

# Der lange Schatten der Kindheit

## Ergebnisse einer wissenschaftlichen Studie mit erwachsenen Kindern psychisch erkrankter Eltern

Vortrag auf der Jahrestagung 2017 der  
BAG „Kinder psychisch erkrankter Eltern“

München, den 5. Mai 2017

**Prof. Dr. Johannes Jungbauer**



## Forschung zur Situation erwachsener Kinder

- Nur **wenige Studien** mit erwachsenen Kindern
- Übergang zum Erwachsenenalter: **Autonomieentwicklung** erschwert (Stelling et al., 2008)
- Die Themen **Verantwortung, Tabuisierung, Scham** und **Schuld** bleiben langfristig relevant (Forster, 2010; Sollberger et al., 2008)
- Erwachsene Kinder berichten vor allem **negative**, aber auch **positive Auswirkungen** auf das eigene Leben (Orts & Jungbauer, 2013)
- **Erhöhtes Risiko** für psychische und psychosomatische Störungen, geringes Selbstwertgefühl und Beziehungsprobleme (Murphy et al., 2016)

## Die EKipeE-Studie

Forschungsprojekt der KathO NRW

**Leitung:** Johannes Jungbauer

**Wiss. Mitarbeit:** Katharina Wirth

**Laufzeit:** September 2015 bis August 2016

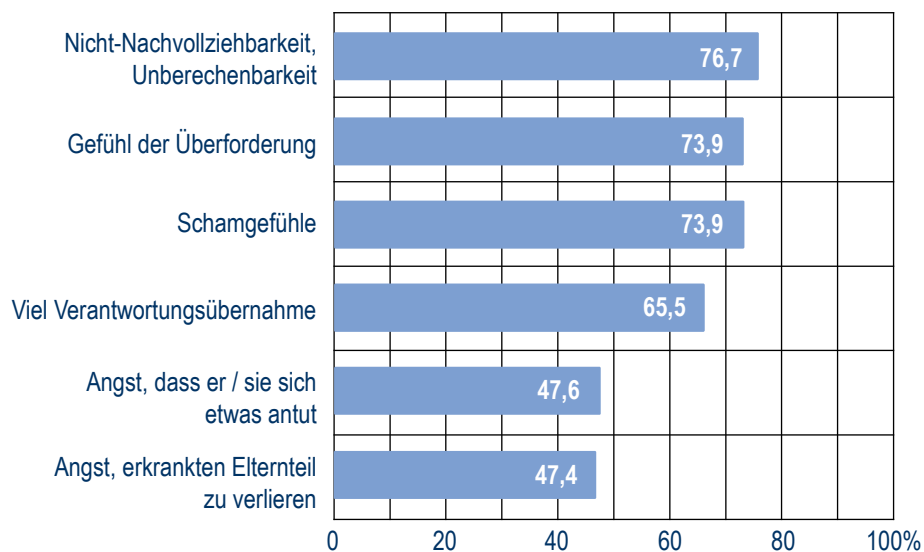


- **Online-Studie**
- **Teilnahmekriterien:** Volljährigkeit; psychische Erkrankung eines Elternteils; zumindest zeitweise mit erkranktem Elternteil aufgewachsen
- **Rekrutierung** über Institutionen, Kontakte, Flyer, soziale Netzwerke
- Standardisierter **Fragebogen** + Möglichkeit zu **freien Textbeiträgen**
- **Auswertung:** Statistisch (SPSS 23.0) und qualitativ (Inhaltsanalyse)

## Befragte Stichprobe

- **N = 561** erwachsene Kinder
- **Frauenanteil** 86,8%
- **Durchschnittsalter** 34,4 Jahre (Range 18 bis 79; SD = 12,3); knapp  $\frac{2}{3}$  verheiratet / fester Partner;  $\frac{1}{3}$  eigene Kinder
- 55,4% sind mit psychisch kranker **Mutter** aufgewachsen, 21,6% mit psychisch krankem **Vater**. Bei 23% waren **beide Eltern** erkrankt
- Häufigste **Diagnosen der Eltern**: Depression, Angststörungen, Persönlichkeitsstörungen; Schizophrenie, Sucht, bipolare Störungen

## Belastungen in der Kindheit (retrospektiv)



## Langfristige Auswirkungen

- Über die Hälfte sehen **negative Auswirkungen** weiteren Lebensweg:
  - ❖ Eigene Persönlichkeitsentwicklung beeinträchtigt
  - ❖ Schlechtes Selbstwertgefühl
  - ❖ Häufig depressive Gedanken und Gefühle
  - ❖ Probleme / Unsicherheit in nahen sozialen Beziehungen
  - ❖ Probleme, Grenzen zu setzen / „Nein“ sagen können
  - ❖ Eigene behandlungsbedürftige psychische Probleme
- **Unsichere Bindungsmuster** im Erwachsenenalter
- Statistische **Zusammenhänge** (Korrelationen) zwischen Kindheitserfahrungen und Problemen im Erwachsenenalter

## Auswertung der freien Antworten

*„Mir ist durch die Teilnahme an der Befragung nochmal sehr bewusst geworden, wie stark das Aufwachsen mit meiner psychisch erkrankten Mutter mein Leben beeinflusst hat.“*

*(ID 006, 45-jährige Tochter einer schizophren erkrankten Mutter)*

## Auswertung der freien Antworten

*„Für mich ist der Kontakt zu meiner Mutter bis heute sehr belastend. So hart es klingen mag, aber ich habe manchmal das Gefühl, dass es besser für alle wäre, wenn sie endlich sterben würde.“*

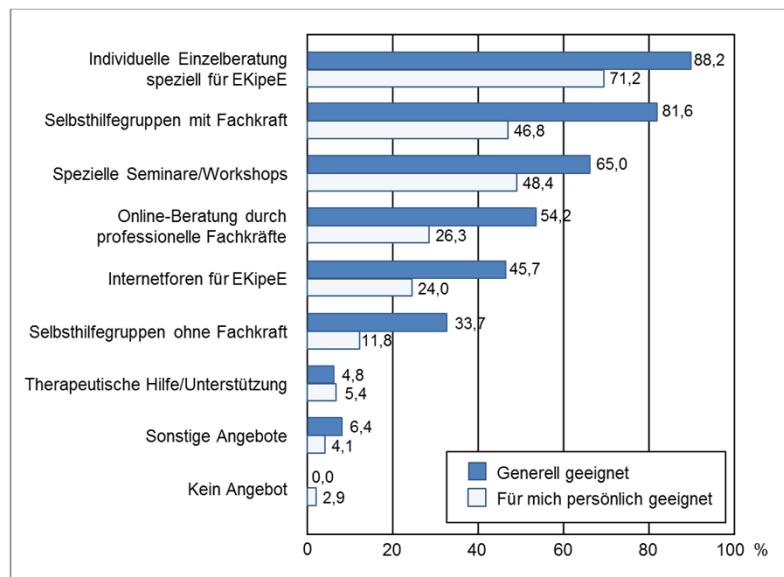
*(ID 172, 48-jähriger Sohn einer bipolar erkrankten Mutter)*

## Auswertung der freien Antworten

*„Andererseits bin ich froh, dass mich diese extreme Erfahrung geprägt hat. Sie hat mich dazu gezwungen, mich intensiv mit mir selbst auseinanderzusetzen, und das empfinde ich als Geschenk.“*

*(ID 490, 35-jährige Tochter einer schizoaffektiv erkrankten Mutter)*

## Unterstützungswünsche



## Fazit und Ausblick

- Bislang **umfangreichste Studie** im deutschsprachigen Raum, aber methodische Einschränkungen
- **„Langer Schatten der Kindheit“**: Ergebnisse stützen die Hypothese, dass sich Kindheitserfahrungen langfristig ungünstig auswirken
- Spezifischer **Unterstützungs- und Hilfebedarf** erwachsener Kinder
- Weitere vertiefende **Forschung** notwendig!
- **Buchprojekt** „Unsichtbare Narben. Erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern berichten“ (Psychiatrie-Verlag; erscheint Anfang 2018)

## Literaturhinweise



Jungbauer, J. & Wirth, K. (2016). Der lange Schatten der Kindheit. Ergebnisse einer Befragung von erwachsenen Kindern psychisch erkrankter Eltern. FORUM sozialarbeit + gesundheit, 4/2016, 44-47.



Jungbauer, J. (Hrsg.)(2016). Familien mit einem psychisch kranken Elternteil. (2. Auflage). Opladen: Verlag Barbara Budrich.

KatHO NRW

Aachen

Köln

Münster

Paderborn

**KatHO** NRW  
Aachen | Köln | Münster | Paderborn  
Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen  
Catholic University of Applied Sciences

**igsp**  
Institut für Gesundheitsforschung  
und Soziale Psychiatrie

## Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

„Der lange Schatten der Kindheit“

Vortrag auf der Jahrestagung 2017 der BAG „Kinder psychisch erkrankter Eltern“

München, den 5. Mai 2017

**Prof. Dr. Johannes Jungbauer**