

Pressemitteilung 16.12.2021

Projektstart von pFau

Psychisches Vitamin C für besonders belastete Familien

Stress kennt wohl jeder Mensch. Aber der Umgang mit Stress hängt sehr davon ab, wie gut das eigene psychische Immunsystem aufgestellt ist. Um dieses vor allem bei Kindern und Jugendlichen mit chronischen Krankheiten und deren Familien zu stärken, ist zum 01. November 2021 das Projekt „pFau – primärpräventive Familiengesundheit unterstützen“ gestartet. Dahinter stehen die Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche mit chronischen Erkrankungen (BKJE) des AfJ e.V. Kinder und Jugendhilfe Bremen und der Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) Bremen.

Ruhig trotz Stress - wer würde sich das nicht wünschen?

Ziel des Projektes ist es, die eigene Resilienz zu stärken. Resilienz, das „psychische Vitamin C“ hilft Menschen mit Belastungen des Alltags und Krisen besser umzugehen. Wer eine hohe Resilienz hat, geht zum Teil sogar gestärkt aus solchen Lebenssituationen. In Familien mit Kindern und Jugendlichen, die chronisch erkrankt sind, kommen zu den alltäglichen Stressfaktoren noch weitere Belastungen hinzu. Die betroffenen Kinder und Jugendlichen sowie ihre Eltern und Geschwister benötigen daher oftmals eine extra Portion „psychisches Vitamin C“, um mit ihren Sorgen und Herausforderungen umzugehen und um ihre psychische Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu erhalten. Besonders in diesen Zeiten der Pandemie haben sich die ohnehin schon erheblichen psychischen Belastungen für diese Familien erhöht. Es besteht ein besonders hoher Bedarf, um die negativen Effekte der Pandemie aufzufangen.

Projekt pFau – damit psychische Belastung nicht zur Krankheit wird

In dem zweijährigen Projekt pFau wird ergründet, was als „psychisches Vitamin C“ für diese Familien benötigt wird und wie die verschiedenen belasteten Familienmitglieder zu innerer Stärke und Gelassenheit gelangen können, um mehr Lebensqualität zu erreichen. Die Beratungsstelle des AfJ e.V. soll deshalb eine zentrale Anlaufstelle für ein niederschwelliges Kursprogramm zur Vorsorge für die psychische Gesundheit werden. In diesen Kursen sollen die betroffenen Familienmitglieder erfahren, wie sie Stabilität gewinnen und Herausforderungen meistern können. Sie lernen hier, wie sie Stress bewältigen und nachhaltig psychisch gesund bleiben können und wie sie Orientierung finden, um Krisen zu verkraften.

Das Angebot soll dauerhaft bestehen bleiben

Die Umsetzung des Projektes wird von einer Steuerungsgruppe begleitet, die sich aus der Projektleitung, einer Krankenkassenvertreterin, Mitarbeitenden der Beratungsstelle, Kooperationspartnern aus dem Netzwerk und Angehörigenvertreter*Innen zusammensetzt. Das Konzept der psychosozialen Vorsorge, das in diesem Projekt erarbeitet wird, soll über den Förderzeitraum hinaus bestehen bleiben und zu einem stetigen Angebot in der BKJE werden.

BKJE
● ● ● ●

Beratungsstelle für
Kinder und
Jugendliche mit
chronischen
Erkrankungen

Friedrich Karl Str. 49
28205 Bremen

Tel 0421 69644200
gesundheit@afj-
jugendhilfe.de

AfJ.
Kinder und
Jugendhilfe Bremen

vdek 
Die Ersatzkassen

Verband der
Ersatzkassen