

Im Fokus stehen die Kinder

Profis an der Seite Das Projekt „Kidstime“ unterstützt Familien, in denen Elternteile an einer psychischen Erkrankung leiden

In Deutschland gibt es rund 3,8 Millionen Kinder mit mindestens einem an einer psychischen Erkrankung leidenden Elternteil. Fast 70 Prozent der Kinder entwickeln in der Folge selbst Symptome einer psychischen Erkrankung. Diese Kinder geraten schnell in Vergessenheit – aber welche Möglichkeiten gibt es, sie in ihrem Familienalltag zu unterstützen, sie zu stärken und vor allem davor zu schützen, später selbst zu erkranken?

Im Heidekreis ist im Frühjahr das Projekt „Kidstime“ gestartet – dabei handelt es sich um langfristig angelegte regelmäßige Workshops für Kinder psychisch erkrankter Eltern und ihrer Familien. Kidstime, ursprünglich in London entwickelt, ist 2015 am Agaplesion-Diakonie-Krankenhaus in Rotenburg/Wümme eingeführt worden, bundesweit gibt es 14 Standorte, an denen Kidstime-Gruppen arbeiten.

Finanzierung für 2020 durch den Landkreis

Im Heidekreis wird das Projekt durch den Trägerverein Kidstime Deutschland e. V. und das Heidekreisklinikum initiiert,



weitere Kooperationspartner sind die Erziehungsberatungsstelle Soltau, die Lebensbera-

tungsstelle Walsrode, der Sozialpsychiatrische Dienst, die Lebenshilfe und der Stephans-

stift Heidekreis. Der Landkreis hat die Finanzierung für das Jahr 2020 übernommen – für seine Arbeit ist der Verein Kids Time Deutschland e. V. aber auch stark auf Spenden angewiesen.

„Im Fokus sind die Kinder“, erklärt die Diplom-Sozialpädagogin und Diplom-Psychologin Alicja Sroda, eine der vier Mitarbeiter für Kids Time im Heidekreis, die Ausrichtung. Ziel der regelmäßigen Workshops sei es, den Kindern ein Gemeinschaftsgefühl zusammen mit anderen Betroffenen zu vermitteln, ihnen einen Austausch zu ermöglichen, ihre Ressourcen zu stärken und Resilienz zu entwickeln, außerdem das Thema psychische Erkrankungen zu enttabuisieren.

Die Workshops finden einmal im Monat statt, immer am ersten Freitag, und zwar in den Räumen der Lebenshilfe Walsrode. Der Ablauf ist dabei immer gleich: Gestartet wird mit einer gemeinsamen Runde mit allen Kindern und Eltern – aktuell nehmen zehn Eltern mit ihren Kindern an dem Angebot teil, mit Kindern vom Säuglingsalter bis zu 14 Jahren. Dieser erste Teil, so Alicja Sroda, sei

2/45 Nadine Schimbera Heilpraktikerin für Psychotherapie

2/45 Alexandra Heine Heilpraktikerin Psychotherapie

zunächst ein gemeinsames Ankommen, dazu edukative Elemente – vor allem kindgerechte Informationen zum Thema psychische Erkrankungen. Im Anschluss wird die Gruppe dann in Eltern und Kinder aufgeteilt: Mit den Erwachsenen erarbeiten Alicja Sroda und eine weitere Mitarbeiterin vor allem Alltagsstrategien, üben Stressmanagement. Und auch hier ist der Fokus auf die Kinder gerichtet, sollen die Eltern in ihrer Rolle als Mutter oder Vater gestützt werden.

Videodreh und Pizzaessen

In der Kindergruppe kommen verschiedene Methoden zum Einsatz, um den Jungen und Mädchen die Möglichkeit zu bieten, Zugang zu Erlebtem zu erhalten, dieses wiederzugeben und mit anderen Betroffenen zu teilen. Die Kinder hätten ein großes Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Austausch, so Alicja Sroda. Elemente der Systemischen Therapie würden ebenso eingesetzt wie Spieltherapie oder Theaterpädagogik. Das Besondere: Theater- und Rollenspiele werden per Videodreh aufgenommen und später in der Runde zusammen mit den Eltern vorgeführt und besprochen. Ein wichtiges Thema dabei sei die innerfamiliäre Kommunikation, so die Sozialpädagogin. Auf diese Weise erhalten die Mütter und Väter die Sichtweise und Probleme ihrer Kinder gespiegelt, können mit



Das Gefühl der Zusammengehörigkeit stärken und das Thema psychische Erkrankungen enttabuisieren, gehört zu den Zielen von Kids Time.
Foto: Pixabay

den Kidstime-Fachleuten an der Seite die Situation reflektieren und andere Verhaltensweisen erarbeiten.

Einen wichtigen Baustein der gemeinsamen Treffen bildet immer ein gemeinsames Pizzaessen – das ist ein fester Teil des Kids Time-Konzeptes.

Begleitung in Corona-Zeiten

Die Corona-Krise hat auch den Start des Projektes im Heidekreis beeinflusst: Anfang März sind Alicja Sroda und ihre drei Kollegen mit insgesamt zehn Familien an den Start gegangen – damit sind die Workshops aktuell voll ausgelastet. Die Kontaktbeschränkungen

hatten dann die monatlichen Treffen unmöglich gemacht, die Sozialpädagogin und Psychologin hat aber durchgängig den Kontakt zu den Familien gehalten und kleine therapeutische Aufgaben zur Stärkung der Resilienz, der Fähigkeit zum Umgang mit Stress und Problemen, vermittelt. Im Juni hat ein gemeinsamen Spaziergang das geplante Workshop-Programm ersetzt, für Juli hofft das Team auf einen regulären Ablauf.

Die vier Mitarbeiter verstehen sich als verlässliche Partner für die Kinder und ihre Eltern, stehen auch zwischen den Treffen bei Sorgen und Problemen zur Verfügung – bieten allerdings

keine Therapie. Alicja Sroda betont auch die Bedeutung des Austausches untereinander: Zum einen bringen die Kooperationspartner viel Wissen über Netzwerke mit, zum anderen tauschten sich die Eltern über ihre Erfahrungen, über eigene Kontakte und Hilfsangebote aus und könnten sich Wissen mit in die Gruppe einbringen.

► **Kidstime Deutschland e. V.**, www.kidstime-netzwerk.de
Ansprechpartnerin für den Heidekreis: Diplom-Sozialpädagogin Alicja Sroda, Telefon 0177 8638791, sroda@kidstime-netzwerk.de und kidstime-walsrode@systemeo.de

2/45 Frank Sanowski

2/45 Hypnosepraxis Susanne Rosebrock