

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

Vom Überleben zum Leben

Der Verein Seelenerbe bietet erwachsenen Kindern psychisch erkrankter Eltern eine Anlaufstelle.



Foto: iStockphoto/Wadezhidai1906

Sind Mama oder Papa psychisch krank, bleibt das für die Kinder meist nicht folgenlos.


Das Leben mit einem psychisch kranken Elternteil wirkt sich oft auf das spätere Erwachsenenleben aus. Seelenerbe e. V. ist ein bundesweiter Verein von Menschen, die mit einem solchen Elternteil aufgewachsen sind. Seit dem Jahr 2014 bietet Seelenerbe den erwachsenen Betroffenen die Möglichkeit, sich gegenseitig zu stützen. Der Verein will zudem die Öffentlichkeit für das Thema sensibilisieren und dazu beitragen, psychische Erkrankungen weiter zu entstigmatisieren.

Alljährlich treffen sich deshalb betroffene erwachsene Kinder zu einem gemeinsamen Wochenende. In diesem Jahr stand die Veranstaltung vom 12. bis 14. April unter dem Motto „Vom Überleben zum Leben“. Dabei ging es um die Herausforderungen und Entbehrungen, die die Teilnehmer in ihrer Kindheit und Jugend erfahren mussten und wie sie diese Zeit „überlebt“ haben. Der Austausch über die individuellen Bewältigungsstrategien zeigte, wie die Betroffenen ihrem

ganz persönlichen Dasein eine Qualität gegeben haben, die den Begriff Leben verdient. In verschiedenen Workshops, einer Zukunftswerkstatt und einem intensiven Erfahrungsaustausch konnten sich die Teilnehmer gegenseitig stärken und neue Impulse für das eigene Leben erfahren.

Seelenerbe e. V. möchte in Deutschland die Selbsthilfegruppen erwachsener Kinder psychisch kranker Eltern vernetzen. Wer selbst betroffen ist oder sich für dieses oft „verschwiegene“ Thema interessiert, kann sich gerne melden. Der Verein kann auch den Kontakt zu einer regionalen Selbsthilfegruppe herstellen. Das nächste bundesweite Treffen ist für den Mai 2020 geplant. Interessierte Gruppen und Einzelpersonen sind herzlich willkommen. ●

Kontakt und Info:

 kontakt@seelenerbe.de
www.seelenerbe.de

VORTRAG

„Glück – (k)eine Glückssache?“

„Heute ist ein guter Tag für einen guten Tag.“ Mit diesen Worten eröffnete Anka Hansen im April ihren Vortrag „Glück – (k)eine Glückssache?“ in der AOK-Regionaldirektion Düsseldorf und ermutigte damit die Zuhörer, täglich positiv in den Tag zu starten. Hansen ist Präventions- und Kommunikationstrainerin und beschäftigt sich damit, wie jeder einzelne selbst dazu beitragen kann, (wieder) glücklich(er) zu sein. Mit Geschichten, Metaphern und psychologischem Hintergrundwissen nahm sie die 65 Teilnehmenden mit auf eine interaktive und interessante Reise. An der spannenden Veranstaltung nahmen auch 15 Mitglieder der Selbsthilfegruppe für Schwerhörige teil. Für sie übersetzten drei Gebärdendolmetscher den Workshop. Am Ende der Veranstaltung gab es dann noch einen Abschied: Gabriele Sievering, die seit dem Jahr 2002 für die



Foto: picturepeople

Gabriele Sievering

Selbsthilfegruppenförderung tätig war, wurde mit herzlichem Dank für Ihre Einsatzfreude und Ihr großartiges

Engagement verabschiedet. Seit dem 1. Mai 2019 steht Sonja Oster den Selbsthilfegruppen in Düsseldorf mit Rat und Tat zur Seite. ●



Kontakt:
sonja.oster@rh.aok.de