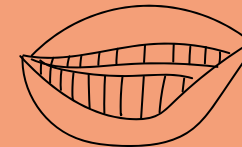


Ein wunderbarer Werkzeugkasten für die Prävention psychischer Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen!

Gibt es den FARBALARM jetzt immer?

In den FARBALARM Workshops können sich belastete Kinder nonverbal ausdrücken, ihre Gefühle und Sorgen verarbeiten und ihnen eine Gestalt geben. Sie finden auf kreativem Weg Anschluss an ihre Ressourcen – ihr aktuelles Befinden verbessert sich. Genau das brauchen die von uns begleiteten Kinder.

Claudia Mück und Pia Kandlinger
Familiensprechstunde von Lebensmut e.V.



FARB ALARM

KREATIVITÄT
MACHT STARK

Bilder helfen Gefühle wahrzunehmen und zu benennen. Ich traue mich sie auszudrücken!

FARBALARM

www.farbalarm.org
info@farbalarm.org
+49 172 317 0763

FARBALARM IST EINE INITIATIVE DES
KUNSTTHERAPIE-NETZWERK E.V.

Unser gemeinnütziger Verein informiert über Einsatzmöglichkeiten und Wirkungsweisen von Kunsttherapie in der Prävention und als psychotherapeutisches Verfahren.

Kunsttherapie-Netzwerk e.V.
Adelheidstraße 11
80798 München

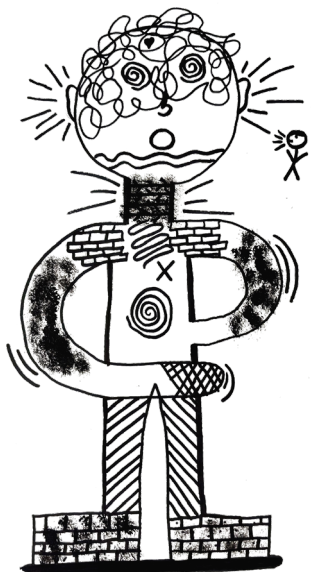


MIT KREATIVITÄT ZU MEHR STÄRKE UND RESILIENZ

Wenn ein Familienmitglied schwer erkrankt, stellt dies die gesamte Familie vor große Herausforderungen. Kinder und Jugendliche sind in solchen Situationen oft besonders belastet und benötigen Unterstützung, um ihre Gefühle zu verarbeiten. Hier setzt FARBALARM an – ein Präventionsprojekt, das sich an Angehörige im Alter von 6 bis 25 Jahren richtet, die von einer schweren Erkrankung eines Elternteils betroffen sind.

FARBALARM ERMÖGLICHT AUSDRUCKSRAUM

FARBALARM bietet Workshops an, die darauf abzielen, die psychische Widerstandskraft Ihres Kindes zu stärken. Durch kreative Aktivitäten lernen die Teilnehmer*innen u.a., ihre Gefühle wahrzunehmen, auszudrücken und zu regulieren. Zudem werden Strategien zur Stressbewältigung vermittelt und alternative Perspektiven aufgezeigt, um alltägliche und besondere Herausforderungen besser meistern zu können.



Es ist toll, alles intensiv fühlen zu können, auch wenn es manchmal ganz schön schwierige Gefühle sind.

Was erzählt dein Bild?

WIE FUNKTIONIERT FARBALARM?

IM WORKSHOP GESTALTEN

FÄHIGKEITEN BESSER KENNENLERNEN
Ihr Kind entdeckt was in ihm steckt und wie es seine Stärken im Alltag einsetzen kann.

IM WORKSHOP FÜHLEN

GEFÜHLE WAHRNEHMEN UND REGULIEREN
Sich mit Gefühlen, Bedürfnissen und dem Umgang damit beschäftigen.

IM WORKSHOP BALANCIEREN

MIT STRESS UMGEHEN LERNEN
Ihr Kind kann Strategien entwickeln, Alltagsstress und besondere Herausforderungen auszugleichen.

IM WORKSHOP UMDENKEN

NEUE PERSPEKTIVEN EINNEHMEN
Probleme aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten und kreative Lösungen finden.

PRÄVENTION – PERSÖNLICHE & GESELLSCHAFTLICHE RELEVANZ

Bleiben Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene ohne Ansprechpartner für ihre Sorgen und Nöte, kann es zu einer andauernden emotionalen Überforderung, daraus resultierenden Entwicklungskrisen und behandlungsbedürftigen Erkrankungen kommen. **Überforderung wird häufig nicht oder zu spät bemerkt oder ignoriert.**

5-15% aller Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind von einer schweren Erkrankung eines Elternteils betroffen und stehen damit vor besonderen Herausforderungen*. Sie werden im Versorgungssystem bspw. durch Unterstützungsangebote meist nicht oder nicht ausreichend berücksichtigt. (Quelle: Deutsches Ärzteblatt*)

*<https://www.aerzteblatt.de/archiv/kinder-koerperlich-krank-elter-n-psyche-schlechte-folgen-und-moeglichkeiten-der-praevention-09342e29-287a-401c-97ca-9975f084f707>

WARUM BEIM FARBALARM MITMACHEN?

Studien zeigen, dass Kinder schwer erkrankter Eltern ein erhöhtes Risiko für psychische Belastungen haben. Durch die Teilnahme an den FARBALARM-Workshops erhält Ihr Kind die Möglichkeit, in einem sicheren Rahmen über seine Gefühle zu sprechen, Gleichgesinnte zu treffen und gemeinsam Strategien zur Bewältigung der aktuellen Situation zu entwickeln. Die kreative Herangehensweise erleichtert es vielen Kindern, sich auszudrücken und neue Wege zu finden, mit ihren Emotionen umzugehen.

WIE KANN MEIN KIND TEILNEHMEN?

Schreiben Sie uns eine Mail, rufen Sie uns an, informieren Sie sich auf unserer Website www.farbalarm.org

