



## Der GeschwisterCLUB:

Stark für Geschwister von Menschen mit  
Behinderung



## **Marlen Förderer**

M.A. Klinische Sozialarbeit  
Systemische Beraterin (DGSGF)  
Projektleitung ‚Starke Geschwister!‘

marlen.foerderer@ispa-institut.de  
017653488605

- Über 2 Millionen Geschwister von Kindern mit Behinderung und/oder Erkrankung leben in Deutschland
- Ihr Alltag gestaltet sich häufig anders als der von Gleichaltrigen
- Sie haben ein leicht erhöhtes Risiko für psychische Probleme und Auffälligkeiten
- In vielen Bundesländern gibt es große Versorgungslücken
- Vereinzelte Angebote sind wissenschaftlich evaluiert
- Nur drei refinanzierbar: **SuSi**, **TREFF** und **TEENS** des **GeschwisterCLUBs**.

- Internalisierende und externalisierende Verhaltensauffälligkeiten treten häufiger auf
- Internalisierende häufiger als externalisierende Verhaltensweisen
- Versorgungsaufwand assoziiert mit Risiko für psychische Probleme
- Gesundheitsbezogene Lebensqualität beeinträchtigt
- Protektive Faktoren für die psychische Gesundheit werden vermehrt entwickelt (z. B. Reife, Einfühlungsvermögen)

→ Inkonsistente Studienlage

(Alderfer et al., 2010; Sharpe & Rossiter, 2002; Vermaes et al., 2012; Williams, 1997)

Meta-Analysen von Sharpe & Rossiter (2002) sowie von Vermaes, van Susante & van Bakel (2012) belegen:

Insgesamt weisen Geschwisterkinder ein **leicht erhöhtes Risiko** für die Ausbildung von psychischen Problemen und Auffälligkeiten auf

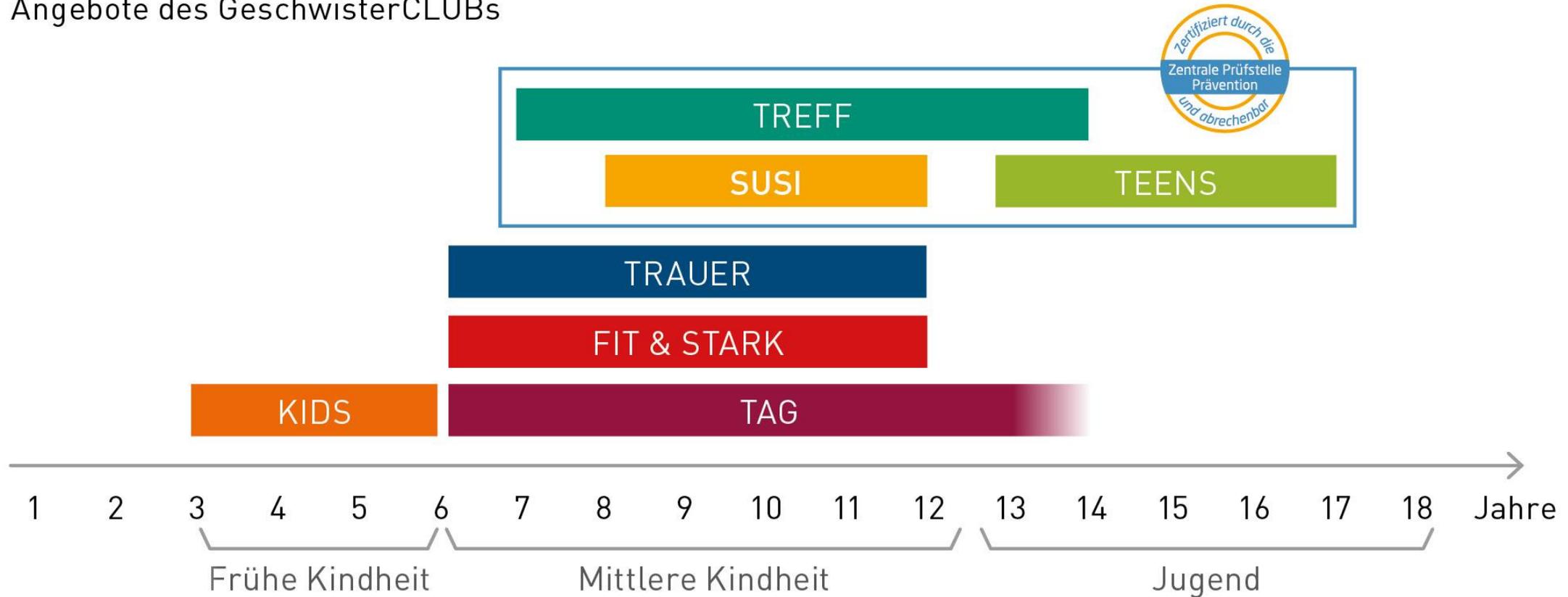


Bedarf an präventiver Förderung der Resilienz und Stressbewältigungskompetenz



GeschwisterCLUB

## Angebote des GeschwisterCLUBs



## Zertifizierte Angebote

SUSI  
8 – 12 Jahre

TREFF  
7 – 14 Jahre

TEENS  
13 – 17 Jahre

### SuSi Supporting Siblings

Präventionskurs zur Förderung der Stressbewältigungskompetenz von Geschwisterkindern.

### GeschwisterTREFF „Jetzt bin ICH mal dran!“

Präventionskurs zur Förderung der Resilienz und sozial-emotionaler Kompetenzen von Geschwisterkindern.

### GeschwisterTEENS

Präventionskurs für jugendliche Geschwister zur Stärkung der Resilienz und Bewältigung von altersspezifischen Themen.



## Weitere Angebote

TAG  
6 – 12 Jahre

KIDS  
3 – 6 Jahre

TRAUER  
7 – 12 Jahre

### GeschwisterTAG

Ein niedrigschwelliges Einstiegsangebot, erste Auseinandersetzung mit speziellen Geschwisterthemen durch kreative und erlebnispädagogische Methoden.

### GeschwisterKIDS

Ein Kurs zur Ressourcenstärkung und Förderung der Eltern-Kind-Beziehung.

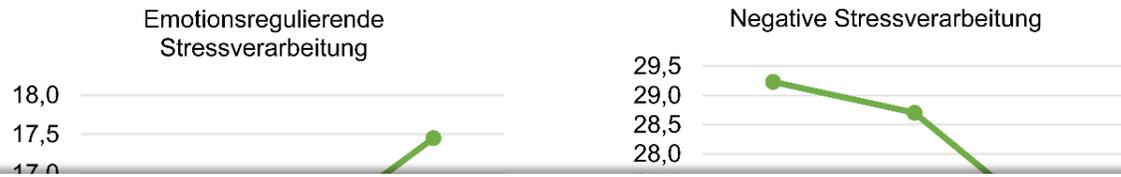
### GeschwisterTRAUER

Ein spezielles Angebot für Kinder, deren Bruder oder Schwester verstorben ist.



## FEEDBACKBOGEN FÜR DIE KURSLEITUNG VON GESCHWISTERANGEBOTEN

für den Kurs: SuSi ###.##.-##.##.#### vom #### e.V.



### Wie hat sich der Kurs auf die Kinder ausgewirkt?

Die teilnehmenden Kinder verbesserten sich im **Umgang mit Stress**.

Besonders nach 3 Monaten wurden mehr nützliche und weniger stressverstärkende Stressbewältigungsstrategien berichtet. Die selbstberichteten **psychischen Probleme** nahmen direkt nach dem Kurs ab und blieben auch langfristig niedrig.

Eltern schätzten die **Belastung der Geschwister** durch die Erkrankung/Behinderung nach dem Kurs niedriger ein als davor. Nach 3 Monaten jedoch nicht mehr.

Eltern schätzten die **Belastung der Geschwister** durch die Erkrankung/Behinderung nach dem Kurs niedriger ein als davor. Nach 3 Monaten jedoch nicht mehr.



## FEEDBACKBOGEN FÜR DIE KURSLEITUNG VON GESCHWISTERANGEBOTEN

für den Kurs: SuSi ###.##.-##.##.#### vom #### e.V.

### Wie viele Familien haben an der Evaluation teilgenommen?

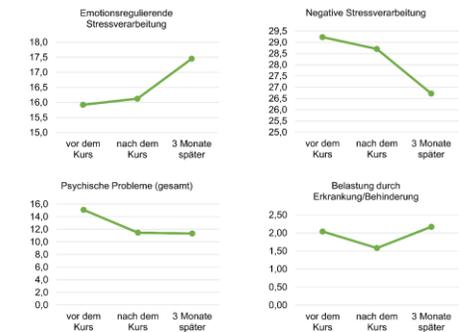
	vor dem Kurs	nach dem Kurs	3 Monate später
Kinder	14	12	6
Eltern	10	4	6

### Welche Kinder haben am Kurs teilgenommen?

**Geschlecht:** 8 Mädchen & 7 Jungen  
**Alter:** von 10 bis 15 Jahren

### Wie hat sich der Kurs auf die Kinder ausgewirkt?

Die teilnehmenden Kinder verbesserten sich im **Umgang mit Stress**. Besonders nach 3 Monaten wurden mehr nützliche und weniger stressverstärkende Stressbewältigungsstrategien berichtet. Die selbstberichteten **psychischen Probleme** nahmen direkt nach dem Kurs ab und blieben auch langfristig niedrig. Eltern schätzten die **Belastung der Geschwister** durch die Erkrankung/Behinderung nach dem Kurs niedriger ein als davor. Nach 3 Monaten jedoch nicht mehr.



Vielen Dank für Ihre Unterstützung!



- Altersspanne: 7 bis 14 Jahre
- 8 Module mit Vor- und Nachgesprächen mit den Eltern
- Förderung der Resilienz und Stressbewältigungskompetenzen
- Psychoedukative Elemente
- Kindgerechte Rahmengeschichte mit Geschwister-Bezug

## Steckbrief



**Das ist mein Bruder!**

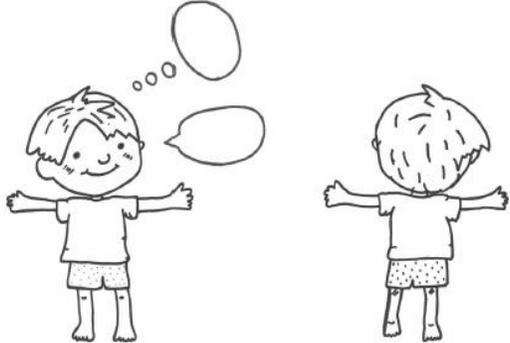
So sieht mein Bruder aus:  
In dieses Feld kannst du ein Foto kleben oder deinen Bruder malen

Mein Bruder heißt: \_\_\_\_\_

Mein Bruder ist \_\_\_ Jahre alt.

Das, was mein Bruder hat, nennt man:  
\_\_\_\_\_

An diesen Körperstellen ist bei meinem Bruder etwas anders als bei anderen Kindern:  
Bitte kreise die Körperstellen ein, die dir einfallen.



© Bundesverband Bunter Kreise e.V. & Verbund für Geschwister  
„Jetzt bin ICH mal dran!“ – Der GeschwisterTREFF



<p>Das kann mein Bruder ganz gut:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Spielen</li><li><input type="checkbox"/> Essen</li><li><input type="checkbox"/> Quatsch machen</li><li><input type="checkbox"/> Sprechen</li><li><input type="checkbox"/> Schlafen</li><li><input type="checkbox"/> Lesen und Schreiben</li><li><input type="checkbox"/> Laufen</li><li><input type="checkbox"/> Krach machen</li><li><input type="checkbox"/> Lachen</li><li><input type="checkbox"/> Zeigen, was er will</li></ul> <p><input type="checkbox"/> _____</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p>	<p>Damit hat mein Bruder Schwierigkeiten oder kann es gar nicht:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Spielen</li><li><input type="checkbox"/> Essen</li><li><input type="checkbox"/> Quatsch machen</li><li><input type="checkbox"/> Sprechen</li><li><input type="checkbox"/> Schlafen</li><li><input type="checkbox"/> Lesen und Schreiben</li><li><input type="checkbox"/> Laufen</li><li><input type="checkbox"/> Krach machen</li><li><input type="checkbox"/> Lachen</li><li><input type="checkbox"/> Zeigen, was er will</li></ul> <p><input type="checkbox"/> _____</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p>
---	--

<p>Mein Bruder braucht:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Medikamente</li><li><input type="checkbox"/> Krankengymnastik</li><li><input type="checkbox"/> Viel Aufmerksamkeit</li><li><input type="checkbox"/> Ergotherapie</li><li><input type="checkbox"/> Einen Rollstuhl</li><li><input type="checkbox"/> Dass alle viel Rücksicht nehmen</li><li><input type="checkbox"/> Eine Magensonde zum Essen</li><li><input type="checkbox"/> Viel Hilfe</li><li><input type="checkbox"/> Besonderes Essen</li></ul> <p><input type="checkbox"/> _____</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p>	<p>Durch die Erkrankung/Behinderung meines Bruders ist das hier für mich anders als bei anderen Kindern:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Was mich besonders nervt ist:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Besonders gerne machen mein Bruder und ich zusammen:</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
--	---

<p>Die Lieblingsbeschäftigung meines Bruders ist:</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>Das möchte ich gerne noch wissen:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Das finde ich gut an meiner Familie und an meinem Bruder:</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
---	---

© Bundesverband Bunter Kreise e.V. & Verbund für Geschwister  
„Jetzt bin ICH mal dran!“ – Der GeschwisterTREFF

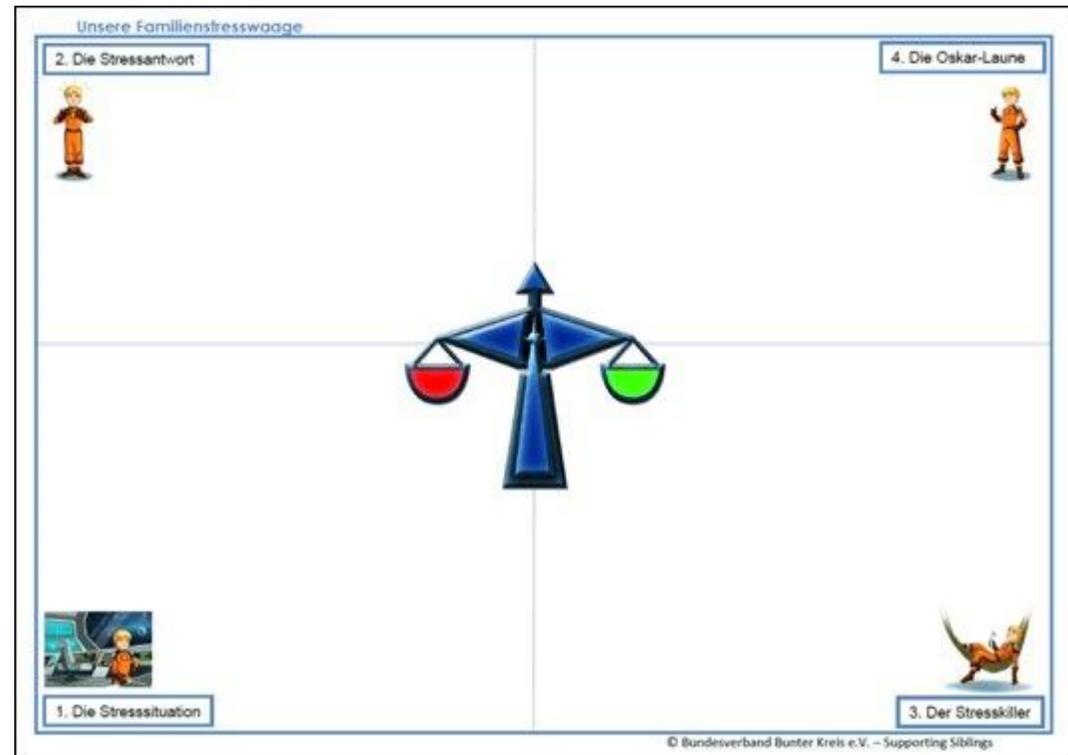
# Stärkenbausteine





- Altersspanne: 8 bis 12 Jahre
- 6 Module mit Vor- und Nachgesprächen mit den Eltern
- Förderung der Resilienz und Stressbewältigungskompetenzen
- Kindgerechte Rahmengeschichte ohne Geschwister-Bezug

## Stresswaage



# Space-Wirbel





- Altersspanne: 13 bis 17 Jahre
- 8 Module, die an 4 aufeinanderfolgenden Termine stattfinden
- Fokus auf Erlebnispädagogische Elemente
- Förderung der Resilienz und Stressbewältigungskompetenzen

# Stress-Analyse



## Stressgedanken-Test

AB\_04-Stressgedanken-Test

**Stressgedanken-Test**

Wie sehr stimmst Du den folgenden Aussagen zu? Wie verhalten sind Dir diese Gedanken?

	Trifft voll zu	Trifft ziemlich zu	Trifft etwas zu	Trifft nicht zu
1. Am liebsten mache ich alles selbst.	3	2	1	0
2. Aufgeben kommt für mich niemals in Frage.	3	2	1	0
3. Es ist entsetzlich, wenn etwas nicht so läuft, wie ich will oder geplant habe.	3	2	1	0
4. Ich muss unter allen Umständen durchhalten.	3	2	1	0
5. Wenn ich mich wirklich anstrengte, dann schaffe ich es.	3	2	1	0
6. Es ist nicht akzeptabel, wenn ich eine Arbeit nicht schaffe oder einen Termin nicht einhalte.	3	2	1	0
7. Ich muss stark sein und Angst, Schmerzen etc. auf jeden Fall aushalten.	3	2	1	0
8. Ich muss in der Schule immer mein Bestes geben.	3	2	1	0
9. Man muss wirklich hart gegen sich selbst sein.	3	2	1	0
10. Es ist wichtig, dass ich alles unter Kontrolle habe.	3	2	1	0
11. Ich will die anderen nicht enttäuschen.	3	2	1	0
12. Es gibt nichts Schlimmeres, als Fehler zu machen.	3	2	1	0
13. Auf mich muss 100%iger Verlass sein.	3	2	1	0
14. Es ist schrecklich, wenn andere mir böse sind.	3	2	1	0
15. Starke Menschen brauchen keine Hilfe.	3	2	1	0
16. Ich will mit allen Leuten gut auskommen.	3	2	1	0
17. Es ist schlimm, wenn andere mich kritisieren.	3	2	1	0
18. Wenn ich mich auf andere verlasse, werde ich im Stich gelassen.	3	2	1	0
19. Es ist wichtig, dass mich alle mögen.	3	2	1	0
20. Bei Entscheidungen muss ich mir 100% sicher sein.	3	2	1	0
21. Ich muss ständig daran denken, was alles passieren könnte.	3	2	1	0
22. Ohne mich geht es nicht.	3	2	1	0
23. Ich muss immer alles richtig machen.	3	2	1	0
24. Es ist schrecklich, auf andere angewiesen zu sein.	3	2	1	0
25. Es ist ganz fürchterlich, wenn ich nicht weiß, was auf mich zukommt.	3	2	1	0

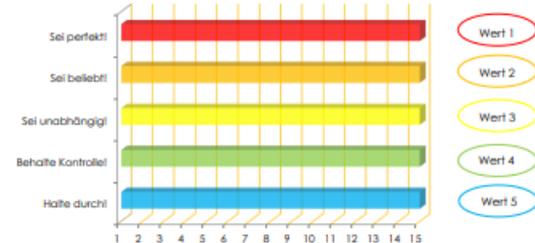
© GeschwisterCLUB, ISPA e. V. In Anlehnung an: Kaluza, G. (2015). Gelassen und sich im Stress. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag.  
GeschwisterTEENS

AB\_04-Stressgedanken-Test

**Persönliches Stressgedankenprofil**

Auswertung des Stressgedanken-Tests

- Zähle die Punkte zu den Aussagen 6, 8, 12, 13 und 23 zusammen.  
**Wert 1** = \_\_\_\_\_
- Zähle die Punkte zu den Aussagen 11, 14, 16, 17 und 19 zusammen.  
**Wert 2** = \_\_\_\_\_
- Zähle die Punkte zu den Aussagen 1, 15, 18, 22 und 24 zusammen.  
**Wert 3** = \_\_\_\_\_
- Zähle die Punkte zu den Aussagen 3, 10, 20, 21 und 25 zusammen.  
**Wert 4** = \_\_\_\_\_
- Zähle die Punkte zu den Aussagen 2, 4, 5, 7 und 9 zusammen.  
**Wert 5** = \_\_\_\_\_
- Übertrage die errechneten Werte 1 bis 5 in die Grafik.



© GeschwisterCLUB, ISPA e. V. In Anlehnung an: Kaluza, G. (2015). Gelassen und sich im Stress. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag.  
GeschwisterTEENS



- Altersspanne: 3 bis 6 Jahre
- 8 Termine, die die Kinder mit ihren Eltern besuchen
- Teilnahme an den Terminen kann ausgewählt werden
- Förderung der Eltern-Kind-Beziehung und -Interaktion

# Bildergeschichten zu Emotionen



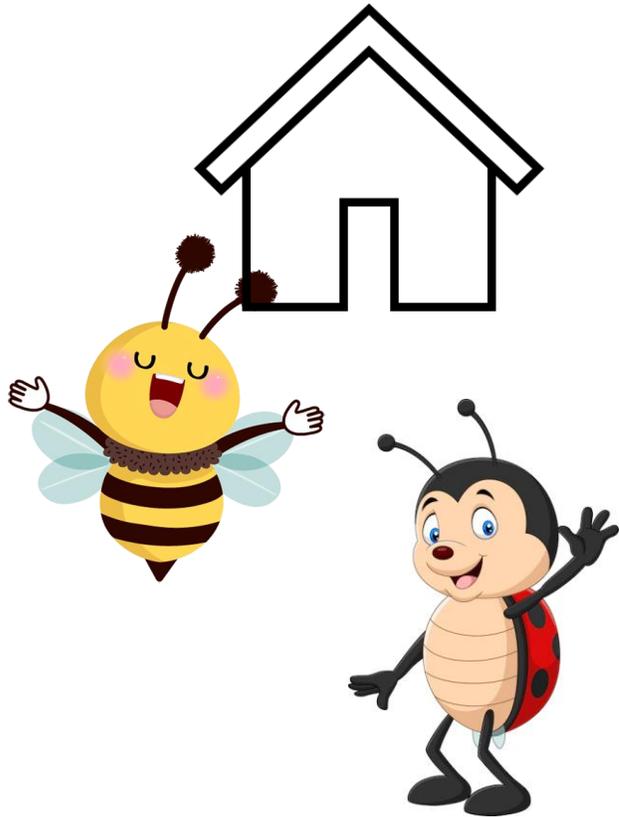
# Stärkenheld:innen





- Altersspanne: 6 bis 12 Jahre
- 10 ausgearbeitete GeschwisterTAGe
- Niedrigschwelliger Einstieg in die Angebote für Geschwister
- Kindgerechte Rahmengeschichten

## Kalle Käfer und Biene Beatrix



 **GESCHWISTER CLUB**

Mein Zuhause

Wenn du die Augen schließt und an dein Zuhause denkst, welches Bild kommt dir als erstes in den Sinn?

.....

.....

.....

Gibt es einen Raum bei dir Zuhause in dem du dich besonders wohlfühlst? Was macht diesen Wohlfühlraum so besonders? Welche Farbe hat er? Duffet es da besonders?

.....

.....

.....



Auch als  
Inhouse-  
Fortbildung  
buchbar!

## Inhalte:

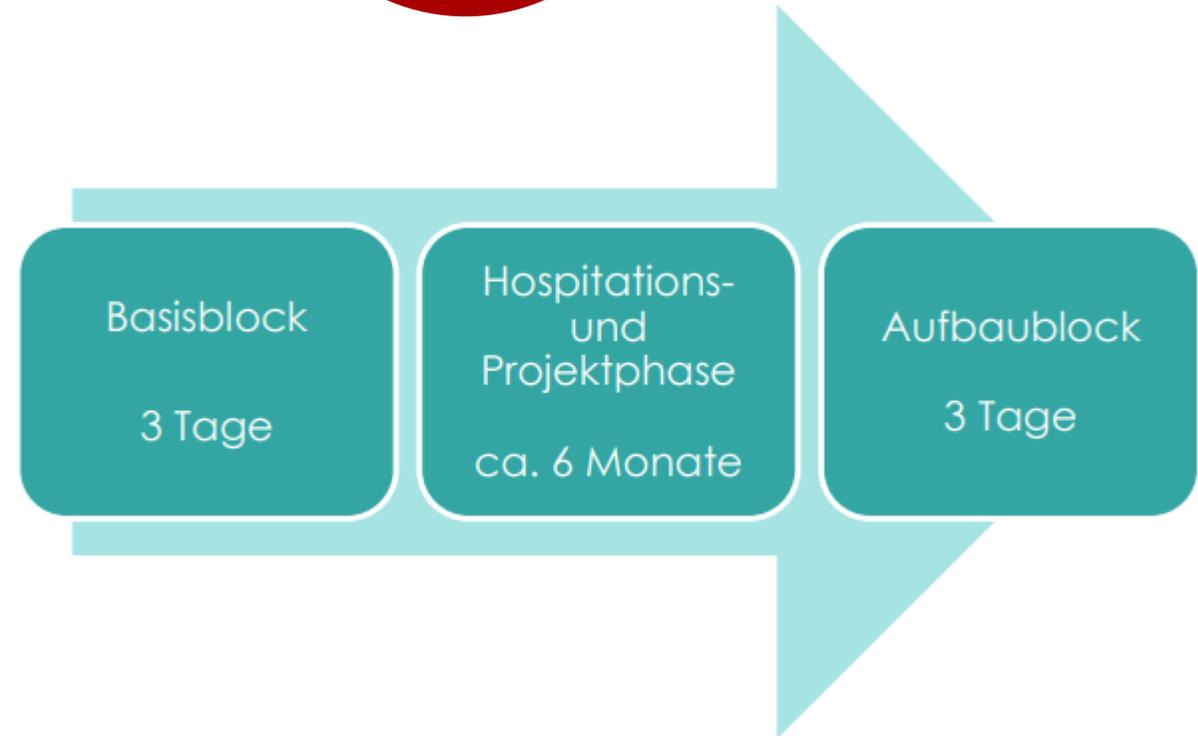
- Theoretisches Basiswissen
- Handlungs- und Gestaltungskompetenzen
- Selbstreflexion, Austausch- und Vernetzungsmöglichkeiten
- Einweisung SuSi und TREFF

## Nächster Kurs:

- 11.03. – 13.03.2024 sowie
- 23.11. – 25.11.2024

**Kosten:** 1.025 €

**Kursort:** Augsburg



# Wie viel Arbeitszeit muss für die Geschwisterbegleitung eingeplant werden?



- Empfehlung des GeschwisterCLUBs: ½ Stelle
- Wir erleben häufig: Start stundenweise in die Geschwister-Begleitung und dann kontinuierlicher Aufbau des Bereichs
- Welche Aufgaben fallen hierfür an?
  - Termine festlegen
  - Mitarbeiter:innen für Angebote akquirieren (z. B. Kollegen, Ehrenamtliche...)
  - Planung und Durchführung von Angeboten
  - Vorbereiten von Materialien
  - Dokumentation
  - Teilnehmenden-Akquise
  - Räumlichkeiten organisieren
  - Netzwerkarbeit
  - Öffentlichkeitsarbeit
  - ...

# Kooperationsprojekt „GeschwisterCLUB in Bayern“



**Projektträger:** Institut für Sozialmedizin in der Pädiatrie Augsburg e. V. (ISPA e. V.)

**Projektzeitraum:** 01.01.2023 - 31.12.2026

**Förderprogramm:** Landesbezogene Projekte und Programme der Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten

**Förderung:** Mittel der gesetzlichen Krankenkassen nach §20a SGB V

**Anzahl Projektstandorte:** 5 Projektstandorte (bestehend aus Träger und Kommune)

**Zielgruppe:** Kinder bzw. Jugendliche im Alter von 3 bis 18 Jahren, die als Brüder oder Schwestern eines Kindes mit Behinderung oder chronischer Erkrankung aufwachsen sowie deren Familiensystem

## **Handlungsfeld:**

- „Stress- und Ressourcenmanagement“ (Leitfaden Prävention)
- „Gesundes Aufwachsen in der Familie“ und „Gesundheitliche Chancengleichheit“ (Bayerischer Präventionsplan)

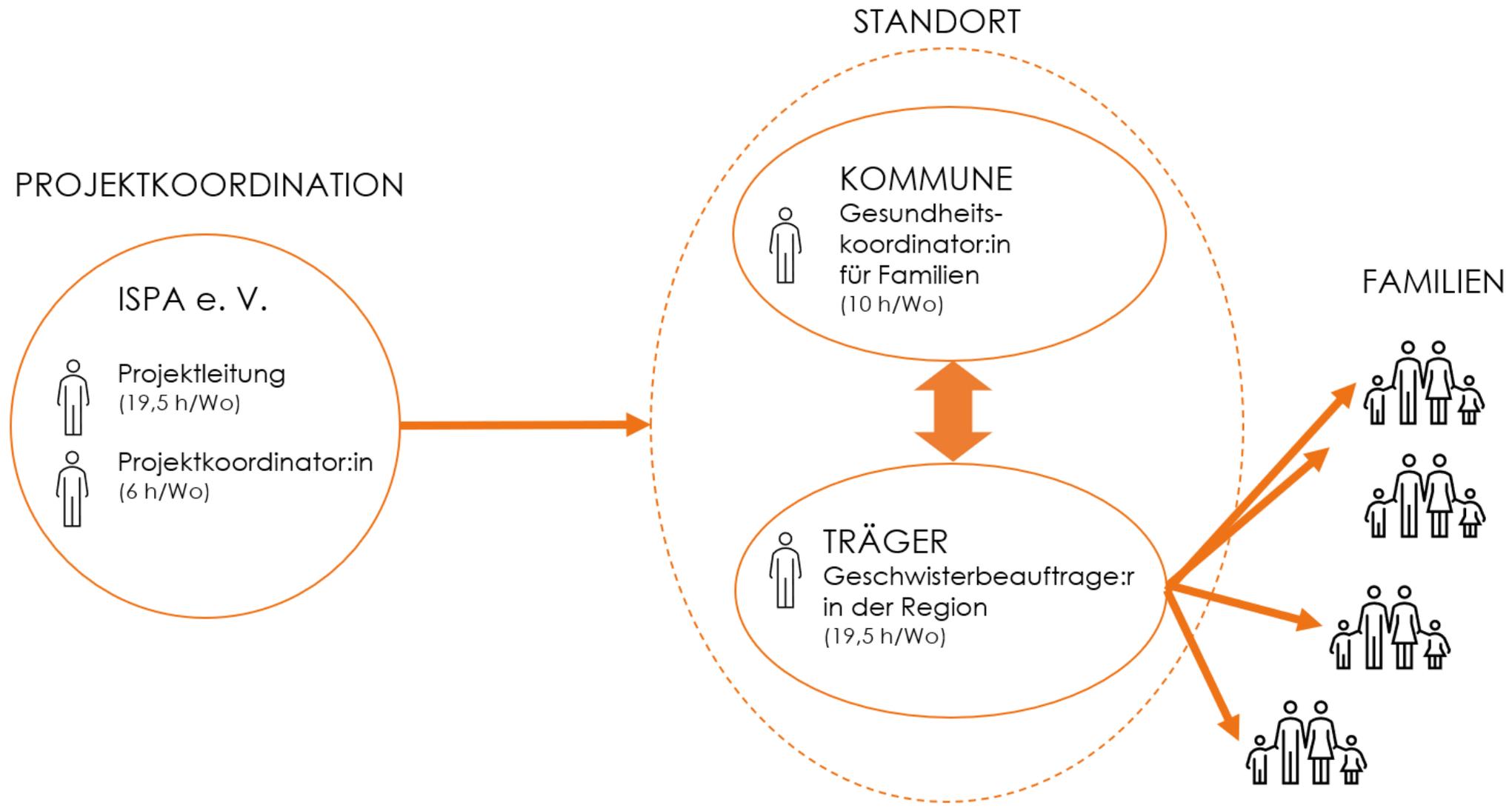


# Ziele des Kooperationsprojekts „GeschwisterCLUB in Bayern“



- Förderung der Stressbewältigungskompetenz, Schutzfaktoren sowie Resilienz und psychischen Gesundheit der Zielgruppe
- Familien mit Kindern mit Behinderung oder chronischer Erkrankung in ihrer Lebenswelt Unterstützungsangebote zukommen lassen
- Thema „Familien mit besonderer Belastung“ in kommunale Strukturen einbinden
- Verankerung des GeschwisterCLUBs als ein zentraler Baustein dieses Prozesses
- Synergieeffekte und Strukturen über Zusammenarbeit zwischen Kommunen und der Lebenswelt „Einrichtung für Menschen mit Behinderung“
- Nachhaltiger Aufbau von 5 Standorten, an welchen die verhältnis- und verhaltensbezogenen Maßnahmen des Präventionskonzepts GeschwisterCLUB implementiert werden → bundesweite Strahlkraft des bayerischen Projekts





# Weitere Informationen zum Kooperationsprojekt "GeschwisterCLUB in Bayern"



Weitere Informationen sowie das Bewerbungsformular für die Einrichtung für Menschen mit Behinderung und die Kommune erhalten Sie auf folgenden Seiten:

- [www.geschwisterclub.de](http://www.geschwisterclub.de)
- [www.ispa-institut.de](http://www.ispa-institut.de)

Bewerbungszeitraum: bis zum **05.06.2023**

**Eva Dorn**  
M.A. Pädagogik  
Projektleitung "GeschwisterCLUB in Bayern"  
[eva.dorn@ispa-institut.de](mailto:eva.dorn@ispa-institut.de)  
0176/55734204



Für die GeschwisterCLUB-Angebote gibt es verschiedene Möglichkeiten der Refinanzierung:

- Stiftungen
- Spendengelder
- Abrechnung über die Krankenkassen (ZPP-Zertifizierung)
- Der GeschwisterCLUB kann – je nach Einrichtung - auch an anderen Stellen in den SGBs verortet werden.
- Individuelle Verträge können mit Krankenkassen abgeschlossen werden
- Individuelle, kommunale Verankerung des GeschwisterCLUBs, z. B.
  - Bezirk
  - Stadt
  - Landkreis
  - Jugendamt
  - Gesundheitsamt

# Interesse am GeschwisterCLUB?



## **Marlen Förderer**

M.A. Klinische Sozialarbeit  
Systemische Beraterin (DGFS)  
Projektleitung ‚Starke Geschwister!‘

marlen.foerderer@ispa-institut.de  
017653488605



## **Heike Höfner**

B.A. Erziehungswissenschaft  
Systemische Beraterin i. A.  
Stellvertretende Projektleitung  
‚Starke Geschwister!‘

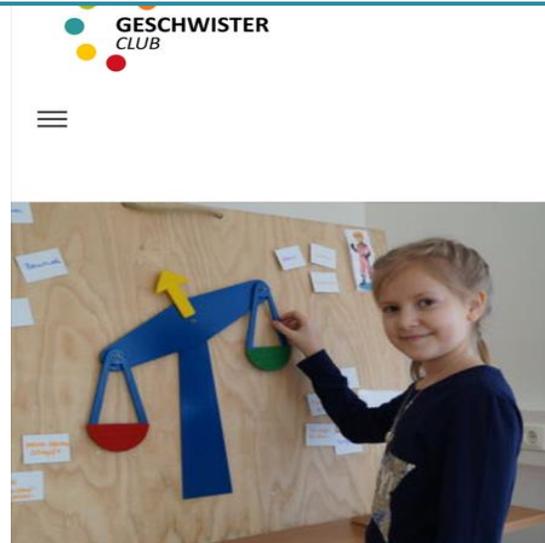
heike.hoefner@ispa-institut.de



geschwisterclub.de



geschwisterclub.de



Der GeschwisterCLUB  
Stark für Geschwister. In ganz  
Deutschland.

„Viele Menschen haben oft nur meinen Bruder im  
Blick.“ (Marius, 10 Jahre)

„Ich wünschte, dass öfter mal Zeit für mich  
übrigbleibt.“ (Lena, 8 Jahre)



57  
Beiträge

485  
Follower

303  
Gefolgt

### GeschwisterCLUB

Wir setzen uns deutschlandweit für Geschwister von Kindern mit chronischer Erkrankung und/oder Behinderung ein. #GeschwisterCLUB #starkegeschwister geschwisterclub.de/

 heikobert, hei\_von\_teresa und 38 weitere Personen sind Follower

Gefolgt ▾

Nachricht



10.04.2022



Anmeldung



Fachtagung...



Tipps



@geschwisterclub