



### **Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder**

Anspruchspartnerin: Dorothee Rupprecht  
Paffrather Straße 7–9  
51465 Bergisch Gladbach  
Telefon: (0 22 02) 3 50 16  
Telefax: (0 22 02) 3 02 36  
[hand-in-hand@erziehungsberatung.net](mailto:hand-in-hand@erziehungsberatung.net)  
[www.erziehungsberatung.net](http://www.erziehungsberatung.net)  
[www.beratung-caritasnet.de](http://www.beratung-caritasnet.de)

Online-Beratung:  
[www.beratung-caritasnet.de](http://www.beratung-caritasnet.de)

Mit einer steuerabzugsfähigen Spende können  
Sie unsere Arbeit unterstützen – Stichwort:  
„Erziehungsberatung Bergisch Gladbach“  
bei der VR-Bank eG Bergisch Gladbach  
Konto Nr. 3 200 325 019 (BLZ 370 626 00)  
bei der Kreissparkasse Köln  
Konto Nr. 0 332 000 257 (BLZ 370 502 99)  
Träger:

**Katholische Erziehungsberatung e.V.**



# Hand in Hand

## Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern



**Beratungsstelle für  
Eltern, Jugendliche und Kinder**

Paffrather Straße 7–9  
51465 Bergisch Gladbach  
Telefon: (0 22 02) 3 50 16

*gemeinsam  
Lösungen finden*

## Hand in Hand

Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern ist ein Angebot der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder in Bergisch Gladbach.

Mit uns könnt ihr über eure Gedanken und Sorgen sprechen, die ihr im Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung von Vater oder Mutter habt. Auch eure Eltern können Unterstützung bekommen, damit ihr gemeinsam ins Gespräch kommt.

Eins ist sicher: Reden hilft und bewirkt, dass man sich mit den verwirrenden Gefühlen nicht so alleine fühlt.

Gespräche über dich und deine Familie sind kein Verrat, sondern können eine Hilfe dabei sein, mit den Belastungen besser klar zu kommen.

Alle Berater stehen unter Schweigepflicht. Das heißt, dass ohne deine Erlaubnis keine Informationen weitergegeben werden - nirgendwohin!

Die Beratung ist kostenfrei und dein Besuch natürlich freiwillig

Manchmal haben die Erwachsenen so viele Sorgen und Schwierigkeiten aufgrund einer psychischen Erkrankung, dass sie nicht darüber reden können.

Kinder und Jugendliche beobachten und bemerken aber trotzdem Veränderungen im Familienalltag und machen sich dann ihre eigenen Gedanken. Hier einige Beispiele:

**„Mama ist oft traurig und spielt gar nicht mehr mit mir. Hab ich was falsch gemacht?“**

**„Papa ist ganz komisch geworden. Jetzt ist er ins Krankenhaus gekommen und ich vermisse ihn so sehr. Bin ich etwa Schuld daran?“**

**„Bei uns zu Hause ist es gar nicht mehr so gemütlich. Ich schäme mich manchmal Freunde mitzubringen.“**

**„Alles ist so sonderbar. Das macht mich manchmal selber ganz verrückt.“**

**„Warum spricht keiner mit mir darüber?“**