

Leseprobe Kap. 5

Kap. 5

**Psychisch kranke Mütter:
Was erleben ihre Kinder?**



Inhalt:

- Depressive Mütter und wie sie erziehen
- Was erleben Kinder depressiver Eltern?
- Fallbericht: Erfahrungen mit einer seelisch kranken Mutter

Sophie ist Studentin. In ihrer Erinnerung war ihre Mutter meist müde, schlief viel und war meist geistig abwesend, irgendwie „nicht fassbar.“ Wegen einer chronischen Depression musste die Mutter immer wieder in die Klinik gebracht werden – oft zur Weihnachtszeit. Ihr tiefstes Lebensgefühl drückt Sophie so aus: *„Was mich wohl mein ganzes Leben begleiten wird, ist das Misstrauen in Beziehungen, eine existentielle Angst, nicht geliebt zu werden. [...] Auf Ablehnung zu stoßen ist für mich das Schlimmste.“* (Andresh, Jasmin 2011)

Depressive Mütter und wie sie erziehen

Sophies Misstrauen und fehlende Selbstannahme hängen mit den Depressionen der Mutter zusammen. Sie teilt ihre Erfahrungen mit Millionen Kindern und Jugendlichen, deren Kindheit und Persönlichkeit durch die seelische Erkrankung eines Elternteils geprägt wird. In den meisten Fällen spielen Depressionen eine Rolle. Wieso können elterliche Depressionen und andere seelische Störungen so schädlich für die seelische Entwicklung des Kindes sein? Das ist die Schlüsselfrage dieses Kapitels.

Wir haben im vergangenen Kapitel 4 gesehen: Ein Säugling und Kleinkind ist für jede Mutter und jeden Vater eine Kraft zehrende Herausforderung. Um ein Urvertrauen aufzubauen und Kompeten-

zen zu entwickeln, brauchen Kinder hingabefähige Bezugspersonen. Die Bezugsperson sollte in der Kommunikation eine hohe Präsenz und emotionale Resonanzfähigkeit zeigen können. Im Sinne der Bindungstheorie sollten Mutter oder Vater feinfühlig, zuverlässig und unmittelbar auf die kleinkindlichen Signale und Botschaften reagieren können. Am Anfang sollten sie lernen, die nonverbalen Botschaften ihres Säuglings wahrzunehmen und richtig zu deuten.

Vor allem braucht das Kind den „Glanz in den Augen seiner Eltern“. Es muss spüren können, dass es gewollt ist, anerkannt und geliebt ist. In diesem Glanz drückt sich die elterliche Freude über die Gegenwart und das Leben des Kindes aus. Diesen Glanz braucht ein Mensch in besonderer Weise am Anfang seines Lebens.

Leider sind depressive und seelisch belastete Eltern vielfach nicht in der Lage, in ihrer Beziehung zum Kind diese Hingabe, Präsenz und emotionale Wärme zu zeigen. Selbst wenn das Kind eigentlich erwünscht und geliebt ist, können Sorgen und psychische Probleme diese Beziehung zeitweilig verdunkeln und eine die Entwicklung fördernde Kommunikation und Erziehung verhindern.

Wenn diese Probleme über Monate oder Jahre andauern, wenn ein Elternteil gar psychisch krank ist, können die kognitive, psychosoziale Entwicklung und der Aufbau eines gesunden Selbstwertgefühls nachhaltig beeinträchtigt werden.

Viele elterliche Schwierigkeiten können zu begleitenden reaktiven Depressionen führen - etwa Eheprobleme, Ärger am Arbeitsplatz, Wohnungsprobleme oder materielle Sorgen. Besonders in den ersten sechs Lebensjahren des Kindes können diese depressiven Episoden seine Entwicklung nachhaltig beeinträchtigen, wenn sie zu lang anhalten und eine schwere Symptomatik haben.

Depressionen können auch weitgehend unabhängig von äußerem Stress als Grunderkrankung auftreten. Die verschiedenen Ausprägungsgrade und Gesichter der Depression sind weit verbreitet und häufig Gegenstand der medizinischen und psychologischen Forschung. Daher werden diese Störung und ihr ungünstiger Einfluss auf das Familiensystem und die kindliche Entwicklung in diesem und dem folgenden Kapitel besonders berücksichtigt.

Leseprobe zu dem Buch „Selbstwert und Selbstvertrauen. Was ihre Quellen sind und was sie gefährdet!“ © 2019 Alle Rechte bei: Jürgen Bendszus, 49082 Osnabrück

Ende der
Leseprobe Kap. 5

Komplett bei

Amazon

als Taschenbuch

und eBook

erhältlich!



Quellen und Literatur zu Kapitel 5

Orth, Ulrich: The family environment in early childhood has a long-term effect on self-esteem: A longitudinal study from birth to age 27 years. *Journal of Personality and Social Psychology*, 114, (2018) p. 637-655

Andresh, Jasmin (2011) Was Kinder mit seelisch kranken Eltern erleiden, Welt online, am 18.9.11, im Internet unter:
<https://www.welt.de/gesundheit/article13608440/Was-Kinder-mit-seelisch-kranken-Eltern-erleiden.html>

Über den Autor

Jürgen Bendszus studierte Pädagogik und Psychologie, Abschluss als Dipl.-Pädagoge.
Berechtigung zur Psychotherapie (HPG).

Weiter- und Zusatzausbildungen in Tiefenpsychologie, Logotherapie und Existenzanalyse.
Logotherapiezertifikat der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse e.V. (DGLE)

Langjährige Erfahrungen in der psychosozialen Beratung, und als Dozent für Psychologie und Pädagogik in großen Bildungszentren

www.gelingendesleben.de