

## I. Stellen, die (Kindern und Eltern) helfen, beraten und vermitteln können

- ▶ Behandelnder Hausarzt, Psychiater/Nervenarzt des betroffenen Elternteils
- ▶ Kinder- und Jugendärzte
- ▶ Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)
- ▶ Suchtberatungsstellen
- ▶ Erziehungsberatungsstellen
- ▶ Jugendamt
- ▶ Sozialpädagogische Familienhilfen (vermittelt über Allgemeinen Sozialdienst des Jugendamtes)
- ▶ KoKi „Frühe Hilfen“
- ▶ Kinderschutzbund
- ▶ Schwangerenberatungsstellen
- ▶ Ehe- und Familienberatungsstellen
- ▶ Frauenarzt
- ▶ Hebammen, Familienhebammen
- ▶ Frühförderstellen
- ▶ Gesundheitsamt
- ▶ Schulpsychologen, Vertrauenslehrer
- ▶ Seelsorger
- ▶ Verwandte
- ▶ Selbsthilfegruppen

## II. Onlineberatung

- ▶ [www.bke-jugendberatung.de](http://www.bke-jugendberatung.de) Onlineberatung für Kinder und Jugendliche, durch Fachkräfte.
- ▶ [www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de) Onlineberatung für Eltern in Fragen von Erziehung und Elternschaft.
- ▶ [www.kids-hotline.de](http://www.kids-hotline.de) Onlineberatung für junge Menschen bis 21 Jahre.
- ▶ [www.kummernetz.de](http://www.kummernetz.de) Portal der christlichen Onlineberatung, durch Fachleute aus Beratung und Jugendarbeit.

### III. Website

- ▶ **[www.bag-kipe.de](http://www.bag-kipe.de)**  
Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder psychisch erkrankter Eltern
- ▶ **[www.kipkel.de](http://www.kipkel.de)**  
Website des Vereins KIPKEL – Prävention für Kinder psychisch kranker Eltern. Mit Infos für Kinder und Eltern.
- ▶ **[www.kipsy.net](http://www.kipsy.net)**  
Website des BApK e.V. speziell für Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil mit Infos für Kinder, Jugendliche und Eltern.
- ▶ **[www.kipse.de](http://www.kipse.de)**  
Website des Münchner Arbeitskreises „Kinder psychisch kranker Eltern“, mit Einrichtungsübersicht sowie Literatur- und Veranstaltungshinweisen.
- ▶ **[www.nacoa.de](http://www.nacoa.de)**  
Website von NACOA Deutschland – Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien e.V. mit hilfreichen Tipps. Angebote zu Telefon- und Mailberatung.
- ▶ **[www.netz-und-boden.de](http://www.netz-und-boden.de)**  
Website der Initiative um Katja Beeck für Kinder psychisch kranker Eltern. Enthält viele Infos für betroffene minderjährige oder erwachsene Kinder.
- ▶ **[www.seelenerbe.de](http://www.seelenerbe.de)**  
Website von Seelenerbe e.V., Verein für erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern.
- ▶ **[www.seelennot-ev.de](http://www.seelennot-ev.de)**  
Der Verein Seelennot in Hamburg ist Initiator verschiedener Hilfsangebote für psychisch kranke Eltern und ihre Kinder. Website mit vielen Infos für Große und Kleine.
- ▶ **[www.wuerzburger-projekt.de](http://www.wuerzburger-projekt.de)**  
Website richtet sich an Eltern, Kinder und Fachleute zugleich. Mit Infos und Hinweisen auf Broschüren, Kinderratgeber und Links.
- ▶ **[www.mutter-kind-behandlung.de](http://www.mutter-kind-behandlung.de)**  
Mutter- und Kindbehandlung bei psychischen Erkrankungen während der Schwangerschaft und nach der Geburt
- ▶ **[www.psychiatrie.de/dachverband/kinder](http://www.psychiatrie.de/dachverband/kinder)**  
Website des Dachverbands Gemeindepsychiatrie, hier speziell für Familien mit psychisch erkranktem Elternteil.

## IV. Informationen und weitere Links

### 4.1 Fachliteratur

- ▶ [www.schatten-und-licht.de](http://www.schatten-und-licht.de)  
Postpartale Krisen
- ▶ [www.nacoa.de](http://www.nacoa.de)  
Kinder von Eltern mit Suchtproblemen

### 4.2 Websites mit Informationen zu psychischen Erkrankungen

- ▶ [www.anti-stigma.de](http://www.anti-stigma.de)  
Die Antistigma-Homepage von Ilja Ruhl ist besonders empfehlenswert für Betroffene, Lehrer und Journalisten.
- ▶ [www.schatten-und-licht.de](http://www.schatten-und-licht.de)  
Schatten & Licht e. V., Krise rund um die Geburt. Initiative peripartale psychische Erkrankungen. Eine Selbsthilfe-Organisation zu peripartalen psychischen Erkrankungen.
- ▶ [www.frauen-und-psychiatrie.de](http://www.frauen-und-psychiatrie.de)  
Beschäftigt sich mit Schwangerschaft, Stillzeit und psychischen Störungen.
- ▶ [www.liga-kind.de](http://www.liga-kind.de)  
Die Deutsche Liga für das Kind ist ein bundesweit tätiges, interdisziplinäres Netzwerk zahlreicher Verbände und Organisationen aus dem Bereich der frühen Kindheit (0-6 Jahre). Ziel der Liga ist es, die seelische Gesundheit von Kindern zu fördern und ihre Rechte und Entwicklungschancen in allen Lebensbereichen zu verbessern.
- ▶ [www.frauengesundheitsportal.de](http://www.frauengesundheitsportal.de)  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung – Frauengesundheit und Gesundheitsförderung (Hinweis auf zahlreiche weiterführende Internetseiten).
- ▶ [www.kinderschutz-zentren.org](http://www.kinderschutz-zentren.org)  
Ziel und Aufgabe der Kinderschutzzentren ist es die Verhinderung und Prävention von Gewalt gegen Kinder, Kindesmisshandlung, Kindesvernachlässigung und sexuellem Missbrauch – durch Entwicklung, Anwendung und Weitervermittlung von speziellen, an den Ursachen von Gewalt ansetzenden Hilfen.
- ▶ [www.marce-gesellschaft.de](http://www.marce-gesellschaft.de)  
Gesellschaft für Peripartale Psychische Erkrankungen, u.a. mit den Zielen Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit, die Verbesserung präventiver Maßnahmen, Förderung der interdisziplinären Kooperation und Diskussion.
- ▶ [www.kompetenznetz-depression.de](http://www.kompetenznetz-depression.de)  
Das Kompetenznetz Depression ist ein bundesweites Netzwerk zur Optimierung von Forschung und Versorgung im Bereich depressiver Erkrankungen.
- ▶ [www.kompetenznetz-schizophrenie.de](http://www.kompetenznetz-schizophrenie.de)  
Das Netzwerk informiert und klärt auf über die Prävention, Akut- und Langzeitbehandlung sowie der Rehabilitation schizophrener Erkrankungen.
- ▶ [www.psychiatrie.de](http://www.psychiatrie.de)  
Das Psychiatrienetz wird von folgenden Verbänden und Organisationen getragen: Aktion Psychisch Kranke e.V. (APK), Dachverband Gemeindepsychiatrie e.V., Deutsche Gesellschaft

für Soziale Psychiatrie e.V. (DGSP), Familienselbsthilfe Psychiatrie, Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker e.V. (BAPK) und dem Psychiatrie Verlag

- ▶ **www.klapse.de**  
Von Schülern der Klinikschule Düsseldorf herausgegebene Zeitschrift. In diesem einzigartigen Projekt berichten Kinder und Jugendliche über ihr Leben mit schweren seelischen und körperlichen Krisen.
- ▶ **www.psychose-bipolar.de**  
Bietet vielfältige Informationen zu Psychosen und bipolaren Erkrankungen. Sie richtet sich an Menschen mit beginnender, erster und wiederholter Psychoseerfahrung, sowie an Angehörige und Professionelle.
- ▶ **www.borderline-muetter.de**  
(Erwachsene) Kinder und ihre Mütter mit Borderline-Erkrankung stehen im Zentrum dieser Website, die von der Hamburger SHG verantwortet wird. Mit vielen Infos, Literaturhinweisen usw.
- ▶ **www.eltern-sein-mit-borderline.de**  
Viele Informationen und persönliche Berichte, zusammen getragen von einer Sozialpädagogin, zugleich betroffene Mutter.
- ▶ **www.marta-press.de**  
Verlag für Sach- und biografische Bücher zu psychischen Erkrankungen wie Borderline.
- ▶ **www.starks-sture-verlag.de**  
Verlag spezialisiert auf Veröffentlichungen zum Schwerpunktthema Borderline-Störung und ihren Folgen für Angehörige (Partner, Kinder).

#### 4.3 Ratgeber

- ▶ Beeck, K. (2005). **Netz und Boden. Unterstützung für Kinder psychisch kranker Eltern.**
- ▶ **www.netz-und-boden.de**  
Dort weitere Broschüren:
  - ▶ „Mutti sagt, die Zahnpasta ist vergiftet. Wie Erzieher/innen Kinder mit psychisch kranken Eltern unterstützen können“
  - ▶ „Kinder psychisch kranker Eltern. Ein Thema für die Schule!“
  - ▶ „Ohne Netz und Boden. Situation Kinder psychisch kranker Eltern“
- ▶ **Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker in Kooperation mit dem BKK-Bundesverband:**
  - ▶ Jetzt bin ICH dran (für Kinder von 8 bis 12 Jahren)
  - ▶ It's my turn (Informationen für Jugendliche ab 12 Jahren)
  - ▶ Nicht von schlechten Eltern (Ratgeber für Eltern).
  - ▶ Homeier, S. (2005). Sonnige Traurigtage. Illustriertes Kinderfachbuch für Kinder psychisch kranker Eltern. Mabuse-Verlag.
  - ▶ Homeier, S. & Schrappe, A. (2008). Flaschenpost nach irgendwo. Illustriertes Kinderfachbuch für Kinder suchtkranker Eltern. Mabuse-Verlag.
  - ▶ Mattejat, F. & Lisofsky, B. (Hrsg.) (2008). ... nicht von schlechten Eltern. Kinder psychisch Kranker. Balance-Verlag.

- ▶ **Christine Ann Lawson: Borderline-Mütter und ihre Kinder.**  
*Psychosozial-Verlag Gießen, 2011, 24,90 Euro*  
 „Das ist ja mein Leben!“ – Als das Buch der klinischen Sozialarbeiterin aus den Vereinigten Staaten 2006 zum ersten Mal auf Deutsch erschien, war es für viele Kinder von „Borderline-Müttern“ wie eine Offenbarung: Es gab bis dahin nichts Vergleichbares. Die Autorin unterscheidet aufgrund der vielschichtigen Symptomatik der Persönlichkeitsstörung vier Typen („Verwahrlostes Kind“, „Einsiedlerin“, „Königin“ und „Hexe“), beschreibt – auch anhand von Fallbeispielen – die Auswirkungen ihres Verhaltens auf Kinder und wie diese als Erwachsene zu einem heilsamen Weg finden können, damit umzugehen.
  
- ▶ **Jana Reich (Hrsg.): Übersehene Kinder.**  
**Marta Press Verlag Hamburg, 2013, 34,80 Euro**  
 Von der inneren Emigration oder Selbstbetäubung bis zum Impuls, die eigene Mutter zu töten: Erstmals schildern auf mehr als 500 Seiten 32 Töchter von Müttern mit Borderline ihre schwierige Kindheit, welche Strategien ihnen „damals“ geholfen haben zu überleben und das Ringen um eine Beziehung, die nie „normal“ sein wird. Es sind Einblicke in eine verstörende Welt, deren Bewältigung Respekt abverlangt.
  
- ▶ **Albert Lenz und Eva Brockmann: Kinder psychisch kranker Eltern stärken.**  
**Hogrefe Verlag Göttingen, 2013, 16,95 Euro**  
 Kinder psychisch kranker Eltern brauchen Unterstützung –und erbitten sie selten direkt. Lehrer und Erzieher erhalten in diesem Taschenbuch anschauliche Hinweise, welche Äußerungen und Verhaltensänderungen auf eine entsprechende Belastungssituation hinweisen könnten und wie sie am besten Hilfestellung leisten. Für Partner und Verwandte besonders aufschlussreich sind die Anregungen, auf welche Weise sich die Resilienz, die seelische Widerstandskraft der Kinder, stärken lässt. Der klinische Psychologe Prof. Albert Lenz gehört zu den profiliertesten deutschen Forschern auf diesem Gebiet.
  
- ▶ **Angela Plass und Silke Wiegang-Grefe: Kinder psychisch kranker Eltern. Beltz Verlag Weinheim, 2012, 34,95 Euro**  
 Was genau passiert bei der „Parentifizierung“, wenn Kinder aufgrund der psychischen Erkrankung eines Elternteils nicht länger Kind sein dürfen, sondern die Bedürfnisse der Erwachsenen erfüllen müssen? Wie unterschiedlich wirken sich Persönlichkeitsstörungen, Suchterkrankungen, Depressionen oder Psychosen auf Kinder aus? Welche präventiven und therapeutischen Ansätze gibt es? Ein wissenschaftliches und doch gut verständliches Buch, das sich deshalb nicht nur an Fachleute wendet.
  
- ▶ **www.psychiatrie.de**  
 Allgemeine Informationen, Broschüren und Literatur für Kinder sowie Veranstaltungen zum Thema finden sich auf der Website des Dachverbandes Gemeindepsychiatrie (dort auch unter „Familien-Selbsthilfe Psychiatrie“). Gelistet sind zudem Projektgruppen in den verschiedenen Bundesländern.