



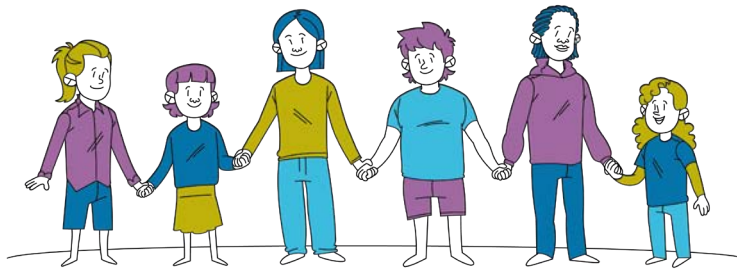
institut
kinderseele
schweiz

Jahresbericht 2025



«It is easier to build strong children
than to repair broken men.»

Frederick Douglass, Menschenrechtsaktivist und Politiker



Vorwort unseres Präsidenten



Sehr geehrte Leser:innen

Die zentrale Botschaft des letztjährigen Berichtes war, dass das Institut Kinderseele Schweiz zehn Jahre nach seiner Gründung den Wendepunkt von der Pionier- zur Differenzierungsphase überschritten hat, ein ermutigender Erfolg, den wir nicht zuletzt der Aufbauarbeit unserer Gründungsmitglieder Maja Ingold, Christine Gäumann und Kurt Albermann zu verdanken haben. Diese Differenzierungsphase, in der wir uns nun befinden, ist jedoch nicht weniger anspruchsvoll. Wir konnten sie mit Elan und Ideenreichtum angehen, was ohne das kontinuierliche Engagement unserer Geschäftsführerin Alessandra Weber und ihres gesamten Teams nicht möglich wäre. Im Namen des gesamten Stiftungsrates bedanke ich mich herzlich dafür!

Thematische Schwerpunkte, mit denen wir uns beschäftigen, sind die Weiterentwicklung unserer Strategie in einem von stetem Wandel geprägten gesundheitspolitischen Umfeld, Möglichkeiten einer noch stärkeren nationalen Vernetzung, auch über die Sprachgrenzen hinaus, sowie die Aktualisierung unseres «Internen Kontrollsystems», das ein wesentliches qualitätssicherndes Instrument darstellt. Der konkrete Einbezug der Mitarbeitenden in diese Entwicklungsprozesse ist uns ein besonderes Anliegen, dem auch die für Juni 2026 geplante Strategieretraite Rechnung tragen soll.

Unser mehrjähriges Projekt «CAPSY», das die Situation und vor allem die Bedürfnisse von Kindern in den Fokus rückt, deren Elternteil sich wegen einer (meist akuten) psychischen Erkrankung in stationärer Behandlung befindet, blieb auch im Berichtsjahr unter Rebecca Leins' umsichtiger Leitung auf gutem Kurs. Erfreulich ist die intensive und konstruktive Zusammenarbeit mit den beteiligten psychiatrischen Kliniken in den Kantonen Zürich und Thurgau. Uns wurde jedoch wieder einmal bewusst, wie herausfordernd es ist,

eine gute, praxisrelevante Idee nicht nur mit der täglichen Betreuungs- und Behandlungsarbeit zu verknüpfen, sondern sie auch genau dort zu verankern – und die dafür erforderlichen materiellen und ideellen Ressourcen bereit zu stellen.

Besonders freut mich die begonnene Umsetzung eines ebenso kreativen wie mutigen Vorhabens, nämlich die Erstellung eines illustrierten Kinderbuchs, das sich an Kinder ab 4 Jahren richtet und das schwierige Thema der Suizidalität eines Elternteiles in Wort und Bild adressiert. Unsere Stiftung entwickelt dieses Buch in Zusammenarbeit mit einer Expertengruppe, mit dem Autor Daniel Fehr sowie der Illustratorin Nina Wehrle. Es wird im Rahmen einer Fachveranstaltung am 10. September 2026 vorgestellt werden.

Im Stiftungsrat kam es zwar 2025 zu keinen personellen Veränderungen, wohl aber wurden solche angekündigt: Christine Gäumann und Thomas Zeltner werden nach langjähriger Tätigkeit in unserem Gremium im Laufe des Jahres 2026 ausscheiden. Der Stiftungsrat beschäftigt sich intensiv mit der Suche nach kompetenten und engagierten Persönlichkeiten, die ihre Nachfolge antreten könnten.

Ich bin sicher, dass Ihnen, geschätzte Leser:innen, der vorliegende Jahresbericht einen differenzierten und anregenden Überblick geben wird über die Arbeit des iks. Für Ihr Interesse danke ich und hoffe auf Ihre weitere wohlwollende Begleitung und Unterstützung unserer Stiftung.

Herzlich grüsst

Paul Hoff
Präsident des Stiftungsrates

Prävention zahlt sich aus

Im Jahr 2025 war die Prävention psychischer Störungen wiederholt ein Thema in der Schweiz. Das ist sehr zu begrüßen, denn diese verursachen eine zunehmende Krankheitslast und entsprechend hohe Gesundheitskosten.

Laut Prognosen der WHO wird Depression bis 2030 die weltweit häufigste Ursache für Krankheitsbelastungen sein. In den vergangenen Jahren hat sich die psychische Gesundheit verschlechtert – nicht nur in der Schweiz, sondern international. Ganz besonders beeinträchtigt wurde die psychische Gesundheit junger Menschen. Diese Entwicklung zeigt sich bereits seit 10 bis 15 Jahren, ein Ende scheint nicht in Sicht.

20'000 Franken jährliche Kosten pro erkrankte Person

Schon heute gehören psychische Erkrankungen zu den kostenträchtigsten Belastungen im Gesundheitswesen. Eine 2025 aktualisierte Studie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) zeigt, dass psychische Erkrankungen jährlich rund 14 Milliarden Franken an direkten und indirekten Gesundheitskosten verursachen. Gehen wir von 8 Prozent der Bevölkerung ab 15 Jahren aus, die wegen einer psychischen Erkrankung in Behandlung sind (Bundesamt für Statistik), verursacht eine psychisch erkrankte Person durchschnittlich pro Jahr direkte und indirekte Gesundheitskosten von rund 20'000 Franken.

Mit früher Hilfe Leid und Kosten verhindern

Psychische Erkrankungen werden oft erst spät erkannt, dabei gibt es bekannte Risikofaktoren, welche die Wahrscheinlichkeit für das Entstehen erhöhen. Eine frühzeitige Unterstützung von Kindern mit erhöhtem Erkrankungsrisiko wäre sehr wichtig. Im besten Fall kann so der Beginn einer Erkrankung verhindert werden.

Ein besonders einflussreicher Risikofaktor auf die psychische Gesundheit eines Kindes ist die psychi-

sche Erkrankung eines Elternteils. Es ist wissenschaftlich belegt, dass dieses Risiko mit gezielten präventiven Massnahmen gesenkt werden kann.

Doch wer bezahlt diese? Wenn es um die Prävention nichtübertragbarer Krankheiten geht, ist die Schweiz gemäss einem aktuellen internationalen Vergleich leider das Schlusslicht Europas. Eine präventiv geprägte Regelversorgung für Kinder psychisch kranker Eltern ist deshalb – wenn auch sehr wünschenswert – in absehbarer Zukunft nicht realistisch.

Schweizer System investiert erst, wenn Krankheit eintritt

Prävention hat erwiesenermassen ein grosses Potenzial zur Minderung von menschlichem Leid und Gesundheitskosten. Trotzdem wird sie hierzulande immer noch als zweitrangig gegenüber der Akutversorgung eingestuft.

Dies zeigt sich auch in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Vor einigen Jahren wurde im Kanton St. Gallen gezeigt, dass die Hälfte aller Kinder und Jugendlichen mit psychischen Problemen mindestens ein Elternteil hatte, der psychisch ebenfalls erkrankt war. Die Schweizer Versorgung greift offenbar erst, wenn die Kinder bereits selbst krank sind.

Schweizer Bevölkerung wünscht sich mehr Prävention

Dabei wünschen sich gemäss Schweizer Präventionsmonitor von gfs.bern 87 Prozent der Schweizer Bevölkerung einen Wandel von der Krankheitsbehandlung zur aktiven Förderung und Erhaltung der Gesundheit. Rund 65 Prozent befürworten zudem eine nationale Präventionsstrategie.



Mit der Erarbeitung einer solchen hat das Parlament den Bundesrat im Dezember beauftragt. Allerdings sollen die Ausgaben für Prävention nicht erhöht, sondern der Fokus auf mehr Effizienz und Effektivität gelegt werden. Dies ist durchaus zu begrüssen. Momentan sind die Verantwortlichkeiten in der Schweiz noch stark zersplittert, was die Kosten erhöht. Trotzdem können einige Präventionslücken nur mit gezielten Investitionen beseitigt werden. Um das Erkrankungsrisiko von Kindern psychisch erkrankter Eltern zu senken, braucht es beispielsweise dringend mehr Finanzierungshilfen aus der öffentlichen Hand.

Vorsichtig zuversichtlich

Verschiedene Entwicklungen im Jahr 2025 lassen Zuversicht aufkommen, dass die Prävention von psychischen Erkrankungen allmählich einen grösseren Stellenwert erhält. Dazu gehört beispielsweise die gut besuchte Public Health Conference, die sich dem Thema «In den mentalen Wohlstand investieren» widmete.

Auch der Bevölkerungsrat und der Zukunftsrat gewichten Prävention stark. Ersterer fordert eine Erhöhung der Ausgaben, während der Zukunftsrat

gesetzliche Rahmenbedingungen verlangt und mehr Massnahmen, um die Kompetenzen bei Eltern in Erziehungs- und Gesundheitsfragen sowie in der Früherkennung von Problemen zu stärken. Dazu gehört auch eine bessere Zugänglichkeit von Angeboten für gefährdete Familien.

In Prävention investieren, statt die Schäden zu erleiden

Gut zugängliche Angebote für gefährdete Familien gibt es bereits. Für Familien mit psychisch erkrankten Eltern bieten wir schon seit vielen Jahren niederschwellige Hilfe an. Jedes Jahr finden mehr Betroffene den Weg zu unseren Beratungsstellen. Die durchschnittlichen Kosten pro Fall betragen 1'400 Franken. Wenn wir mit unserem Beratungsangebot in nur 5 Prozent der betreuten Fälle dazu beitragen können, dass ein gefährdetes Kind dank der frühzeitigen Unterstützung gesund bleibt, hat sich die Investition in dieses Angebot bereits ausbezahlt.

Mit wenig viel bewirken

Digitale Informationsangebote sind besonders niederschwellig. Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil, ihre Angehörigen und Bekannten sowie Fachpersonen können sich dank des Angebots kinderseele.ch jederzeit ausführlich über mögliche Auswirkungen der Erkrankung auf die Kinder, den Umgang damit und Hilfsangebote informieren. Im Jahr 2025 registrierten wir auf dieser Plattform knapp 90'000 Seitenaufrufe.

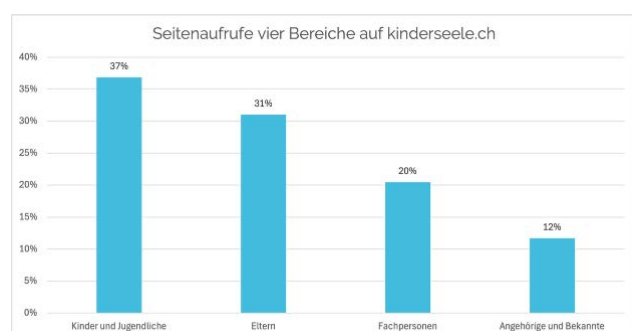
Die Nachfrage nach den Inhalten der Informationsplattform kinderseele.ch ist seit Jahren hoch. Herzstück der Plattform sind die vier verschiedenen Bereiche für Kinder & Jugendliche, Eltern, Angehörige & Bekannte und Fachpersonen. Diese sind unterschiedlich stark gefragt. Der Bereich für Kinder und Jugendliche wird mit Abstand am häufigsten besucht. Das ist sehr erfreulich, da sich Kinder und Jugendliche sehr selten von sich aus an unsere Beratungsstellen wenden. Mit kinderseele.ch steht ihnen ein Angebot zu Verfügung, mit Hilfe dessen sie sich viele Informationen über die Erkrankung ihrer Mutter oder ihres Vaters selbständig beschaffen können und Antworten auf zahlreiche in einer solchen Familiensituation übliche Fragen finden. Die Bereiche für Eltern und Fachpersonen erfreuen sich ebenfalls einer grossen Nachfrage. Angehörige und Bekannte von betroffenen Familien besuchen die Plattform mit gut 2'500 Seitenaufrufen deutlich weniger häufig.

Veränderung anstossen

kinderseele.ch bietet den Nutzer:innen auch die Möglichkeit, anonym beraten zu werden. Obschon diese Art der Beratung deutlich weniger oft genutzt wird wie die Angebote unserer Beratungsstelle, haben wir im November 2025 entschieden, nicht darauf zu verzichten, zumal das Beratungstool durch eine Zusammenarbeit mit Safezone (Bundesamt für Gesundheit) für uns kostenlos ist. Jene Ratsuchenden, welche die anonyme E-Beratung nutzen, würden ohne dieses Angebot mit ihren Fragen und Sorgen allein bleiben.

Dass auch mit einer kurzen E-Beratung einiges in Bewegung gebracht werden kann, zeigt die Rückmeldung einer 17-jährigen Ratsuchenden:

Vielen herzlichen Dank für Ihre super Unterstützung. Es hat wirklich enorm viel geholfen. Auch ihre Tipps waren super und Ihre Ermutigungen haben mich auch wirklich sehr ermutigt. Und es war auch gut zu hören, dass wenn ich nicht auf meine Eltern aufpassen kann oder nicht helfen kann, dann kann ich immer noch mir helfen und schauen, dass ich mit der Situation umgehen kann und sie akzeptieren kann. Denn das ist wahr. Schlussendlich lebe ich mein Leben und ich muss schauen, dass es auch für mich gut ist und nicht nur für alle anderen. Ich habe echt viel Neues wieder über die ganze Situation gelernt. Vielen Dank für alles!





Erkrankungen der Kinder vorbeugen



Ein sehr wirkungsvolles Angebot unserer Stiftung ist jenes der beiden Beratungsstellen im Kanton Zürich. 256 Ratsuchende haben sich im Jahr 2025 an diese Stellen gewendet, zudem wurden 169 Mütter und Väter aufsuchend in den Familienzentren von Winterthur und dem Bezirk Meilen beraten.

Ein auf die Bedürfnisse von Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil zugeschnittenes Beratungsangebot ist eine sehr effektive Massnahme, um für die betroffenen Kinder eine Entlastung zu erreichen. Zudem wird in der Regel auch der Genesungsprozess des erkrankten Elternteils positiv beeinflusst, wenn die Familie bei der Bewältigung der Belastungen unterstützt wird.

Psychoedukation und spezielle Hilfen

Der bekannte Kinder- und Jugendpsychotherapeut Prof. Dr. Fritz Mattejat strich in einem Artikel im Deutschen Ärzteblatt schon im Jahr 2008 heraus, wie wichtig psychosoziale Begleitung betroffener Familien für die psychische Gesundheit der Kinder ist: «Es ist wissenschaftlich belegt, dass die gesunde Entwicklung der Risikogruppe «Kinder psychisch erkrankter Eltern» am effektivsten unterstützt wird, wenn die häufig vorhandenen psychosozialen Belastungen reduziert und individuelle und soziale Schutzfaktoren gestärkt werden. Psychische Auffälligkeiten der Kinder können reduziert werden, wenn...

1. ...die elterliche Erkrankung erfolgreich behandelt wird.
2. ...die Behandlung der Eltern mit psychoedukativen Interventionen begleitet wird.
3. ...die Behandlung der Eltern mit speziellen Hilfen ergänzt wird, die an die jeweilige Situation der Familie angepasst sind.

Der Fokus unseres Beratungsangebots liegt exakt auf den von Mattejat betonten Aspekten. Manche Eltern, die sich an uns wenden, sind stark psychisch belastet, befinden sich aber noch nicht in einer

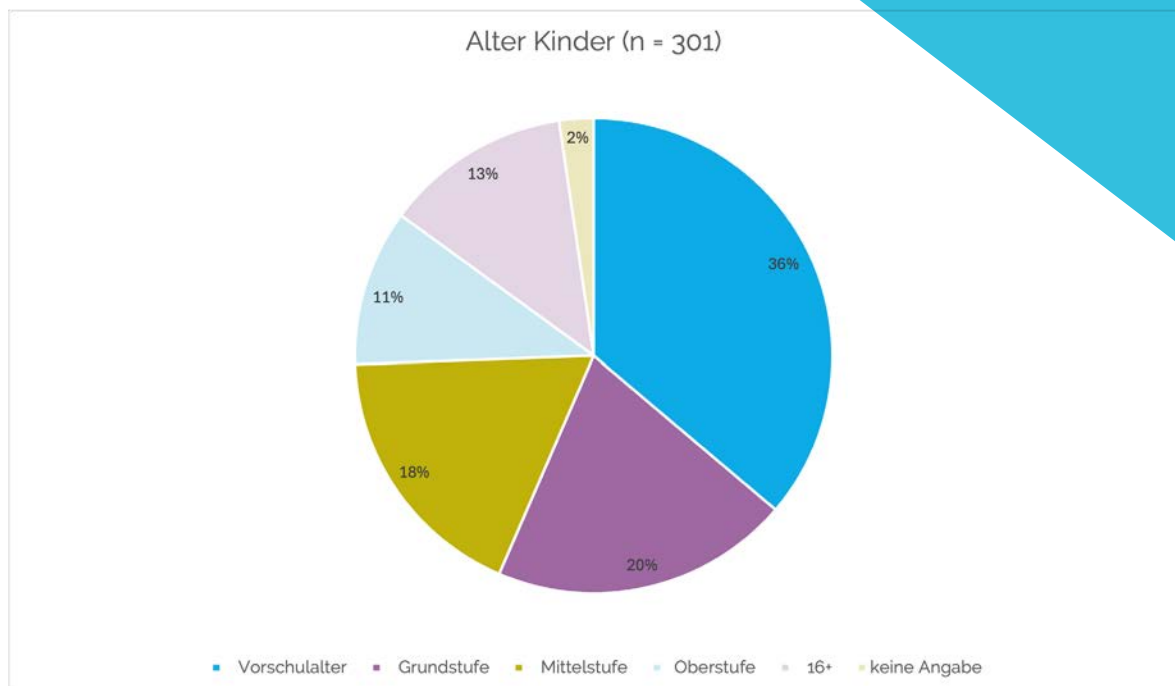
psychotherapeutischen Behandlung. Die Psychologinnen in unserem Team schätzen die Belastungen und Symptome dieses Elternteils ein und regen bei Bedarf an, dass eine professionelle Behandlung gesucht wird. Da Therapieplätze rar sind, hilft unser Team den Betroffenen auch bei der Suche nach einer passenden Behandlung.

Psychoedukation wie Information der Eltern über die Bedürfnisse der Kinder, Ermutigung zur offenen Kommunikation über die Erkrankung in der Familie, Aufklärung der Kinder über die Erkrankung des Elternteils und darüber, dass die Kinder keine Schuld an dieser haben, ist ein zweiter zentraler Pfeiler des Angebots. Und nicht zuletzt begleiten die Beraterinnen die Familien dabei, die passende Unterstützung und Entlastung für alle Familienmitglieder zu erhalten. Hierzu zählen beispielsweise sozialpädagogische Familienhilfe, eine Haushaltshilfe, Jugendcoaching, therapeutische Unterstützung für die Kinder oder spezielle Angebote wie beispielsweise Gruppen für die Kinder oder die Eltern.

Aufwändig und doch kostengünstig

Bei einem grossen Teil der Fälle, die von unseren Beratungsstellen im Jahr 2025 betreut wurden, fand mehr als eine Beratung statt. Der aufwändigste Fall umfasste 20 Beratungen, drei davon aufsuchend bei der Familie zuhause.

Die Beratungsgespräche nehmen viel Zeit in Anspruch. Familiengespräche oder aufsuchende Beratungen dauern in der Regel zwei Stunden. Auch die Erstgespräche erfordern mindestens eineinhalb Stunden, bis sich die Beraterin ein detailliertes Bild der aktuellen Familiensituation verschaffen kann.



Insgesamt machen die Beratungen nur einen Drittel aller Tätigkeiten aus, die notwendig sind, um eine betroffene Familie hilfreich zu unterstützen. Nebst den Beratungsgesprächen braucht es oft auch diverse Abklärungen, Recherchen und die Koordination mit anderen involvierten Fachpersonen. Trotz dieser teils grossen Aufwände kostete ein Fall im Jahr 2025 durchschnittlich nur 1'400 Franken. Bei mindestens 167 Fällen wurden mit den Beratungen mehrere Familienmitglieder erreicht. Im Vergleich zu den hohen Gesundheitskosten, welche eine psychische Erkrankung eines betroffenen Kindes verursachen würde, sind diese finanziellen Aufwände gering.

Familien nutzen das Angebot am meisten

60 Prozent der Ratsuchenden leben im Kanton Zürich, Zweidrittel von ihnen sind Eltern. Die Hälfte dieser Eltern ist selbst von einer psychischen Erkrankung betroffen. Mütter (73%) wenden sich deutlich häufiger an die Beratungsstellen als Väter (27%). Auch Fachpersonen nutzen das Angebot, sie machen 15 Prozent aller Ratsuchenden aus. Die Beratungen von Fachpersonen sind meist einmalig.

Kinder wenden sich sehr selten von sich aus an die Beratungsstelle. Nur 6 Prozent aller Ratsuchenden sind Kinder. Wenn Eltern beraten werden, finden aber – wann immer möglich – im Beratungsverlauf auch Gespräche mit den Kindern statt. Direkt und indirekt wurden mit dem Beratungsangebot auf diese Weise 301 Kinder und Jugendliche erreicht, deren Alter sich auf alle Entwicklungsphasen verteilt, wobei

Kinder im Vorschulalter die grösste Gruppe ausmachen.

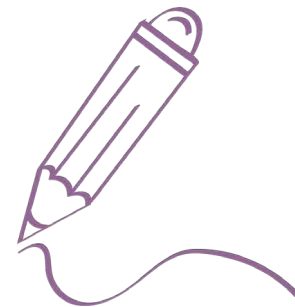
Bereits die Erstberatung stärkt

In einer qualitativen Umfrage, die von einem Drittel der Ratsuchenden nach der Erstberatung ausgefüllt wurde, gaben alle an, dass sie die Beratungsstelle weiterempfehlen würden.

Ebenfalls ausnahmslos alle befanden, dass sie hilfreiche Tipps erhalten haben. 96 Prozent hatten das Gefühl, die Herausforderungen, die durch die psychische Erkrankung in der Familie entstehen, besser meistern zu können.

Zudem fühlten sich über 83 Prozent nach dem ersten Gespräch schon sicherer darin, mit den Kindern über die psychische Erkrankung zu sprechen, gaben an, nun besser zu wissen, wie sie ihr Kind entlasten können und fühlten sich in ihrer Elternrolle gestärkt. Es ist anzunehmen, dass diese Werte nach Ende einer längeren Beratungssequenz noch besser ausfallen würden. Bislang wurde dies aber nicht erhoben, da sich die Länge der Beratungssequenzen stark unterscheidet und eine Vergleichbarkeit der Aussagen damit schwierig würde.

Psychoedukation schützt



Das Weiterbildungspaket «Stärkung von Kindern psychisch kranker Eltern» wurde auch im Jahr 2025 rege genutzt. 1'303 Fachpersonen haben die E-Learnings besucht. Die Workshops verzeichneten 125 Teilnehmer:innen. Auf sehr grossen Anklang stiessen die beiden neuen psychoedukativen Broschüren für betroffene Eltern und Kinder.

Wie bereits in diesem Bericht erwähnt, ist es wissenschaftlich erwiesen, dass psychische Auffälligkeiten der Kinder unter anderem reduziert werden können, wenn die Behandlung der Eltern mit psychoedukativen Interventionen begleitet wird. Psychoedukation ist ein Kernelement der Weiterbildungen «Stärkung von Kindern psychisch kranker Eltern». Fachpersonen aus der Erwachsenenpsychiatrie und Suchtberatung eignen sich in den verschiedenen Weiterbildungsmodulen Wissen darüber an, wie sich eine psychische Erkrankung der Mutter oder des Vaters auf das kindliche Befinden auswirken kann, was Kinder in dieser belastenden Familiensituation oft brauchen, wie die Erkrankung den Kindern erklärt werden kann, wie Ressourcen gestärkt werden und wie Kinder gut auf eine Notsituation vorbereitet sind. Sie lernen zudem, wie sie dieses Wissen den Eltern weitergeben können, üben Reaktionen auf Widerstände der Eltern in Gesprächen über die Kinder und beschäftigen sich mit dem Einschätzen des Kindeswohls.

Gute Anwendbarkeit in der Praxis

Die Rückmeldungen aus den Workshops waren äusserst positiv: 75 Prozent der Teilnehmenden gaben an, dass die Workshops durchwegs für sie relevantes Wissen vermittelt haben, die restlichen 25 Prozent fanden, dass sie zumindest grösstenteils relevantes Wissen erhalten haben. 77 Prozent fanden, dass sie das Gelernte sehr gut in der Praxis werden anwenden können, während die übrigen 23 Prozent wiederum befanden, dass sie das Wissen zumindest teilweise bei ihrer Arbeit werden anwenden können. Ausnahmslos alle Teilnehmer:innen gaben an, dass sie die Workshops weiterempfehlen würden.

Hohe Nachfrage nach Broschüren

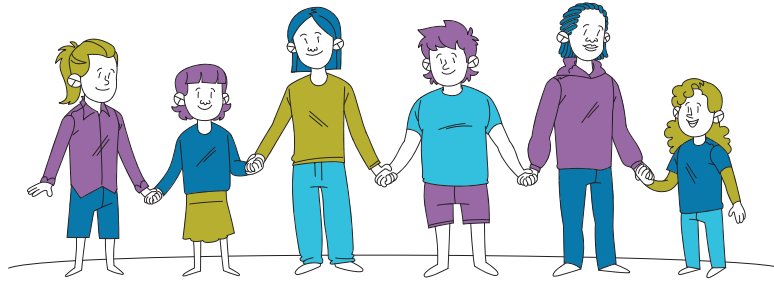
Besonders positiv war die Resonanz der Fachpersonen auf zwei psychoedukative Broschüren, die bis im Sommer 2025 entwickelt und im Rahmen des Projekts an verschiedene Institutionen in den Kantonen Aargau, Basel-Stadt und Bern kostenlos verteilt wurden. Zahlreiche Fachstellen haben bis Ende Jahr bereits Broschüren nachbestellt.

Die Broschüre für Eltern vermittelt die wichtigsten Informationen über Schutzfaktoren der Kinder, wie Eltern ihre Kinder unterstützen können und wo sie selbst Hilfe finden.

Die Broschüre für Kinder ist im beliebten «Graphic Novel»-Stil gehalten und zeigt Kindern ab 8 Jahren auf, was eine psychische Erkrankung ist, wie sie sich auf das Verhalten und die Gefühle ihrer Mutter oder ihres Vaters auswirken kann, wie sie selbst damit umgehen können und regt sie dazu an, herauszufinden, was ihnen in dieser Situation guttut.

Du bist nicht allein

Eine Broschüre für Kinder psychisch kranker Eltern



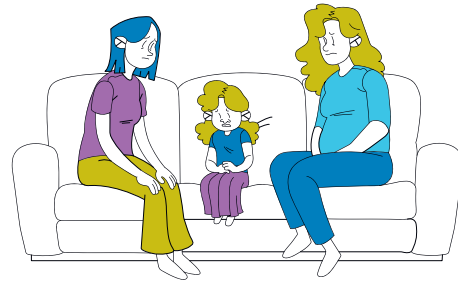
Du liest diese Broschüre, weil in deiner Familie etwas anders ist – deinem Vater oder deiner Mutter geht es nicht gut, weil er oder sie eine **psychische Krankheit** hat.

Was ist eine **psychische Krankheit** überhaupt? Was hat sich bei euch verändert? Kann es wieder besser werden? Bestimmt hast du viele Fragen???

In dieser Broschüre findest du ein paar Antworten.



Mit anderen zu reden, kann dir dabei helfen, dich weniger allein zu fühlen. Meist geht es einem besser, wenn man darüber spricht.



Mit deinen Eltern zu sprechen wäre das Allerbeste, wenn es geht!



Deine Eltern merken das vielleicht, aber sie wissen oft nicht, wie sie das ändern können.

Was ist eine psychische Krankheit?

1. Eine **psychische Krankheit** verändert, wie eine Person denkt, fühlt oder handelt: normalerweise haben wir ganz viele verschiedene Gefühle. Mal sind wir traurig, mal fröhlich, mal wütend, mal müde. Das kennst du bestimmt auch. Bei einer **psychischen Krankheit** hat man häufig fast nur noch ein Gefühl oder auch fast keine Gefühl mehr, z.B. ist man nur noch traurig oder hat ganz viel Angst. Das führt dann dazu, dass auch die Gedanken von diesem Gefühl beeinflusst werden.



Psychiatrische Klinik

Es kann sein, dass dein Papa oder deine Mama für eine Weile in eine psychiatrische Klinik geht. Das ist ein spezielles Spital für Menschen mit psychischer Krankheit. Dort gibt es ein ganzes Team von Menschen, das sich um deine Mama oder deinen Papa kümmert.



Impressionen aus der Kinderbroschüre

Systemischer Blick in der Behandlung



Seit drei Jahren verfolgen wir mit dem Projekt CAPSY (Children and Adolescents in Adult Psychiatry) das Ziel, dass Patient:innen während einer stationären Behandlung auch in ihrer Rolle als Eltern wahrgenommen und so unterstützt werden, dass ihre Kinder Entlastung erfahren und mehr Sicherheit gewinnen.

Die Pilotprojektphase von CAPSY dauert noch ein Jahr. Danach wird definitiv Bilanz gezogen und entschieden, was gut funktioniert hat, was weniger, und wie es weitergehen wird. Die Projektleiterin Rebecca Leins und die Familienberaterin und -begleiterin Annicka Schläpfer berichten über ihre bisherigen Erfahrungen mit dem Projekt und blicken voraus.

Rebecca, wenn du drei Jahre zurückblickst: welches waren deine damaligen Erwartungen an CAPSY?

Ich freute mich darauf, in den vier Projektjahren Fachpersonen aus ganz unterschiedlichen Fachrichtungen zu begleiten und darauf hinzuarbeiten, die Kinder der stationär behandelten Patient:innen sichtbarer zu machen und zu unterstützen. Ich war neugierig darauf, wie uns das am besten gelingen würde und darauf, wie unterschiedlich die Ausgangslagen in den vier Pilotkliniken sein würden. Gleichzeitig erwartete ich angesichts der angespannten Ressourcenlage in der psychiatrischen Versorgungslandschaft, dass wir wahrscheinlich auf Teams unter beträchtlichem Druck treffen würden und wir daher anfangs noch etwas Motivationsarbeit leisten müssen.

Was hat sich wie erwartet entwickelt?

Was sich klar gezeigt hat, ist, dass die Teams tatsächlich unter grossem Ressourcendruck stehen und es für sie nicht einfach ist, sich die Zeit für die Projektarbeit zu organisieren. Umso mehr freute uns die grosse Motivation und Wichtigkeit, die viele Fachpersonen unserem Anliegen von Anfang an entgegenbrachten. Wir haben versucht, unsere Vorgehensweise möglichst flexibel auf die Kliniken anzupassen und das hat sich meiner Meinung nach bewährt: Alle Teams sind auch nach drei Jahren Projekt immer noch mit im Boot und einige Kliniken

haben das Projekt mittlerweile sogar intern ausgeweitet, was uns natürlich sehr freut.

Was war anders und wie habt ihr darauf reagiert?

Zu Beginn des Projekts konnten die Kliniken wählen, welche Flughöhe das Projekt in ihrer Pilotstation haben sollte. Zur Auswahl standen Basic (Fokus: Wahrnehmung und Dokumentation der Kinder, Weiterleitung an unterstützende Stellen), Medium (Fokus: Basic + explizite Bearbeitung der Elternrolle während der Behandlung) und Broad (Fokus: Medium + Arbeit mit der ganzen Familie). Wahrscheinlich auch aufgrund des hohen Ressourcendrucks hat sich keine Klinik für das Paket Broad entschieden. Wir haben darauf reagiert, indem wir diesen wichtigen Teil der Unterstützung der ganzen Familie vermehrt in die sowieso geplante Beratungs- und Koordinationsstelle (FaBeKo) integriert haben und eine Art «externes» Massnahmenpaket Broad geschaffen haben.

Welches sind deine Wünsche und Ziele für das letzte Projektjahr?

Ich wünsche mir, dass wir weiterhin so gut mit den Kliniken zusammenarbeiten. Das hauptsächliche Ziel ist es dabei, das Projekt gut abzuschliessen und bereits jetzt darauf hinzuarbeiten, was wir längerfristig gemeinsam mit den erwachsenenpsychiatrischen Kliniken tun können, um die Kinder von stationär behandelten Patient:innen und deren ganze Familie zu unterstützen.



Annicka, du berätst und begleitest die Patient:innen und ihre Familien. Beschreibst du bitte, wie du das genau tust?

Ich führe auf den Pilotstationen jeweils ein Mal im Monat Elternsprechstunden durch. Das Team meldet Elternteile an, bei welchen komplexere familiäre Fragestellungen im Raum stehen, die über die Kapazität der stationären Behandlungsteams hinausgehen. Gemeinsam mit dem Elternteil beleuchten wir die Situation der Kinder auf folgende Fragen: Sind die Kinder gut betreut oder braucht es hier Unterstützung? Wie geht es den betreuenden Angehörigen? Was wissen die Kinder, wo die Mutter oder der Vater sich gerade aufhält? Wie können die Eltern dies und ihre Erkrankung kindgerecht erklären? Zudem biete ich Raum für Sorgen und Unsicherheiten. Die Patient:innen erfahren, dass sie das Angebot auch über den stationären Aufenthalt hinaus nutzen können, was sehr viele erleichtert, da gerade der Übergang zurück in den Familienalltag häufig schwierig ist.

Du arbeitest in eigener Praxis auch psychotherapeutisch. Wie unterscheidet sich deine Arbeit beim iks von jener Tätigkeit?

In meiner Praxistätigkeit liegt der Schwerpunkt auf der vertieften Erarbeitung von Strategien rund um den Umgang mit einer vorhandenen Erkrankung, dabei liegt der Fokus auf dem Anliegen der Patient:in. In meiner beraterischen Tätigkeit ist der Blick klar auf die Elternrolle gerichtet und die Auswirkungen der Erkrankungen auf die Kinder. Dafür ist ein hohes Wissen über psychopathologische Zusammenhänge von Nöten und deren Wirkungen im Familiensystem. Ebenfalls wird in Beratungen zum Wohl des Kindes etwas direkter und auch wohlwollend konfrontativ vorgegangen, um ein Verständnis für die Bedürfnisse der Kinder herzustellen oder auch, was gar nicht so selten vorkommt, für den Schutz des Kindes einzustehen.

Welches sind aus deiner persönlichen Erfahrung die grössten Vorteile dieser Begleitung?

Meine persönlichen Erfahrungen sind, dass die Eltern das Angebot häufig erstaunlich offen annehmen, erleichtert sind, dass jemand für die Familie schaut - und dies auf freiwilliger Basis. Viele haben Angst vor der KESB.

Uns wird häufig rückgemeldet, dass die Familien sehr erleichtert sind über das Erfahrungswissen von komplexen Zusammenhängen in diesen schwierigen Phasen und angemessene Unterstützung. Auch von Seiten der Kolleg:innen der Erwachsenenpsychiatrie erlebe ich grossen Zuspruch für das Angebot.

Gab es auch Stolpersteine bzw. Grenzen?

Grenzen sind zeitliche Kapazitäten bei sehr komplexen Fällen und zum Teil Elternteile, die wenig Krankheitseinsicht zeigen, aber auch da bleiben wir dran.

Wie blickst du voraus auf das letzte Projektjahr?

Das Angebot hat sich sehr gut eingespielt. So darf es gerne weitergehen. Ich konnte in den vergangenen Monaten viele Elternteile, auch gerade getrenntlebende, zusammenbringen, um auf das Wohl der Kinder zu schauen. Ebenso habe ich viele Kinder und Jugendliche gesehen und adäquate Unterstützung aufbauen können. Dabei habe ich an verschiedensten Orten Kinder besucht, Diagnosen der Eltern nach Absprache auf freiem Feld erklärt, in Stuben sowie bei mir im Büro. Ich bin überzeugt, dass dieses Projekt eine hohe Wirksamkeit hat und bin sehr daran interessiert, dass es weiter finanziert werden kann.

Über das Unausprechbare reden



Unsere Arbeit mit psychisch erkrankten Eltern zeigt uns täglich auf, wie schwierig es den meisten fällt, offen über die Erkrankung und das, was sie in der Familie auslöst, zu sprechen. Dabei bewältigen die Kinder diese Belastungssituation besser, wenn sie verstehen, was los ist. Hilfsmittel wie unser Kinderbuch oder die Informationsblätter für Eltern sollen dazu beitragen, dass das Schweigen durchbrochen wird.

Im Auftrag des Kantons Zürich entstehen seit Herbst 2025 zehn Informationsblätter über die häufigsten psychischen Erkrankungen. Psychisch erkrankte Eltern und deren Partner:innen erfahren dank der Informationsblätter mehr über die jeweilige psychische Erkrankung und wie sie sich auf ihr Kind auswirken kann. Sie wissen, was sie für das Kind tun können und wie sie das Kind gut über die belastende Situation informieren und seine Fragen dazu beantworten können. Die Informationsblätter werden im Verlauf des Jahres 2026 im Kanton Zürich an betroffene Familien und Fachstellen verteilt.

Seit Februar 2025 erarbeiten wir zusammen mit dem Kinderbuchautor Daniel Fehr und der Illustratorin Nina Wehrle ein narratives Kinderbuch zum Thema «Suizidgedanken von Eltern». Im Mittelpunkt steht die beispielhafte Geschichte von Jori. Zusammen mit Jori lernen betroffene Kinder, dass es sehr verwirrend und beängstigend ist, wenn die Mama oder der Papa nicht mehr da sein möchte. Sie erkennen, dass es in Ordnung ist, deswegen wütend zu sein

oder noch ganz viele andere intensive Gefühle zu spüren. Und sie verstehen, dass sie trotzdem noch lachen dürfen.

Erste Einblicke in Joris Welt gewähren wir Ihnen bereits in diesem Jahresbericht.



Meine Mama ist nicht da. Obwohl ich sie sehen kann.
 Ich kann sie berühren. Aber sie berührt mich nicht.
 Wenn ich ihre Hand nehme, ist sie schlaff, ganz ohne Druck.
 Ich mache ihr einen Tee. Warmer Tee ist gut.



«Ich bin ja eh nur noch eine Last für euch»,
 hat Mama gesagt.
 Bin ich auch eine Last? Ich mache mich zu Hause
 unsichtbar. Wenn ich nicht da bin, kann ich keine
 Last für Mama sein

Hast du das auch gehört?
 Ich warte.
 Ich bin nicht da.
 Ich bin unsichtbar.
 Dann gehe ich nachsehen.

Einblicke ins Kinderbuch "ohne mich! Als Mama nicht mehr da sein wollte."

Text: Daniel Fehr, Illustrationen: Nina Wehrle

Unsere Jahresrechnung 2025



BILANZ per 31. Dezember 2025 in CHF

AKTIVEN	Berichtsjahr	Vorjahr
Flüssige Mittel	1'520'365	1'678'861
Aktive Rechnungsabgrenzung	7'626	19'818
Total Umlaufvermögen	1'527'991	1'698'679
Finanzanlagen ggü. Dritten	23'027	23'023
Mobile Sachanlagen	25'867	36'213
Total Anlagevermögen	48'893	59'236
Total Aktiven	1'576'884	1'757'915
Passiven		
Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen ggü. Dritten	5'348	72'130
Andere kurzfristige Verbindlichkeiten ggü. Dritten	22'055	7'552
Passive Rechnungsabgrenzung	19'409	11'826
Total Fremdkapital kurzfristig	46'812	91'508
Fondskapital ¹	699'732	836'739
Total Fondskapital	699'732	836'739
Stiftungskapital	100'000	100'000
Fonds Geschäftsstelle	691'000	691'000
Gewinnvortrag	38'668	30'524
Jahresergebnis	672	8'144
Total Organisationskapital	830'340	829'668
Total Passiven	1'576'884	1'757'915

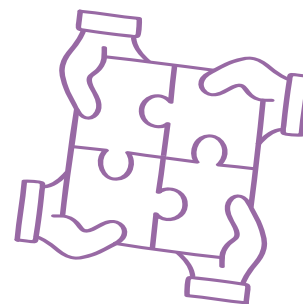
¹Das Fondskapital besteht aus folgenden zweckgebundenen Fonds: Rückstellungen (100'000), Fonds Angebot Onlineplattform (34'813), Fonds Fortführung Beratungsstelle Winterthur (79'549), Fonds Fortführung Beratungsstelle Männedorf (99'963), Fonds Kinderbuch Suizidalität (20'024), Fonds Projekt CAPSY (348'621), Fonds Evaluation CAPSY (7'448), Fonds Weiterbildungspaket (6'316) und Fonds Informationsblätter (2'997)

Revisionsstelle: Thalman Treuhand AG, Weinfelden | Jahresrechnung gemäss den Vorschriften des Schweizer Gesetzes, insbesondere Artikel über die kaufmännische Buchführung und Rechnungslegung des Obligationenrechts (Art. 957 bis 962). Der Revisionsbericht mit detaillierter Jahresrechnung kann über info@kinderseele.ch angefordert werden.

Erfolgsrechnung 1. Januar 2025 bis 31. Dezember 2025 in CHF

Betriebsertrag	Berichtsjahr	Vorjahr
Ertrag aus Spenden	252'155	239'934
Ertrag aus projektgebundenen Spenden	742'229	896'536
Ertrag aus Dienstleistungen	10'060	17'391
Ertrag aus Projekten	617'124	556'204
Total Betriebsertrag	1'621'568	1'710'065
Betriebsaufwand		
Projekt- und Dienstleistungsaufwand	-879'236	-990'580
Personalaufwand	-799'219	-668'921
Aufwand Veranstaltungen	-1'171	-13'381
Verwaltungsaufwand	-20'370	-26'422
Öffentlicher Auftritt	-9'563	-13'565
Fundraising	-17'079	-14'808
Mitgliedschaften	-4'713	-4'713
EDV-Support	-15'726	-21'196
Reisespesen, Kundenbetreuung und Vernetzung	-1'376	-1'388
Total Betriebsaufwand	-1'748'453	-1'754'976
Betriebsergebnis	-126'885	-44'911
Total Betriebsergebnis	-126'885	-44'911
Abschreibungen	-10'347	-5'173
EBIT (Betriebsergebnis vor Zinsen und Steuern)	-137'232	-50'084
Finanzerfolg		
Finanzertrag	1'106	10'060
Finanzaufwand	-209	-326
Total Finanzerfolg	897	9'734
Ausserordentlicher, einmaliger oder periodenfremder Ertrag	0	22'450
Total Ausserordentlicher und betriebsfremder Erfolg	0	22'450
Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals	-136'335	-17'900
Zuweisungen Fonds Kapital	-742'229	-896'536
Verwendungen Fonds Kapital	879'236	990'580
Veränderung Fondskapital	137'007	94'044
Jahresergebnis (vor Zuweisung an Organisationskapital)	672	76'144
Zuweisung Fonds Geschäftsstelle	0	-68'000
Jahresergebnis	672	8'144

Unser Stiftungsrat



Paul Hoff, Präsident
ehemaliger Chefarzt
und stellver-
tretender Klinik-
direktor an der Psy-
chiatrischen
Universitätsklinik
Zürich



Hanspeter Conrad
ehemaliger Spital-
direktor der Integ-
rierten Psychiatrie
Winterthur



Heini Dändliker
Leiter Key Account
Management bei
der Zürcher
Kantonalbank



Christine Gäumann
ehemalige Be-
reichsleiterin der
Adoleszentenpsy-
chiatry an der Inte-
grierten Psychiatrie
Winterthur



Thomas Zeltner
Präsident Schweizerisches Rotes Kreuz,
ehemaliger Direktor
Bundesamt für
Gesundheit



**Marcel Riesen-Kup-
per**
ehemaliger Leiten-
der Oberjugend-
anwalt des Kantons
Zürich



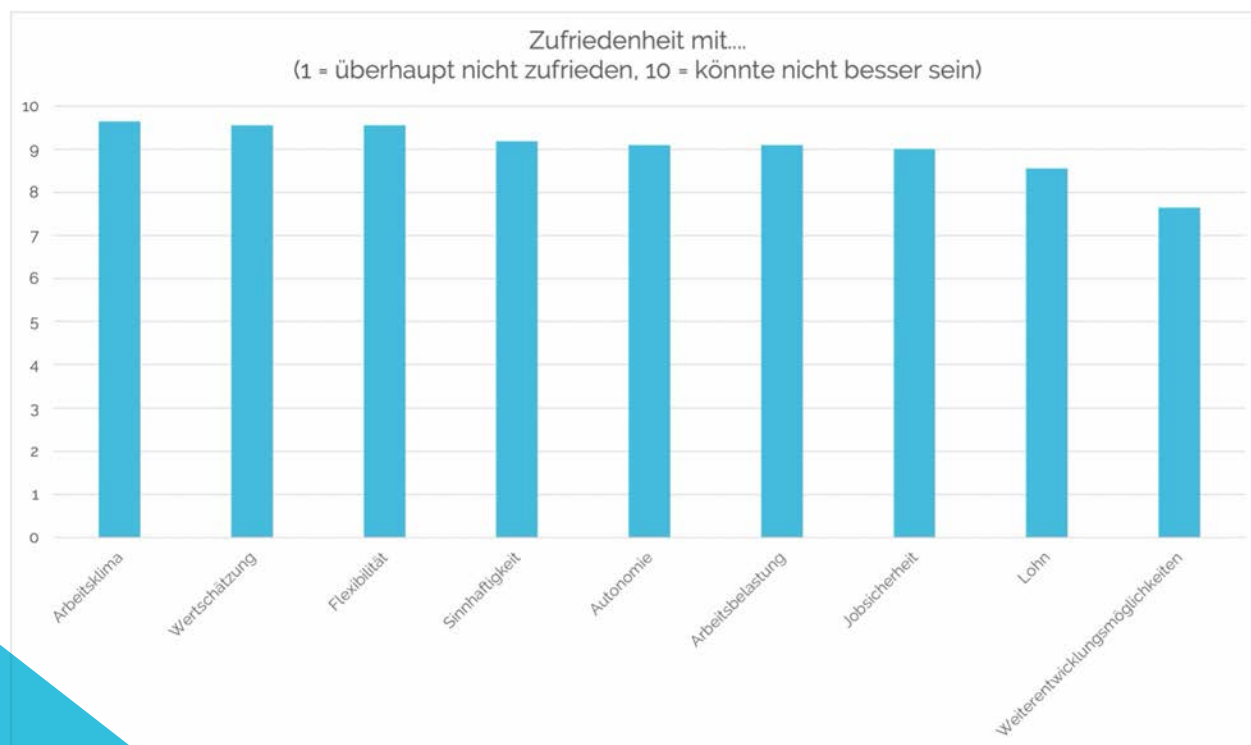
Hohe Zufriedenheit unserer Mitarbeiterinnen



Unsere Arbeit für betroffene Familien ist immer wieder emotional aufwühlend und, aufgrund der fehlenden tragfähigen Versorgungsstruktur, manchmal auch frustrierend. Umso wichtiger ist es, der Gesundheit und Zufriedenheit unserer Mitarbeiterinnen Sorge zu tragen. Wir können Kinder psychisch erkrankter Eltern und ihre Familien nur wirksam unterstützen, wenn wir selbst in der Kraft sind. Eine Umfrage bei unseren Mitarbeiterinnen zeigt, dass uns dies gut gelingt.

Unsere Mitarbeiterinnen arbeiten gerne bei uns. Das zeigt eine anonyme Umfrage zu ihrer Arbeitszufriedenheit. Am zufriedensten sind sie mit dem Arbeitsklima und der Wertschätzung, die sie von der Geschäftsleiterin für ihr Tun erhalten. Sie schätzen zudem die zeitliche Flexibilität, die sie durch die Jahresarbeitszeit haben und die örtliche Flexibilität durch die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten. Weiter stimmen Grad an Autonomie und Höhe der Arbeitsbelastung. Und sie empfinden ihre Tätigkeit als sinnvoll. Trotz stets unsicherer Finanzierungslage – wir sind vollumfänglich auf Spenden angewiesen, da unser Angebot für die Betroffenen kostenlos ist – scheinen unsere Mitarbeiterinnen keine Sorgen zu plagen, ihren Job zu verlieren. Insgesamt stimmt für

die meisten auch ihr Lohn. Die Weiterentwicklungsmöglichkeiten sind in Ordnung – diesen Punkt werden die Geschäftsleitung und der Stiftungsrat dennoch besprechen und mögliche Verbesserungen prüfen.





Alessandra Weber
Geschäftsleiterin



Isabel Eckert
Kommunikation und Fundraising



Selina Keller
Co-Verantwortliche Backoffice



Lea Schneider
Co-Verantwortliche Backoffice



Ina Spycher
Psychologin Beratungsstelle Winterthur



Rea Iseli
Peerberaterin Beratungsstelle Winterthur



Stefanie Krattenmacher
Psychologin Beratungsstelle Winterthur



Ina Sonogo
Psychologin Beratungsstelle Bezirk Meilen



Rebecca Leins
Projektleiterin CAPSY



Stefanie Füllemann
Projektassistentin CAPSY



Annicka Schläpfer
Familienorientierte Beratung und
Koordination CAPSY



Iris Alder
Mitarbeiterin Backoffice

Nicole Sauder und Valy
Peerberatung online

Danke!



Herzlichen Dank an alle Stiftungen, öffentlichen Institutionen, Unternehmungen und Privatpersonen, die das Institut Kinderseele Schweiz im Jahr 2025 finanziell unterstützt haben.

Geschäftsstelle

- Christian Bachschuster Stiftung
- Dr. Angela Reiffer-Stiftung
- GABU-Stiftung
- Geburtshaus Winterthur
- Hans Vollmoeller Stiftung
- Hermann Klaus-Stiftung
- Joreva Stiftung
- My Way Foundation
- Rahn Stiftung
- Reformierte Kirche Kanton Zug
- Stiftung Binelli & Ehram Zürich
- Stiftung Contetto in Liquidation
- Stiftung Drei Könige des Rotary Club Zürcher Unterland
- Stiftung Gartenstrasse 10
- Stiftung Wunderbar
- Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)
- Volkart Stiftung
- W S O Stiftung

Aktion umgekehrter Adventskaleder

- am park gmbh
- Asio Finanz AG
- bridal ag
- Brüggl Admedia
- Ceres Heilmittel AG
- Cocon Family
- Coiffeur Ginger GmbH
- Freie Schule Winterthur
- Geburtshaus Winterthur
- gleis10 | zahnärzte am bahnhof
- IdealTeam.Group AG
- Kasimir Meyer AG
- Kieferorthopädie Dr. Damur AG
- Kompass | Bildung & Coaching
- LerNetz AG
- Löffelhase GmbH

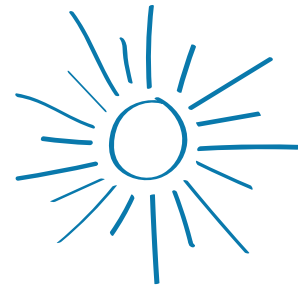
- Psychotherapie Denise Brem
- RGB Consulting
- Schmid Hutter AG
- Sidler System AG
- SV Law
- Zehnder Holzbau

Informations- und Beratungsstelle Winterthur

- Adele Koller-Knüsli Stiftung
- Amt für Jugend- und Berufsberatung Bildungsdirektion Kanton Zürich
- Carl Hüni-Stiftung
- Gesundheitsdirektion Kanton Zürich
- Hans und Marianne Schwyn-Stiftung
- Hedwig Rieter-Stiftung
- Prof. Otto Beisheim Stiftung
- Stiftung Hilfsgesellschaft Winterthur
- Synodalrat - Katholische Kirche im Kanton Zürich
- Verena Boller Stiftung

Informations- und Beratungsstelle Bezirk Meilen

- Alfred und Bertha Zangger-Weber Stiftung
- Barbara & Gerhard Wajsfelner-Stiftung
- Clenia AG Privatklinikgruppe
- Fondation Claude et Giuliana
- Gemeinde Küsnacht
- Gemeinde Männedorf
- Gemeinde Meilen
- Gemeinde Stäfa
- Gemeinde Uetikon am See
- Gemeinde Zollikon
- Gemeinnützige Gesellschaft des Bezirks Meilen
- Geschwister Usteri Stiftung
- Glückskette
- Grütli Stiftung Zürich
- Hans und Gertrud Oetiker-Stiftung
- Hedy und Fritz Bender-Stiftung



- Katholische Kirchgemeinde St. Stephan Männedorf - Uetikon
- Lions Club «Projekt Gottardo»
- Otto Honegger-Stiftung
- Paul Schiller Stiftung
- Privatklinik Hohenegg AG
- Reformierte Kirchgemeinde Küsnacht
- Stiftung Edwin Pünter Erben
- Stiftung für gemeinnützige Zwecke der ehemaligen Sparkasse Stäfa
- Stiftung Hedwig Witkowsky
- Stiftung Kastanienhof
- Thomas and Doris Ammann Foundation
- Verena Boller Stiftung

Fortsetzung Onlineplattform

- Baugarten Stiftung
- Ernst Göhner Stiftung
- Hans Vollmoeller Stiftung
- Hirzel-Stiftung
- Lions Club «Projekt Gottardo»
- Lions Club Winterthur Altstadt
- Rahn Stiftung

Kinderbuch Suizidalität eines Elternteils

- Amt für Gesundheit Kanton Thurgau Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht
- AXA Winterthur
- David Bruderer Stiftung
- Dr. med. Kurt Fries-Stiftung
- Gesundheitsamt Graubünden Gesundheitsförderung und Prävention
- Gesundheitsdepartement des Kantons St. Gallen Amt für Gesundheitsvorsorge ZEPRA
- Gesundheitsdepartement Medizinische Dienste des Kantons Basel-Stadt
- Gesundheitsförderung und Prävention Kanton Obwalden
- Gesundheitsförderung und Prävention Kanton Zug
- Lotteriefonds Kanton Luzern
- Spital Thurgau AG
- Universität Zürich Institut für Epidemiologie,

- Biostatistik und Prävention (EBPI)
- Walter Haefner Stiftung

Children and Adolescents in Adult Psychiatry (CAPSY)

- Carl und Elise Elsener-Gut Stiftung
- Erika Schwarz Stiftung
- Gesundheitsförderung Schweiz
- Stiftung Corymbo

Weiterbildungspaket «Stärkung von Kindern psychisch erkrankter Eltern»

- Amt für Gesundheit Kanton Zug
- Gesundheitsdepartement des Kantons St. Gallen Amt für Gesundheitsvorsorge ZEPRA
- Gesundheitsförderung Schweiz
- Lotteriegewinnfonds Kanton Schaffhausen
- Gesundheitsdepartement Kanton Basel-Stadt
- Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion Kanton Bern
- Swisslos-Fonds Kanton Aargau
- Amt für Gesundheit Kanton Thurgau, Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht



Helfen Sie mit, dass sich Kinder und Jugendliche mit psychisch kranken Eltern genauso gesund entwickeln können, wie nicht belastete Kinder. Mit Ihrer Spende setzt sich das Institut Kinderseele Schweiz dafür ein. Herzlichen Dank.

Spendenkonto

Institut Kinderseele Schweiz (iks)
Zürcher Kantonalbank, 8010 Zürich
IBAN CH18 0070 0110 0052 6787 2



Spende mit Twint

Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Spende bestätigen



Online-Spende

www.kinderseele.ch/spenden



Institut Kinderseele Schweiz (iks)

Schweizerische Stiftung zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Stadthausstrasse 39
8400 Winterthur
info@kinderseele.ch

www.kinderseele.ch



institut
kinderseele
schweiz