

# Willkommen zum Webinar!

## Zur Person

Psychologe, Supervisor,  
Psychotherapeut

Seit 1987 berufstätig in  
der Familienberatung

Kooperationen mit der  
Psychiatrie

„Gute Zeiten – schlechte  
Zeiten“ im EBZ Würzburg

Podcast zum Thema auf  
[www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de)



**Mama, was ist los mit Dir?  
Mit Kindern über psychische Probleme reden**

**Webinar für Eltern mit dem  
Psychologen Andreas Schrappe**

**Montag, 9. September, ab 20.00 Uhr**

Alle wollen gute Eltern sein – na klar! Manchmal ist das aber nicht so einfach, da auch Mütter und Väter mal schlechte Zeiten haben. Sie fühlen sich wochenlang niedergeschlagen, sind im Kopf ganz durcheinander oder trinken mehr Alkohol, als gut für sie ist. Kinder merken es, wenn es ihren Eltern nicht gut geht. So richtig verstehen können sie es erst, wenn sie altersgemäß informiert werden. Wie können Eltern mit ihren Kindern darüber sprechen? Und wie können Eltern auch in schwierigen Zeiten für ihre Kinder gut da sein?

Die hier gezeigte Fotografin ist eine Angestellte der Bundesagentur für Arbeit. Alle Rechte vorbehalten. Foto: Fotografin der Bundesagentur für Arbeit.

# Auch Kinder sind Angehörige!

Mitte 1990er Jahre: Fachtagungen, Veröffentlichungen zu „Vergessenen kleinen Angehörigen der Psychiatriereform“

In den Blick kommen Kinder und ihre erkrankten Eltern:

- mit Psychose
- mit Suchterkrankung
- mit Depression oder bipolarer Störung
- mit Persönlichkeitsstörung wie „Borderline“ u.a.
- mit Traumatisierungen, frühen Störungen usw.

Es gibt viele betroffene Familien, bleiben aber oft für sich.

Die Kinder und ihre Eltern brauchen keine Stigmatisierung, sie haben vielmehr Anspruch auf Verständnis und Hilfe!

# Und wer sind Sie?

## A) Altersgruppen hier im Webinar

- bis 20 Jahre
- 20-30 Jahre
- 30-40 Jahre
- 40-60 Jahre
- über 60 Jahre

## B) Mein persönlicher Bezug

- „bin erwachsenes Kind eines betroffenen Elternteils“
- „bin ein Elternteil mit psychischer Belastung/Erkrankung“
- „habe psychische Krisen, und einen Kinderwunsch“
- „ich bin Angehörige\*r, gehöre zum familiären Umfeld“
- „Sonstige“

# Ihre Fragen und Erfahrungen

Ihre Fragen und Erfahrungen bitte an die bke-Fachkräfte!

Darüber können wir gerne ins Gespräch kommen:

- A) Was brauchen Kinder und Jugendliche?
- B) Was brauchen die Eltern?
- C) Allgemeine Tipps für Familien
- D) Anlaufstellen, Literatur, Filme, ...

Gibt's bereits erste Fragen, erste Beiträge peer-to-peer?

# Was brauchen Kinder / Jugend?

Aufklärung, Aufklärung, Aufklärung

Keine Stigmatisierung oder Tabuisierung, sondern Offenheit

Personen, die ihre Wahrnehmungen bestätigen und klären

Keine Schuldzuweisung, sond. Verantwortungsübernahme

Raum für *alle* Gedanken und Gefühle: Angst, Liebe, Wut ...

Keine falschen Versprechungen

Erfahrung, dass auch andere Kinder Ähnliches erleben

Unterstützung durch anderen Elternteil oder Bezugsperson

Vielfältige Bewältigungsstrategien (die man lernen kann!)

# Was brauchen die Eltern?

Offenheit und Verständnis für ihre Situation

Anerkennung ihrer Bemühungen in schwierigen Umständen

Raum für Ängste, Zweifel, Überforderungsgefühle, ...

Tipps und Hilfe für das offene Gespräch in der Familie

Klärung des Hilfebedarfs, Vermittlung von Unterstützung

Vermittlung oder Begleitung zu hilfreichen Einrichtungen

Unterstützung hin zur Krankheits- und Behandlungseinsicht

Vermittlung von Entlastung und sozialer Integration

Entwicklung eines Notfallplans für künftige Krisenzeiten

# Allgemeine Tipps für die Familie

Zuversicht – auch wenn es manchmal schwierig ist

Offenes, altersgemäßes Gespräch „darüber“ in der Familie

Hilfe aufsuchen im privaten oder professionellen Umfeld

Begleitung durch den Dschungel der Dienste und Ämter

Wertschätzender Blick für alles, was gut läuft in der Familie

Weitere „Baustellen“ im Leben aufreißen? Nein danke!

„Wir sind eine besondere Familie mit extra Aufgaben. Daran wachsen wir und nehmen Hilfe in Anspruch, die uns zusteht“

# „Gute Zeiten – schlechte Zeiten“

[verbund-gzsz.de](http://verbund-gzsz.de) als Plattform für Kooperationsverbund ...



**Gute Zeiten - schlechte Zeiten**  
Fachberatungsangebot für Kinder und ihre psychisch erkrankten Eltern



**Aktuelles** | Verbund Unterfranken | EBZ Würzburg | Infos und Tipps | Downloads

**Webinar (15.1.) und Gruppenchat für Eltern und Jugendliche (17.1.2024)**

Interessierte Eltern und Jugendliche aus ganz Deutschland können über das Portal der bke-onlineberatung.de ein Webinar oder einen Gruppenchat besuchen. Es geht um Fragen wie "Mama, Papa, was ist los mit Dir?" oder "Wie mit Kindern über psychische Erkrankungen sprechen?" Eingeladen ist als Experte Andreas Schrappe vom Evang. Beratungszentrum Würzburg.

[Lesen Sie mehr](#) | 14. Januar, 2024

**Basisseminar für neue Fachkräfte am 14.03.2024 in Würzburg**

Das Evang. Beratungszentrum / Fachberatungsangebot "Gute Zeiten - schlechte Zeiten" lädt Fachkräfte aus Jugendhilfe, Psychiatrie, Bildungsbereich ... ein zu einem Basisseminar "Unterstützung von Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil" am 14.03.2024 (9.00 - 17.00 Uhr) in Würzburg.

... und Fachberatungsangebot GZSZ mit:

Kind-, Eltern-, Familienberatung

Gruppen für Kinder

Familienprechstunde in psychiatrischer Klinik

Netzwerkarbeit und Fortbildungen



# „Gute Zeiten – schlechte Zeiten“

[verbund-gzsz.de](http://verbund-gzsz.de) als Plattform für Kooperationsverbund ...



**Gute Zeiten - schlechte Zeiten**  
Fachberatungsangebot für Kinder und ihre psychisch erkrankten Eltern

Aktuelles | **Verbund Unterfranken** | EBZ Würzburg | Infos und Tipps | Downloads

**Webinar (9.9.2024) und Gruppen (11.9.2024)**  
Interessierte Eltern und Jugendliche aus ganz Deutschland können onlineberatung.de ein Webinar oder einen Gruppenchat besuchen, was ist los mit Dir? oder "Wie mit Kindern über psychische Erkrankungen sprechen". Experte Andreas Schrappe vom Evang. Beratungszentrum Würzburg.  
[Lesen Sie mehr](#) | 9. September, 2024

**Neue GZSZ Kindergruppe für 10-12 Jährige ab 30.09.24**  
Am Montag, den 30.09.24 beginnt im Evang. Beratungszentrum Würzburg eine neue Gruppe "Gute Zeiten - schlechte Zeiten" für Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil. Begleitend finden Elterngespräche statt. Offen für Familien aus WÜ, KT und MSP.  
[Lesen Sie mehr](#) | 26. Juli, 2024

**Hier Download Präsentation**

... und Fachberatungsangebot GZSZ mit:

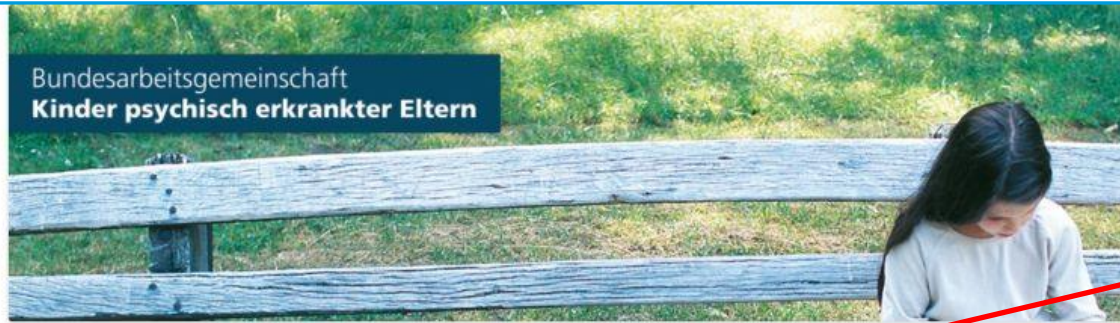
Kind-, Eltern-, Familienberatung

Gruppen für Kinder

Familiensprechstunde in psychiatrischer Klinik

Netzwerkarbeit und Fortbildungen

## BAG „Kinder psychisch erkrankter Eltern“ [bag-kipe.de](http://bag-kipe.de)



- Aktuelles
- Ideenbörse
- Wir über uns
- Eltern und Kinder
- Einrichtungen, Projekte
- Veranstaltungen
  - Archiv
- Infos und Links
- Lilli – Der Film
- Kontakt
- Impressum

### Aktuelles

Willkommen auf der Website der BAG „Kinder psychisch erkrankter Eltern“! Die BAG stellt sich hier mit den Mitgliedseinrichtungen und -projekten vor, die sich besonders engagieren für Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil. Eltern, Kinder und Fachleute: für sie alle gibt es hier nützliche Informationen! Hinweise zu Fortbildungen, Fachtagen, Vorträgen usw. finden Sie zusätzlich bei Veranstaltungen [hier](#).

**4.7.2023** – Juliane Tausch von Aufklaren Hamburg, Mitglied des BAG Sprecher\*in-Teams, hat dankenswerter Weise die Liste von Fachliteratur, Kinderbüchern und Ratgebern für Fachleute und Familien aktualisiert. Zu finden [hier](#) – Ergänzungen sind jederzeit willkommen.

**10.7.2023** – Webinar für Eltern „Mama, was ist los mit Dir? Mit Kindern über psychische Probleme reden.“ 20:00 – 21:30 Uhr. Mit Andreas Schrappe, Psychologe, Evang. Beratungszentrum Würzburg. Per Video, kostenfrei, begrenzte Tin-Zahl, keine Anmeldung. Professionelle Moderation durch das

mit Hinweisen auf:

Einrichtungen in Ihrer Nähe

Lilli – der Film

Kinderbücher, Ratgeber, Fachliteratur

# Kinderfachbücher aus dem EBZ



# Bevor Sie lange suchen müssen

Beratungsstellen in Ihrer Nähe:

<https://www.bke.de/bke/beratungsstellensuche>

<https://www.dajeb.de/beratungsfuehrer-online/>

Sendung mit der Maus: Die unsichtbare Krankheit (2018)

<https://kinder.wdr.de/tv/die-sendung-mit-der-maus/av/video-sachgeschichte-die-unsichtbare-krankheit--teile-100.html>

Mehr zu Depressionen

„Der schwarze Hund“ (Bücher, Filme, ...)

**- Ende der Präsentation -**