

## *wir2 – das Faktenblatt*

Jedes fünfte Kind wächst in Deutschland bei nur einem Elternteil auf - zu 90 Prozent bei der Mutter. Der größte Teil der Alleinerziehenden gestaltet das Familienleben harmonisch. Jedoch belegen zahlreiche Studien übereinstimmend eine ökonomische und gesundheitliche Benachteiligung der Ein-Eltern-Familien: Für sie besteht nachweislich ein erhöhtes Risiko für psychische und chronische psychosomatische Erkrankungen.

Genau hier setzt *wir2* als Elterntaining für Alleinerziehende mit Kindern im Alter bis zu zehn Jahren an. Das strukturierte Gruppenprogramm basiert auf entwicklungspsychologischen Grundlagen und widmet sich besonders dem Erleben und dem Umgang mit Gefühlen.

Die wesentlichen Ziele sind: Balance herstellen – Bindung aufbauen – Beziehung stärken. Dies wird über die Förderung des elterlichen Selbstvertrauens und der intuitiven Elternkompetenzen erreicht.

Durchgeführt werden die *wir2*-Gruppen mit Alleinerziehenden von geschulten Gruppenleiter:innen auf der Basis eines detaillierten Handbuchs. Das Training umfasst 20 wöchentliche Gruppensitzungen à 90 Minuten. Entscheidend und besonders an *wir2* ist der emotionszentrierte Gruppenprozess, der durch beziehungsstärkende Übungen mit dem Kind zuhause vertieft wird. Während des Trainings ist die Kinderbetreuung sichergestellt – und wie das gesamte Angebot für die Alleinerziehenden kostenlos.

*wir2* hat sich in der Praxis bewährt: Die nachhaltige Wirksamkeit auf das elterliche Wohlbefinden sowie eine Besserung psychischer Belastungsfolgen bei den Alleinerziehenden, die Stärkung ihrer emotionalen Kompetenzen, Stressbewältigung, Entspannung im Alltag und positive Wirkungen auf das Verhalten ihrer Kinder sind erfolgreich evaluiert. Die meisten Alleinerziehenden sind nach dem Programm selbstbewusster als vorher; ihr Erfolg spiegelt sich auch im Wohlbefinden der Kinder wider und ist noch nach zwölf Monaten nachweislich wirksam.

Das Projekt *wir2* ist ein bindungsorientiertes Unterstützungsprogramm der Walter Blüchert Stiftung, entwickelt an der Universität Düsseldorf unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Matthias Franz. Ergänzend zum ambulanten Angebot von *wir2* wurden das stationäre sechswöchige Programm *wir2*Reha sowie die dreiwöchige Version *wir2*kompakt für Mutter/Vater/Kind-Kliniken entwickelt.

Darüber hinaus kann das Programm auf der Basis des maßgeschneiderten Online-Programms *wir2*@home auch digital umgesetzt werden.

**Mehr Informationen unter:**  
[www.walter-bluechert-stiftung.de/projekte/wir2](http://www.walter-bluechert-stiftung.de/projekte/wir2)