



Ansprechpersonen:

Michael Eining (Projektleitung)
☎ 0177 6453007

Angelika Naßmacher
☎ 0177 6453007

Janine Vörding
☎ 0177 6452993

Luca Röleke
☎ 0177 6452993

✉ optimist@faehre-rhede.de
📷 Instagram: [optimist_faehre](https://www.instagram.com/optimist_faehre)

📍 Hausadresse:

Tagesstätte im Förderverein Fähre e.V.
Nikolaus-Groß-Weg 1, 46414 Rhede

🕒 Gruppenzeiten:

Die Gruppe „Optimist“ findet 14-tägig dienstags von 16:30 – 18:00 Uhr in der Tagesstätte statt.

🚌 Erreichbarkeit der Tagesstätte:

Die Busse der Linien S75 und R51 halten an der „Gudulakirche“ in Rhede, von dort sind es circa fünf Gehminuten bis zur Tagesstätte.

Der Förderverein Fähre e.V. Rhede wurde 1990 gegründet. Er ist Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband und als gemeinnützig anerkannt (Finanzamt Borken, St-Nr. 307/5937/0231).

Wenn auch Sie das Projekt „Optimist“ unterstützen möchten, spenden Sie mit dem Stichwort „Optimist“ auf das Konto des Fördervereins Fähre bei der Volksbank Rhede:
IBAN: DE22 4286 1814 0016 5657 00

Geschäftsführender Vorstand:

Hildegard van Acken
1. Vorsitzende
Südmauer 45, 46397 Bocholt
Telefon: 02871 6336
Fax: 02871 184754
E-Mail: vs@faehre-rhede.de

Stefan Rößing-Wilting, Rhede
Rechtsanwalt
Telefon: 02872 949241

Hartmut Pleines, Rhede
Steuerberater
Telefon: 02872 949347

E-Mail: info@faehre-rhede.de
Internet: www.faehre-rhede.de



OPTIMIST

Ein Angebot für Kinder und Jugendliche psychisch erkrankter oder belasteter Eltern



Für Sie als Eltern

Wenn Sie als Vater oder Mutter unter seelischen Belastungen leiden oder seelisch erkrankt sind, glauben Sie vielleicht manchmal, Sie müssten sich dafür schämen, möglicherweise fühlen Sie sich auch mit ihren Problemen allein gelassen. Viele Menschen werden im Laufe ihres Lebens vorübergehend oder dauerhaft seelisch krank und es gibt viele Möglichkeiten der Unterstützung für Sie. Leider werden die Kinder aber oft vergessen. Sie leben mit Ihnen zusammen, sie erleben Sie Tag für Tag und sie machen sich vielleicht viele Gedanken, wie es Ihnen geht. Eventuell fühlen sie sich sogar verantwortlich dafür, dass es Ihnen nicht gut geht und werden selbst ganz traurig. Das kann schon kleineren Kindern so gehen; je älter die Kinder werden, desto mehr Fragen haben sie wahrscheinlich, trauen sich aber womöglich nicht, sie Ihnen zu stellen.

Als Vater oder Mutter möchten Sie Ihr Kind beschützen, es vor Problemen bewahren und ihm einen guten Start ins Leben ermöglichen. Vermutlich fällt es Ihnen nicht so leicht, Ihrem Kind von ihrer seelischen Erkrankung zu erzählen und ihnen zu erklären, was mit Ihnen los ist.

Was kann ich meinem Kind über meine seelische Erkrankung erzählen? Wie kann ich das bloß erklären? Was versteht mein Kind? Belaste ich es, wenn ich ihm von meiner Erkrankung erzähle? Das können Fragen sein, die Sie als Eltern sehr beschäftigen.

Wir möchten Ihnen bei der Bewältigung dieser Fragen mit unserem neuen Konzept „Optimist“ Unterstützung anbieten, indem wir Ihnen dabei helfen, Ihrem Kind all das zu erklären. Für viele Kinder hat es sich als sehr hilfreich erwiesen, an einer Gruppe für Kinder seelisch erkrankter / belasteter Eltern teilzunehmen.

Für Ihre Kinder

Wir möchten Ihrem Kind einen Raum zur Verfügung stellen, um mit der besonderen Situation in der Familie umgehen zu können. Sie sind nicht allein, es gibt viele Kinder, denen es ähnlich geht und denen es helfen würde, über ihre Sorgen und Nöte sprechen zu können. Das wollen wir mit dem Angebot „Optimist“ ermöglichen.

In der Gruppenarbeit mit den Kindern soll es darum gehen, dass die Kinder ihre Gefühle zum Ausdruck bringen dürfen, dass sie Fragen (auch zu Ihrer Erkrankung) stellen dürfen und auch Antworten darauf bekommen. Wir wollen Ihr Kind auch dazu ermutigen, seine Stärken zu entdecken und zu festigen, um optimistisch nach vorne blicken zu können. Ihr Kind soll sich in der Gruppe wohlfühlen können, Entlastung und Entspannung erfahren und kennenlernen, wie andere Kinder seines Alters mit der häuslichen Situation umgehen.

Es ist uns sehr wichtig, Ihrem Kind die Möglichkeit zu geben, zu verstehen, was Sie als Eltern gerade so belastet und Ihnen den Alltag so schwer macht, dass Sie manchmal nicht in der Weise für Ihr Kind da sein können, wie Sie das möchten. Sie als Eltern sollen uns als Hilfe begreifen können, als Unterstützende in einer schwierigen Lebenssituation, die auch für Ihr Kind nicht einfach ist.



Der „Optimist“ ist bei den Seglern das kleinste Boot, mit dem Kinder und Jugendliche anfangen zu segeln. Das Boot ist sehr wendig, kann allein gesteuert werden und obwohl es nicht so wirkt, ist es erstaunlich stabil.

Das Angebot

Im Rahmen eines regelmäßigen, zeitlich nicht befristeten und für Sie als Familie kostenlosen Angebotes wollen wir Ihrem Kind die Möglichkeit geben, an der von uns entwickelten „Optimisten“-Gruppe teilzunehmen.

Diese Gruppe wird mit Hilfe verschiedener Methoden Ihrem Kind Hilfe und Beratung anbieten. Das können Spielmöglichkeiten nach den Bedürfnissen der Kinder ebenso sein wie themenzentrierte Gespräche (zum Beispiel über seelische Erkrankungen und deren Merkmale), erlebnispädagogische Aktivitäten, Entspannungstechniken, aber auch die Entwicklung eines „Notfallkoffers“ für Krisenzeiten.

Die Gruppe wird sich in den Räumen der Tagesstätte des Fördervereins Fähre e.V., unserem von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen 1990 gegründeten Verein, treffen. Geplant ist eine alle 14 Tage stattfindende Gruppe unter der Leitung zweier in der Kinder- und Erwachsenenpsychiatrie erfahrenen Fachkräfte. Sie finden die Kontaktdaten der beiden Ansprechpersonen sowie die Adresse der Tagesstätte auf der Rückseite dieses Faltblattes.

Wenn Sie unser Hilfsangebot in Anspruch nehmen möchten und Ihr Kind an unserer Gruppe teilnehmen soll und darf, möchten wir Sie bitten, Kontakt zu uns aufzunehmen. In einem Gespräch vorab klären wir alle Details und Ihre Fragen und besprechen auch, ab wann Ihr Kind an unserer Gruppe teilnehmen kann.

Sollten Sie zuvor noch weitergehende Fragen haben, kontaktieren Sie uns gern.

