



Kurs-Nr.: **PGK-110-2023**  
Kursdauer: 2 Stunden 15 Minuten

Kursleitung: Susanne Krause

Veranstaltungsort  
Kinderlotse gGmbH  
Osterfeldstr. 12-14  
22529 Hamburg

Kontakt  
Kurse@kinderlotse.org

## Starke Eltern in der Belastung

Die Bewältigung der kindlichen Erkrankung und Stärkung der eigenen psychischen Widerstandskraft

Wird bei einem Kind eine bleibende Erkrankung oder eine Behinderung diagnostiziert, werden für die meisten Eltern ihre bisherigen Träume und Vorstellungen von einer unbeschwerten Elternschaft und einem „normalen“ Familienleben jäh zerstört. Meist müssen sich die Eltern schon direkt nach der Geburt ihres Kindes mit Symptomen, Behandlungen, Medikamenten und Kliniksituationen auseinandersetzen. Sie funktionieren im neuen Alltag, aber die Verarbeitung der Diagnose und deren Folgen kommt dabei oft zu kurz.

Dieser Kurs will interessierte Eltern dabei unterstützen, die belastenden Aspekte der neuen Lebenssituation aufzuspüren und Wege in eine konstruktive Bewältigung zu finden.

### Dieser inhaltliche Schwerpunkt erwartet Sie heute:

- Analyse der eigenen Belastungsfaktoren, die aus der kindlichen Erkrankung resultieren
- Welche Eigenschaften, Fähigkeiten und Strategien helfen dabei, die Krankheit in den Alltag zu integrieren, um ein glückliches Familienleben leben zu können?
- Wie gewinne und bewahre ich trotz der Belastung meine psychische Stärke?

### Zielgruppe:

#### Eltern und Angehörige die die Pflege eines kranken Kindes übernehmen

Der Kurs ist vorgesehen für Eltern und Angehörige, die lernen und verstehen wollen, wie sie ihren Umgang mit den besonderen Strapazen ihres Alltags verbessern können.

**Für welches Alter?** Direkt nach Krankenhausaufenthalt möglich

**Teilnehmerzahl:** 2 bis 4 Erwachsene

### Was sollen Sie aus dem Kurs mitnehmen:

Kenntnisse, wie ich mit meiner Belastung konstruktiv umgehen und psychisch gesund bleiben kann.

Kosten pro Teilnahme: Der Kurs ist für Angehörige mit kranken, chronisch kranken Kindern kostenfrei  
Die Teilnahmegebühr übernimmt die Pflegekasse der AOK Rheinland/ Hamburg