

**Gruppenangebot für Kinder psychisch  
belasteter / erkrankter Eltern**



Kinder- und Jugendhilfe-Verbund  
Rendsburg  
/KJSH – Stiftung

Psychische Belastungen und Erkrankungen treten in vielen Familien auf. Betroffenen Eltern ist es häufig unangenehm, darüber zu sprechen - dass sie sich depressiv fühlen, Ängste haben, unerklärliche Wahrnehmungen oder eine Abhängigkeit von Suchtmitteln.

Viele Familien behalten diese Themen daher für sich, was insbesondere für Kinder eine herausfordernde und schwierige Situation darstellt.

Die Kinder kennen das liebevolle und zugewandte Verhalten ihrer Eltern und verstehen nicht, warum sich Mama oder Papa an manchen Tagen und über manche Wochen so anders verhalten. In Zeiten der psychischen Belastung wiegt dieses schwer und bestimmt einen großen Teil des Tagesablaufs sowie die Kraft der Mütter und Väter. So gerne Eltern es sich anders wünschen, für die Kinder bleibt zweitweise weniger Aufmerksamkeit, als sie es benötigen.

Auch die Kinder wissen nicht, wie sie mit der veränderten Situation umgehen sollen. Sie erleben ein Wechselbad der Gefühle von Angst und Traurigkeit, Wut und Schuldgefühlen sowie Hilflosigkeit. In diesen Momenten hilft es Kindern, einen Gesprächspartner zu haben, jemanden, der Ähnliches erlebt hat oder der Antworten geben kann.

Gemeinsame Aktivitäten mit anderen Kindern bieten den Kindern Abwechslung in ihrem Alltag und Unterstützung, mit ihrer besonderen Lebenssituation umzugehen.

### **Die Gruppe macht´s leichter:**

In der Gruppe machen die Kinder die Erfahrung, dass sie nicht alleine sind mit ihren Erlebnissen. Ihnen wird ein Rahmen geboten, der es ermöglicht, diese zu bearbeiten und Zeit mit Kindern zu verbringen, die sich in ähnlichen Situationen befinden.

Die Kinder erhalten die Möglichkeit in der Gruppe darüber zu sprechen, wie es ihnen in der Familie geht, was sie belastet und auch was helfen kann.

Ergänzend hierzu beantworten wir die Fragen der Kinder zu Erkrankungen und möglichen Auswirkungen.

Mit dem Gruppenangebot bieten wir den Kindern einen stabilen und verlässlichen Rahmen mit klaren Strukturen.

Um die Widerstandsfähigkeit der Kinder in ihren belastenden Lebenssituationen zu stärken, achten wir auf emotionale Stabilität, Verbindlichkeit und Kontinuität. Wir möchten die Kinder in ihrer Persönlichkeit stärken und ihr Selbstwertgefühl erhöhen.

### Die Kinder lernen:

- sich und ihre Eltern besser zu verstehen
- zu unterscheiden, was sie in ihrer Situation tun können und was nicht
- unbeschwerter Kind zu sein
- dass sie keine Schuld trifft
- wie sie mit schlechten Zeiten in der Familie umgehen können.

**Alle Infos:**

**Termin:** Fortlaufend mittwochs von 15.00 – 17.00 Uhr

**Gruppe:** 8 Kinder zwischen 6 und 12 Jahren

**Ablauf:**

- Begrüßungsritual / Reden und Zuhören
- Kreativ – und Bewegungsangebote, angeleitetes Spiel
- Kindgerechte Wissensvermittlung zum Thema psychische Erkrankungen
- Zeit für Fragen und Einzelgespräche
- Abschlussritual

**Leitung:** Franziska Petersdorff, Erzieherin / Heilpädagogin  
Alexa Barcalay / Paar- und Familientherapeutin

**Anmeldung:** Alle Eltern sind herzlich eingeladen, sich bei uns zu melden und ein Erstgespräch in unseren Räumen zu führen. Hier können offene Fragen beantwortet und die Gruppenleitung kennengelernt werden.

KJHV Rendsburg  
Hollesenstraße 8  
24768 Rendsburg  
Tel: 04331/7080-0  
[www.kjhv-rendsborg.de](http://www.kjhv-rendsborg.de)

**Kosten:** Die Teilnahme an dem Gruppenangebot ist kostenfrei