



Bundeskonferenz für  
Erziehungsberatung e.V. bke-  
Onlineberatung  
Herrnstraße 53  
90763 Fürth  
Tel (09 11) 9 77 14-0 Fax (09 11)  
74 54 97 www.bke.de  
bke@bke.de

Oktober 2021

## **Woche der Seelischen Gesundheit: „Gemeinsam über den Berg – Seelische Gesundheit in der Familie“**

Chattriple auf [www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de)

Psychische Probleme sind ein gesellschaftliches Tabuthema. Das Chattriple der bke-Onlineberatung ist so konzipiert, dass sich Jugendliche und Eltern zu unterschiedlichen Aspekten und Herausforderungen psychischer Erkrankungen innerhalb der Familie austauschen können.

In diesem Chattriple ist Gelegenheit, einen Blick auf die Herausforderungen der anderen Seite zu werfen ohne emotional miteinander verstrickt zu sein.

### **Teil 1: Wie sag ich's meinem Kind?**

Mütter oder Väter, die unter psychischen Problemen leiden, kämpfen oft nicht nur mit der eigenen Krankheit, sondern machen sich auch Gedanken darüber, was diese für ihre Kinder bedeutet: „Wie erkläre ich meinem Kind, was mit mir los ist? Welche Auswirkungen haben meine Probleme auf mein Kind?“ Kinder psychisch erkrankter Eltern sind oft verunsichert. Sie spüren, dass etwas ist, aber machen die Erfahrung, dass nicht offen darüber geredet wird.

### **Teil 2: Wie sag ich's meinen Eltern?**

Jugendliche mit psychischen Problemen schrecken oft davor zurück, ihren Eltern oder ihrer Familie davon zu erzählen. Einerseits, um die Eltern zu schonen, andererseits aus Furcht vor den Konsequenzen, wenn deutlich wird, dass die Probleme vielleicht auch mit den Eltern und der Familie zu tun haben. Eltern auf der anderen Seite sind oft ratlos, wenn sie merken, dass es ihnen nur schwer gelingt, ihr Kind zu erreichen.

### **Teil 3: Was denken die Anderen von uns?**

Wie offen kann man mit psychischen Problemen nach außen gehen? Häufig besteht eine große Angst vor Vorurteilen und Ausgrenzung. Wie viel Offenheit ist sinnvoll, wen kann man wie informieren?

## **Chat-Termine**

**06. Oktober 2021, 16:30 Uhr**

Teil 1: Psychische Probleme – *Wie sag ich's meinem Kind?*

**13. Oktober 2021, 18:00 Uhr**

Teil 2: Psychische Probleme – *Wie sag ich's meinen Eltern?*

**20. Oktober 2021, 16:30 Uhr**

Teil 3: Psychische Probleme – *Was denken die Anderen von uns?*

## **Infos zur bke-Onlineberatung**

Über die Webseite [www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de) finden Jugendliche von 14 bis 21 Jahren und Eltern mit Kindern bis zum 21. Lebensjahr ein individuelles Online-Beratungsangebot.

Die Beratung erfolgt anonym, kostenfrei und datensicher. Die bke-Elternberatung ([bke-elternberatung.de](http://bke-elternberatung.de)) unterstützt Eltern und Familien in allen Fragen rund um die Erziehung: bei problematischen Familiensituationen, Trennung und Scheidung, Problemen des Kindes in der Kita oder Schule oder in seinem sozialen Umfeld.

Die bke-Onlineberatung hilft mit qualifizierten Beraterinnen und Beratern individuell und schnell, sie kann kurzfristig und auch im Krisenfall eine wertvolle Unterstützung bieten. Neben der professionellen Beratung finden Ratsuchende auch Austausch mit gleichermaßen Betroffenen. Deshalb eignet sich das Angebot auch flankierend zur Beratung vor Ort.

Die bke-Onlineberatung ist ein Angebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. ([www.bke.de](http://www.bke.de)) in Kooperation mit allen Bundesländern und kommunalen und freien Trägern der Jugendhilfe.

## **Zusätzliche Förderung durch das BMFSFJ**

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend fördert die bke-Onlineberatung aktuell mit zusätzlichen Mitteln. Damit können in Zeiten der Corona Krise die Kapazitäten erhöht werden und zusätzliche Angebote für Eltern und Jugendliche angeboten werden.

## **Kontakt zur bke-Onlineberatung**

Sie möchten weitere Informationen oder ein Fachinterview zur bke-Onlineberatung oder zu Erziehungsthemen?

Kontaktieren Sie uns gerne!

### **Fachliche Leitung**

Dorothea Jung

Telefon: +49 911 977 14-16

Mail: [jung@bke.de](mailto:jung@bke.de)

### **Technische Leitung**

Christine Sutara

Telefon: +49 911 977 14-18

Mail: [sutara@bke.de](mailto:sutara@bke.de)

### **Presse- und Öffentlichkeitsarbeit**

Susanne Hausdorf

Telefon: Mobil: +49 176 34622550

Mail: [hausdorf@bke.de](mailto:hausdorf@bke.de)