

# PSYCHISCHE GESUNDHEIT AUS DER GENERATIONENPERSPEKTIVE (PGG)

Kurzbericht zu den Ergebnissen der St. Galler Studie zum Belastungserleben und Unterstützungsbedarf psychisch belasteter Eltern

- Wie geht es psychisch belasteten Eltern?
- Wie geht es ihren Kindern?
- Welche Unterstützung brauchen psychisch belastete Eltern, um die doppelte Belastung zu bewältigen?

*Studienleitung und Verfasserin des Berichts:*

*Dr. phil. Maria Teresa Diez Grieser  
Forschungsleitung Stiftung Kinder- und  
Jugendpsychiatrische Dienste St. Gallen  
(KJPD St.Gallen)*



# Danksagungen

Diese Untersuchung konnte nur dank der Unterstützung der Projektgruppe, der wissenschaftlichen Begleitgruppe sowie durch das Engagement und die Arbeit des wissenschaftlichen Teams realisiert werden. Die finanziellen Mittel für die Durchführung der Studie wurden von den KJPD St. Gallen sowie zu einem grossen Teil aus dem Forschungsfonds der Psychiatrie St. Gallen Nord und der Psychiatrie-Dienste Süd bereitgestellt.

Vor allem sei aber den Müttern und Vätern gedankt, die trotz psychischer Belastung die Fragebögen ausgefüllt haben und in vielen Fällen auch bereit waren, zusätzlich an einem Interview teilzunehmen. Die Erkenntnisse, die wir mit Hilfe der vorliegenden Studie generieren können und die darauf aufbauenden Ergebnisse werden hoffentlich einen Beitrag zur Verbesserung der Betreuung und der Lebenssituation von psychisch belasteten Eltern und ihren Kindern leisten können.

## Projektgruppe:

- Dr. phil. Maria Teresa Diez Grieser, KJPD St.Gallen (Projektleitung)
- Dr. med. Suzanne Erb, Chefärztin KJPD St.Gallen
- PD Dr. med. Thomas Maier, Chefarzt Psychiatrie St. Gallen Nord
- Dr. med. Thomas Meier bis August 2019, Chefarzt Psychiatrie-Dienste Süd
- Dr. med. Ralf Pelkowski, Psychiatrie Appenzell Ausserrhoden; ab August 2019
- Dr. med. Christine Poppe, Chefärztin
- Irene Klaasen van Huusen, Psychologin, Medizinischer Stab, Klinik Wil
- Edith Scherer, Angehörigenberaterin Psychiatrie St. Gallen Nord
- Thomas Lampert, Angehörigenberater Psychiatrie-Dienste Süd

## Wissenschaftliche Begleitgruppe:

- Dr. biol. Dipl. Psych. Marc Schmid, UPK Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel, Kinder- und Jugendpsychiatrische Forschungsabteilung
- PD Dr. med. Dr. phil. Daniel Sollberger, Chefarzt Zentrum für spezifische Psychotherapien und Psychosomatik, Chefarzt Zentrum für psychosoziale Therapien, Privatdozent an der Medizinischen Fakultät der Universität Basel
- Prof. Dr. phil. Agnes von Wyl, ZHAW Angewandte Psychologie, Fachgruppe Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie
- Dr. Astrid de With Hirsig, Statistische Methodenlehre, ehemals Psychologisches Institut Universität Zürich

## Wissenschaftliches Team:

- Sebastian Schenkel
- Florence Simonetta
- Dominik Flükiger
- Tobias M. Schmid
- Sarah Tylla

# Einleitung und Vorgehen

Vertreter\*innen der Psychiatrischen Dienste Nord und Süd des Kantons St. Gallen und das Psychiatrische Zentrum Appenzell Ausserrhoden (AR) haben sich im Rahmen einer Projektgruppe zum Thema der psychischen Gesundheit aus der Generationenperspektive über einen längeren Zeitraum ausgetauscht. Schliesslich wurde entschieden, als Basis für gemeinsame Angebotsentwicklungen, zusammen mit den KJPD St. Gallen, 2019 eine eigene Studie durchzuführen. Grund dafür waren die vielen offenen Fragen bezüglich elterlicher Belastung und Ressourcen von psychisch kranken Eltern sowie deren Unterstützungsbedarf.

Internationale Untersuchungen zeigen, dass Elternsein für psychisch kranke Menschen einerseits eine Quelle positiver Erfahrungen darstellt und dass psy-

chisch kranke Eltern meist eine hohe Motivation für psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlungen haben, da sie ihre Rolle und Verantwortung als Eltern gut wahrnehmen möchten. Andererseits erleben sie im Alltag häufig schwierige Beziehungs- und Erziehungssituationen mit ihren Kindern, die ihre psychische Erkrankung verstärken können. Kinder von psychisch kranken Eltern sind häufig durch die Familiensituation belastet und können, je nach Alter, Persönlichkeit und Umgebungsfaktoren ebenfalls psychische Störungen und Verhaltensauffälligkeiten entwickeln. Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, dass Eltern mit psychischen Störungen und ihre Familien möglichst früh passende Unterstützung bekommen.

## Die Studie sollte folgende Fragen beantworten:

- Wie lässt sich die erfasste Gruppe der psychisch kranken Eltern beschreiben?
- An welchen psychischen Erkrankungen leiden sie?
- Wie belastet sind sie durch ihr Elternsein?
- Wie beschreiben sie ihre Kinder?
- Welche Angebote kennen die Eltern und welche haben sie genutzt?
- Welche Erfahrungen haben sie gemacht?
- Welche Unterstützung wünschen sich psychisch kranke Eltern für sich und ihre Kinder/Familien?

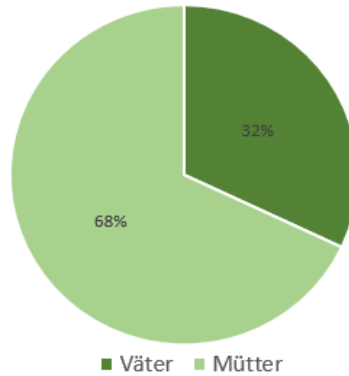
Um diese Fragen beantworten zu können, wurden die Eltern zum einen mit Fragebögen befragt, zum anderen wurde mit einem Teil von ihnen Interviews durchgeführt, um tiefere Einsichten in das Erleben, die Lebenssituation und den Hilfebedarf der Eltern zu bekommen.

Die Befragungen wurden an mehreren Stichtagen an verschiedenen Standorten der Psychiatrie St. Gallen Nord, der Psychiatrie-Dienste Süd und der Psychiatrie Appenzell Ausserrhoden zwischen Juni und September 2019 durchgeführt.

# Beschreibung der erfassten Gruppe psychisch belasteter Eltern

Es konnten insgesamt 100 psychisch kranke Elternteile, die in den oben genannten Institutionen in psychiatrisch-psychotherapeutischer Behandlung waren, befragt werden. Davon haben 40 Personen zusätzlich an einem Interview teilgenommen.

Der grössere Teil der Patientinnen und Patienten war zum Zeitpunkt der Studie in ambulanter oder teilstationärer Behandlung, Deutsch war häufig die Erstsprache. Über



die Hälfte litt an einer Depression (60%). Über zwei Drittel (68%) der befragten Gruppe sind Mütter (Abbildung 1). Die Kinder der befragten Gruppe sind durchschnittlich knapp 10 Jahre alt und leben meistens mit den Eltern. Grosseltern und andere Verwandte unterstützen die Familien ebenfalls. Die meisten Kinder und Jugendlichen besuchen die Regelschule oder absolvieren ihre berufliche Ausbildung in einem öffentlichen Rahmen.

## Belastungen

Die Mütter und Väter, die an der Studie teilgenommen haben, sind bezüglich ihrer Elternrolle deutlich stärker belastet als Eltern aus einer Normgruppe. Die genaue Analyse der Belastung in den verschiedenen Untergruppen zeigt, dass ambulant oder teilstationär behandelte Eltern stärker belastet sind als stationär behandelte Eltern und dass Mütter deutlich stärker belastet sind als Väter.

Viele der befragten Eltern berichten zudem über weitere Belastungsfaktoren, die ihre Lebenssituation erschweren: häufig genannt wurden finanzielle Probleme sowie Konflikte mit dem anderen Elternteil (Tabelle 1).

Ausserdem geben die befragten Eltern an, dass über ein Drittel ihrer Kinder emotionale Besonderheiten und Verhaltensauffälligkeiten aufweisen. In den Interviews berichten viele Eltern, und häufiger Väter als Mütter, dass sie sich insbesondere darum sorgen, dass ihre Kinder eine eigene psychische Erkrankung entwickeln könnten. Sie sprechen dabei von mögli-

chen Zusammenhängen zwischen eigenen psychischen Problemen und jenen ihrer Kinder aufgrund von schwierigen Beziehungs- und Erziehungssituationen sowie auch von einer möglichen Vererbung. Ein Teil der Eltern gibt an, dass ihr Kind/ihre Kinder fachliche Unterstützung in Anspruch genommen hat oder nimmt, wobei die Zufriedenheit mit den meisten kinderspezifischen Angeboten mässig ist.

Tabelle 1

### Häufigkeit von Zusatzbelastungen (Mehrfachnennungen)

	%
Finanzielle Probleme	46
Konflikte mit anderem Elternteil	37
Körperliche Krankheiten	32
Alleinerziehend	22
Psychische Erkrankung des anderen Elternteils	16
Körperliche Erkrankung des anderen Elternteils	10

# Ressourcen

Die befragten Eltern sind sehr darum bemüht, die Situation und die Befindlichkeit ihrer Kinder zu berücksichtigen und möglichst gute Lösungen für die vorhandenen oder befürchteten Probleme zu finden. Viele suchen aktiv nach Unterstützung in verschiedenen Helfersystemen, um ihrer Elternrolle trotz bestehender psychischer Probleme möglichst gut gerecht zu werden.

Eine beträchtliche Zahl der Eltern verfügt über ein Verwandtschaftsnetz, welches bei der Betreuung der Kinder eine wichtige Funktion hat. Die interviewten Eltern berichten, v.a. wenn sie ambulant behandelt werden, von vorwiegend positiven Erfahrungen mit ihren Psychotherapeut\*innen, welche ihnen genügend Raum für Elternschaftsthemen geben. Allerdings mangle es meistens an konkreten Hilfestellungen.

## Erfahrungen mit Angeboten und Unterstützungsbedarf

Die befragten Eltern geben an, dass sie die bestehenden klassischen Angebote, die für Elternschaft und für Kinderthemen zuständig sind, häufig nicht genutzt haben. Gründe dafür sind zum einen zeitliche, finanzielle und örtliche Hürden. Zum anderen geben die Eltern an, dass sie zu wenig Informationen über vorhandene Angebote haben. Ein weiterer Grund sind aber auch die mässig guten Erfahrungen mit Unterstützungsangeboten sowie Ängste und Unsicherheit bezüglich möglicher negativer Konsequenzen, wie beispielsweise, dass Behörden ihre elterlichen Fähigkeiten in Frage stellen könnten.

Die Eltern berichten weiter, dass sie – je nach Alter der Kinder und Lebenssituation – froh wären, wenn die Angebote auf konkrete Hilfe im Alltag ausgerichtet wären und es niederschwellige Angebote geben würde, die sie ohne Voranmeldung bei Bedarf aufsuchen könnten. Beratungsangebote sowie Gruppen mit anderen betroffenen Eltern oder sogar

Familien werden von den befragten Eltern ebenfalls gewünscht. Es zeigt sich, dass viele der Eltern froh wären, wenn diese Angebote innerhalb der Erwachsenenpsychiatrie angesiedelt wären. Alles unter einem Dach zu haben, ist für sie sowohl praktisch, wie auch einfacher als das Aufsuchen und der Beziehungsaufbau mit Fachpersonen in anderen Institutionen und Helfersystemen (Tabelle 2).

Tabelle 2

### **Unterstützungsbedarf innerhalb der Erwachsenenpsychiatrie**

(häufigste Nennungen in den Interviews)

- In der Psychiatrie Elternsein mehr thematisieren
- Aktives Ansprechen des Unterstützungsbedarfs durch Institution
- Einbezug der Angehörigen (inkl. Kinder) in Behandlung des Elternteils
- Elterngruppe
- Elternberatung durch Kinderpsychologin
- Sprechstunde/Beratung für Kinder

# Zusammenfassung

Die PGG-Studie hatte zum Ziel, möglichst viele psychisch kranke Elternteile, die in verschiedenen Settings der Erwachsenenpsychiatrie im Kanton St. Gallen und Appenzell Ausserrhoden an mehreren Stichtagen zwischen Juni und September 2019 in Behandlung waren, zu erreichen und zu befragen. Es wurden 100 Mütter und Väter erreicht und sozioökonomische Daten, Daten zu ihrem Befinden und ihrer psychischen Erkrankung sowie Daten zur Lebens- und Betreuungssituation ihrer Kinder erhoben. Des Weiteren füllten die Studienteilnehmenden Fragebögen zu ihrem Belastungserleben, zu Stärken und Schwächen ihrer Kinder sowie zu ihrem familiären Unterstützungsbedarf aus. 40 Mütter und Väter wurden ausserdem in einem Einzelinterview zu den obengenannten Fragen eingehender befragt.

Die Mehrheit der psychisch kranken Eltern, die in dieser Studie befragt wurden, sind durch die Elternschaft zusätzlich belastet. Ein nicht unerheblicher Anteil der Kinder und Jugendlichen wird von den Elternteilen zum Zeitpunkt der Studie als auffällig beschrieben und muss deshalb aufgrund der Häufung von Belastungen (finanzielle Probleme, Konflikte mit anderem Elternteil, körperliche Erkrankungen), die bei einem grossen Teil der Elternteile vorliegen, als Risikogruppe für die Entwicklung psychosozialer Auffälligkeiten bezeichnet werden. Die Studienteilnehmenden – v.a. die Mütter – haben einen deutlichen familiären Unterstützungsbedarf und mehrheitlich klare Vorstellungen bezüglich der Verortung und der Gestaltung hilfreicher Angebote: innerhalb der Erwachsenenpsychiatrie in verschiedenen Formaten wie Beratung, Elterngruppen und Familiengruppen.

Bezüglich der näher an der Lebenswelt anzusiedelnden Angebote sind Niederschwelligkeit, Flexibilität, Alltagsnähe und aufsuchende Strukturen die am häufigsten genannten Merkmale.

Die vorliegende Studie weist somit klar den Unterstützungsbedarf für die untersuchte Gruppe der psychisch kranken Elternteile, die in psychiatrischer Behandlung sind, nach. Die Ergebnisse geben deutliche Anhaltspunkte zur Frage der Umsetzung und Ausgestaltung passender Angebote und sie geben Hinweise auf die Notwendigkeit, die relativ grosse Gruppe der Kinder, die zwar als auffällig beschrieben werden, aber nicht oder nicht mehr in kinderpsychiatrisch-kinderpsychotherapeutischer Behandlung sind, zu erfassen und passende Hilfestellungen zu realisieren.

Wenn Eltern mit psychischen Problemen als Eltern mit spezifischen Bedürfnissen innerhalb der Erwachsenenpsychiatrie gesehen werden und ihnen proaktiv passende Angebote zu ihrer Elternschaft zur Verfügung gestellt werden, kann davon ausgegangen werden, dass eine wichtige Quelle von Stress vermindert werden kann und sie sich, wie eine interviewte Mutter berichtet, eher auf ihren therapeutischen Prozess einlassen können.

Auf der anderen Seite ist die frühe Erfassung und Unterstützung von Kindern von psychisch kranken Eltern eine wichtige gesellschaftliche Aufgabe, die unter anderem durch eine Kooperation zwischen Kinder- und Erwachsenenpsychiatrie realisiert werden kann.

## Ausblick

Die Ergebnisse der Studie sind die Basis für die Umsetzung von mehreren Angeboten, die im Laufe des Jahres 2020 in Kooperation zwischen der Kinder- und der Erwachsenenpsychiatrie realisiert werden sollen. Diese Pilotangebote sollen für die teilstationären und ambulanten Patientinnen aufgebaut werden und sowohl Beratung als auch Gruppenangebote beinhalten. Die weitere Zusammenarbeit mit Vernetzungspartnern im Kanton St. Gallen und Appenzell soll ausserdem eine weitere Entwicklung alltagsnaher, niederschwelliger Angebote für diese Familien ermöglichen.

Der wissenschaftliche Bericht kann auf folgenden Websites gelesen und heruntergeladen werden:  
[www.kjpd-sg.ch](http://www.kjpd-sg.ch)  
[www.psgn.ch](http://www.psgn.ch)