Psychosen > Familie

Das Wichtigste in Kürze

Psychotische Störungen betreffen Angehörige oft in besonderer Weise mit. Sie müssen Rücksicht auf ihre eigenen Bedürfnisse und Fähigkeiten nehmen und sich im täglichen, herausfordernden Umgang mit dem Betroffenen üben. Kinder psychotischer Eltern unterliegen besonderen Belastungen und einem eigenen Erkrankungsrisiko und benötigen deshalb Hilfen und Präventionsmaßnahmen.

Belastungen und Hilfen für Angehörige von Menschen mit Psychosen

Belastungen des Familiensystems durch Psychosen

Bei psychotischen Störungen sind die Angehörigen in besonderer Weise mit betroffen. Die Diagnose stellt eine Belastung für das ganze familiäre Umfeld dar. Deshalb ist es ratsam, dass auch die Angehörigen professionelle Hilfe für sich in Anspruch nehmen. Die Menschen mit Psychosen sollten davon wissen, um das Gefühl zu vermeiden, dass hinter deren Rücken gehandelt wird.

Familienangehörige bemerken zwar oft frühzeitig, wenn mit einem Familienmitglied etwas nicht stimmt, nehmen aber oft einen Sinneswandel oder eine vorübergehende Krise an, statt einer Psychose. Bis zur Diagnose können Jahre vergehen – und zwischenzeitlich brechen Freundschaften auseinander und manchmal sogar die Familie.

Für Betroffene kann die Erkrankung dagegen plötzlich kommen. Denken und Fühlen, Wahrnehmung von Körper und Umfeld sind gestört und führen unmerklich dazu, dass die Betroffenen gewohnte Lebensbahnen verlassen. Sie können z.B. ihren Arbeitsplatz verlieren, oder ihr Studium abbrechen und/oder sich mit Freunden, Verwandten oder Lebenspartnern verstreiten oder sich von ihnen trennen. Rückzug aus dem gewohnten Umfeld und fehlende soziale Kontakte sind typische Folgen.

Das wirkt auf das gesamte Familiensystem ein, z.B. sehen sich Eltern mit der Situation konfrontiert, ihr volljähriges Kind wieder in ihrem Haushalt aufnehmen zu müssen oder der einstige Hauptverdiener einer Familie ist nun arbeitslos.

Wer hilft Familien von Menschen mit Psychosen?

Familien von Menschen mit Psychosen können sich wie folgt Hilfe holen:

- Teilnahme an Angeboten für Angehörige von Menschen mit Psychosen (siehe unten unter "Selbsthilfe, Beratung, Austausch")
- bestmögliche Behandlung des Menschen mit Psychosen in die Wege leiten und z.B. auch nach besonderen Angeboten wie Soteria (Alternative zu stationärer Behandlung) oder Offenem Dialog (aufsuchende Hilfe für Menschen mit Psychosen) suchen, Näheres unter Psychosen > Behandlung
- Kontakt zum örtlichen sozialpsychiatrischen Dienst aufnehmen
- Zustehende finanzielle Hilfen nutzen und ggf. für den Menschen mit Psychosen beantragen wie z.B. Wohngeld oder Grundsicherungsgeld, Näheres unter Psychosen > Finanzielle Hilfen
- Rechtliche Betreuung beim Betreuungsgericht anregen, Näheres unter Psychosen > Rechtliche Aspekte
- Antrag auf Pflegegrad für den Menschen mit Psychosen für Pflegegeld und andere Leistungen der Pflegeversicherung, Näheres unter Psychosen > Pflege
- Bei Kindern im Haushalt: Antrag auf Erziehungshilfe (siehe unten unter "Hilfen für Kinder von Eltern mit Psychosen") vom Jugendamt und/oder Elternassistenz vom Träger der Eingliederungshilfe
- Wenn Kinder, Jugendliche oder junge Volljährige Psychosen haben: Antrag auf Eingliederungshilfe für Kinder und Jugendliche mit seelischen Behinderungen
- Erwachsenen mit wiederkehrenden Psychosen beim Antrag auf Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen helfen
- Eine Beratungsstelle für ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) aufsuchen

Kinder von Eltern mit Psychosen

Psychosoziale Belastung

Kinder, bei denen ein Elternteil mit Psychosen lebt, wachsen häufiger in ungünstigen sozialen Verhältnissen auf.

Beispiele:

- Armut
- schlechte Wohnverhältnisse
- Arbeitslosigkeit
- niedrige Bildung der Eltern durch psychosebedingten Abbruch von Schule, Ausbildung oder Studium
- Verlust wichtiger Bezugspersonen, insbesondere, wenn stationäre Behandlung des Elternteils mit Psychosen erforderlich ist oder wenn die Partnerschaft der Eltern an den Belastungen durch die Psychose zerbricht

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

- erhöhte Wahrscheinlichkeit für Vernachlässigung und Misshandlung
- Diskriminierungserfahrungen und soziale Ausgrenzung

Persönliche Belastung der Kinder von Eltern mit Psychosen

Betroffene Kinder haben oft mit folgenden Schwierigkeiten zu kämpfen:

- Desorientierung, weil sie das Verhalten des erkrankten Elternteils nicht verstehen
- Schuldgefühle, weil sie glauben, dass sie die Probleme des erkrankten Elternteils verursacht hätten
- Eindruck (leider oft begründet) mit niemandem über die Probleme reden zu können oder zu dürfen
- Isolation, weil sie sich alleingelassen fühlen und nicht wissen, an wen sie sich wenden können

Eigenes Erkrankungsrisiko der Kinder

Durch Zwillingsstudien, Adoptionsstudien und andere Studien mit Familien hat sich ergeben, dass das lebenslange Risiko an Schizophrenie zu erkranken für leibliche Kinder ansteigt, wenn ein leiblicher Elternteil an Schizophrenie leidet und weiter steigt, wenn das beide leiblichen Eltern betrifft. Außerdem haben Kinder von Eltern mit Psychosen ein erhöhtes Risiko für psychische Störungen im Allgemeinen. Weil zwischen dem Grad der Verwandtschaft und den erhöhten Risiken Zusammenhänge festgestellt wurden, ist davon auszugehen, dass genetische Ursachen eine Rolle spielen.

Aber auch psychosoziale Belastungen kommen häufiger vor, wenn Eltern Psychosen haben. Sie bedeuten für die Kinder ein erhöhtes Risiko für psychische Störungen. Zudem gehen Eltern mit Psychosen oft anders mit ihren Kindern um. Sie können mit der Erziehung und Betreuung überfordert sein und nicht immer die Vorbildrolle einnehmen, die Eltern für ihre Kinder haben sollten. Kinder können auch unter den Konflikten leiden, die durch die Psychose entstehen.

Präventive Maßnahmen für Kinder von Eltern mit Psychosen

Wichtigkeit der Umwelteinflüsse

Es gibt das Vorurteil, betroffene Kinder könnten genetischen Risiken nicht entkommen. Psychosoziale Einflüsse werden oft im Vergleich zur genetischen Anfälligkeit als weniger wichtig eingeschätzt. Tatsächlich gilt jedoch: Gerade bei Menschen, die erblich bedingt besonders verletzlich sind, sind die Umwelteinflüsse besonders wichtig. Positiv wie auch negativ haben sie eine starke Wirkung.

Resilienz

Manche Kinder entwickeln sich trotz vieler Belastungen gut. Das wird Resilienz genannt. Die Resilienzforschung untersucht dieses Phänomen, um herauszufinden, wie Prävention gelingen kann.

Für Kinder von Eltern mit Psychosen gilt es, psychosoziale Belastungen zu vermindern und Schutzfaktoren zu schaffen bzw. zu verstärken.

Konkrete wirksame Präventionsmaßnahmen:

- Gute Behandlung der Psychosen des Elternteils
- Psychoedukation (Erklärung unter Psychosen > Behandlung) für die ganze Familie inklusive Ermutigung, mit den Problemen nach außen hin offen umzugehen
- Therapeutische und sozialpädagogische Hilfen für die ganze Familie
- Gute Zusammenarbeit aller beteiligten Fachleute (auch mit den Lehrkräften der Kinder)

Hilfen für Kinder von Eltern mit Psychosen

Hier finden Kinder von Eltern mit Psychosen Informationen und Hilfe:

- Allgemeiner Sozialdienst des örtlichen Jugendamts
- Förderkreis KIPKEL e.V. Präventionsprojekt für Kinder psychisch kranker Eltern: www.kipkel.de

Beispiele für Hilfen der Jugendämter:

- Erziehungsbeistand
- Sozialpädagogische Familienhilfe
- Aufsuchende Familientherapie (AFT):
  systemische Familientherapie direkt im Haushalt der Familie
- Vollzeitpflege von Kindern in einer Pflegefamilie oder im Heim

Hilfen bei der Kinderbetreuung für die Eltern:

- Haushaltshilfe
- Ambulante Familienpflege

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

- Tagespflege von Kindern (z.B. Tagesmutter)
- Zuschuss zu den Kosten für Kinderbetreuung während einer Reha, Näheres unter Kinderbetreuungskosten Reha

Umgang mit Familienmitgliedern mit Psychosen

Menschen mit Psychosen brauchen **Orientierung**, die ihnen Angehörige oft geben können. Sie können **in frühere Entwicklungsstufen zurückfallen**, was für die Familie sehr anstrengend sein kann. Wenn die Angehörigen **dabei bleiben**, den **Kontakt halten**, aber auch ihre eigenen **Grenzen im Blick behalten** und ggf. verdeutlichen, können sie bestmöglich unterstützen.

Näheres unter Psychosen > Umgang mit Psychosen.

Praxistipp

- Nähere Informationen finden Sie in einer Broschüre des Irre Menschlich e.V., die Psychose-Erfahrene, Angehörige und Therapeuten/Wissenschaftler im Trialog in der AG der Psychoseseminare erstellt haben. Download unter www.dgsp-ev.de > Veröffentlichungen > Broschüren > »Es ist normal, verschieden zu sein!« - Blaue Broschüre von Irre Menschlich e.V.

Selbsthilfe, Beratung, Austausch

Hilfen bieten Selbsthilfegruppen für Angehörige, örtliche Beratungsstellen, psychiatrische Kliniken, sozialpsychiatrische Dienste, Gesundheitsämter und Volkshochschulen. In den Gruppen können Angehörige sich austauschen, mit anderen Angehörigen oder auch mit Fachleuten wie Ärzten, Psychologen oder Sozialpädagogen ihre Probleme erörtern und nach besseren Bewältigungsstrategien suchen. Dadurch werden Angehörige entlastet und finden mehr Ruhe und Gelassenheit im Umgang mit dem Menschen mit Psychosen.

Selbsthilfegruppen können beim Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V. (BApK) unter www.bapk.de > Beratung > Selbsthilfegruppen finden gefunden werden. Der Bundesverband bietet auch Beratung für Angehörige unter Telefon 0228 71002424 (SeeleFon), E-Mail-Beratung über das Kontaktformular unter www.bapk.de > Beratung > SeeleFon > SeeleFon-Mail sowie per Chat unter www.peer-for-you.de.

Eine Sonderform sind "trialogische" Informations-, Aufklärungs- und Austauschprojekte. Daran sind drei Gruppen beteiligt: Angehörige, Fachkräfte und Psychose-Erfahrene. Näheres unter Psychosen > Behandlung.

Verwandte Links

Ratgeber Psychosen

Eingliederungshilfe für Kinder und Jugendliche mit seelischen Behinderungen

Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen

Persönliches Budget

Psychosen

Schizophrene und manisch-depressive Psychosen

Psychosen > Autofahren

Psychosen > Behandlung

Psychosen > Finanzielle Hilfen

Psychosen > Rechtliche Aspekte

Psychosen > Selbstschutz für Betroffene

Psychosen > Wohnen

Psychosen > Umgang mit Psychosen

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg