

Der Alltag hält für Familien viele Herausforderungen bereit - ein Balance-Akt zwischen Arbeit, Freizeitgestaltung und Organisations-Stress. In Ein-Eltern-Familien müssen Mutter oder Vater diesen Alltag allein bewältigen. Manche Alleinerziehende wünschen sich dabei Unterstützung, da sie sich durch äußere und seelische Umstände besonders belastet fühlen und zugleich Tag für Tag die emotionale und finanzielle Alleinverantwortung tragen. Einige Studien belegen, dass aufgrund der komplexen und bei etwa der Hälfte der Alleinerziehenden jahrelang anhaltenden multiplen Belastungen, wie zum Beispiel durch Armut, Trennungskonflikte und Zukunftsängste, eine deutlich erhöhte Häufigkeitsrate für psychosomatische Beeinträchtigungen und andere Erkrankungen besteht.

WIR2-PROGRAMM

Aufgrund der bestehenden Risiko- und Bedarfslagen von Ein-Eltern-Familien wurde unter der Leitung von Prof. Matthias Franz und seinem Team das „wir2-Bindungstraining“, heute ein Programm der Walter Blüchert Stiftung, am Klinischen Institut für Psychosomatische Medizin und

UNTERSTÜTZUNG FÜR ALLEINERZIEHENDE

Bindungsstark

Das wir2-Bindungstraining **UNTERSTÜTZT Alleinerziehende in belastenden Lebenslagen.**



„wir2“ unterstützt

Ein-Eltern-Familien.

Psychotherapie der Universitätsklinik Düsseldorf entwickelt. Dabei handelt es sich um ein Elterntraining für psychosozial beziehungsweise psychosomatisch belastete Alleinerziehende mit Kindern im Vor- und Grundschulalter. Das Gruppenprogramm - in Präsenz oder online (wir2@home) - basiert auf entwicklungspsychologischen und bindungswissenschaftlichen Grundlagen. Es umfasst 20 Sitzungen zu je 90 Minuten und ist in vier aufeinander aufbauende Module gegliedert. Für die Basisversion konnte die nachhaltige hohe Wirksamkeit des Programms bereits anhand einer RCT-Studie nachgewiesen werden, wobei sich unter anderem eine signifikante Reduktion der Depressivität und der psychisch-

psychosomatischen Gesamtbelastung nach Teilnahme zeigen ließ (Franz et al., 2010).

Aber auch im stationären Bereich werden die Programmversion „wir2kompakt“ für Alleinerziehende, die aufgrund psychosomatischer Beschwerden krankgeschrieben wurden, und die Programmversion „wir2Reha“ angeboten. Dabei richtet sich wir2Reha an Alleinerziehende, deren Erwerbsfähigkeit aufgrund psychosomatischer Beschwerden bedroht ist. In einem sechswöchigen stationären psychosomatischen Rehabilitationsaufenthalt wird das bindungsorientierte Elterntraining zusätzlich zum rehabilitativen Standardprogramm angeboten. Stets mit dem Ziel, dass Sie Ihren Alltag anschließend wieder besser bewältigen können. Die Deutsche Rentenversicherung (DRV) fördert und finanziert dieses Angebot. Allgemeine Anfragen zum wir2-Bindungstraining für Alleinerziehende richten Sie bitte an: INFO@WIR2-BINDUNGSTRAINING.DE

Auch die VIACTIV steht Ihnen selbstverständlich unterstützend und beratend zur Seite. Wenden Sie sich an: REHABERATUNG@VIACTIV.DE
REHA-BERATUNG: 0800 363 8419