

## Gruppenangebot für Jugendliche von psychisch- und suchterkrankten Eltern



## Ausgangslage

3,8 Millionen Kinder leben in Deutschland mit einem psychisch erkrankten oder suchtkranken Elternteil. Bereits wenn ein Elternteil erkrankt ist, beeinflusst dies die gesamte Familiensituation. Oft fühlen sich die Kinder und Jugendlichen alleingelassen und sind mit der belastenden Situation komplett überfordert. Sie entwickeln Ängste, Schuld- und Schamgefühl, das Gefühl von Sicherheit und ein wertvolles Stück Kindheit geht verloren.

Ein Gruppenangebot wird aus pädagogischer Sicht als sinnvolle Unterstützung zur Förderung sozialer Kompetenzen angesehen. Es wird deutlich, dass gerade im Erwerb dieser Fähigkeiten häufig Defizite bestehen, da Eltern mit einer psychischen oder einer Suchterkrankung häufig nicht in der Lage sind, ihren Kindern diese Kompetenzen aufgrund Ihrer Erkrankung vorzuleben.

Dieses Gruppenangebot erweitert das Angebot bei LEBENSFARBEN zur präventiven Unterstützung von Kindern und Jugendlichen von psychisch- und suchterkrankten Eltern.

Die Teilnahme an sozialer Gruppenarbeit soll Kindern und Jugendlichen bei der Überwindung von Entwicklungsschwierigkeiten und Verhaltensproblemen helfen. Soziale Gruppenarbeit soll auf der Grundlage eines gruppenpädagogischen Konzepts, die Entwicklung älterer Kinder und Jugendlicher durch soziales Lernen in der Gruppe fördern.

Kinder- und Jugendgruppen für Kinder aus psychisch belastenden Familien können wissenschaftlich nachgewiesen dabei helfen, die Resilienz der Kinder und Jugendlichen zu stärken (Rutter, 1990).

## Gruppenangebot

Das Gruppenangebot wird für Jugendliche von psychisch- und suchtblasteten kranken Eltern durchgeführt. Es beinhaltet Psychoedukation, Hilfe zur Selbsthilfe und Unterstützung zu Alltagsthemen in Kombination mit verschiedensten Aktivitäten.

Das niederschwellige Gruppenangebot findet einmal im Monat zu einer festgelegten Uhrzeit statt. Es handelt sich um eine geschlossene Gruppe mit zunächst 6 Treffen. Bevor eine neue geschlossene Gruppe startet, wird das gesamte Gruppenangebot evaluiert.

Der geplante zeitliche Rahmen beträgt 2 Stunden. Es ist eine gemischtgeschlechtliche Gruppe mit 10 Jugendlichen im Alter von 12J. bis 18J.

Das Gruppenangebot wird auf Langfristigkeit und Beständigkeit ausgelegt. Nach jeder Gruppenstunde wird die durchgeführte Maßnahme evaluiert.

Hierbei werden altersbezogene, teilweise geschlechtsbezogene Konzepte, sowie gemeinsame Mahlzeiten als wertvolle Inhalte berücksichtigt und implementiert. Darüber hinaus wird eine Hol- und Bring- Struktur geplant.

Die begleitende Elternarbeit, spielt hierbei eine große Rolle und wird als ein weiterer wichtiger Baustein gesehen.

## **Zielgruppe**

Die Zielgruppe sind Jugendliche im Alter von 12J. bis 18J. von psychisch- und suchtblasteten kranken Eltern. Diese Jugendlichen werden durch die komplexen und vielfältigen Aktivitäten des Vereins LEBENSFARBEN auf das Angebot aufmerksam gemacht.

## **Elternarbeit**

Das Gruppenangebot wird ausschließlich für die Kinder und Jugendlichen des Vereins LEBENSFARBEN e.V. angeboten.

Bevor die Jugendlichen das Gruppenangebot beginnen, werden Ihre Eltern zu einer Informationsveranstaltung eingeladen. Diese Informationsveranstaltung wird durch die Gruppenleitung durchgeführt. Eltern erfahren bei dieser Veranstaltung, welche Inhalte, Rahmenbedingungen und Abläufe die Jugendgruppe beinhaltet. Mögliche Auswirkungen der Jugendgruppe werden bei den Eltern thematisiert.

Die Eltern bekommen Sicherheit durch regelmäßige Evaluationsgespräche, die auch im Rahmen der Patenschaft durchgeführt werden.

In einem separaten Angebot für betroffene Eltern werden die Themen Hilfe zur Selbsthilfe sowie auch Psychoedukation des Familiensystems besprochen. Sie bekommen im Kontext zu Ihrer persönlichen Erkrankung und ihrer Lebenssituation Vorschläge zu einem entwicklungsfördernden Umgang mit Ihrem Kind.

In den gemeinsamen Gesprächen wird das gesamte Familiensystem in den Blick genommen die Familie bedarfsorientiert zu Dienstleistern in das Hilfenetz des Oberbergischen Kreises vernetzt. Die Eltern werden ermutigt diese Hilfe selbständig aufzusuchen.

Die Mitarbeiter von LEBENSFARBEN e.V. stehen jederzeit bei Fragen, Wünsche und Sorgen den Eltern und Jugendlichen zur Verfügung und unterliegen im Rahmen der Gespräche der Schweigepflicht.

## **Personal**

Die Mitarbeiter sind ausgebildete Fachkräfte im psychiatrischen Fachbereich (Konzept).

Die Mitarbeiter reflektieren regelmäßig in Supervisionen und Teamreflexionen ihre Arbeit. In Fortbildungen bekommen die Mitarbeiter neue Impulse und erweitern ihr pädagogisches Methodenrepertoire für ihre Arbeit.

Das Gruppenangebot wird durch eine weibliche und männliche Gruppenleitung mit mindestens 2 Fachkräften durchgeführt.

Gemäß dem § 72 a SGB VIII hat jeder Mitarbeiter bei LEBENSFARBEN ein erweitertes Führungszeugnis vorgelegt.

## Räumlichkeit

Die Gruppentreffen finden im Jugendheim des CVJM Oberwiehl in einem großen Gruppenraum statt. Dieser Raum ist hell und geräumig. Es stehen ausreichende Materialien für Gruppenarbeiten zur Verfügung. Es gibt weitere Räume, die für Gruppenarbeiten und/oder Pausen altersadäquat ausgestattet sind.

Zudem gibt es die Möglichkeit in einer geräumigen, gut ausgestatteten Küche gemeinsam zu kochen und die Speisen als Gruppe in netter Atmosphäre einzunehmen.

Auf dem Außengelände (Freizeitanlage) gibt es folgende Möglichkeiten Aktivitäten mit Jugendlichen durchzuführen.

Als Beispiele:

- Ein Fußballtortanfeld
- Ein Beachhandballfeld
- Tischtennis-Platten
- Ein Parkour-Park für Kinder- und Jugendliche
- Grillhütte
- Nähe zum umliegenden Wald und Bach

## Ziele der Jugendgruppe

Das Gruppenangebot fördert die Gesundheit des Jugendlichen baut Resilienzen auf, um gesund zu bleiben. Die Selbstwirksamkeit der Jugendlichen wird gefördert. Eine altersgerechte Psychoedukation führt zu weiterer Aufklärung und Selbstsicherheit im Kontext der Erkrankung ihrer Eltern. Die Teilnehmer kommen mit gleichaltrigen Jugendlichen zusammen und können sich altersadäquat über Ihre Gefühle, Sorgen und Wünsche austauschen. Die Jugendlichen bekommen das Gefühl mit ihrer Belastungssituation nicht allein zu sein. Die Gruppe hilft den Jugendlichen zu erkennen, dass sie nicht allein mit Ihren Gedanken sind und es auch andere gibt, die das gleichen Probleme wie sie haben. Enttabuisierung und Schwellenangst werden abgebaut. Jeder Teilnehmer wird ganz individuell gesehen, gehört, gestützt und gestärkt.

Durch das altersgerechte Angebote werden belastende Erlebnisse besser verarbeitet.

Die Jugendlichen lernen ihre individuellen und sozialen Fähigkeiten zu stärken (Aufbau von Schutzfaktoren, Selbstwirksamkeit etc.). Durch das Kennenlernen weiterer Jugendlichen und deren Familien mit den gleichen Belastungen und Themen können dauerhafte Vernetzungen und Verabredungen außerhalb der Gruppe wachsen. Die Jugendlichen können neben den fachlichen und themenbezogenen Anteilen des Gruppenangebotes eine unbelastete Zeit mit anderen Jugendlichen verbringen und gemeinsam Spaß haben. Durch das regelmäßige Angebot lernen die Teilnehmer Aktivitäten außerhalb des häuslichen Umfelds kennen.

Im Rahmen des Gruppenangebots erfährt der Jugendliche den Umgang mit Regeln und Strukturen.

Zusätzlich zum Patenprojekt von LEBENSFARBEN, erlebt der Jugendliche durch die regelmäßigen Gruppenangebote stabile Bindungserfahrungen.

## **Ablauf & Struktur der Jugendgruppe**

- Kurze Reflexion der eigenen Befindlichkeit (wie komme ich hier an, „inneres Wetter“)
- Kurze Aktivität (Warm up)
- Einstieg in das Thema/Vertiefung
- Aktivität
- Abschlussrunde (Blitzlicht, mit welchem Gefühl gehe ich nach Hause)
- Gemeinsames vorbereiten der Speisen für das gemeinsame Abendessen

## **Literatur für das Gruppenangebot**

Glistrup, K. (2014): Was ist bloß mit Mama los? Kösel-Verlag, München

Klein, Michael/Moesgen, Diana/Bröning, Sonja/Thomasium, Rainer (2013): Hogrefe Verlag GmbH & C.KG, Göttingen

Köhler-Saretzki, Thomas/Merten, Anika (2017): Wo ist Wilma? Der Balance buch+medien Verlag, Köln

Homeier, S. (2006): Sonnige Traurigtage, Ein Kinderfachbuch für Kinder psychisch kranker Eltern, Mabuse-Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Eder, Sigrun/Rebhandl-Schartner, Petra/Gasser, Evi (2013): Annikas andere Welt, Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern, Verlag edition riedenburg, Salzburg

Schmoranz/Müller (2016): Gruppenangebot für Kinder und jugendliche psychisch kranker Eltern

Homeier/Schrapppe (2019): Flaschenpost nach Irgendwo