



A: Blitzlicht

Impulse, Ideen, neue Perspektiven

Das Blitzlicht ist ein Forum für Input, Austausch und Diskussion. Wir beleuchten ein KipeE-Thema aus verschiedenen Perspektiven und laden ein, neue Blickwinkel anderer Professionen und Akteur*innen kennenzulernen. Unsere Referent*innen stellen Thesen und Aspekte vor. Sie diskutieren im Plenum via Chat und mit anderen Teilnehmer*innen in Kleingruppen. Im Oktober laden wir Sie ein zum Diskurs über:

Krisen gut bewältigen

**Resilienz | Schutzfaktoren | Vorsorge | Bewältigungsstrategien |
Selbstwirksamkeit | Hilflosigkeit | Scham | Schuld | Ermutigung |
Gemeinschaft | Hilfe**

Zu psychischen Erkrankungen gehören Krisen in unterschiedlichem Ausmaß immer wieder dazu. Sie müssen nicht immer durch die Erkrankung selbst ausgelöst werden, sie können auch durch Anforderungen von außen getriggert werden, z.B. wenn sich Rhythmen im Alltag ändern, Kinder selbständiger sein wollen, vieles gleichzeitig erledigt werden muss. Aber auch wenn Medikamente verändert werden oder Therapien neue „Tiefen“ bekommen, ist die Verletzlichkeit größer, kann der Stress steigen. Wie gut dann der betroffene Elternteil, die Kinder, die weiteren Erwachsenen und die Familie als Ganzes damit zurechtkommen hängt von vielfältigen Faktoren ab. Individuelle und familiäre Schutzfaktoren und Bewältigungsmechanismen, Berater*innen mit Haltefähigkeit, Verfügbarkeit von Hilfe und die Zügigkeit von Interventionen. Damit Krisen „milder“ verlaufen und der Kontrollverlust nicht hereinbricht kann auch vorgesorgt werden. Dafür tragen Eltern Verantwortung. Berater*innen können Sie dabei unterstützen. Denn wenn die Erwachsenen besser orientiert sind, dann können auch Kinder besser durch belastende Zeiten kommen.

Dieses Blitzlicht veranstalten wir im Rahmen der Woche der Seelischen Gesundheit. Wir beschäftigen uns mit verschiedenen Perspektiven, die Handlungsermächtigung von Kindern, Erwachsenen und Helfer*innen fördern und die Sorge vor der nächsten Krise ernst nehmen.

Inputgeber*innen:

Katja Beeck

Referentin | Netz und Boden – Initiative für Kinder psychisch kranker Eltern (Werder)

Coreszon

Präventionsprojekt des UKE zur Stärkung der mentalen Gesundheit

Jonas Popp

Dipl.-Psychologe, Systemischer Familientherapeut | Fachliche Leitung wellengang.hamburg und Aladin gGmbH

Regine Schonhorst

Dipl.-Sozialpädagogin, Kinderschutzfachkraft, Systemische Stresspräventionstrainerin | Bereichsleitung Ambulante Hilfen Vereinigung Pestalozzi

Moderation:

Matthias Weser und Daniela Ott



Mittwoch, 11.10.2023
16.00-18.00 Uhr
per Zoom

Anmeldung über diesen [Link](#)
Mit der Anmeldebestätigung
erhalten Sie den Zoom-Link per Mail.

Diese Veranstaltung ist mit - **3** - Fortbildungspunkten von der KVH akkreditiert.