

Psychische Gesundheit
im Kontext verschiedener Lebenswelten

Wissenschaftliche Erkenntnisse, praktische Erfahrungen
und Präventionsmöglichkeiten am Beispiel der Depression



STARKE BANDE

Stiftung für Familientherapie und -hilfe



Lebenswelt Elternschaft

Peripartalzeit – Wenn die neue Erfahrung die Psyche der Eltern belastet

Dr. Patricia Trautmann-Villalba, Lic.Psic. UNC Arg.

Düsseldorf 21.2.2024



Psychische Gesundheit
im Kontext verschiedener Lebenswelten

Wissenschaftliche Erkenntnisse, praktische Erfahrungen
und Präventionsmöglichkeiten am Beispiel der Depression



STARKE BANDE

Stiftung für Familientherapie und -hilfe



Diese Version des Vortrags „Lebenswelt Elternschaft. Peripartalzeit – Wenn die neue Erfahrung die Psyche der Eltern belastet“ gehalten von Frau Dr. Patricia Trautmann-Villalba am 21.2.2024 in Düsseldorf, ist ausschließlich zum Nachlesen der Teilnehmer der Veranstaltung vorgesehen. Eine Veröffentlichung oder Weitergabe an Dritte sind ausdrücklich nicht erlaubt.

Dr. Patricia Trautmann-Villalba, Lic.Psic. UNC Arg.

Düsseldorf 21.2.2024

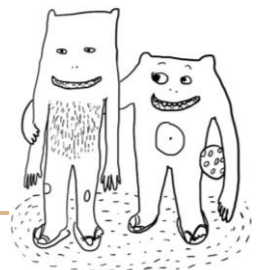
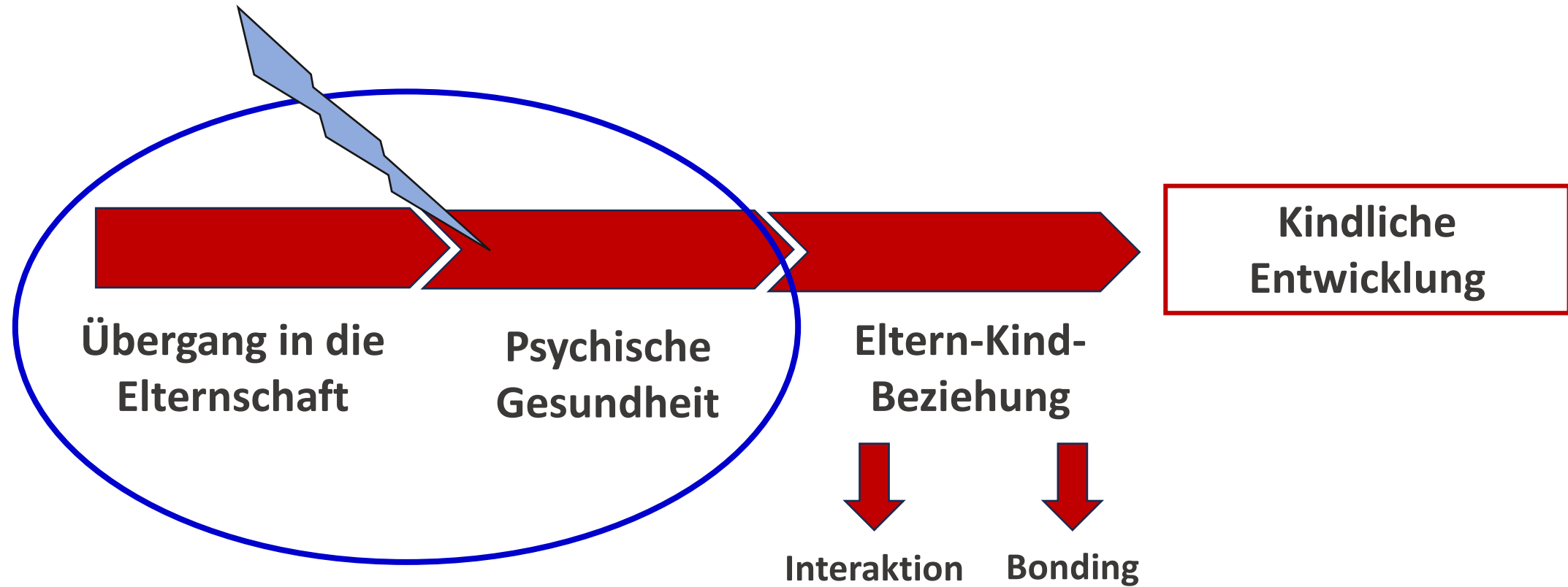


Der Übergang in die Elternschaft



- komplexer psychologischer Entwicklungsprozess
- mit erhöhtem Stress verbunden
- von körperlichen, kognitiven, affektiven, sozialen und neurobiologischen Veränderungen geprägt
- bedarf eine intensive, tiefgreifende Anpassung (z.B. Identität, Paarbeziehung, Alltag, Schlafverhalten, Lebensstil)
- **Dieser komplexe Prozess betrifft alle Eltern!** (Mütter, Väter, [nicht] erstgebärende, mit / ohne Probleme, etc.)





Faktoren die den Übergang in die Elternschaft und die **Eltern-Kind-Beziehung** erschweren können

Individuelle (fehlende) Ressourcen und Eigenschaften der Eltern

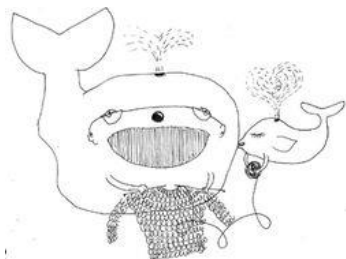
- Biografische Erfahrungen
- Persönlichkeit, psychische und physische Gesundheit
- Fehlende Kompetenzen (z.B. sozial oder kognitiv)

Kindliche Aspekte

- Regulationsfähigkeiten
- Frühgeburt, Erkrankungen, Entwicklungsniveau
- Temperament

Sozialer Umfeld und soziale Erfahrungen

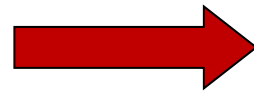
- Armut, Arbeitslosigkeit, mangelnde Bildung
- Soziales Netzwerk, Soziale Isolation
- Paarbeziehung
- Schwangerschaft- und Geburtserfahrungen



Effekt stärker, je mehr Risiken und je länger sie vorhanden sind!

Faktoren die den Übergang in die Elternschaft und die **Eltern-Kind-Beziehung erschweren** können

Spezifische Risikofaktoren



Frühere Episode einer Erkrankung



Psychische Erkrankung der Partnerin

- 24 bis 50% Betroffene bei erkrankten Partnerinnen.
- Väter, deren Partnerinnen postpartal psychisch erkrankt waren, haben mehr unspezifischen Symptomen als Partner nicht erkrankter Frauen.



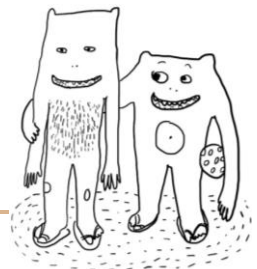
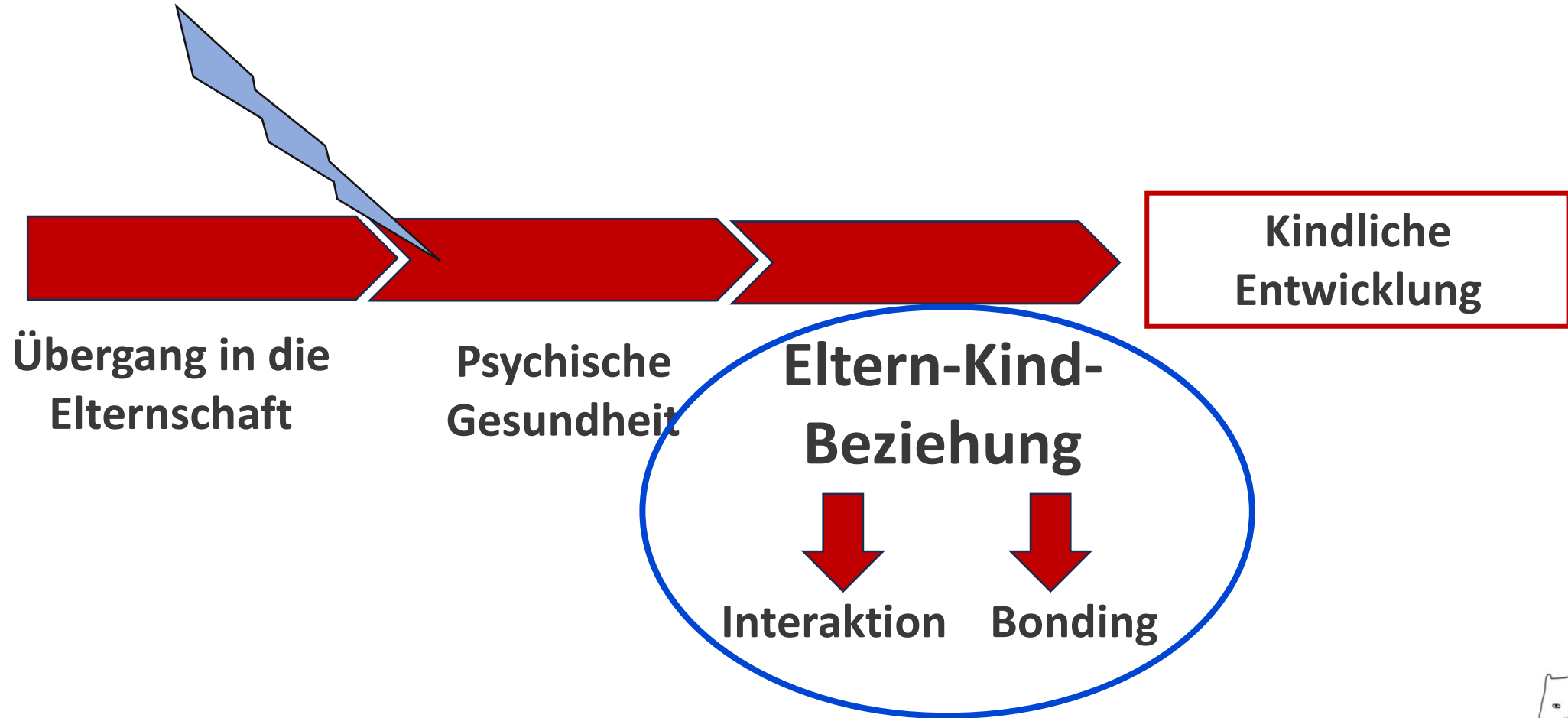
Psychische Erkrankung und Elternschaft

- Die Prävalenz psychischer Erkrankungen in der Peripartalzeit ist hoch (ca. 20% aller Eltern).
 - Keine zuverlässige Daten.
 - Prävalenzen Mütter > Väter (weniger untersucht)
 - Früher Beginn Väter > Mütter
- Die Erkrankung tritt nicht immer zum ersten Mal auf.
- Eltern in der Peripartalzeit sind für das ganze Spektrum psychiatrischer Krankheitsbilder anfällig.
 - Häufigste Erkrankungen : Depression, Angststörungen, Zwangsstörungen, PTBS.



Die Folgen einer elterlichen psychischen Erkrankung wirken umso schwerwiegender, je jünger die Kinder sind.



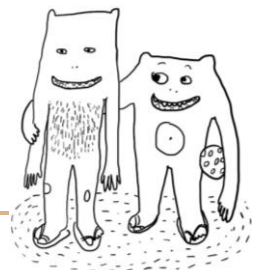
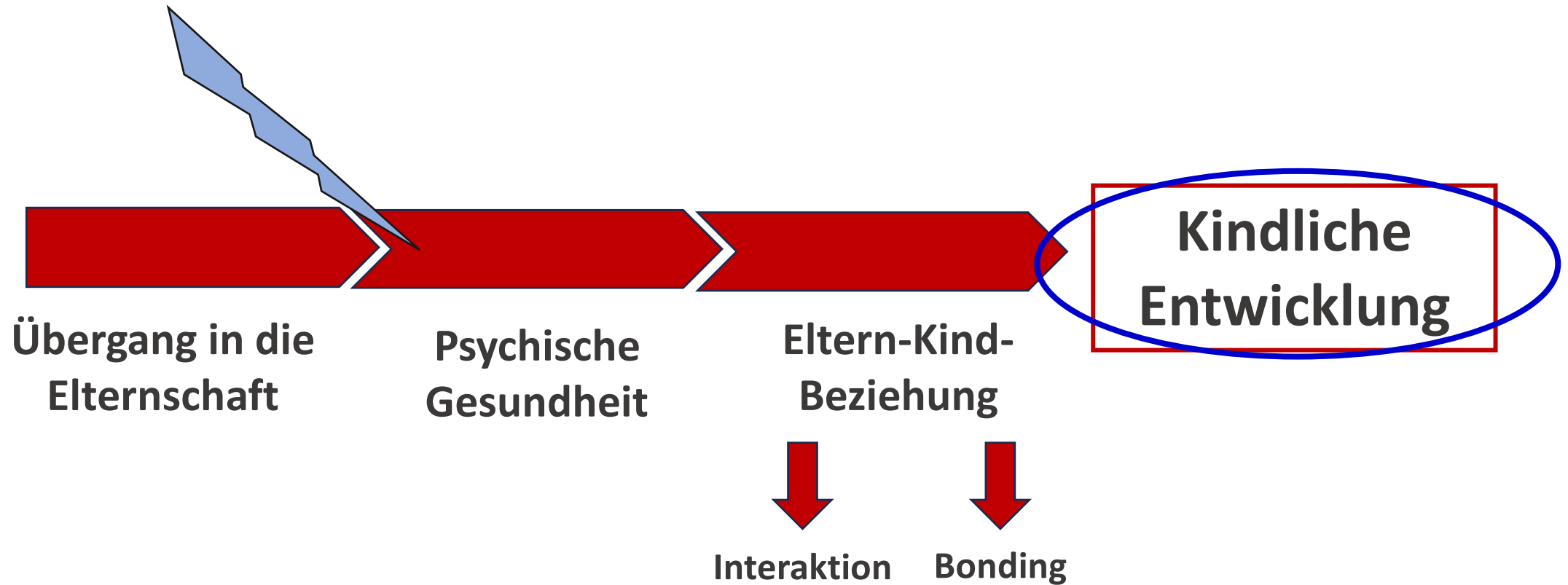


Faktoren die den Übergang in die Elternschaft und die **Eltern-Kind-Beziehung erschweren** können

Beispiele

- Es besteht ein Zusammenhang zwischen **Angst vor der Geburt** und Bindungsqualität der Mutter zum Kind. Dieser Zusammenhang wird durch frühere Geburtserfahrungen vermittelt. Seefeld et al. 2022
- **Biografische traumatische Erfahrungen** (sexuelle, körperliche und emotionale Gewalt) sind Risikofaktoren für ein traumatisches Geburterlebnis und können die Qualität der Mutter-Kind-Bindung beeinträchtigen. Weidner et al. 2023
- **Depressive und Angstsymptome** vor der Geburt sind die besten Prädiktoren für eine schlechtere Qualität der väterlichen Bindung 3 Monate nach der Geburt. Trautmann-Villalba et al. 2023
- **Mütter**, die ihre Kinder während des **Lockdowns** geboren haben, zeigten höhere geburtsbedingten Stressreaktionen, mehr Symptomen einer posttraumatischen Belastungsstörung und einer geringeren Bindungsqualität zum Säugling. Mayopoulos et al. 2021





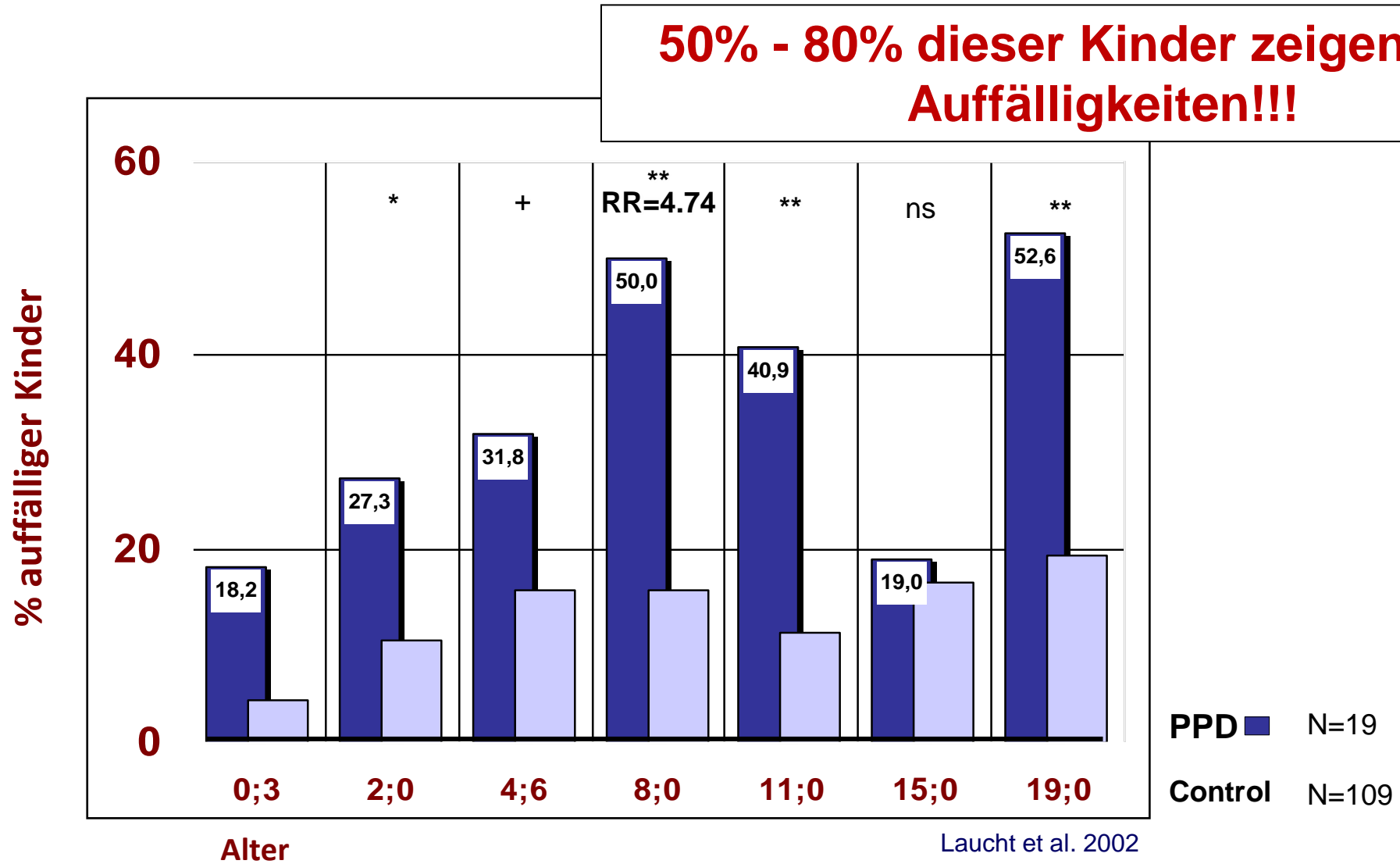
Psychische Erkrankung und Elternschaft

- Die kognitive und emotionale Entwicklung von Kindern psychisch kranker Eltern kann **langfristig** beeinträchtigt werden.
- Kinder psychisch kranker Eltern haben ein erhöhtes Risiko, selbst zu erkranken (Erkrankungsrisiko der Kinder um das 3-fache erhöht).
- Diese Kinder haben nicht unbedingt ein erhöhtes Risiko, die gleiche Erkrankung der Eltern zu entwickeln sondern überhaupt ein **allgemeines Risiko** für psychische Erkrankungen.
- Die Folgen einer elterlichen psychischen Erkrankung wirken umso schwerwiegender, je jünger die Kinder sind.

Die psychische Erkrankung eines Elternteils ist eine hohe Belastung für die ganze Familie, ist aber **kein Risikofaktor *per se***.

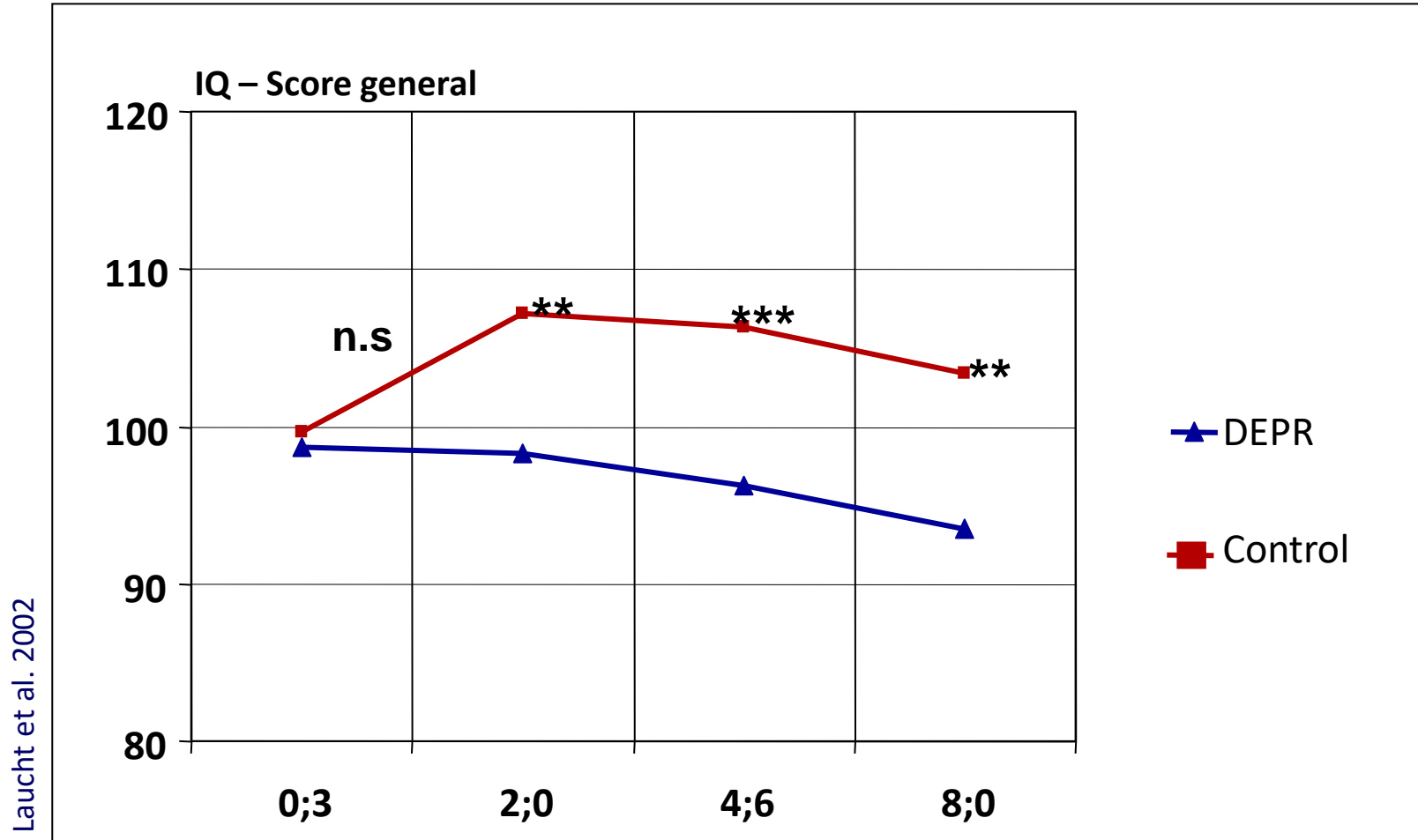


Langfristiger Effekt mütterlicher postpartaler depressive Symptomatik

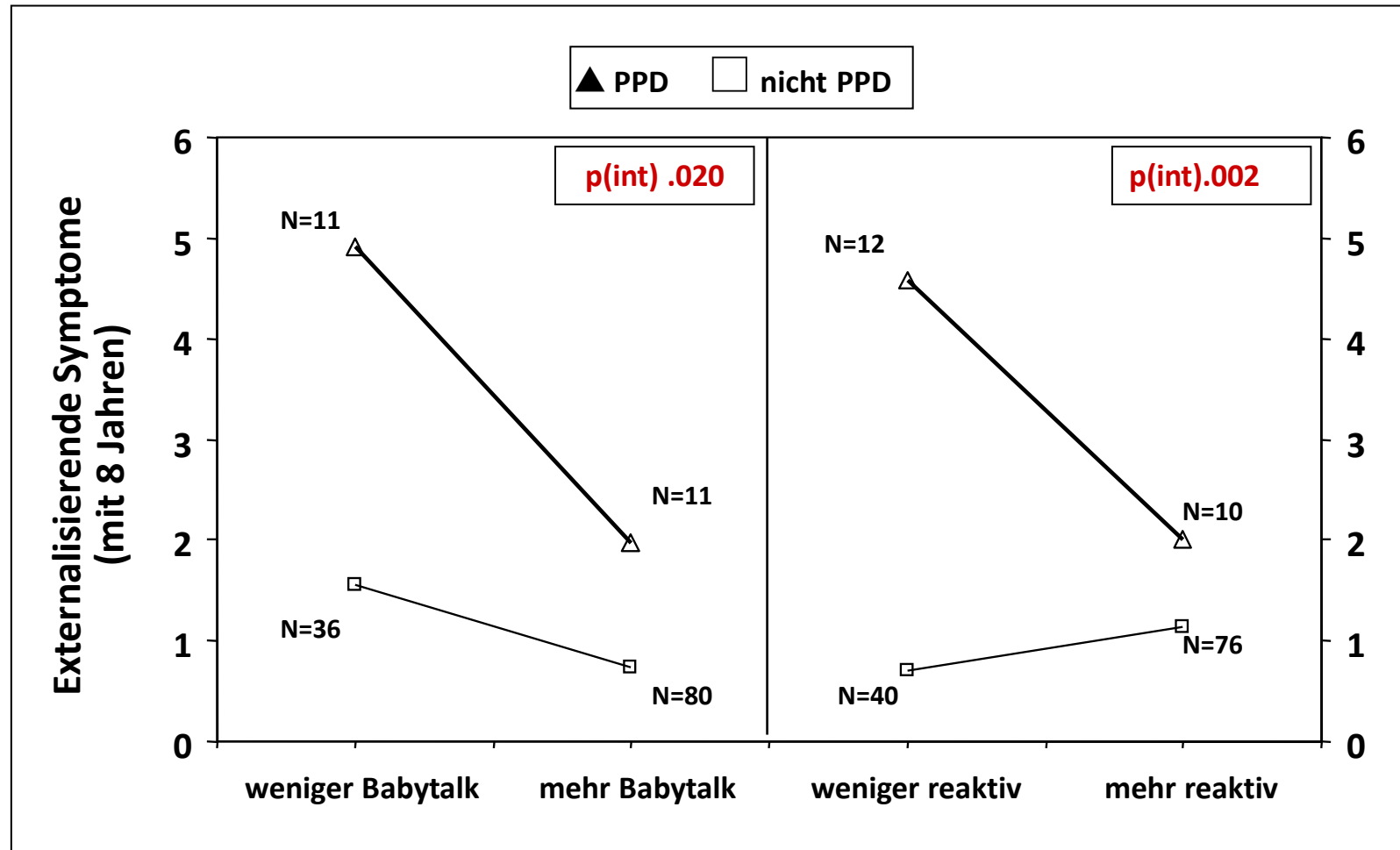


Langfristiger Effekt mütterlicher postpartaler depressive Symptomatik

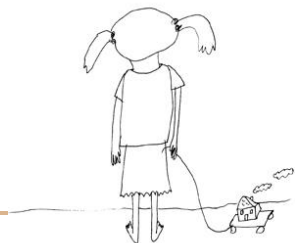
Kognitiver Entwicklung



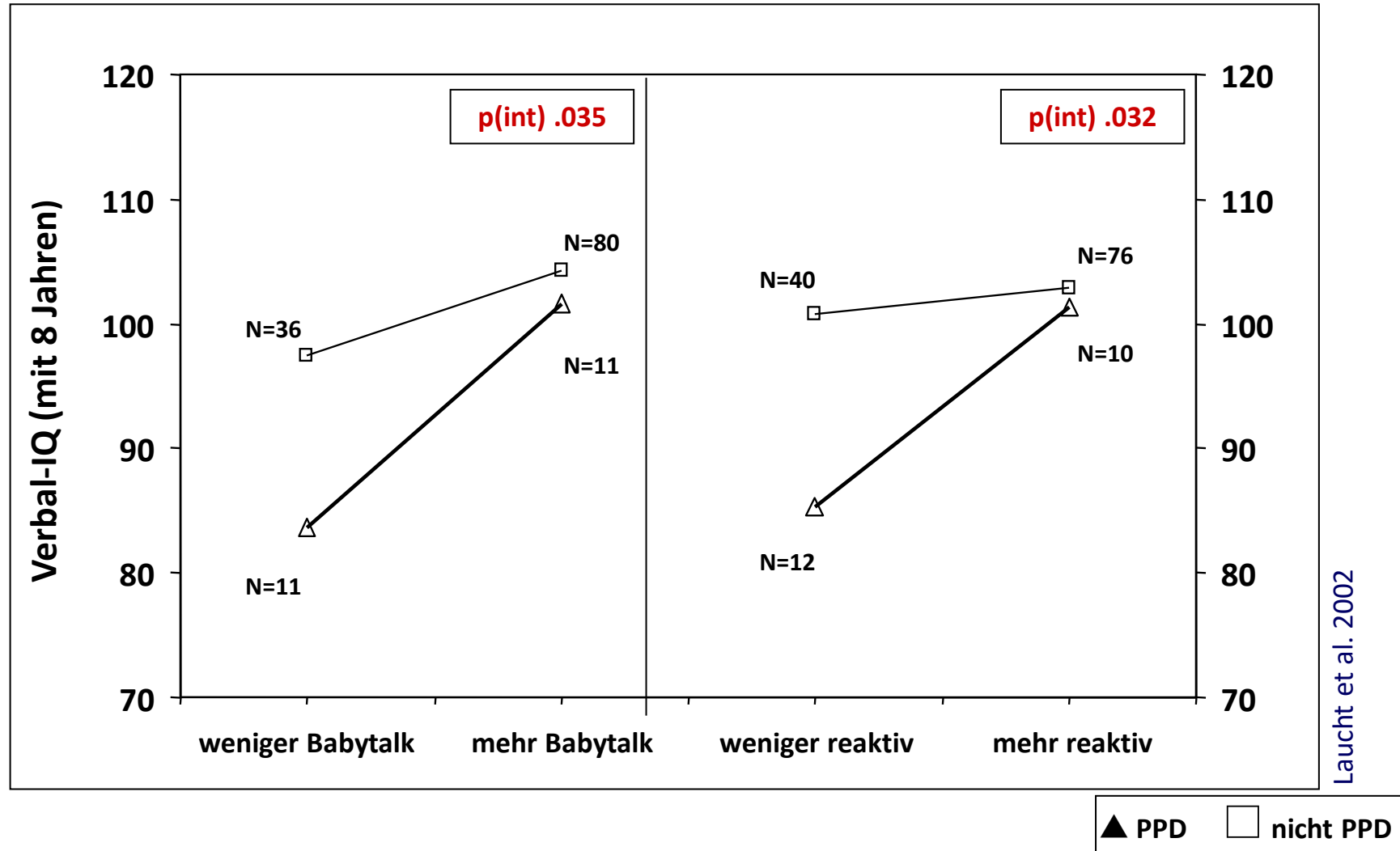
Psychische Erkrankung und Elternschaft



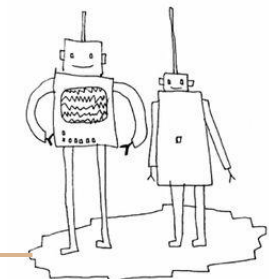
Laucht et al. 2002



Psychische Erkrankung und Elternschaft

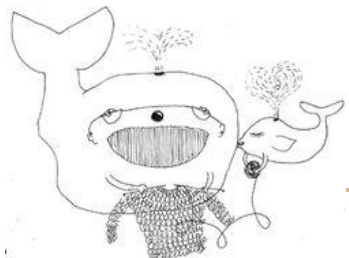


Laucht et al. 2002



Psychische Erkrankung und Elternschaft

- Als Transmissionsweg für die langfristige Beeinträchtigung der kindlichen Entwicklung wird die **Qualität der Eltern-Kind-Beziehung** diskutiert.
- Eine erfolgreiche Behandlung der Erkrankung führt **nicht direkt** zur Verbesserung der Qualität der Eltern-Kind-Beziehung (Forman et al., 2007; Poobalan et al., 2007). Deswegen müsste die Eltern-Kind-Beziehung auch Inhalt der Therapie sein.
- Wünschenswerte Inhalte der Therapie in der Peripartalzeit
 1. Standard psychiatrisch- / psychotherapeutische Behandlung (auch Pharmakotherapie!)
 2. Elternschaftsbezogene und beziehungsorientierte Inhalte
 3. Entwicklungspsychologische Aspekte
 4. Unterstützung der Eltern-Kind-Beziehung im Alltag und therapiebegleitende Interventionen zur Förderung der Eltern-Kind-Beziehung



Einige Worte zum Schluss....

- **Alle Eltern** sind in der Zeit um die Schwangerschaft, Geburt und nach der Geburt eines Kindes (Peripartalzeit) vulnerabel.
- **Väter sind aber schwer erreichbar und nicht leicht zu motivieren für die Inanspruchnahme von Hilfen!!**
- In der Peripartalzeit stehen beide Eltern regelmäßig in Kontakt mit dem Gesundheitssystem.
 - ➔ viele Möglichkeiten zur Prävention, Früherkennung von Symptomen und zur frühzeitigen Behandlung
- Das lokale Netzwerk nicht vergessen!!



Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

Dr. Patricia Trautmann-Villalba, Lic.Psic. UNC Arg.
www.stiftung-starke-bande.de
p.trautmann-villalba@stiftung-starke-bande.de

STARKE BANDE 
Stiftung für Familientherapie und -hilfe

