

Start am 14.11.17

Infoblatt zu wir2

Die Lebenssituation Alleinerziehender

In Deutschland leben über 1,6 Millionen Alleinerziehende mit Kindern unter 18 Jahren, davon sind etwa 90 % Mütter. Insgesamt wachsen damit ca. 20 % aller Kinder in einer Ein-Eltern-Familie auf. Die wirtschaftliche Lage von alleinerziehenden Müttern ist meist durch ein geringes Einkommen gekennzeichnet. Ein-Eltern-Haushalte sind von allen Haushaltstypen am stärksten von Armut betroffen. Die finanziellen Begrenzungen beeinträchtigen den Lebensstandard, die Möglichkeiten zu sozialen Kontakten und häufig auch die Wohnsituation. Nicht selten gehen diese Umstände mit einem sozialen Rückzug und Gefühlen von Einsamkeit und Überforderung einher. Eine schlechte wirtschaftliche Lage ist wiederum mit erhöhten Risiken für die Gesundheit verbunden. So belegen Studien eine erhöhte Beeinträchtigung Alleinerziehender beispielsweise durch körperliche Stresssymptome und Niedergeschlagenheit sowie ein erhöhtes Risiko für Alkoholmissbrauch oder Nikotinabhängigkeit. Zudem erleben viele Alleinerziehende ihre Situation im Bereich der Kindererziehung als erschwert, da sich die Erziehungsanforderungen auf weniger Schultern verteilen als in Zwei-Eltern-Familien.

Trotz der gerade beschriebenen Herausforderungen und Belastungen, die Alleinerziehende zu bewältigen haben, meistert ein Großteil der alleinerziehenden Mütter die an sie gestellten Anforderungen gut. Oft bestehen zwar in einzelnen Lebensbereichen (z. B. im finanziellen Bereich) Probleme, in anderen Bereichen (etwa im Freundeskreis oder in der Entwicklung von mehr Selbstständigkeit) hingegen läuft es deutlich besser.

Zu bedenken ist dabei allerdings, dass sich manchmal aus Schwierigkeiten in einzelnen Lebensbereichen Teufelskreise ergeben können, in denen sich die einzelnen Probleme gegenseitig verstärken. So können z. B. finanzielle Probleme so belastend sein, dass man sich vor lauter Sorgen insgesamt eher unausgeglichen fühlt und dann z. B. auch mit den Kindern weniger geduldig umgeht und keine Lust mehr dazu hat, soziale Kontakte zu pflegen. Auf diese Weise kann sich manchmal eine Abwärtsspirale in Gang setzen, die eventuell dazu führt, dass sich die Schwierigkeiten nicht mehr nur auf einzelne Lebensbereiche erstrecken, sondern dass man sich insgesamt überfordert und unzufrieden fühlt.

Zudem besteht bei Alleinerziehenden ein gewisses Risiko dafür, dass sie unter der Vielzahl der von ihnen zu bewältigenden Anforderungen in ihrer Fürsorge und Zuwendung den Kindern gegenüber beeinträchtigt sein können. Eine solche Überforderung kann sich dann auch negativ auf die Entwicklung, das Wohlbefinden und das Verhalten der betroffenen Kinder auswirken.

Nimmt man all diese Überlegungen zusammen, dann erscheint es sehr sinnvoll, etwas zu unternehmen, um mögliche negative Folgen sowohl für die Alleinerziehenden als auch für deren Kinder zu verhindern bzw. abzumildern. wir2 möchte hierzu einen Beitrag leisten.

Wichtige Fragen zum wir2-Programm

• Was sind die Hauptanliegen von wir2?

Das Programm ist vor allem auf drei Ziele ausgerichtet. Es möchte die Beziehung zwischen den Eltern und ihren Kindern stützen, es legt besonders viel Wert auf den emotionalen Austausch zwischen den Eltern und ihren Kindern und es soll sie in ihrer Elternrolle stärken und unterstützen.

• Wie lange dauert das Programm?

Das Programm erstreckt sich über 20 Sitzungen. Die Sitzungen dauern 60-90 Minuten und finden einmal in der Woche statt.

• An wen wendet sich wir2?

wir2 wendet sich speziell an alleinerziehende Mütter und Väter mit Kindern im Kindergartenalter.

• Wer leitet die wir2-Gruppen?

Die Gruppen werden in der Regel von einem Mann und einer Frau geleitet. Alle Gruppenleiter/-innen haben einen intensiven Schulungskurs zum/zur wir2-Gruppenleiter/-in durchlaufen.

• Welche Inhalte erwarten die Teilnehmer/innen denn im Einzelnen?

Die genauen Inhalte der einzelnen Sitzungen werden jeweils zu Beginn der Treffen besprochen und dann ausführlich bearbeitet. Die Grundstruktur des Programms sieht wie folgt aus:

Das Programm gliedert sich in vier Einheiten, die als Module bezeichnet werden. Die Module haben unterschiedliche Schwerpunkte:

In Modul I (Sitzungen 1 bis 5) soll es vor allem um die Selbstwahrnehmung gehen, d. h. die Eltern werden sich wahrscheinlich selbst ein Stück besser kennen lernen und vielleicht auch neue Seiten an sich entdecken.

Das Modul II (Sitzungen 6 bis 9) nimmt verstärkt die Situation des Kindes in den Blick und zielt besonders auf ein einfühlsames Verständnis für die Bedürfnisse und Gefühle des Kindes ab.

In Modul III (Sitzungen 10 bis 14) wird der Blick noch weiter und berücksichtigt die Gesamtsituation der Familie, also z. B. auch die Rolle des Vaters des Kindes.

In Modul IV (Sitzungen 15 bis 20) wird es um das Erproben und Einüben von neuen Lösungen für verschiedene Alltagsprobleme gehen. Die Eltern werden z. B. lernen, wie sie besser mit Konflikten umgehen können und wie sie Ihren Alltag entspannter und genussvoller gestalten können.

Kursleiter:
Frau Britta Müller
Herr Oliver Katterbach
Telefon: 02454 59-386
E-Mail: wir2-gruppen@vianobis.de