



Optimist

Hilfen für Kinder psychisch kranker Eltern
ein Projekt des Förderverein Fähre e.V. Rhede

Abschlussbericht

A. Der Förderverein Fähre e.V.

Der Förderverein Fähre e. V. Rhede ist ein eingetragener Verein, der 1990 gemeinsam von Angehörigen psychisch kranker Menschen und von psychiatrischen Fachleuten in Rhede gegründet wurde.

Der Name „**Fähre**“ bezeichnet gleichzeitig Programm und Auftrag des Vereins, psychisch Erkrankte vom Ufer der Erkrankung zu begleiten zum Ufer der Stabilisierung, Integration und Gesundung. Die Fähre möchte die Lücke schließen zwischen stationärer bzw. teilstationärer psychiatrischer Behandlung und sozialer Wiedereingliederung.

Zu den vorrangigen Zielen des Fördervereins zählen die nachhaltige Verbesserung der Situation psychisch erkrankter Menschen, die Begleitung und Unterstützung deren Angehöriger und Freunde sowie die Aufklärung der Bevölkerung zum Abbau bestehender Vorurteile, Ängste und Unsicherheiten im Umgang mit psychisch erkrankten Menschen.

Zur Erreichung dieser Ziele hat der Förderverein Fähre e.V. für Betroffene und Angehörige seit 1990 gemeindenahere psychosoziale Hilfen entwickelt, von denen er inzwischen einige in andere Trägerschaft abgegeben hat:

- Das **Integrationsunternehmen „Herbalind gGmbH“**, seit April 2020 betrieben vom ASB Münsterland
- Den **Integrationsfachdienst** in Borken, Ahaus und Dülmen in Kooperation mit dem DRK und dem PariSozial, seit 2023 betrieben von DRK und PariSozial
- Die **Tagesstätte** in der Innenstadt von Rhede mit 20 Plätzen für psychisch behinderte Menschen, seit 2023 betrieben von der InSel gGmbH
-

Zur Zeit führen wir:

- Das **Arbeitstraining** mit bis zu 70 Arbeitstrainingsplätzen
- Einen wöchentlichen **Begegnungstreff** am Samstag für psychisch kranke Menschen und ihre Angehörigen
- Die **Gartengruppe „Sonnenschein“**, die den vereinseigenen Kleingarten betreibt
- Das monatliche Treffen der **Angehörigengruppe** mit Vorträgen und Informationsabenden mit Fachleuten für Angehörige, psychisch behinderte Personen und weitere Interessenten
- Das vierteljährliche Treffen von Betroffenen, Angehörigen und Fachleuten am **„Runden Tisch Psychiatrie“**
- **Den Betrieb eines Second-Hand-Ladens** in der Innenstadt von Rhede

B. Das Projekt „Optimist“

Inzwischen ist die Einbeziehung von erwachsenen Partnern in die Behandlung psychisch Erkrankter zumindest in der Theorie zum Standard psychiatrischer Versorgung geworden.

Kinder psychisch kranker Eltern hingegen profitieren bis heute nicht oder nur unzureichend. Wenn die Eltern psychisch erkrankt sind, brauchen Kinder Hilfe. Die Kinder erleben ihre Eltern über einen längeren Zeitraum oder immer wiederkehrend in für sie unverständlichen, extremen Gefühlszuständen. Sie empfinden das Gefangensein der Mutter oder des Vaters in einer oft bedrohlichen inneren Welt, aus der sie ausgeschlossen sind oder aber eng mit einbezogen werden sollen.

In NRW gibt es erst seit 2021 ein Präventionsprogramm für Kinder psychisch kranker und suchterkrankter Eltern, „KIPS Prävention NRW“. Der Förderverein Fähre e. V. wurde hingegen bereits im Vorfeld tätig:

I. Konzept

Um diesen Kindern zu helfen hat der Förderverein Fähre e.V. im Jahr 2019 ein Konzept zum Aufbau eines Hilfe-Angebotes für Kinder psychisch kranker Eltern erarbeitet.

II. Vorbereitung

Nach einer Vorbereitungsphase seit 2018 wurde mit der Projektgruppe die Idee, Planung und Konzeption des Projektvorhabens realisiert.

Werbung, Öffentlichkeitsarbeit und Spendenakquise, Besetzung der Stellen, Kontaktaufnahme zu betroffenen Familien durch die hauptamtliche Kraft,

Kontaktaufnahme zu den Kooperationspartnern, Vorstellen des Projektes und gegenseitiges Kennenlernen, Beginn der Vernetzungsarbeit mit anderen Institutionen, Aufbau eines Netzwerkes, gegenseitiges Kennenlernen und Information über das Projekt, Aufnahme der Projektarbeit...

III. Umsetzung

Öffentliche Mittel waren für unser Projekt „Optimist“ zu Beginn der Umsetzungsphase leider nicht zugänglich, da wir für die Beantragung der Fördergelder aus „KIPS Prävention NRW“ als Jugendhilfeträger hätten anerkannt sein müssen. Die Fähre hatte bis dato nur mit erwachsenen psychisch erkrankten Menschen zusammen gearbeitet.

Tatsächlich gelang es aber, bis zum Projektstart im Oktober 2021 genügend Spendenmittel für den Start einzuwerben. Mehrere großzügige Sponsoren ermöglichten die Umsetzung des Projektes „Optimist“ im Rahmen des Konzepts, also mit einer Gruppe über drei Jahre.

Um den Aufwand gering zu halten, wurden alle anfallenden Overhead-Arbeiten ehrenamtlich erbracht. Der Gruppenraum konnte im Gebäude der Tagesstätte mietfrei genutzt werden.

Es gelang auch, das erforderliche Personal zu akquirieren. Für die Leitung des Projekts incl. der Verwaltungsarbeit war zunächst mit einem Umfang von 5 Wochenstunden der Leiter der Tagesstätte angestellt. Später wechselte die Aufgabe auf eine sozialarbeiterische Fachkraft mit 8 Std., nach deren Mutterschutz auf einen Sozialarbeiter mit 10 Std., beide mit einschlägigen Berufserfahrungen.

Für die Arbeit mit den Kindern in der Gruppe waren drei Honorarkräfte eingestellt:

Die Mitarbeitenden:

- waren ausgebildete PädagogInnen und Gesundheits- und KrankenpflegerInnen.
- haben Kenntnisse über die Lebenswelten der Kinder und Jugendlichen

- haben ein differenziertes pädagogisches Repertoire
- bildeten sich regelmäßig weiter

Am 01.10.2021 begann die Arbeit im Projekt und endete nach Ablauf der Projektphase am 30.09.2024.

Ziel war es, nach Ablauf der drei Jahre als Träger der öffentlichen Jugendhilfe anerkannt zu werden, damit die Voraussetzungen für eine anschließende öffentliche Förderung zu erfüllen und so aus der Projektphase in eine dauerhafte Implementierung des Angebots überzugehen.

IV. Ergebnisse

*Über die Ergebnisse der dreijährigen Arbeit mit den Kindern in der Gruppe liegt folgender **Abschlussbericht** der Fachkräfte vor:*

Projektabschlussbericht - Optimist

1. Einleitung

Der vorliegende Projektabschlussbericht fasst die Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Projekt „Optimist“ zusammen, welches ein präventives Gruppenangebot für Kinder von psychisch erkrankten Eltern ist. Ziel des Projekts war es, betroffene Kinder zu unterstützen, ihre Resilienz zu stärken und ihnen einen geschützten Raum zum Austausch und zur Reflexion zu bieten. Bei dem Träger handelt es sich um den gemeinnützigen Verein Förderverein Fähre e.V. und der Projektzeitraum betrug insgesamt 3 Jahre.

2. Projektdurchführung

Die Gruppe fand alle zwei Wochen dienstags von 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr statt. Die Leitung des Projekts wurde durch eine Projektleitung sowie zwei Honorarkräfte übernommen, die Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen haben. Die Treffen wurden strukturiert gestaltet, um eine Balance zwischen offenen Gesprächen, kreativen Aktivitäten und spielerischen Elementen zu gewährleisten. Zu Beginn nahmen sieben Kinder im Alter von 8 bis 14 Jahren teil. Anfangs waren viele der Kinder zurückhaltend und unsicher. Mit der Zeit lernten sie sich besser kennen, entwickelten Vertrauen zueinander und den begleitenden Projektmitarbeitenden und konnten voneinander lernen. Nach etwa drei Jahren schieden zwei Kinder aufgrund weiterer wichtiger Termine aus. Die Projektarbeit wurde mit fünf Kindern fortgeführt. Bei diesen fünf Kindern war eine deutliche Entwicklung zu erkennen: Sie wurden offener, konnten ihre Emotionen besser ausdrücken und entwickelten ein stärkeres Selbstbewusstsein.

3. Besondere Bedürfnisse von Kindern psychisch erkrankter Eltern

Kinder von psychisch erkrankten Eltern stehen vor besonderen Herausforderungen. Wichtige Aspekte, auf die im Rahmen des Projekts geachtet wurde, umfassen:

Emotionale Unterstützung: Kinder erleben oft Schuldgefühle, Ängste oder Unsicherheiten bezüglich der Erkrankung ihrer Eltern.

Aufklärung: Durch altersgerechte Erklärungen wurde den Kindern geholfen, die Krankheit ihrer Eltern zu verstehen und sich selbst nicht verantwortlich zu fühlen.

Stärkung der Resilienz: Förderung von Bewältigungsstrategien und sozialen Kompetenzen, um Herausforderungen besser zu meistern.

Stabilität und Routine: Eine verlässliche Struktur und ein sicherer Rahmen gaben den Kindern Orientierung.

Ressourcenaktivierung: Die Kinder wurden dabei unterstützt, ihre eigenen Stärken zu erkennen und zu nutzen.

4. Methoden und Ansätze

Um die Kinder optimal zu unterstützen, wurden verschiedene pädagogische und therapeutische Methoden angewandt:

4.1. Übungen aus der Multifamilientherapie (MFT)

Half den Kindern, sich nicht allein zu fühlen und neue Lösungsansätze zu entwickeln.

4.2. Waldpädagogik

Naturerlebnisse stärken das Selbstbewusstsein und fördern die emotionale Regulation.

Bewegung in der Natur baut Stress ab und vermittelt positive Gruppenerfahrungen.

4.3. Resilienzförderung

Die Kinder wurden gezielt in ihrer Widerstandsfähigkeit gestärkt.

Methoden wie Gefühlskarten, Stärken-Schwächen-Analysen oder Körperwahrnehmungsübungen halfen ihnen, sich selbst besser kennenzulernen und herausfordernde Situationen zu bewältigen.

4.4. Trauma- und bindungsorientierte Ansätze

Durch behutsame Gespräche konnten Ängste und Unsicherheiten reduziert werden.

Sicherheitssignale, z. B. Rituale, feste Gruppenregeln und ein konstanter Rahmen, gaben den Kindern Halt. Darunter fiel beispielsweise eine Befindlichkeitsrunde zu Beginn und eine Reflexionsrunde zum Ende der Gruppenstunde. Weiter wurden gemeinsame Regeln festgehalten, welche den Kindern und Jugendlichen wichtig waren.

4.5. Spielerische Methoden & kreative Ausdrucksformen

Kreatives Arbeiten mit Malen oder Musik half den Kindern, Gefühle auszudrücken, für die sie keine Worte fanden. Rollen- und Kooperationsspiele stärkten das Selbstvertrauen und die sozialen Fähigkeiten.

4.6. Achtsamkeit und Entspannungsverfahren

Atemübungen und kleine Entspannungsrituale halfen, Stress abzubauen. Phantasiereisen wurden eingesetzt, um den Kindern Momente der Ruhe und Selbstregulation zu ermöglichen.

5. Verbesserungen durch das Projekt

Zu Beginn des Projekts zeigten sich viele der teilnehmenden Kinder zurückhaltend und vorsichtig. Dies ist typisch für Kinder psychisch

erkrankter Eltern, da sie oft gelernt haben, ihre Gefühle und Bedürfnisse im Hintergrund zu halten.

Durch die Teilnahme an der präventiven Gruppe konnten folgende positive Effekte für die Kinder beobachtet werden:

- *Erhöhter Selbstwert: Die Kinder entwickelten ein positiveres Selbstbild und mehr Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten.*
- *Bessere soziale Integration: Der Austausch mit anderen betroffenen Kindern führte zu einer Entlastung und der Erkenntnis, nicht allein mit ihren Erfahrungen zu sein. Des Weiteren konnten sie sich gegenseitig unterstützen. Sie entwickelten neue Bewältigungsstrategien, indem sie voneinander lernten, wie sie mit schwierigen Situationen umgehen.*

Vor allem die kontinuierliche Begleitung durch geschulte Fachkräfte half den Kindern, Gefühle besser zu verstehen, eigene Bedürfnisse wahrzunehmen und diese auch zu kommunizieren. Durch die Methoden der Multifamilientherapie und Waldpädagogik konnten sie zudem auf spielerische Weise soziale und emotionale Kompetenzen stärken.

- *Verbesserte Emotionsregulation: Die Kinder lernten, ihre Gefühle bewusster wahrzunehmen und konstruktiv damit umzugehen.*
- *Reduzierung von Schuld- und Angstgefühlen: Durch Aufklärung und Gespräche konnten belastende Gefühle reduziert werden.*
- *Mit der Zeit wurde deutlich, dass die Kinder innerhalb der Gruppe mutiger wurden, sich mehr öffneten und zunehmend eigene Stärken entwickelten. Einige Kinder konnten durch die Gruppenerfahrungen auch in ihrem Alltag außerhalb der Gruppe selbstbewusster auftreten.*

6. Herausforderungen während der Projektlaufzeit

Während der 3 Jahre kam es zu zwei Wechseln in der Projektleitung sowie bei den Honorarkräften, was für die Kinder eine Anpassung erforderte. Dank einer einfühlsamen Begleitung konnte dieser Übergang jedoch gut gestaltet werden. Ein weiteres wesentliches Thema war die Finanzierung, da das Projekt auf Spenden basierte. Durch einen engen Austausch und eine regelmäßige Informationsübermittlung zu Fortschritten im Projekt, wurden dem Projekt durch feste Spendengeber weitere monetäre Mittel zugesichert.

7. Fazit und Ausblick

Das Projekt „Optimist“ hat gezeigt, wie wertvoll eine solche Gruppe für Kinder psychisch erkrankter Eltern sein kann. Trotz anfänglicher Zurückhaltung der Kinder konnte im Verlauf der Jahre eine deutliche Entwicklung in ihrem Verhalten und Selbstbewusstsein beobachtet werden. Der Austausch in einer wertschätzenden Umgebung erwies sich als wichtige Ressource für die Kinder. Weiter haben die regelmäßigen Treffen dazu beigetragen, den Kindern einen stabilen und sicheren Raum zu bieten, in dem sie sich entfalten, stärken und einfach Kind sein konnten.

31.01.2025 Luca Röleke

C. Projektabschluss

Leider wurde die öffentliche Förderung dieser Projekte durch das Programm „KIPS Prävention NRW“ über die ursprünglich zur Verfügung gestellten Mittel hinaus nicht fortgesetzt, nachdem alle Mittel verbraucht waren. Das Optimist-Projekt des Förderverein Fähre e.V. hatte damit keine Aussicht auf eine langfristig gesicherte Zukunft.

Auch wenn es gelungen war, sogar mehr als die für die Projektphase erforderlichen Mittel über Spenden einzuwerben, war es für den Verein wirtschaftlich nicht vertretbar, unter diesen Voraussetzungen eine anschließende dauerhafte Implementierung des Angebotes anzugehen.

Leider konnten die drei Honorarkräfte ihre Arbeit über den Projektzeitraum hinaus aus beruflichen Gründen nicht fortsetzen.

Der Förderverein Fähre e.V. hat daher das Projekt nach Ablauf der geplanten und erfolgreich durchgeführten Projektphase am 30.09.2024 eingestellt.

Mit den fachlichen Ergebnissen des Projekts ist belegt, dass sich mit diesem konzeptionellen Ansatz bei den Kindern nennenswerte Erfolge erzielen lassen.

Es ist wünschenswert, dass die Arbeit auf dieser Basis fortgesetzt werden kann. Dafür müssen allerdings zunächst die Fördervoraussetzungen geschaffen werden.

Wir bedanken uns sehr für die großzügige Unterstützung bei den Spendern für dieses Projekt.

Rhede im Februar 2025,

Hildegard van Acken, Vorsitzende Förderverein Fähre e.V.