,
Schule, Erwerbsarbeit, Termine, Post, Sexualität,
Therapie

Ablenkung: Arbeit, Internet, TV, Spielen, Sport, Sexualität

Betäubung: Alkohol, Medikamente, Drogen

Trost: Tiere, Kinder, Konsum, Essen, Flucht in
Traumwelten (Pseudologia phantastica)

Unterwerfung: „Ja-Sagen“, Abhängigkeitsbeziehungen

Wut

Ekel

Leere

Täterintrojekte
Kritiker, Anpasser,
Verfolger, Richter,
Beschützer,
Feuerwehr

Schutzdeckel

Stress, Trigger

Ressourcen zur Alltagsbewältigung z.B.
Selbstreflexion, Empathie,
Perspektivenwechsel, Affekt-Impulsregulation,
Praktische Kompetenzen

Depression
Schlafstörungen
Angst/Panik
Weglaufen (Flight)
Suizidalität

Aggression
Gewalt (Fight)

Abschalten
Dissoziation
(Freeze), Apathie

Erwachsenenanteil
„anscheinend normale
Persönlichkeit“

Identitätsstörung und Überlebensstrategien (Coping)



- Auftreten von trauma-nahen, opferidentifizierten oder täterloyalen Persönlichkeitsanteilen mit Angst, Scham-Schuldgefühlen, Depressivität, Wut
- Intervention: Integration und evtl. Trauma-Exposition im Rahmen der Psychotherapie
- Kompensationen:
 - Vermeidung: Kontakt zum Kind (Stillen), zu Hilfsangeboten, Leistungsanforderungen, Terminabsagen!, Schulabsentismus
 - Kontrolle: oppositionelle Verweigerung, Selbstverletzung, Gewalt etc.
 - Ablenkung: Internet
 - Betäubung: Alkohol, Drogen (Sucht)
 - Abhängigkeit: Unterwerfung mit Täter-Opfer-Reinszenierungen
- Intervention: Selbstmanagement mit Skills (Ersatzstrategien), Notfallkoffer

Förderung des Belohnungssystems: Exploration, Neugier, Lernen (Dopamin, Opioide)



- Identifizierung von Verstärkern zur Ermöglichung von Selbstwirksamkeitserfahrungen und Bedeutung (Sinn): (Motivation zur Anstrengung)
- Empowerment: Aufbau von Kompetenzen (Ressourcenschatzsuche)
- angepasstes Tempo der Veränderung: Vermeidung von Überforderung, Betonung der Erfolge („Cheerleading“)
- Entwicklung von Lebensfreude, Interessen, Hobbys
- Erlebnispädagogik, Sport, Musik, Tiere (Oxytocinspender!) etc.
- Nonverbale Methoden z.B. EPB, Marte Meo, STEEP

Frühwarnzeichen von Überforderung und Kontaktverlust



- „Widerstand ist das Regulativ für die angemessene Geschwindigkeit der Veränderung“ (Matthias Varga):
 - Kontrollverhalten: oppositionelle Verweigerung, Eifersucht, Rivalität, Aggressivität
 - Unterwerfung: Abhängigkeit, sozial erwünschte Antworten ohne praktische Umsetzung; anklammerndes Verhalten
 - Vermeidung (von Nähe): z.B. Absagen von Terminen, häufige Fehlzeiten in der Kita, Schulabsentismus, Lügen
 - Spaltung: Idealisierung/ Entwertung (Hopping-Verhalten)

Literatur / Internetkontakt



Kuehn-Velten J, Hipp M

Psychisch kranke Eltern und ihre Kinder in der Kita

KiTa aktuell Recht 2/2021; 46-49

Anja Thürnau

Kinder psychisch kranker Eltern in der Kita

erkennen-verstehen-stärken

Bei Herder 2021

Martina Kruse

Traumatisierte Frauen begleiten

Das Praxisbuch für Hebammenarbeit, Geburtshilfe und Frühe Hilfen

Bei Hippokrates

Frank Fischer

Sucht, Trauma und Bindung bei Kindern und Jugendlichen

Bei Kohlhammer, Juli 2018

Janet Langer

Bindung in der Schule

Psychologische und physiologische Mechanismen bei der Transmission von Bindung

Verlag Julius Klinkhardt, Bad Heilbrunn 2019

www.bag-kipe.de Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder psychisch kranker Eltern

Cimps-Net (Children of mentally ill parents): s.wiegand-grefe@uke.de