



Verein erwachsener Kinder  
psychisch erkrankter Eltern

Der Vorstand

c/o Irmela Boden – Paul-Windgassen-Str. 76 – 42897 Remscheid

28. Januar 2023

## Newsletter Januar 2023

### Inhalt:

1. Jahrestagung und Mitgliederversammlung des Seelenerbe e.V.
2. “Herzenssache“, monatlicher offener Austausch
3. Projekt WISE
4. Webseite

*Man muß weggehen können  
und doch sein wie ein Baum*

*Hilde Domin in „Ziehende Landschaft“*

Zum Start des neuen Jahres wollen wir Ihnen und Euch, liebe erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern, mit unserem Newsletter Altbewährtes und neue Entwicklungen unseres Vereinslebens präsentieren. Was hat sich im letzten Jahr noch getan und was gibt es Neues im Jahr 2023?

Und vor allem, wer hat Lust an unseren Angeboten teilzunehmen bzw. sich selbst aktiv einzubringen?

## **1. Jahrestreffen und Mitgliederversammlung 2023**

**Vom 21. bis 23. Juli 2023  
lädt der Verein Seelenerbe e.V.  
Mitglieder und erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern  
zur Jahrestagung ein.**

### **Seminarium »Alte Glasschleife im Murnthal«**

Untermurnthal 1-3  
92431 Neunburg vorm Wald  
[www.seminarium-im-murnthal.de](http://www.seminarium-im-murnthal.de)

**Das Jahrestreffen 2023 steht ganz unter dem Motto »Sich selber finden - sichtbar werden«**  
Mit einem psychisch erkrankten Elternteil aufzuwachsen bedeutet, schon als Kind und Jugendlicher sorgende Aufgaben zu übernehmen. Es bedeutet oftmals sich zu verstellen, um als unbelastet zu erscheinen, um die Eltern nicht zu beunruhigen und nach außen hin, den Schein einer harmonischen „normalen“ Familie aufrechtzuerhalten. Das kostet viel Kraft und mündet nicht selten in Selbstüberforderung. Auf sich selbst zu achten, seine eigenen Emotionen zu spüren und seine eigene Persönlichkeit zu entwickeln, wird dadurch erschwert oder sogar unmöglich gemacht. Das Wochenende lädt dazu ein sich selbst zu finden mitsamt seinen Gefühlen, Persönlichkeitsmerkmalen, Zielen und Träumen. Diese Spurensuche nach sich selbst gelingt am besten in der Ruhe der Natur, in der Stille und zusammen mit einem mitfühlenden Gegenüber.

Das Haus im Murnthal ist bestens geeignet, gemeinsam an diesem Weg der Selbstfindung zu arbeiten und dafür, sich mit möglichen Lösungsstrategien auseinanderzusetzen und damit diese Lebensaufgabe leichter zu bewältigen.

Die Mitgliederversammlung ist wie in den Vorjahren für Samstag, 22. Juli 2023 am Vormittag geplant. Hierzu lädt der Vorstand Mitglieder und Freunde des Seelenerbe e.V. ein, dabei zu sein.

## **2. Offener Herzensaustausch**

Aus der Notwendigkeit zum virtuellen Austausch durch die Pandemie hat der Verein Seelenerbe eine Tugend gemacht, indem er 2021 den Seelenerbe-Herzensaustausch ins Leben gerufen hat. Diese monatlichen Treffen über Zoom geben den Mitgliedern die Gelegenheit, sich miteinander auszutauschen und auch außerhalb der Seelenerbe-Wochenenden in Kontakt zu kommen. Nun soll der Herzensaustausch auch für weitere interessierte erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern geöffnet werden.

Ab sofort werden Mitglieder des Seelenerbe e.V. jeden letzten Dienstag des Monats um 19.30 Uhr wieder bei Zoom anzutreffen sein, die sich über die Teilnahme weiterer interessierter erwachsener Kinder psychisch erkrankter Eltern freuen.

Hier die Themen und Termine im Überblick:

- 31. Januar 2023  
Offener Abend bzw. Wahlthema aus den vorhergegangenen Abenden
- 28. Februar 2023  
Familienbande neben dem erkrankten Elternteil: Von Großeltern bis eigene Kinder
- 28. März 2023  
Selbst betroffen: Wie bleibe ich gesund?
- 25. April 2023  
Offener Abend bzw. Wahlthema aus den vorhergehenden Abenden

Um Ideen einzubringen kann gerne das Forum unserer Webseite genutzt werden!  
Auf der Webseite findet sich auch den Link zum Eintreten in den Onlineraum!

### 3. Projekt WISE

Im Dezember 2021 startete die Umsetzung des Projekts *WISE | Wissen was hilft- Erwachsene Kinder von psychisch erkrankten Eltern informieren das Hilfesystem*. Das Projekt ist eine Kooperation zwischen den Vereinen Seelenerbe und ApK München e.V. und finanziert sich aus Projektmitteln der Anni Gruber Stiftung in München.

*WISE* möchte erwachsenen Kindern psychisch erkrankter Eltern die Chance geben, sich unabhängig von eigenen, finanziellen Ressourcen qualifiziert weiterzubilden, um das eigene Erfahrungswissen mit Fachkräften des psychosozialen Hilfesystems zu teilen. Ziel von *WISE* ist eine authentische und hilfreiche Aufklärung über die Situation (erwachsener) Kinder psychisch erkrankter Eltern.

Im Rahmen von vier Modulen, die von erwachsenen Kindern für erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern entwickelt wurden, bietet *WISE* eine **Qualifizierung zur Fachreferentin und zum Fachreferenten WISE** an. Die Qualifizierung wird 2023 in Bayern pilotiert und startet im März.

Mehr Informationen zum Projekt finden sich unter [www.wise-projekt.de](http://www.wise-projekt.de)

### 4. Neue Seelenerbe-Webseite

Seit einigen Wochen ist unsere neue Webseite online. Kürzlich hat auch die erste Schulung der zukünftigen Webredakteure stattgefunden. Gerne wollen wir die Inhalte weiter ausbauen. Wenn jemand als erwachsenes Kind psychisch erkrankter Eltern mitmachen mag, - oder wem beim Durchklicken Fehler/Änderungswünsche auffallen, dann bitte direkt bei unserem zuständigen Vorstandsmitglied Stefan Schneider melden ([stefan.schneider@kljb-eichstaett.de](mailto:stefan.schneider@kljb-eichstaett.de)).

Und unsere Bitte an alle:

Einfach einen Kommentar in unserem neuen Medienverzeichnis hinterlassen (<https://seelenerbe.de/informationen>) und/oder direkt auf der Seite via Kommentar neue Medien (Bücher, Podcasts..) vorschlagen. Vielen Dank dafür schon jetzt!

## Hinweis

Wer in Zukunft keinen Newsletter mehr erhalten möchte:

Es genügt eine formlose Mail an

<mailto:kontakt@seelenerbe.de>