

Geschwisterworkshop Fit und Stark - für gesunde Geschwister und ihre Eltern

Das Leben mit einem chronisch kranken Kind ist nicht immer einfach. Die Krankheit stellt eine Herausforderung für die gesamte Familie dar. Auch die Geschwister sind von der Erkrankung ihres kranken Bruders oder ihrer kranken Schwester betroffen und leiden oft unter belastenden Gefühlen wie Ängsten, Traurigkeit oder Eifersucht. Eltern chronisch kranker Kinder sind daher häufig besorgt, dass die Geschwister in ihren Entfaltungsmöglichkeiten eingeschränkt sind. Wir möchten Sie und andere Familien bei der erfolgreichen Bewältigung dieser Situation unterstützen. In unserem 2tägigen Workshop stehen die gesunden Geschwister im Mittelpunkt – und Sie als Eltern!

Zielsetzung:

Informationen zur Erkrankung bieten: Was passiert bei der Krankheit eigentlich im Körper?, Woher kommt die Krankheit und was kann man tun?

Auswirkungen der Erkrankung besprechen: Was bekomme ich in meinem Alltag von der Krankheit mit? Welche Auswirkungen hat sie auf mich?

Selbststärkung und soziale Unterstützung üben: Wie kann ich mit Stress und Sorgen besser umgehen?, Wo sind meine Stärken? Was hilft mir? Wo bekomme ich Unterstützung?

und natürlich viel Spaß und Austausch mit anderen Geschwisterkindern

Zielgruppe: gesunde Geschwisterkinder von 8 -12 Jahren mit einem Elternteil

Veranstaltungsort: Hotel Rossi, Lehrter Straße 66, 10557 Berlin

Trainerinnen

Christine Lehmann ist Dipl.-Psychologin und Patiententrainerin an der Charité.

Petra Wagner ist Kinderkrankenschwester an der Charité in Berlin und Kindertrainerin.

Christa Weiss ist Dipl.-Psychologin und Patiententrainerin an der Charité.

Methodik:

Für die Kinder: aktivierendes Lernen, interaktive und kreative Gestaltung, angeleiteter Austausch

Für die Eltern: Theorieinput, Diskussion, Selbsterfahrung, angeleiteter Austausch

Veranstaltungsformat: Wochenendseminar

Teilnehmerzahl: 10

Teilnehmerbeitrag*: 100,- € für Mitglieder des Kindernetzwerk e.V. (150,- € für Nicht-Mitglieder).

*In dem Selbstbeitrag sind Übernachtungen im DZ sowie die Verpflegung enthalten (exklusive Getränke zu den Mahlzeiten) enthalten.

Der Teilnahmebeitrag kann für Teilnehmer die Unterstützungsleistungen nach dem BGSH erhalten, entfallen. Für diese können auch Reisekosten erstattet werden.

Ablauf

1. Tag: Samstag, 23.03.2018 (11.00 – 16.00 Uhr)

	Kinder	Eltern
11.00 - 11.35	<u>Einführung 1. Tag (Kinder und Eltern gemeinsam)</u> Begrüßung, Vorstellen der Trainer Organisation und Ablauf des Wochenendes (Hotel, Essen, Gruppenevent usw.) Tagesablauf	
11.45 – 12.45	Vertiefendes Kennenlernen Wer bin ich, wer gehört zu meiner Familie? Wer sind die anderen Kinder? Warum sind wir hier zusammen?	Vertiefendes Kennenlernen mit Bezug zur chronischen Erkrankung des Geschwisters und der Bewältigung in der Familie

	Kinder	Eltern
12.45 – 13.45	Mittagspause	
13.45 – 14.30	„Der Krankheitskoffer“ Mein Bruder/meine Schwester hat eine Krankheit. Was macht das mit mir? (Koffer basteln)	„Der Krankheitskoffer“ Welche Herausforderungen und Belastungen entstehen durch die Erkrankung für die Eltern, Geschwister, Familie?
14.30 – 15.15	Austausch Was ist schwer für mich? Was stresst mich? Worüber mache ich mir Sorgen? (Koffer packen)	Zeit zum Austausch zu familiären Herausforderungen und Belastung sowie deren Bewältigung
15.15 – 16.00	„Doc Special“ (ggf. Kleingruppen) Was weiss ich über die Krankheit von meinem Bruder/meiner Schwester? Was möchte ich genauer wissen?	Situation von Geschwistern chronisch kranker Kinder Input und Diskussion
16.00 – 19.00	Gruppenevent (gelebte „Exklusiv-Zeit“ für Geschwister)	
19.00	Abendessen anschl. Zeit für (Gesellschafts-)Spiele, Austausch, Zeit zu zweit, ...	

2. Tag: Sonntag, 24.03.2018 (9.30 – 15.00 Uhr)

	Kinder	Eltern
9.00 – 9.30	Einführung 2. Tag Begrüßung, Organisatorisches, Tagesablauf Rückblick Gemeinsames Spiel/Aktion	
9.30 – 10.45	„Die Helfenden Hände“ Was hilft, den schweren Krankheitskoffer zu tragen?	Entlastungsmöglichkeiten und Ressourcen für Eltern und Familie
10.45 – 11.30	Stärken und Ressourcen Welche Stärken und Kraftquellen kann ich nutzen?	Entlastungsmöglichkeiten und Ressourcen für das Geschwisterkind
11.30 – 12.15	„Die Wohlfühlinsel“ Was brauche ich, um mich zu entspannen und wohlzufühlen?	Plan für zuhause
12.15 – 13.00	Mittagspause	
13.00 – 13.45	„Der Wunschbaum“ Was wünsche ich mir von meinen Eltern und meiner Familie?	Zeit zum Austausch zu Entlastungsmöglichkeiten und Ressourcen
13.45 – 14.00	Vorbereitung des Abschlusses	Vorbereitung des Abschlusses
14.00 – 14.45	Abschluss (Kinder und Eltern gemeinsam)	
14.45 – 15.00	Abschlussfragebogen	Abschlussfragebogen

(mit indiv. Pausen und Spielen zwischen den Blöcken zur Auflockerung)