

# Projekt „Kinder schützen durch Stärkung der Eltern“

»Ich strahle natürlich auch sehr viel mehr Sicherheit aus«

- Wirkungen einer präventiven Kinderschutzintervention mit psychisch erkrankten Eltern.



Projekt im Rahmen:

**Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen**

**Landesinitiative NRW.**



# Das Projekt „Kinder schützen durch Stärkung der Eltern“

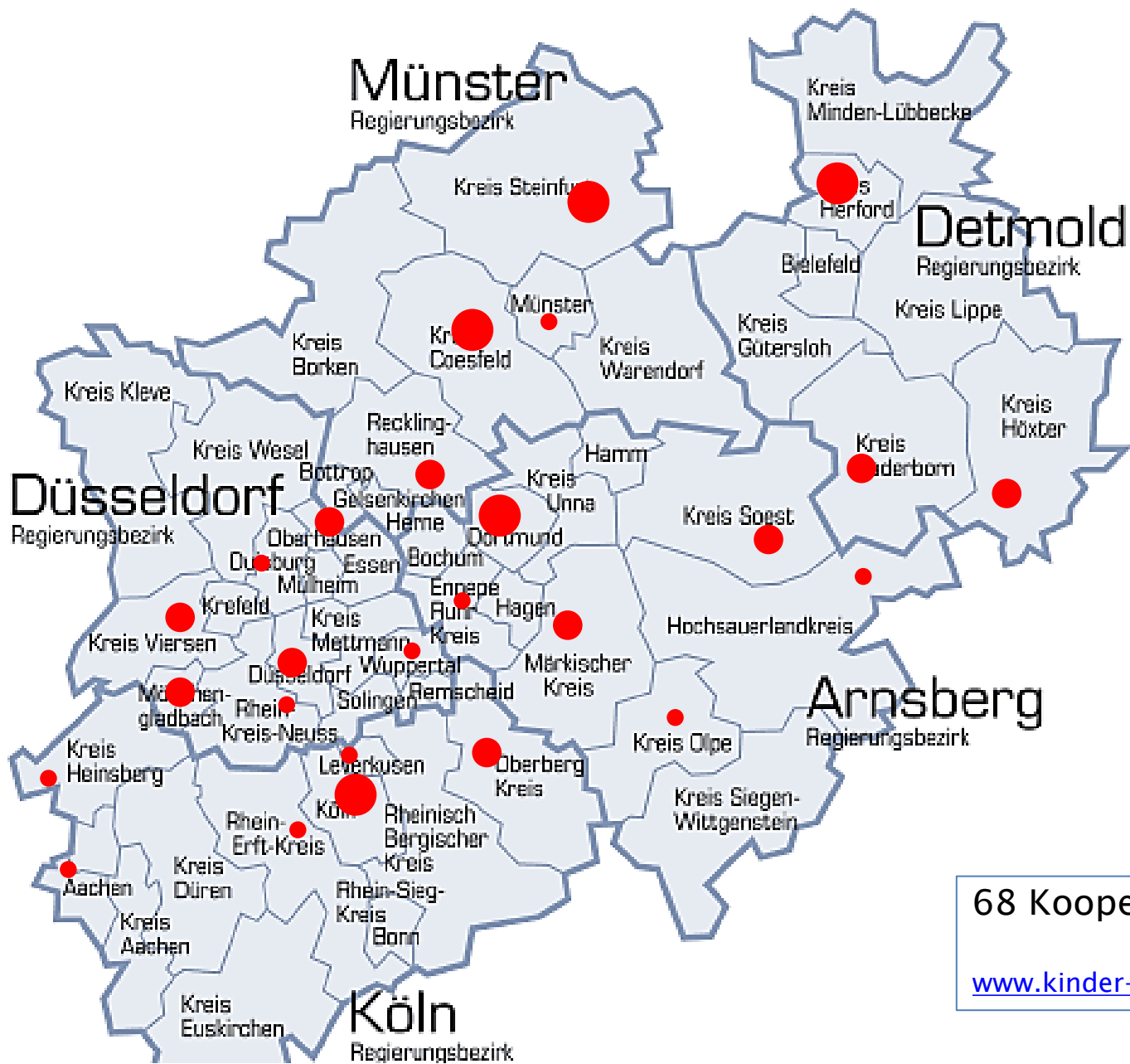
- Kooperationsprojekt Diözesancaritasverband Paderborn und igsp der KatHo NRW, Abteilung Paderborn
- Gefördert durch Landesinitiative „Starke Seelen“ NRW
- Ziel: Implementierung und Evaluation des Gruppenprogramms „Ressourcen der Eltern stärken“
- Gruppenprogramm wurde entwickelt von Prof. Dr. Albert Lenz
- Projektlaufzeit: April 2016 – März 2018

# Das Gruppenprogramm „Ressourcen der Eltern stärken“

- Zielgruppe: psychisch erkrankte und suchterkrankte Eltern mit Kindern im Alter von 0–5 Jahren
- Ziel: Ressourcen stärken um frühzeitig Risiken in der Entwicklung von Kindern psychisch und suchterkrankter Eltern entgegen zu steuern.

*Kinder entwickeln sich zu starken Persönlichkeiten,  
wenn sie starke Eltern haben.*

*Kinder sind am besten vor Gefährdungen geschützt,  
wenn die Ressourcen der Eltern gestärkt werden.*



68 Kooperationspartner  
[www.kinder-schützen-eltern-stärken.de](http://www.kinder-schützen-eltern-stärken.de)

## Das Gruppenangebot wird geleitet von:

### Katharina Reede

-Sozialpsychiatrischer Dienst-

- staatlich anerkannte Sozialarbeiterin (M.A.) / Sozialpädagogin (M.A.)
- Sozialpsychiatrische Zusatzqualifikation

### Claudia Fechner

-Frühförderung und Beratung-

- staatlich anerkannte Diplom Sozialpädagogin
- Fachkraft für Integration
- Marte Meo Therapeutin
- Pkip-Gruppenleiterin
- Basic Bonding Gruppenleiterin
- EEH-Fachberaterin i.A. Thomas Harms, Bremen

Für die Anmeldung zum Elternkurs  
„Stressfreier Alltag“ und bei weiteren  
Fragen erreichen Sie uns unter:

☎ 0 52 72 - 37 14 60 oder  
✉ [info@bz-brakel.de](mailto:info@bz-brakel.de)



**Beratungszentrum Brakel**  
Kirchplatz 2 | 33034 Brakel  
Tel: 0 52 72 - 37 14 60  
[info@bz-brakel.de](mailto:info@bz-brakel.de) | [www.bz-brakel.de](http://www.bz-brakel.de)



**Caritasverband für den Kreis Hörter e.V.**  
Klosterstraße 9 | 33034 Brakel  
Tel: 0 52 72 - 3 77 00  
[info@caritas-hx.de](mailto:info@caritas-hx.de) | [www.caritas-hx.de](http://www.caritas-hx.de)

## Ein Kurs für Eltern - Ressourcen stärken



# STRESSFREIER ALLTAG

# Rahmenbedingungen

## Gruppengröße

- 6–8 Teilnehmer
- 2 Fachkräfte

## Anzahl und Dauer der Sitzungen

- 12 Sitzungen
- jeweils 120 Minuten
- Inkl. 15 Minuten Pause
- Auffrischungssitzung nach ca. 2 Monaten

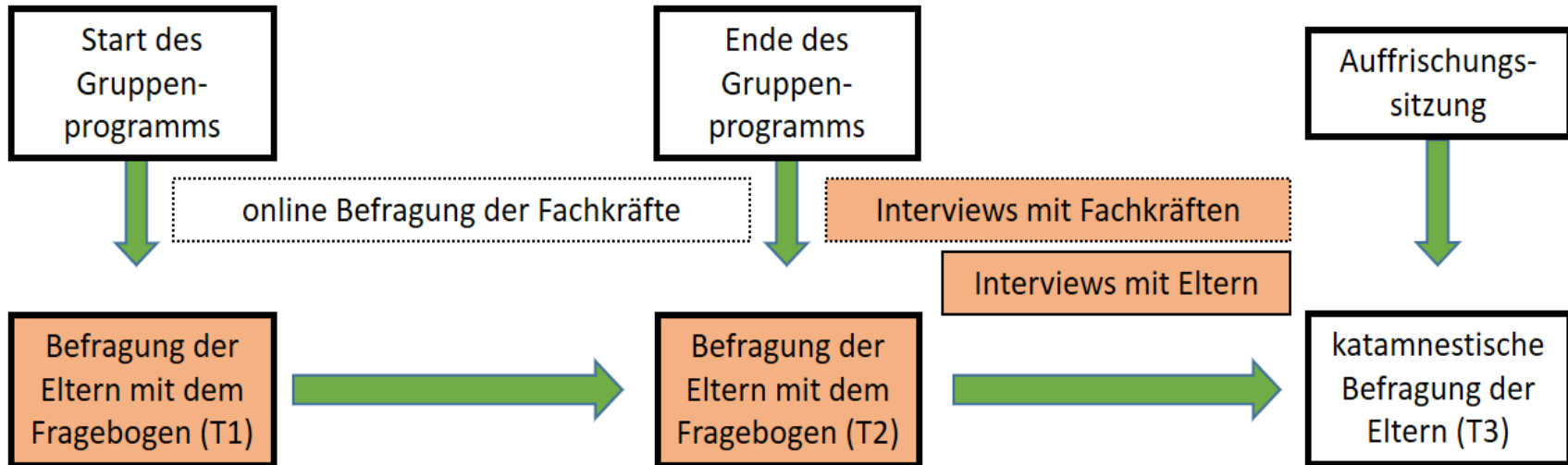
## „Offene Strukturiertheit“

Fortlaufender Auf- und Ausbau einer Vernetzungsstruktur mit den teilnehmenden Einrichtungen\*.

Begleitung der teilnehmenden Einrichtungen bei der Implementierung des Gruppenprogramms durch die Koordinierungsstelle des Diözesancaritasverbandes.

Evaluation des Gruppenprogramms „Ressourcen der Eltern stärken“ durch das Institut für Gesundheitsforschung und Soziale Psychiatrie (igsp)

Schulung der Fachkräfte in das Manual in den teilnehmenden Einrichtungen.



\* Die Datenbank von Kooperationspartner\*innen ist unter dem folgenden Link einzusehen: [www.kinder-schuetzen-eltern-staerken.de](http://www.kinder-schuetzen-eltern-staerken.de).

*„Ich finde, dass das für Eltern sehr hilfreich ist, eben weil es dieses strukturierte Programm ist und weil es genau die Punkte anspricht [...] wo diese Eltern ihre Defizite haben.“ (Beratungsstelle\_FK)*



# Aufbau des Gruppenprogramms vier Module

1. Sitzung:	Kennenlernen
2–5. Sitzung:	Mentalisieren
6–8. Sitzung:	Gefühle und Umgang mit Gefühlen
9–10. Sitzung:	Stressbewältigung
11. Sitzung:	Förderung des Sozialen Beziehungsnetzes
12. Sitzung:	Abschlusssitzung

*„Ähm und ich glaube einfach, dass diese ähm  
– dass dieses – genau dieses Gruppenangebot  
auf – auf diese Zielgruppe ähm sehr passend  
zugeschnitten war, dass sie sich mit ihren  
Themen wiedergefunden haben.“  
(Beratungsstelle\_FK)*

# Themen des Gruppenprogramms

## Förderung der Mentalisierungsfähigkeit – Themen in der Durchführung

1. Psychoedukation – Was ist Mentalisierung
2. Psychoedukation – Mentalisierung und Stress
3. Mentalisieren in Aktion
4. Weitere Übungen zur Vertiefung des  
Mentalisierens
5. Hausaufgabe

# Mentalisieren

Sie beobachten eine Mutter/einen Vater mit zwei kleinen Kindern an der Kasse im Supermarkt.

Die Mutter/der Vater räumt die Lebensmittel auf das Kassensband. Das jüngere Kind sitzt im Einkaufswagen und beginnt zu weinen. Das ältere Kind läuft um die Kasse herum und kommt mit einer Tafel Schokolade in der Hand zurück.

Die Mutter/der Vater schaut nervös um sich und schreit das Kind an. Sie /er reißt dem älteren Kind die Schokolade aus der Hand und legt sie in das Regal zurück.

Beide Kinder beginnen zu weinen.

- Was denken Sie, geht in der Mutter/im Vater in dem Beispiel an der Kasse vor?
- Was denken Sie, geht in den Kindern in dieser Situation vor?
- Wie glauben Sie, wie fühlt sich die Mutter/der Vater in dieser Situation?
- Was glauben Sie, warum die Mutter/der Vater in dieser Situation handelt, wie sie/er gehandelt hat?
- Was denken Sie geht in einer Mutter/einem Vater möglicherweise vor, die/der in dieser Situation ruhig bleibt?

Die Eltern sollen Zusammenhänge zwischen den Gedanken und Gefühlen (mentalene Zustände) der Mutter/des Vaters und ihrem möglichen Handeln herstellen.

*„Weil ich jetzt auch durch diesen Kurs gelernt hab, auch die Seite vom Kind zu sehen, nicht nur meine Seite zu sehen [...] und seine Handlungen dann manchmal nachzuvollziehen.“*

*(Mutter/Vater-Kind-Einrichtung\_TN)*

# Themen des Gruppenprogramms

## Förderung des Umgangs mit Gefühlen – Themen in der Durchführung

1. Psychoedukation – Gefühle und Umgang mit Gefühlen
2. Wahrnehmung der eigenen Gefühle
3. Innehalten und Achtsamkeit für die eigenen Gefühle steigern
4. Veränderung der kognitiven Strategien zum Umgang mit Gefühlen
5. Hausaufgabe

*„Also ich versuch, bewusster ähm darauf zu achten. Wenn ich mich jetzt [...] gestresst fühle, dann weiß ich, als Nächstes kommt genervt und nach genervt kommt ich werd total sauer. [...] Und deswegen versuch ich, ganz explizit darauf zu achten, dass wenn ich merke, okay, jetzt bist du wirklich schon irgendwie total gestresst, fahr mal n Gang runter, damit das nicht in diese Richtung geht.“ (Beratungsstelle\_TN)*

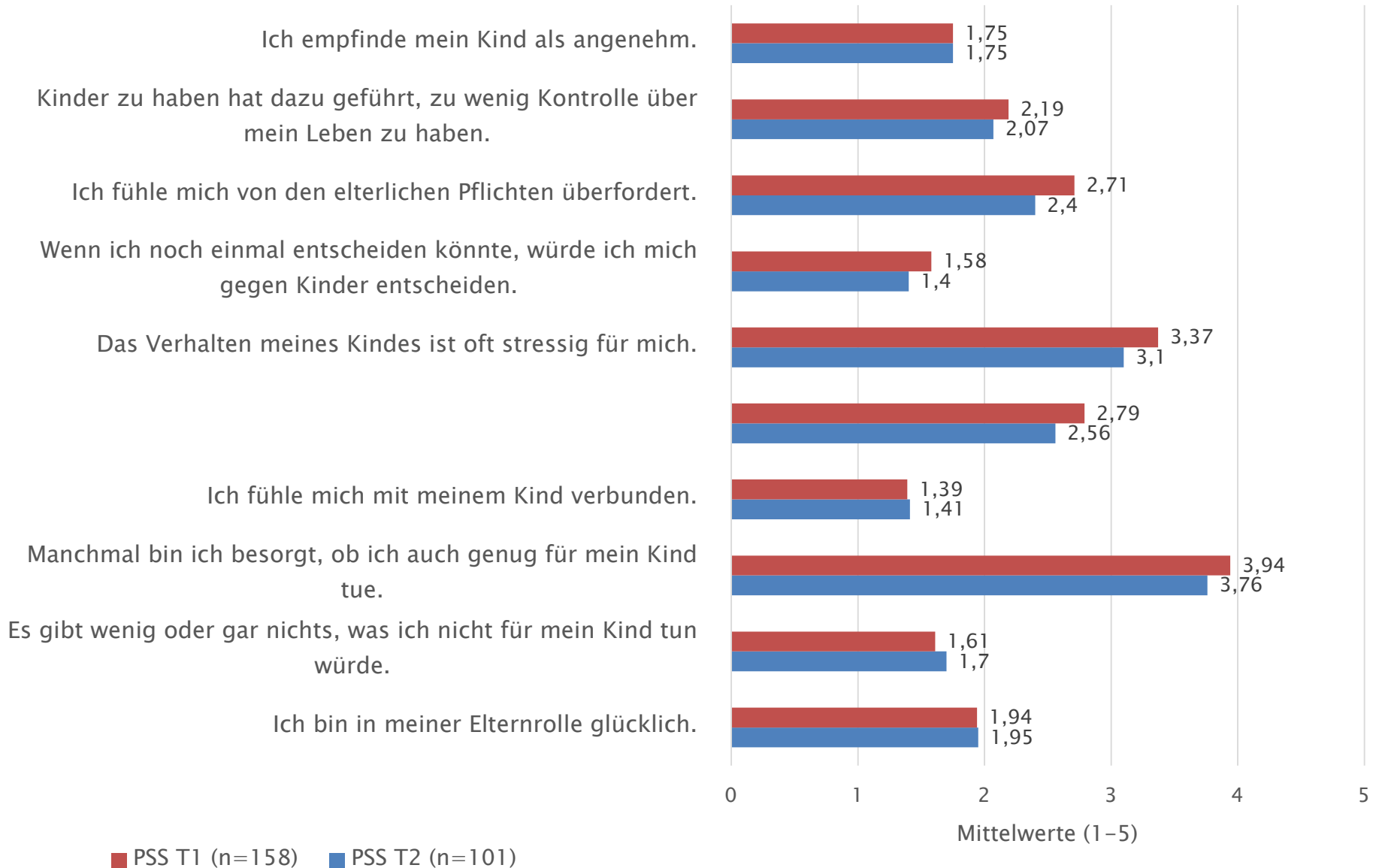


# Themen des Gruppenprogramms

## Förderung der Stressbewältigung – Themen in der Durchführung

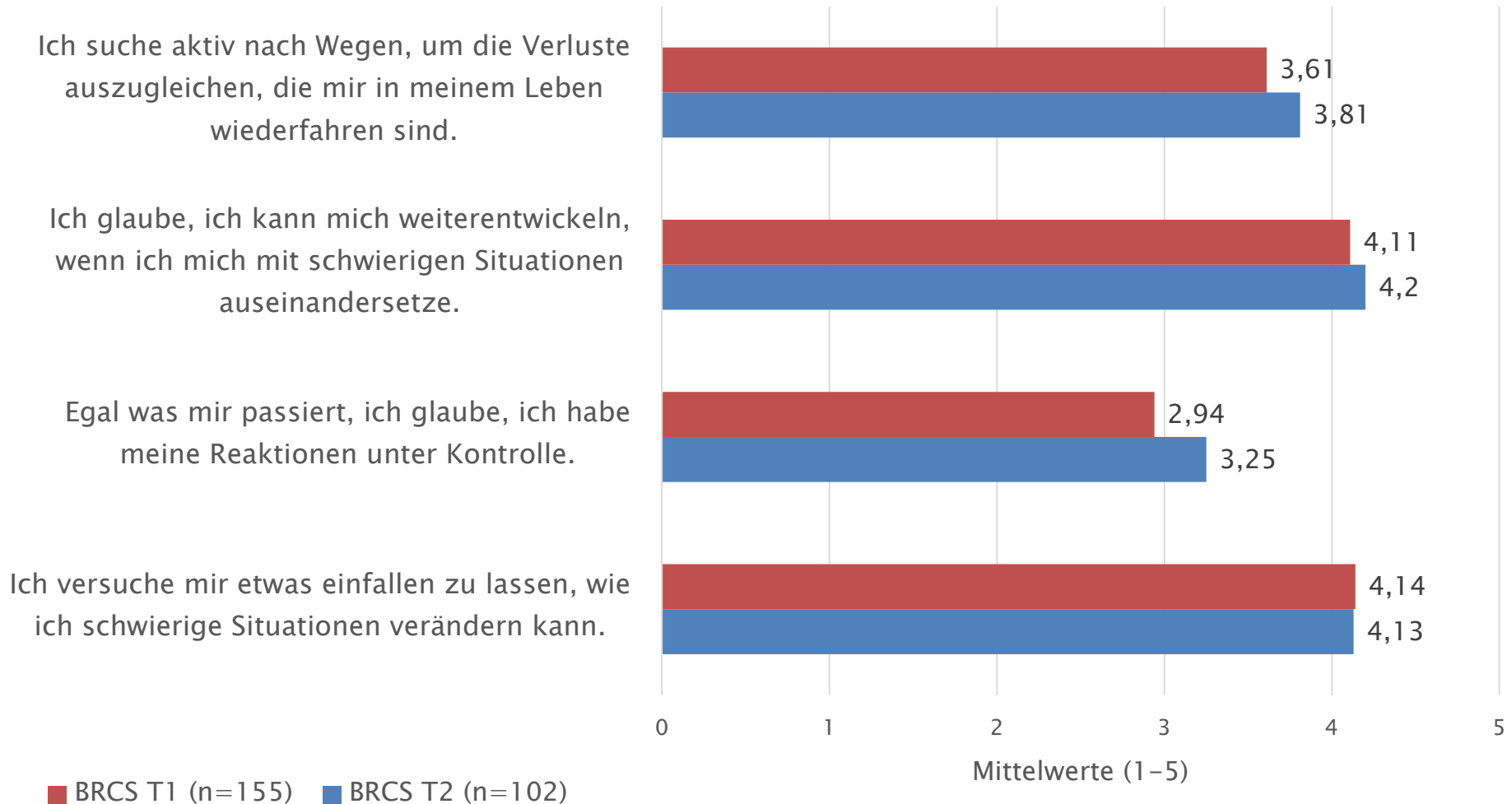
1. Psychoedukation: Belastungen – Stress – Stressbewältigung
2. Einführung: Alltägliche Belastungen
3. Schritte zur konstruktiven Stressbewältigung
4. Hausaufgabe

# Vergleich der Parental Stress Scale (PSS)



*„Ich glaub schon, dass ich mich im Laufe der Gruppe verändert habe. Und natürlich werde ich das auch den Kindern gegenüber ausstrahlen, einfach indem ich ähm wieder sicherer bin, strahle ich natürlich auch viel mehr Sicherheit aus, was ja auch den Kindern wieder mehr Sicherheit gibt.“ (Beratungsstelle\_TN)*

# Vergleich der Brief Resilient Coping Scale (BRCS)



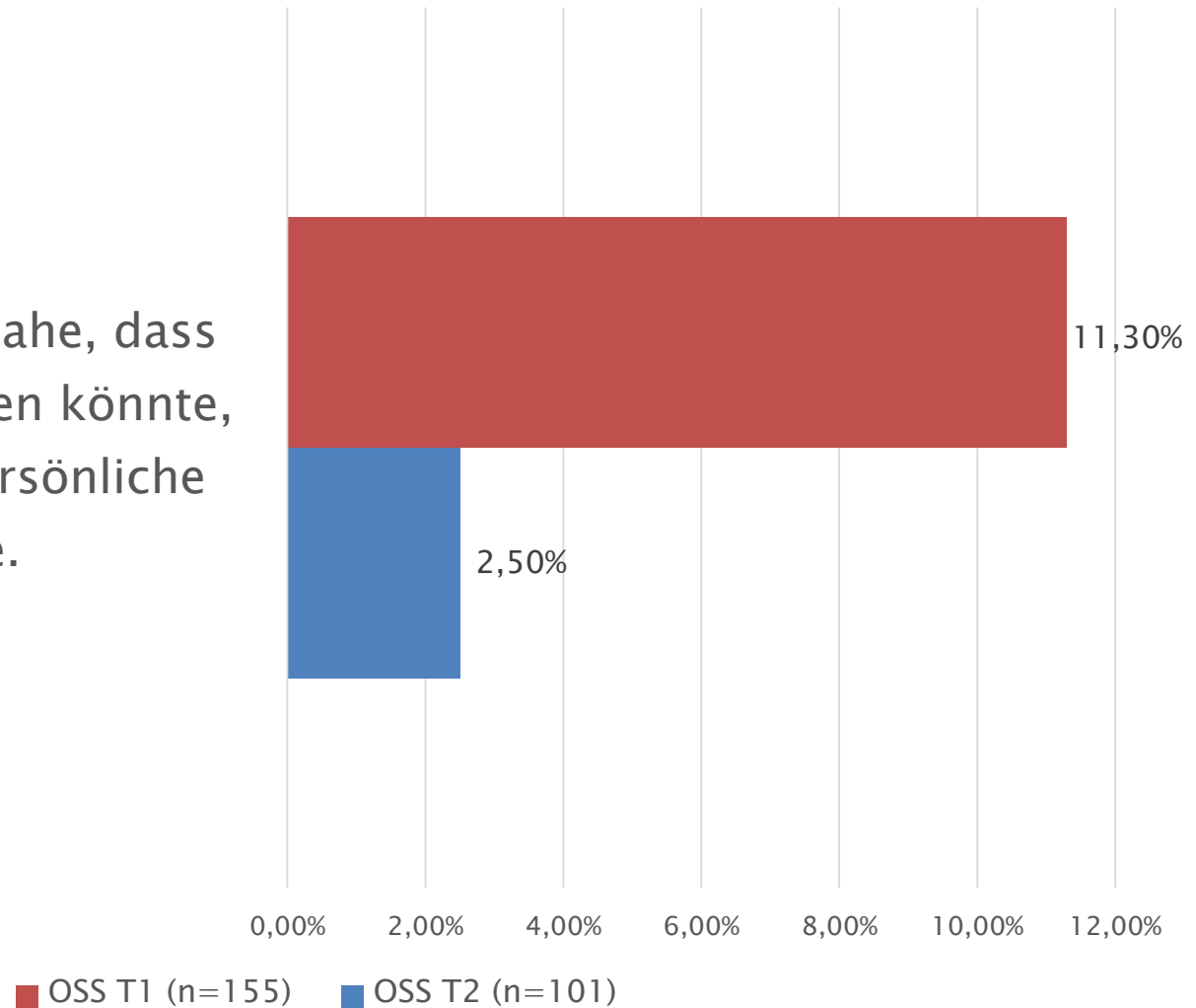
# Themen des Gruppenprogramms

## Förderung des sozialen Beziehungsnetzes – Themen in der Durchführung

1. Psychoedukation – Bedeutung der sozialen Ressourcen
2. Netzwerkanalyse – Erfassung der Größe und der Zusammensetzung des sozialen Netzwerkes
3. Hausaufgabe

*„Hm, also am hilfreichsten war es, als ich endlich wusste, dass wir alle im selben Boot sitzen.“ (Beratungsstelle\_TN)*

Niemand steht mir so nahe, dass ich mich auf ihn verlassen könnte, wenn ich ernsthafte persönliche Probleme hätte.



*„Und was zum Thema Netzwerk dabei rausgekommen ist: die ganzen Frauen haben jetzt ne WhatsApp-Gruppe gegründet und treffen sich einmal in der Woche nämlich zur Gruppenzeit zum Kaffeetrinken [...].“  
(Beratungsstelle\_FK)*



# Umsetzungsmöglichkeiten

## Durchführung des Gruppenprogramms in Kooperation

*„Ist das auch so ne Kultur hier einfach, miteinander vernetzt zu sein, sich auszutauschen.“ (Beratungsstelle\_FK)*

- Positive Effekte von Kooperationsstrukturen:
  - Teilnehmerrekrutierung
  - Lotsenfunktion
  - finanzielle Ressourcen
  - zeitliche Ressourcen
  - personelle Ressourcen

# Umsetzungsmöglichkeiten

## Kinderbetreuung

*„Und auch das mit der Kinderbetreuung, das war auch gut, dass das ähm angeboten worden ist, ne? Sonst hätte eine Teilnehmerin das auch nicht wahrnehmen können, weil die Kinder ja noch so klein waren [...]“  
(Beratungsstelle\_FK)*

# Umsetzungsmöglichkeiten

## Fahrdienst

*„Weil wir ja auch ähm hier diesen Fahrdienst angeboten haben.“ (Beratungszentrum\_FK)*

# Umsetzungsmöglichkeiten

## Methodische Ausgestaltung der Sitzungen

- Gruppen-, Partner- und Einzelarbeit
- Vertrauensbildende Übungen
- Achtsamkeitsübungen
- Marte-Meo-Elemente
- Entspannungsübungen
- Rollenspiele
- Körperarbeit

# Umsetzungsmöglichkeiten

*„Ähm gab auch immer n bisschen was Süßes, so Nervennahrung. Ähm Getränke gab's immer. Also das war wirklich sehr, sehr gemütlich.“ (Beratungsstelle\_TN)*

# Buchveröffentlichung 2018 im Hogrefe Verlag



21.02.2018

Kinder schützen durch Stärkung der Eltern  
Christina Otto & Lena Leffers

# Kinder schützen durch Stärkung der Eltern



21.02.2018

Kinder schützen durch Stärkung der Eltern  
Christina Otto & Lena Leffers

Bilder:  
Katholische  
Hochschule  
Paderborn