



Ich bin wichtig!

Gruppe für Kinder psychisch kranker Eltern

Konzeption

Das kann in allen Familien passieren - Vater oder Mutter leiden unter einer starken psychischen Belastung, werden seelisch krank: Manche fühlen sich wochenlang depressiv, andere kommen mit ihren unerklärlichen Ängsten oder Wahrnehmungen nicht zurecht. Wieder andere leiden unter Zwangsgedanken oder sind abhängig von Suchtmitteln. Oft wird eine ärztliche Behandlung notwendig.

Auch diese Eltern wollen für ihre Kinder nur das Beste! Und in den „guten Zeiten“ gelingt dies auch. Doch in den „schlechten Zeiten“ können sie sich ihren Kindern oft nicht genug widmen - die eigene seelische Belastung oder Krankheit ist zu schwer. Auch der andere Elternteil kann das manchmal nicht ausgleichen.

In dieser Situation verstehen Kinder die Welt nicht mehr. Was ist los mit Papa oder Mama? Auf ihre Fragen bekommen sie oft keine Antworten. Die kindlichen Gefühle gehen drunter und drüber: Angst, Liebe, Wut, Sorge um den Elternteil, Schuldgefühle. Kinder versuchen zu helfen - und können es doch nicht. Anfangs versuchen die Familien, das alles für sich zu behalten - weil es ihnen unangenehm ist, weil sie Angst vor negativen Reaktionen der Umwelt haben. Das ist verständlich - doch braucht es manchmal auch eine Hilfe von außen: von Bekannten, Verwandten, und auch von Fachleuten. Hilfe für Eltern und Kinder!

Kinder kommen mit der seelischen Belastung eines Elternteils viel besser zurecht, wenn auch sie Unterstützung und Rat erhalten.

In einer Gruppe machen Kinder die Erfahrung: „Ich bin nicht alleine mit meinen Erlebnissen! Anderen Kindern geht es mit Papa, mit Mama ähnlich. Für meine Gefühle brauche ich mich nicht zu schämen!“

Die Kinder können darüber sprechen, wie es ihnen in der Familie geht, was ihnen hilft, was sie belastet. Wobei die Kinder natürlich nur soviel erzählen sollen, wie sie möchten. Mit unserem Fachwissen versuchen wir ihre Fragen zu beantworten. Oft sind sich aber die Kinder untereinander die besten Ratgeber!

Ziele

In der Arbeit mit der Gruppe „Kinder psychisch kranker Eltern“ sollen folgende Zielsetzungen verfolgt werden:

- Kindgerechte Aufklärung über psychische Erkrankungen
- Besseres Verständnis ihrer eigenen und der Situation der Eltern
- Entlastung durch den Erfahrungsaustausch der Kinder über die elterliche psychischen Erkrankung
- Entwicklung eines Gruppengefühls „Ich bin mit meiner Situation nicht allein“
- Verbesserte Differenzierungsfähigkeit zwischen kindlichen Handlungsmöglichkeiten einerseits und überfordernder Verantwortungsübernahme in der Familie
- Erarbeitung eines individuellen Verhaltensplans für Krisenzeiten
- Stärkung der Kinder in der Wahrnehmung ihrer Gefühle und altersentsprechender Bedürfnissen
- Förderung sozialer und kommunikativer Kompetenzen
- Vermittlung von Freude an den gemeinsamen Gruppenerlebnissen
- Entwicklung und Stärkung längerfristiger entlastender Strukturen im außerfamiliären Bereich (z.B. Vereine, Freizeitgruppen...)

Methoden

Bzgl. des methodischen Repertoires wird eine Mischung aus direkt themenbezogenen Einheiten mit einem sehr offenen Zugehen auf die elterliche bzw. familiäre Problematik und erlebnispädagogisch, kreativen und netzwerkorientierten Angeboten, die mehr kompensatorisch wirken, angeboten:

- Themenbezogene Einheiten – im Mittelpunkt hierbei das Kinderfachbuch „Son-nige Traurigtage“
- Gruppengespräche
- Rollenspiele
- Spiel-Sport in der Turnhalle
- Spieltherapeutische und erlebnispädagogische Zugänge
- Kreative und gestalterische Methoden
- Entspannungsübungen
- Ausflüge
- Ausprobieren aktiver Freizeitmöglichkeiten

Rahmenbedingungen

Zielgruppe:	Präventionsgruppe für Kinder mit einem psychisch erkrankten Elternteil (schizophrene oder affektive Psychose, schwere neurotische Störung wie Zwänge, Suchtmittelabhängigkeit)
Termin:	14 – tägig Freitag von 16.00 bis 18.00 (bzw. 19.00) Uhr
Gruppe:	ca. 8 Kinder zwischen 7 und 13 Jahren
Sitzungsanzahl:	12 Einheiten von 2 bzw. 3 Stunden Dauer
Teilnahme:	Kinder sollen freiwillig, aus eigenem Interesse und regelmäßig teilnehmen Verpflichtung zur Teilnahme an Block von 10 – 12 Einheiten
Ablauf:	Anfangsrunde, Reden und Zuhören, gemeinsames Spielen, Rollenspiele, Entspannung, Brotzeit, Spiel-Sport in der Turnhalle (siehe Beschreibung im Methodenteil)
Kosten:	Teilnahme ist kostenfrei, eventuell Kostenbeteiligung bei besonderen Aktionen
Leitung:	Artur Geis, Dipl.-Psychologe, Leiter der Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Günzburg
Vertraulichkeit	Die MitarbeiterInnen der Beratungsstelle stehen unter Schweigepflicht. Kontakt mit anderen Stellen / Fachleuten wird angestrebt, Voraussetzung ist das Vorliegen der Schweigepflichtsentbindung.
Eltern:	mit den Eltern gibt es Kontakte je nach Absprache und Bedarf
Anmeldung:	Anmeldung in der Beratungsstelle oder bei FIPS (Fr. Kilian)
Träger:	Katholische Jugendfürsorge der Diözese Augsburg e.V.
Kontakt	Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Günzburg Artur Geis, Dipl.-Psychologe Hofgartenweg 8 89312 Günzburg Telefon: 08221-95401 E-Mail: geisa@kjf-kjh.de

Fips

Susanne Kilian, Dipl.-Sozpäd. FH

Ludwig-Heilmeyer-Str. 2

89312 Günzburg

Telefon: 08221-962874 E-Mail: Susanne.Kilian@bkh-guenzburg.de