

**Zeitschrift:** Zeitschrift für Sozialhilfe : ZESO  
**Herausgeber:** Schweizerische Konferenz für Sozialhilfe SKOS  
**Band:** 104 (2007)  
**Heft:** 4

**Artikel:** "Ich habe Angst vor mir selber"  
**Autor:** Lanfranconi, Paula  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-840221>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 26.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# «Ich habe Angst vor mir selber»

Petra K. \* ist eine so genannte Borderlinerin. Ihre extremen Stimmungsschwankungen belasten auch ihre Kinder. Trotzdem fragte in der Klinik niemand, wie es den Kleinen gehe.

Draussen schneite es. Petra K. sass mit ihren Kindern Sandra\*, 5 und David\*, 6 auf dem Sofa und erzählte ihnen eine Geschichte. Es war so richtig kuschelig in der Stube des kleinen Einfamilienhauses. Doch plötzlich spürte Petra K. Panik. Zu viel Nähe! Sie sprang auf und herrschte die Kinder an, sie sollten sofort auf ihre Zimmer gehen.

Nun war es wieder passiert. Petra K. schämte sich. Erneut hatte sie die Kleinen mit ihrem abrupten Stimmungswechsel erschreckt. Dabei wollte sie doch das Beste für sie. Doch sie schaffte

es nicht, fühlte sich gefangen in ihren Problemen.

Hundert Mal am Tag kann die Stimmung der jungen Mutter umschlagen, von totaler Euphorie zu Suizidgedanken. Ein blendender Sonnenstrahl oder der Gedanke, dass das Waschprogramm bald fertig sei, genügen als Auslöser.

### Weniger selbstsicher

Seit 20 Jahren lebt Petra K. mit der Diagnose Borderline. Trotz ihrer Behinderung machte sie eine gute Ausbildung und arbeitet Teilzeit in einem sozialen Beruf.

Doch für ihre Umgebung sei sie «wenig durchschaubar», sagt Petra K. Es kommt vor, dass sie aus scheinbar nichtigen Gründen einen Streit anzettelt. Aber noch öfter zieht sie sich völlig zurück.

Auch ihre Kinder sind zurückhaltender und weniger selbstsicher als gleichaltrige «Gspänli». «Sie haben da», stellt Petra K. in ihrer analytischen Art fest, «etwas von mir übernommen: die stete Angst, abgelehnt zu werden, wenn meine Krankheit bekannt wird.» Sandra und David werden häufig vom Spielen ausgeschlossen. «Eu-



Manchmal werden sie vom Spiel ausgeschlossen: die Kinder psychisch kranker Eltern. «Deine Mutter ist eine Blöde», heisst es.

Bild: Keystone

re Mutter ist eine Blöde», sagen die Nachbarskinder.

### **Ist Mama noch da?**

Vor drei Jahren war Petra K. in eine derart lebensbedrohliche Krise geraten, dass sie in eine Klinik eintrat. «Sonst», sagt sie, «hätte ich mich umgebracht.» Ihre grösste Sorge waren die Kinder. Von der Klinik bekamen sie und ihr Partner keine Unterstützung. «Während der ganzen sieben Wochen», erinnert sich die junge Mutter, «waren die Kinder kein Thema.»

Petra K. fehlte die Kraft, selber etwas zu unternehmen. Ihrem Partner gelang es dann, für die Kinder Notfallplätze in einem städtischen Hort zu organisieren. Zwischendurch sprangen Mutter und Schwiegermutter ein. Es war eine äusserst belastende Zeit. Ein halbes Jahr verging, bis es Petra K. gelang, das Vertrauensverhältnis zu ihren

Kindern wieder aufzubauen. Ihre kleine Tochter wachte nachts auf und wollte wissen, ob Mama noch da sei. Ihr Sohn hat eine Art Kontrollblick für die Befindlichkeit seiner Mutter entwickelt; er scheint immer irgendwie auf dem Sprung zu sein.

### **Irrsinniger Alltag**

Was Petra K. erlebt hat, ist Realität auch für die meisten anderen von psychischen Erkrankungen betroffenen Familien. Denn ihre Kinder, das zeigte kürzlich die so genannte Winterthurer Studie, gehen vergessen (siehe Interview unten). Als wichtigste Hilfestellung wünscht sich Petra K., dass die Kinder überhaupt wahrgenommen werden. Im Klartext: Sozialarbeiterinnen, Therapeuten, Hausärztinnen müssen genauer hinschauen. «Kinder», fordert Petra K., «sollten einen Ort haben, wo sie

sich selber sein können und wo die Rolle der Eltern keinen Einfluss hat.» Zum Beispiel im Sporttraining, in der Pfadi, im Chor. Ebenso zentral findet Petra K., dass die Kinder Zugang zu einer Ansprechperson haben, die ihnen Fragen zur Erkrankung ihres Elternteils beantwortet und ihnen konkrete Hilfe anbietet, damit sie die eigene Belastung überhaupt wahrnehmen und formulieren können. Denn Kinder, weiss Petra K., versuchten oft, sich aus Loyalität zu den Eltern mit der überfordernden Situation irgendwie zu arrangieren.

Im Moment geht es der jungen Mutter gut. «Wir leben», sagt sie lachend, «unseren ganz normalen irrsinnigen Alltag.» Irgendwann im Gespräch hatte sie aber auch gesagt: «Ich habe Angst vor mir selber.» ■

**Paula Lanfranconi**

*\*Namen geändert*

# Die vergessenen Kinder

Kinder psychisch kranker Eltern gehen vergessen. Dies zeigt eine Studie\* aus der Psychiatrieregion Winterthur. Christine Gäumann, Beauftragte für Familienpsychiatrie in der Integrierten Psychiatrie Winterthur (IPW) fordert eine engere Zusammenarbeit zwischen den Fachpersonen.

### **Frau Gäumann, welches sind die wichtigsten Resultate dieser Studie?**

Wichtig ist vor allem, dass wir endlich über gesicherte Zahlen verfügen.

### **Die Studie zeigt, dass im Raum Winterthur mindestens 700 Kinder psychisch kranke Eltern haben. Auf den ganzen Kanton Zürich hochgerechnet sind es demnach 4000 Kinder. Wie repräsentativ sind denn diese Zahlen?**

Für den Kanton Zürich sind sie sicher repräsentativ. Winterthur ist von der Grösse her eine ideale Gemeinde, weil sie über ein grosses Einzugsgebiet und ein sehr diversifiziertes Hilfsangebot verfügt. Aber es ist eine Stichtag-Befragung. Erfasst sind nur Per-

sonen, die am 21. März 2006 eine Einrichtung des Erwachsenen- oder des Kinder-Versorgungssystems aufsuchten. Ich vermute, dass die realen Zahlen um einen Drittel höher liegen.

### **Es ist beunruhigend, dass die Kinder psychisch kranker Eltern vergessen gehen: Wie steht es um die Zusammenarbeit zwischen sozialen und medizinischen Facheinrichtungen?**

Dadurch, dass die Vernetzung in Winterthur gut ist, klappt die Zusammenarbeit innerhalb der Fachgrenzen einigermaßen gut. Doch sobald das soziale Versorgungssystem mit dem medizinisch-psychiatrischen Versorgungssystem kooperieren soll, liegt schon mehr als das Mittelmeer dazwischen.

### **Welche Folgen hat diese mangelhafte Kooperation für die Kinder?**

Die Kinder gehören – noch viel stärker als die Partner der Patienten – zu den nicht beachteten Angehörigen. Das heisst: Wie die Kinder die Situation erleben, interessiert niemanden. Man vertraut darauf, dass es sich irgendwie selber reguliert.

### **Laut Studie werden die Patientinnen und Patienten zwar in fast allen Kliniken gefragt, ob sie Kinder hätten. Aber bloss in 43 Prozent der Fälle fragt man auch danach, wie die Kinder unterstützt werden. Woher kommt dieses «Desinteresse»?**

Erstens werden die Hospitalisationen immer kürzer, die Kliniken