



„Sternstunde“

Ein gesundheitsförderndes Gruppenangebot für Kinder in suchtblasteten Familien

Das von der Fachstelle des Chill out e.V. in Kooperation mit der aBBS und dem EKIZ der AWO Potsdam entwickelte Projekt Sternstunde richtet sich an Familien, in denen das Thema Sucht eine Belastung darstellt/e und bereits enttabuisiert und offen besprochen und / oder behandelt wird.

Kinder dieser Familien im Alter zwischen 8 und 13 Jahren erfahren im Rahmen des Projektverlaufes Unterstützung, um ihre besondere Lebenssituation und den sich daraus ergebende Belastungen zu erfassen und eigenverantwortlich zu bewältigen. Sie erleben solidarische Gemeinschaftserfahrungen, aktivieren eigene Ressourcen und können sich zunehmend gestärkt in ihre kindliche bzw. jugendliche Lebenswelt integrieren.

Sternstunde bietet innerhalb von neun aufeinanderfolgenden Modulen die Möglichkeit zum

- Austausch über das Thema Abhängigkeit/Sucht als Enttabuisierung
- Erwerb von Wissen zum Thema Abhängigkeit,
- Ausprobieren von Verhaltens- und Problemlösungsstrategien und
- der Resilienzstärkung - insbesondere Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeit.

Neben den Kindern selbst wendet sich Sternstunde auch an deren Eltern, andere Angehörige und Personen aus dem weiteren sozialen Netzwerk.

Diesem bietet das Projekt in Form von zwei Elternabenden und begleitenden Gesprächen die Möglichkeit der Sensibilisierung für die Bedürfnisse der Kinder, eine Steigerung des Vertrauens in die eigenen erzieherischen Fähigkeiten sowie das Kennenlernen weiterer Hilfsangebote.



Die im ersten Projektdurchlauf (September 2014 bis März 2015) gesammelten Erfahrungen und gewonnenen Erkenntnisse lassen auf Erreichung der inhaltlichen Ziele schließen.

Alle erreichten Eltern bzw. Großeltern gaben an, das Angebot unbedingt weiter empfehlen zu wollen. Die geringe Anzahl der Teilnehmer*innen wurde positiv bewertet.

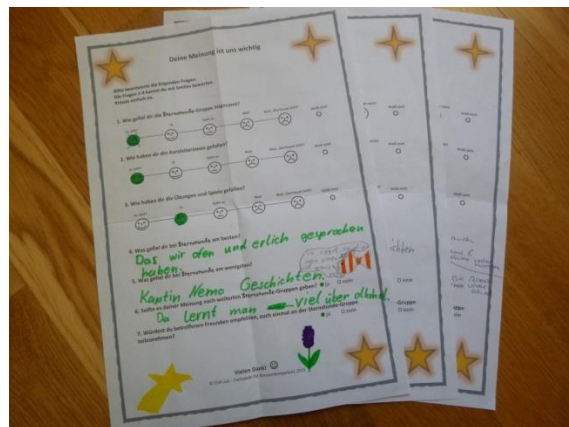
Die zusätzlichen intensiven begleitenden Elterngespräche erwiesen sich in puncto Vertrauensbildung als sehr gewinnbringend.

Den Kindern war besonders die Kontinuität des wiederkehrendes Angebot, auf welches sie sich von Woche zu Woche freuen konnten, der Austausch mit Kindern in ähnlichen Situationen und die daraus erwachsende Erkenntnis, nicht allein mit dem Thema zu sein wichtig. Darüber hinaus schätzen sie die vertrauensvolle Atmosphäre, das Kennenlernen und Üben von Problemlösestrategien und das Sprechen über Gefühle.

Die Zustimmung der Eltern zur Teilnahme am Projekt wurde von den Kindern als äußerst entlastend empfunden.

Sowohl Eltern/Großeltern als auch die Kinder selbst empfanden das Projektangebot insgesamt als entlastend und wünschen sich weitere gemeinsame Treffen.

Da das Vertrauen der Eltern wesentlich für den Erfolg von „Sternstunde“ ist, werden wir im zweiten Durchlauf ein besonderes Augenmerk auf Kennenlerngespräche zwischen den Familien und den durchführenden Mitarbeiter*innen vor Beginn des Projektdurchlaufes legen.



Umfang/Struktur:

Kinder:

- 9 Gruppensitzungen à 2 Stunden,
- 1mal wöchentlich an möglichst 9 aufeinander folgenden Wochen
- 5 bis max. 10 Kinder pro Gruppe
- ein zentrales Thema pro Modul
- feste Struktur, Rituale (Begrüßung, Abschied)

Eltern:

- 1 Intake-Gespräch vor Kursbeginn
- 2 Gruppensitzungen à 1,5 Stunden (1mal vor Beginn und 1mal am Ende des Kurses)

Ort:

- Eltern-Kind-Zentrum der AWO, Röhrenstraße 6, 14480 Potsdam

Projektstart:

- 2. Durchlauf - Mitte Oktober 2015

Voraussetzungen zur Teilnahme:

- Kinder zwischen 8 und 13 Jahren
- mind. 1 Elternteil weist aktuell o. in den letzten Jahren eine Substanzabhängigkeit auf
- dies ist / war in der Familie ein Thema, es gibt bereits eine Auseinandersetzung darüber
- entsprechendes Elternteil war / ist bereits im (Sucht-)Hilfesystem eingebunden
- die Teilnahme am Projekt seitens der Kinder und der Eltern basiert auf Freiwilligkeit
- Einverständniserklärung der Eltern
- Vorgespräch mit einer durchführenden Kollegin



Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, Fort- und Weiterbildungen zum Thema "Kinder in suchtbelasteten Familien" als Inhouse-Workshop oder übergreifendes Angebot wahrzunehmen. Die Fortbildungen für Multiplikator*innen beinhalten Methodentrainings vor allem zur Sensibilisierung für die Situation der Familien sowie zur Schulung der Reflexion und zum Umgang mit Kindern und Eltern im Kontext Konsum und Abhängigkeit.

Rückfragen und weitere Informationen unter
Chill out - Fachstelle für Konsumkompetenz
Fon: 0331.28791258

Katharina Richter
k.richter@chillout-pdm.de
(Dipl. Sozialarb./-päd. – FH,
Suchttherapeutin – VDR,
Systemische Therapeutin – SG)

Susanne Ehrler
s.ehrler@chillout-pdm.de
(Dipl. Sozialarb./-päd. – FH,
Papilio-Trainerin)