

ChinChillaz

Ein pädagogisches Gruppenangebot für jugendliche Kinder psychisch erkrankter Eltern in Bremen

Information für Fachkräfte:

Die Jugendgruppe ChinChillaz ist ein Angebot für **Jugendliche zwischen 12 und 16 Jahren**. Es schließt von der Altersgruppe her an die Gruppenangebote an, die bereits für jüngere Kinder aus betroffenen Familien bestehen.

Wir wenden uns an Jugendliche, deren Eltern mit oder ohne Diagnose mit einer psychischen Erkrankung belastet sind. Dazu gehören auch Suchterkrankungen.

Es ist nicht relevant, ob die Jugendlichen bei ihren Eltern wohnen oder dort ausschließlich Besuchskontakte haben.

Wenn Sie Jugendliche kennen oder betreuen, auf die das ganz oder teilweise zutrifft, erzählen Sie ihnen bitte von unserem Angebot, überreichen Sie unsere Info-Karte und machen Sie bei Interesse eine Anmeldung unter den angegebenen Kontaktdaten.

Wir bitten um Anmeldung, wenn Jugendliche das erste Mal kommen möchten.

Auf welche Problemstellung reagiert das Konzept der ChinChillaz?

- Die betroffenen Kinder im Jugendalter haben oft Sorge um das psychische Gleichgewicht eines Elternteils und möchten Vater oder Mutter nicht auch noch mit eigenen Fragen und Problemen behelligen.
- Mit dem alterstypischen Ablöseprozess mögen sie die Familie manchmal nicht belasten.
- Die Jugendlichen erleben, dass ihre Mitschüler/innen und Freunde/innen ihre Situation nicht nachvollziehen können und sprechen daher lieber nicht darüber oder ziehen sich zurück.
- Fragen über Entstehung, Auswirkung und Behandlung von psychischen Erkrankungen beschäftigen viele von ihnen.
- Schuldgefühle und moralische Zweifel entstehen, wenn die Jugendlichen ihre eigenen Interessen abwägen müssen gegen Rücksichtnahme gegenüber den Eltern oder der Fürsorge für jüngere Geschwister.
- Die Jugendlichen möchten vermeiden, dass ihre Familien und damit sie selbst in ihrem Umfeld als Problemfälle wahrgenommen werden, denn psychische Erkrankungen sind immer noch ein Tabuthema.

Zielsetzung:

- Ausruhen und Kraftschöpfen
- Entwicklung eines Gruppengefühls – „Ich bin mit meiner Situation nicht allein“
- Aufklärung über psychische Erkrankungen (Psychoedukation)
- Austausch über die Erfahrungen der Jugendlichen mit der elterlichen psychischen Erkrankung in einem geschützten Rahmen (Enttabuisierung)
- Stärkung der Jugendlichen in der Wahrnehmung ihrer Gefühle und altersentsprechender Bedürfnisse
- Allgemeine Förderung der sozialen Kompetenzen
- Gemeinsam Bewältigungsstrategien sowie Ressourcen entwickeln
- Stärkung und Stabilisierung des eigenen Selbstvertrauens und Selbstwertgefühls
- Förderung der Selbstwirksamkeit
- Entlastung von dem Gefühl der Verantwortlichkeit
- Abbau/ Befreiung von Schuldgefühlen
- Spaß bei Gruppenerlebnissen

Methoden:

In der Anfangsphase des Gruppentreffens:

- Persönliche Begrüßung, Bereitstellung von Snacks und Getränken, entspannt sitzen oder liegen dürfen,
- Gespräche mit anderen aus der Gruppe oder in Ruhe gelassen werden
- Option auf Einzelgespräche und aktives Zuhören mit den Fachkräften

Im zweiten Teil des Gruppentreffens:

- Themenbezogene Einheiten
- Erlebnispädagogische Zugänge
- Kommunikations- und Kooperationsübungen

In den Schulferien:

- Gruppentreffen finden weiter statt
- Besondere Unternehmungen und Ausflüge