

Downloadmaterial

»Mama, Mia und das Schleuderprogramm«

Christiane Tilly, Anja Offermann, Anika Merten (Illustr.)



Liebe Erwachsene,

wenn ein Familienmitglied psychisch erkrankt, geraten nicht nur die erwachsenen Angehörigen aus dem Gleichgewicht. Auch die Kinder erleben eine große Verunsicherung und versuchen, das Verhalten des Elternteils zu verstehen. Häufig fühlen sie sich schuldig an der Situation und machen sich große Sorgen. Es ist wichtig, Kinder nicht allein zu lassen mit ihrer Not, ihren Ängsten, Fragen und Wünschen. Sie brauchen Entlastung und Ermutigung, altersgemäße Informationen und Raum für Spaß und Spiel.

Dazu soll dieses Bilderbuch beitragen. Die Geschichte von Mia und ihrer Mutter gibt einen Einblick in die Borderline-Erkrankung. Kinder lernen die Symptome zu verstehen. Sie begreifen, dass sie geliebt werden, auch wenn Vater oder Mutter das im Durcheinander der Gefühle nicht so zeigen können.

Hier wollen wir Ihnen und den Kindern mehr über die Borderline-Erkrankung erzählen und Hilfsangebote aufzeigen.

Christiane Tilly und Anja Offermann



Was ist Borderline?

Menschen mit Borderline-Persönlichkeitsstörung oder emotional instabiler Persönlichkeitsstörung leiden unter extremen Stimmungsschwankungen.

Gefühle wie Angst, Scham, Traurigkeit und Wut, aber auch Liebe und Freude werden sehr intensiv erlebt. Manchmal ist die innere Leere so groß, dass viele Betroffene sich selbst verletzen, um sich wieder zu spüren. Das »Schleuderprogramm der Gefühle« führt häufig dazu, dass erkrankte Mütter oder Väter ihre Kinder im Alltag zeitweilig nicht so unterstützen können, wie sie es sich wünschen.

Wichtig ist, dass sich Betroffene Hilfe suchen. Es gibt wirksame Therapien und Trainingsprogramme, mit denen sie lernen können, ihre Stimmungsschwankungen zu kontrollieren, ihre Beziehung zu anderen Personen zu verbessern, mit Stress umzugehen und selbstschädigendes Verhalten zu vermeiden.

Auch für Kinder aus diesen Familien gibt es immer mehr Unterstützungsangebote.

Das Zirkusprojekt, an dem Mia teilnimmt, steht als Beispiel für Projekte wie »AKisiA« des Kinderschutzbundes Aachen, die »Familienberatungsstelle AURYN des Angehörigenvereins Wege e.V.« in Leipzig und das Projekt »KANU – Gemeinsam weiterkommen« in Bielefeld und viele andere, die Sie in der unten aufgeführten Liste finden können.



Informationen und Hilfe

Bundesverbands der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V. (BAPK)

für Kinder psychisch erkrankter Eltern

<https://www.bapk.de/kinder-psychisch-erkrankter-eltern-1.html>

BKE e.V.

Verzeichnis der Erziehungs- und Familienberatungsstellen und Online-Beratungsangebote

www.bke.de

Borderlinetrialog

Neben Informationen zum Krankheitsbild gibt es Gelegenheit zum Austausch zwischen Angehörigen, Betroffenen und Fachleuten

www.borderlinetrialog.de



Präventionsprojekte (eine Auswahl)

Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder psychisch erkrankter Eltern (BAG)

Die Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder psychisch erkrankter Eltern gibt eine bundesweite Übersicht über bestehende Projekte und Anlaufstellen für Kinder psychisch kranker Eltern und deren Familien.

www.bag-kipe.de

Drei Präventionsprojekte sollen hier stellvertretend für viele weitere Angebote kurz vorgestellt werden:

AKisiA

AKisiA bietet vielfältige Hilfen für Kinder von Eltern mit psychischen Belastungen oder Erkrankungen.

Immer mittwochs gibt es eine offene Kinder- und Jugendsprechstunde

www.kinderschutzbund-aachen.de/akisia

AURYN

Die Familienberatungsstelle AURYN in Leipzig bietet neben der Beratung die Möglichkeit, in verschiedenen Fach- und Freizeitgruppen andere Familien in einer ähnlichen Lebenssituation kennenzulernen und an Sport- und Spielangeboten teilzunehmen.

<https://wege-ev.de/beratungs-und-hilfeangebote/kinder-jugend-und-familienberatungstelle-aurn>

KANU

»KANU – Gemeinsam weiterkommen« ist ein Kooperationsprojekt der psychiatrischen Kliniken Bielefeld (EvKB) und Gütersloh, Jugendamt und Kinderschutzbund Bielefeld und der Universitäten Bielefeld und Duisburg/Essen. Bausteine des Projekts sind u. a. Eltern- und Familiengespräche, ein zehnwöchiges Elterntaining, Patenschaften in Kooperation mit dem Kinderschutzbund Bielefeld und ein Fertigkeitentraining für Kinder.

Das Kanu-Manual ist im Psychiatrie Verlag erschienen.

<https://www.kinderschutzbund-bielefeld.de/kanu-praeventionsangebot-fuer-familien-mit-elterlicher-psychischer-belastung.html>