

Prof. Dr. Albert Lenz

Elternarbeit mit psychisch erkrankten Personen im Rahmen der Frühen Hilfen

Tagung der Frühen Hilfen Vinschgau

am 30.03.2023 im Schloss Goldrain

Workshop

Prof. Dr. Albert Lenz, Diplom-Psychologe | E-Mail: a.lenz@katho-nrw.de
Internet: www.albert-lenz.de

Institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie (igsp) der Katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen

igsp Institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

1

Prof. Dr. Albert Lenz

Wie kann es gelingen, mit Eltern und den Kindern ins „Gespräch“ zu kommen?

- Eltern sind häufig reserviert bis ablehnend gegenüber Hilfen:
 - Schuld- und Insuffizienzgefühle
 - Angst vor Sorgerechttzug
 - Stigmatisierungserfahrungen/Selbststigmatisierungen
- Tabuisierung und Sprachlosigkeit kennzeichnen die Kommunikationskultur in der Familie
- Kinder sind Eltern gegenüber in Loyalitätskonflikten verstrickt

igsp Institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

2

Prof. Dr. Albert Lenz

**Woran kann ich erkennen, dass Kinder/Eltern/
die Familie möglicherweise Hilfe und
Unterstützung brauchen?**

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

3

Prof. Dr. Albert Lenz

Achten Sie auf Veränderungen im Verhalten der Kinder

**Kinder drücken Belastungen und Probleme meist über
ihr Verhalten und ihre Gefühlsreaktionen aus**

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

4

Prof. Dr. Albert Lenz

Achten Sie auf Veränderungen im Verhalten der Kinder

Wie können sich Veränderungen im Verhalten und in den Gefühlsäußerungen bei den Kindern zeigen?

- Im Verhalten des Kindes
- Im Kontakt des Kindes zu Gleichaltrigen
- In der Versorgung und Pflege des Kindes durch die Eltern

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

5

Prof. Dr. Albert Lenz

Achten Sie auf Veränderungen im Verhalten der Eltern

Mögliche Verhaltensweisen von Eltern in Phasen hoher Belastung

- Im Verhalten der Eltern gegenüber ihrem Kind: z.B.
 - Sie zeigen wenig Interesse an dem, was das Kind berichtet oder dem Elternteil zeigen möchte. Gemalte Bilder werden beispielsweise kaum beachtet oder gewürdigt.
 - Sie verhalten sich dem Kind gegenüber ungeduldig, gereizt, ja sogar aggressiv.
 - Sie bagatellisieren oder zeigen sich überbesorgt und erkundigen sich sehr häufig, fragen ständig
- Im Kontakt Ihnen: z.B.
 - Die Eltern gehen Ihnen aus dem Weg, um ja nicht mit Ihnen ins Gespräch zu kommen
 - Die Eltern zeigen sich verunsichert, sprechen von sich aus kaum und können den Blickkontakt nur schwer aufrechterhalten
 - Die Eltern fühlen sich sofort angegriffen und reagieren aggressiv.....

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

6

Prof. Dr. Albert Lenz

Was können Sie tun? Wie können Sie auf die Eltern reagieren?

Generelle Regel:

- Sprechen Sie die Eltern auf die wahrgenommenen Veränderungen im Verhalten des Kindes, im Kontakt zu anderen Kindern oder zu Ihnen an.
- Sprechen Sie Eltern an, wenn Sie Veränderungen in ihrem Verhalten gegenüber ihrem Kind oder im Kontakt zu Ihnen beobachten.

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

7

Prof. Dr. Albert Lenz

Wie komme ich mit den Eltern ins Gespräch? Wie schaffe ich es, eine Gesprächsbasis herzustellen?

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

8

Prof. Dr. Albert Lenz

Hilfreiche Gesprächsregeln

- **Ich-Botschaften:** Sprechen Sie von Ihren Beobachtungen, Ihren eigenen Gedanken, Ihren Eindrücken und Gefühlen. Kennzeichen dafür ist der „Ich“-Gebrauch: „Ich sehe ...“, „Ich habe den Eindruck ...“.
- **Konkrete Situationen:** Sprechen Sie von konkreten Situationen oder Anlässen und vermeiden Sie Verallgemeinerungen wie „immer“ und „nie“.
- **Konkretes Verhalten:** Sprechen Sie von konkretem Verhalten in bestimmten Situationen und vermeiden Sie, den Eltern oder den Kindern negative Eigenschaften zuzuschreiben.
- **Konkretes Thema:** Bleiben Sie beim Thema, sprechen Sie vom Hier und Jetzt. Vermeiden Sie es, auf vergangene Ereignisse oder frühere Beobachtungen zurückzugreifen.

(Lenz, 2022)

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

9

Prof. Dr. Albert Lenz

Förderliche Haltung, um ins Gespräch zu kommen

1. **Realität der Eltern empathisch ernst nehmen:** dem Denken der Eltern folgen, um zu lernen, wie sie die Welt sehen.

Sich innerlich die Frage stellen

Was könnte die Mutter/die Eltern in der Situation bewegen,

- so zu handeln wie Sie handelt?
- so zu reagieren wie sie reagieren?
- sich so verhalten wie sich verhalten?

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

10

Prof. Dr. Albert Lenz

Förderliche Haltung, um ins Gespräch zu kommen

2. Die Welt durch die Augen der Eltern betrachten: die Stelle der Eltern einzunehmen und sich zu fragen, welche Gedanken, Wahrnehmungen, Gefühle würden in dieser Situation möglicherweise bei mir auftauchen und in geeigneter Form die eigenen Gedanken, Gefühle (seine Reflexionen) in Bezug auf die Ereignisse mitzuteilen („*Ich könnte mir vorstellen, wenn ich in dieser Situation wäre....*“)

3. Eine Haltung des Nicht-Wissens entwickeln

d.h. vermeiden

- den Eltern eigene Sichtweisen aufzudrängen
- eigene Ideen als Gewissheiten zu formulieren;

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

11

Prof. Dr. Albert Lenz

Förderliche Haltung, um ins Gespräch zu kommen

4. Fragen stellen, die zum Nachdenken anregen, z.B.

- *Können Sie mir sagen, wodurch der Ärger ausgelöst wurde?*
- *Ich frage mich, was es Ihnen so schwer macht, darüber zu sprechen?*
- *Wie kommen Sie darauf, dass.....*
- *Was ist in der Situation in Ihnen vorgegangen? Wie haben Sie sich gefühlt? Welche Gedanken sind bei ihnen aufgetaucht?*
- *Ich habe eben nicht verstanden, können sie mir erklären, was....*
- *Was glauben Sie, was geht in diesen Momenten in Ihrem Kind vor?*

Möglichst wenig „Warum“-Fragen stellen!

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

12

Prof. Dr. Albert Lenz

Analyse der Gegenübertragung Selbstreflexion – ein wertvolles Instrument

- Welche Vorurteile gegenüber psychisch erkrankten Menschen habe ich gelernt?
- Auf welche Vorurteile gegenüber psychisch kranken Menschen als Eltern stoße ich in meinem sozialen und beruflichen Umfeld?
- Was würde vermutlich in mir vorgehen, wenn ich psychisch erkranken würde?
- Ertappe ich mich dabei, dass ich psychisch erkrankte Eltern
 - weniger wertschätze als psychisch gesunde Eltern,
 - ihnen weniger glaube als psychisch gesunden Eltern,
 - selbst verantwortlich mache für ihre Erkrankung
 - ihre Erziehungskompetenz in Frage stelle bzw. unterschwellig manchmal sogar ganz abspreche?

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

13

Prof. Dr. Albert Lenz

Wie können Sie auf Aussagen der Eltern reagieren?

- **Zeigen Sie durch aufnehmendes Zuhören Interesse**
Ich kann jetzt gut verstehen, was Sie meinen.“, „Ich würde gerne Ihre Sorgen genauer verstehen wollen
- **Klären Sie, ob Sie das Gesagte richtig verstanden haben**
- **Melden Sie den Eltern Ihr eigenes Gefühl zurück (Wertschätzung, Anteilnahme an der Situation, an dem Gesagten)**
- **Sprechen Sie am Ende des Gespräches Anerkennung für das Vertrauen aus**

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

14

Prof. Dr. Albert Lenz

Was können Sie tun, wenn die Eltern nicht oder abweisend reagieren?

- die Eltern nicht bedrängen oder gar kritisieren. Jegliche Form des Drucks würde sich negativ auf Ihre Beziehung zu den Eltern auswirken und Verweigerungs- und Rückzugstendenzen verstärken.
- Am besten schildern Sie in einer solchen Situation lediglich nochmals Ihre Eindrücke und Wahrnehmung, die Sie veranlasst haben, die Eltern anzusprechen: *„Wie schon gesagt, ich habe den Eindruck, dass sich Michael... Wenn Ihnen etwas auffällt, können wir gerne darüber sprechen.“*

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

15

Prof. Dr. Albert Lenz

Suchen Sie den fachlichen Kontakt zu anderen Fachleuten

Holen Sie sich Fachberatung:

- Sind meine Wahrnehmungen und Einschätzungen begründet oder täusche ich mich vielleicht?
- Wie kann ich bzw. sollte ich auf die Eltern reagieren?
- Wie sollte ich in der Situation mit den Eltern umgehen?
- Was kann ich Eltern raten?

Durch feste Vereinbarungen mit Institutionen und Expert*innen wird Fachberatung erleichtert!

igsp institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

16

Prof. Dr. Albert Lenz

Literaturhinweis

Albert Lenz (2022)
Kinder psychisch kranker Eltern stärken
Informationen zur Förderung von Resilienz in Familie,
Kindergarten und Schule
Göttingen: Hogrefe Verlag



igsp Institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

17

Prof. Dr. Albert Lenz

Vielen Dank für die Mitarbeit!

igsp Institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie

18