

# vitos

Klinikum  
Gießen-Marburg

## DU BIST STARK!

.....  
YOURCOACH – TRAINING FÜR  
KINDER UND JUGENDLICHE  
MIT PSYCHISCH KRANKEN  
ELTERN



---

## WARUM BIETEN WIR EIN COACHING AN?

Über drei Millionen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene leben in Deutschland mit Eltern zusammen, die eine psychische Erkrankung haben. Kinder von psychisch kranken Eltern haben ein höheres Risiko, sehr belastet oder sogar selbst krank zu werden, als andere.

### Und das hat Gründe:

- Betroffene Kinder sind besonderen Belastungen ausgesetzt, wenn Eltern krank werden.
- Kinder übernehmen zuhause teils Aufgaben, die sonst Eltern übernehmen.
- Kinder fühlen sich verantwortlich für die Situation in der Familie oder denken sogar, sie seien an der Krankheit mit schuld.
- Kinder haben das Gefühl, besonders gut funktionieren zu müssen, um schwierige Situationen auffangen zu können.
- Kinder überschätzen manchmal ihre eigenen Kräfte.

**Hier möchten wir helfen: Um deine individuelle Situation zu besprechen, stellen wir dir einen Coach zur Seite.**



*Den eigenen Weg  
ins Leben finden.*

---

## ÜBER YOURCOACH

Das Vitos Klinikum Gießen-Marburg bietet mit YourCoach ein Coachingprogramm an, das Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 12-24 Jahren, die mit einem psychisch kranken Elternteil zusammenleben, im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie unterstützt.

### Die zentralen Fragen sind:

- Welche Wünsche und Ziele hast du für dein Leben?
- Was hilft dir, deine Ziele zu erreichen?
- Wie ist deine Rolle in deiner Familie? Welche Aufgaben hast du und welche Aufgaben haben deine Eltern?
- Wo kannst du dir Freiräume schaffen?
- Was willst du über die Krankheit deiner Mutter / deines Vaters wissen? Welche Fragen hast du vielleicht zur Behandlung psychischer Krankheiten?

### Das Coaching läuft folgendermaßen ab:

Am Anfang und am Ende steht ein gemeinsames Gespräch mit der Familie. Dazwischen triffst du dich mit deinem persönlichen Coach insgesamt sechsmal und arbeitest an Strategien, damit du gestärkt durchs Leben gehen kannst.

Mit einem Strategiepaket und konkreten Handlungsempfehlungen startest du in den Alltag.

Nach einiger Zeit gibt es ein Treffen, um zu sehen, ob Ziele umgesetzt werden konnten und um zu klären, ob du weitere Hilfe brauchst.

---

## WICHTIGE FRAGEN



### **Wer kann teilnehmen?**

Es können Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 12 und 24 Jahren aus den Landkreisen Gießen und Marburg-Biedenkopf teilnehmen, deren Eltern an einer psychischen Erkrankung leiden.

### **Wer führt das Coaching durch?**

Erfahrene Psychologen und Ärzte des Vitos Klinikums Gießen-Marburg sind für dich da.

### **Wo kann ich mich informieren und anmelden?**

Diplom-Psychologin Beate Kettemann bietet dienstags in Marburg und donnerstags in Gießen Sprechstunden an. Hier können die Details zur Teilnahme geklärt werden. Die Termine finden immer um 16 Uhr in unseren Kliniken statt. Die Adresse findest du auf der Rückseite dieses Flyers.

### **Was bringt das Coaching?**

Wir wollen dich stark machen, damit du die Belastungen im Alltag gut meistern kannst. Unser Coachingprogramm wurde bei Vitos entwickelt. Seine Wirksamkeit wurde bereits in einer ersten wissenschaftlichen Studie belegt. Zurzeit erfolgt bereits die zweite Studie.

---

## ANSPRECHPARTNER



Ärztlicher Direktor und Studienleiter  
YourCoach  
**Professor Dr. Michael Franz**



Betreuung Trainingsprogramm  
YourCoach  
**Diplom-Psychologin Beate Kettemann**  
Tel. 06421 - 404 776  
beate.kettemann@vitos-giessen-  
marburg.de

### Sprechstunden

#### Marburg:

Dienstags um 16 Uhr,  
Ambulanz der Vitos Klinik für Psychiatrie und  
Psychotherapie Marburg, Haus 3

#### Gießen:

Donnerstags um 16 Uhr,  
Vitos Klinik für Psychiatrie und  
Psychotherapie Gießen,  
Haus 6 (Neubau), Konferenzraum 1

Die Teilnahme ist nur nach Anmeldung möglich.

## KONTAKT

**Diplom-Psychologin Beate Kettemann**

Tel. 06421 - 404 776

beate.kettemann@vitos-giessen-marburg.de



Die App Vitos Navi leitet dich auf unserem Klinikgelände zum richtigen Gebäude. Jetzt kostenlos im App Store oder bei Google Play herunterladen!



## DER WEG ZU UNS

### **Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg**

Cappeler Straße 98  
35039 Marburg  
Tel. 06421 - 4040

### **Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Gießen**

Licher Straße 106  
35394 Gießen  
Tel. 0641 - 4030

info@vitos-giessen-marburg.de  
www.vitos-giessen-marburg.de