



## Beraten & unterstützen

### Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen können Kinder

- zwischen 8 und 12 Jahren,
- deren Mutter und/oder Vater von einer psychischen Erkrankung oder Abhängigkeitserkrankung betroffen sind und
- deren Eltern damit einverstanden sind, dass ihre Erkrankung und die Auswirkungen auf die Kinder in der Gruppe besprochen werden.

Bevor die Gruppe beginnt, findet ein Vorgespräch mit Eltern und Kind statt. Dieses Gespräch dient dem Kennenlernen und der Klärung von Fragen.

Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenfrei. Es besteht die Möglichkeit, die Kinder durch einen Fahrdienst der Caritas zur Gruppe und wieder nach Hause bringen zu lassen.

Vor Beginn und nach Ende der Kindergruppe findet jeweils ein Elternabend statt. Bei der begleitenden Elternarbeit liegt der Schwerpunkt auf der Stärkung der Eltern im Umgang mit ihren Kindern.



## Anmeldung

### Ökumenische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Fürstenfelder Str. 14, 82256 Fürstenfeldbruck  
Telefon: (08141) 50 59 60



### Sozialpsychiatrischer Dienst im Caritas-Zentrum Fürstenfeldbruck

Hauptstr. 5, 82256 Fürstenfeldbruck  
Telefon: (08141) 32 07 80 70

### Fachambulanz für Suchterkrankungen im Caritas-Zentrum Fürstenfeldbruck

Hauptstr. 5, 82256 Fürstenfeldbruck  
Telefon: (08141) 32 07 80 40

[www.caritas-fuerstenfeldbruck.de](http://www.caritas-fuerstenfeldbruck.de)

Email: [cz-ffb@caritasmuenchen.de](mailto:cz-ffb@caritasmuenchen.de)



Der Sozialpsychiatrische Dienst und die Fachambulanz für Suchterkrankungen werden aus Mitteln des Bezirks Oberbayern gefördert.



Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert



08/2015/1647/Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.  
Fotos: Titel: iStock\_uschools; S.3 - iStock\_GlobalStock; S.4 - photocase; Juttaschnecke; S.5 - iStock\_ClarikandCompany; S.6 - Fotolia\_auremar

# Caritas

Nah. Am Nächsten

Angebote für KINDER



## „Kinderleicht mit Trampolin“

Gruppe für 8-12 jährige Kinder aus sucht- oder psychisch belasteten Familien

Caritas-Zentrum Fürstenfeldbruck

Vertrauen.  
Von Anfang an



**Zukunft. Von Anfang an** – mit diesem Präventionsgedanken wollen wir Kinder aus Familien, in denen eine Sucht- oder psychische Erkrankung das Zusammenleben prägt, unterstützen, um sie für ihr Leben stark zu machen.

Denn eine gesunde, unbeschwerte Entwicklung ist für Mädchen und Jungen, deren Eltern unter einer psychischen Erkrankung oder einer Abhängigkeitserkrankung leiden, keineswegs kinderleicht.

Das Projekt „Kinderleicht“ möchte das ändern und Kinder aus betroffenen Familien unterstützen. Die Kindergruppe „Trampolin“ ist Teil dieses Caritas-Projektes.

Ein Trampolin fängt Kinder bei Sprüngen sanft auf und schützt vor Verletzungen. Eine ähnliche Basis bietet die Kindergruppe „Trampolin“. Sie fängt Kinder auf, wenn es ihnen nicht gut geht und sie jemanden zum Reden und Anvertrauen brauchen. Sie können sich mit anderen Kindern austauschen und brauchen keine Angst davor zu haben, zu sagen, was sie beschäftigt.

Am Ende der gemeinsamen Zeit haben die Kinder hoffentlich erreicht, dass sie besser mit der Situation in ihrer Familie umgehen können. Und vielleicht erfahren, dass sie, genau wie auf einem Trampolin, doch ein bisschen höher springen können, als sie denken – weil sie gestärkt aus der Gruppe hinausgehen.

*Deshalb: Kinderleicht mit Trampolin!*



## Was erleben Kinder bei „Trampolin“?

In der Gruppe erleben die Kinder, dass sie mit ihren Gefühlen und Problemen nicht alleine sind.

- Sie lernen andere Kinder kennen, denen es ähnlich geht.
- Sie lernen spielerisch ihre eigenen Stärken kennen und über ihre Gefühle zu sprechen.
- Gemeinsam überlegen sie, wie sie mit schwierigen Situationen in ihrer Familie besser umgehen können.

Ein wichtiges Ziel der Gruppe ist, dass die Kinder gemeinsam Spaß, Freude und Leichtigkeit erleben. Es wird deshalb viel gemeinsam gespielt, gemalt und erzählt.

Die Kindergruppe wird von Fachkräften aus drei Beratungsstellen - der Ökumenischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche, dem Sozialpsychiatrischen Dienst und der Fachambulanz für Suchterkrankungen - gemeinsam geleitet.

## Wie läuft „Trampolin“ ab?

In der Gruppe treffen sich vier bis acht Kinder insgesamt neun Mal, immer einmal pro Woche. Jede Woche geht es um ein anderes Thema, zum Beispiel:

- Wie kann ich mit schwierigen Situationen in der Familie umgehen?
- Ich bin wertvoll und habe eine Menge guter Eigenschaften!
- Wie äußern sich psychische Erkrankungen und Abhängigkeitserkrankungen? Wie wirken Alkohol und Drogen?
- Ich kann Probleme auf verschiedene Arten angehen!
- Ich kann Hilfe holen, wenn ich allein nicht weiterkomme!

Mit den Kindern wird besprochen, dass die Gruppe ein geschützter Raum ist und Informationen über ihre Familien niemandem außerhalb der Gruppe erzählt werden dürfen.