



Gefördert durch die

**Aktion  
MENSCH**

## Was ist überhaupt eine psychische Erkrankung?

### Eine Schilderung – nicht nur für Kinder:

„Manche Menschen sind für lange Zeit ganz bedrückt oder traurig, ohne dass sie einen Grund dafür sagen können. Sie haben für die Zukunft und alles um sich herum keine Hoffnung. Außerdem können sie sich selbst nicht leiden. Manche fühlen sich so kraftlos, dass sie viel liegen müssen und kaum die tägliche Arbeit schaffen.

Bei anderen Menschen ist es andersherum: Sie sind tagelang ganz aufgedreht und schlafen kaum noch. Sie können mit ihrem ständigen Übermut anderen auf die Nerven gehen.

Wieder andere Menschen kommen durcheinander, weil sie zum Beispiel Stimmen hören, die sonst keiner hört. Oder Dinge sehen, die gar nicht da sind. Manche fürchten auch, dass andere Leute ihre Gedanken lesen könnten.

Sie können schlecht auseinander halten, was in ihrem Kopf stattfindet und was in Wirklichkeit passiert. Es ist fast so, als würden sie in einer anderen Welt leben ...

(Auszug aus „Sonnige Traurigtage“, Kinderfachbuch von Schirin Homeier)



**Deutscher Kinderschutzbund**

**Ortsverband Lüdenscheid e.V.**



**Ein Gruppenangebot  
für Kinder  
von psychisch  
erkrankten Eltern**

Unterstützt wird das Angebot vom Netzwerk  
„Kinder psychisch kranker Eltern“



**die lobby für kinder**

**Ortsverband Lüdenscheid e.V.**

Jahnstraße 15  
58509 Lüdenscheid  
Telefon (023 51) 30 10  
info@kinderschutzbund-luedenscheid.de



## Das kann in allen Familien passieren:

Vater oder Mutter leiden unter psychischen Belastungen, werden seelisch krank. Oft wird eine ärztliche Behandlung notwendig.



Alle Eltern wollen für ihre Kinder nur das Beste! Doch oft können sie sich ihren Kindern nicht genug widmen: die eigene seelische Belastung oder Krankheit raubt zu viel Kraft. 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 ...

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



Bietet den Kindern eine Auszeit, stützt, stärkt, begleitet sie und lässt ihnen viel Raum für Spiel und Spaß

## Die Gruppe hilft den Kindern:

Die Erfahrung zu machen, ich bin nicht alleine mit meinen Problemen

Eigene Gefühle zu erkennen und auszudrücken

Zu zeigen was in ihnen steckt


Zu verstehen, was mit ihren Eltern los ist

Sich weniger Sorgen zu machen

Entlastung zu finden


Das Recht zu erleben, trotz schwieriger Situation fröhlich zu sein

## Die Kinder erwartet:

 **Gemeinsames Spielen**

 **Ausflüge**

 **Kindgerechte Aufklärung**

 **Umgang mit Gefühlen**

 **Die eigenen Stärken**

**als Schatz erkennen und wahrnehmen**

 **Abenteuer erleben**



**Das Gruppenangebot** läuft als Kurs über einen Zeitraum von 9 bis 12 Wochen.

Ort: Kinderschutzbund e.V.  
Ortsverband Lüdenscheid,  
Jahnstraße 15, 58509 Lüdenscheid

Wann: Mittwochnachmittag

Alter: Kinder im Grundschulalter

Gruppenstärke: 8 Kinder

Teilnahme: freiwillig und kostenlos.

**Kontakt und weitere Informationen:**

**Telefon 02351/3010**

**[info@kinderschutzbund-luedenscheid.de](mailto:info@kinderschutzbund-luedenscheid.de)**