

Was heißt denn Psyche?

Mit Kindern über psychische Gesundheit und Erkrankung reden



Mag.a Petra Di Noia

Psychologin, Schulbegleitung für „Gesunde Volksschulen, Projektmitarbeit „Gesund Aufwachsen“



Kontaktdaten: styria vitalis

Tel: 0316/822094-43

mail: petra.dinoia@styriavitalis.at



Mag.a Alima Matko

Psychologin, Projektkoordination „Gesund Aufwachsen-Patenfamilien für Kinder psychisch belasteter Eltern“

Kurzbeschreibung und konkrete Inhalte des Angebots

Die psychische Gesundheit ist ein wichtiger Teil von Gesundheit. Über die Psyche und vor allem über psychische Belastungen und Erkrankungen zu reden, ist aber nach wie vor ein großes Tabu und von vielen Vorurteilen und Ängsten begleitet.

Kinder erleben manchmal in ihrem familiären Umfeld psychische Erkrankungen. Sie können die Situationen oft nicht einordnen und brauchen Begleitung beim Umgang mit der Erkrankung. In diesem Workshop soll aufgezeigt werden, wie das altersentsprechend gut gelingen kann!

Psychisch gesund zu sein und zu bleiben, bedeutet, mit Problemen und Krisen umgehen zu können. Damit das gelingt, brauchen Kinder:

- das Wissen, was psychisch gesund und krank zu sein bedeutet
- die Erfahrung, was guttut und was (die Psyche) schützt
- das Wissen darüber, dass es Hilfe gibt, wenn es einem nicht gut geht
- sichere und stabile Beziehungen in der Familie, zu Freunden, zu PädagogInnen

Welche Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden?

- Psychische Gesundheit als wesentlichen Teil der Gesundheit wahrnehmen
- Sich mit dem Tabu psychische Gesundheit und Erkrankung auseinandersetzen
- Mit Kindern altersadäquat über psychische Gesundheit und Krankheit reden
- Kinder dabei unterstützen ihr „psychisches Immunsystem“ zu stärken und dadurch möglichen Krisen vorzubeugen
- Das Wissen über Unterstützungsmöglichkeiten bei psychischen Belastungen/ Erkrankungen erweitern





gesunder
KINDER
GARTEN

ÖGK

Styria
vitalis
Gesundheit für die Steiermark

bvaeb

Für welche Zielgruppe ist das Angebot?

Eltern

Welchen Leistungsumfang umfasst das Angebot?

2 Stunden Elternabend

Welches Equipment wird benötigt?

Flipchart, evtl. Beamer



GESUNDHEITSFONDS
STEIERMARK