

Univ.-Prof. Dr. med. Matthias Franz ist Programmleiter und entwickelte das wir2-Bindungstraining.



© Univ.-Prof. Dr. med. Matthias Franz / Weleda AG

Das strukturierte, kostenlose **wir2-Bindungstraining** soll stark belasteten Müttern und ihren Kindern helfen, Probleme, die durch die Alleinerziehung entstanden sind, besser zu bewältigen.

# Wer steckt eigentlich hinter ...

**A**lleinerziehende Mütter sind aufgrund ihrer Mehrfachbelastung nicht selten körperlich und seelisch überfordert. Häufige Folgen sind gesundheitliche Probleme, die sich auch auf ihre Kinder übertragen und bei diesen zu Auffälligkeiten und sozialen Problemen führen. Dr. Manfred Endres, erster Vorsitzender der Ärztlichen Akademie für Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen e.V., empfiehlt alleinerziehenden Müttern, eines der vielfältigen Hilfsangebote zu nutzen. Hierzu zählen Beratungsstellen, psychotherapeutisch tätige Fachärzte, insbesondere Kinderärzte, aber auch niedergelassene Psychotherapeuten.

Neben diversen Maßnahmen habe sich laut Endres das von Professor Matthias Franz entwickelte und unter dem Namen PALME (Präventionsgruppe für alleinerziehende Mütter geleitet von ErzieherInnen) bekannt gewordene Elterntaining für alleinerziehende Mütter besonders bewährt. Das Programm wird seit Kurzem von der Walter Blüchert Stiftung gefördert und unter dem Namen „wir2“ bundesweit ausgebaut. Aktuell wird von der Ärztlichen Akademie für Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen eine Internetseite entwickelt, auf der alle Informationen und bundesweiten Angebote für alleinerziehende Mütter zusammen getragen werden.

Nach erfolgreichem Gruppentraining wurde bei den Alleinerziehenden eine deutliche Besserung ihrer psychischen Belastung festgestellt. „Die Teilnehmerinnen“, so Endres, „hatten deutlich weniger depressive Symptome.“ Zudem habe sich die emotionale Kompetenz der alleinerziehenden Mütter spürbar gebessert.

Untersuchungen belegen: Das Ziel, nämlich ein höheres psychisches Wohlbefinden der Mütter und deren Kinder zu erlangen, wird mit dem Trainingsprogramm erreicht. Die Basis für den Wiedereinstieg in einen geregelten und normalen Alltag ist geschaffen. Und auch die Kinder entwickeln nach der Teilnahme an der Kindergruppe wieder ein positiveres Selbstbild.

Dieses Mutter-Kind-Projekt wird von der Weleda AG unterstützt; einem zukunftsorientierten, modernen und traditionell anthroposophischen Unternehmen. Ethisch wirtschaften, soziale Projekte unterstützen, Beruf und Familie balancieren, den partnerschaftlichen Umgang fördern, die kulturelle Vielfalt als Inspiration – der Mensch steht bei der Weleda im Mittelpunkt. Heute ist Weleda der weltweit führende Hersteller von anthroposophischen Arzneimitteln und ganzheitlicher Naturkosmetik. ■

Weitere Informationen finden Sie unter [www.aerztliche-akademie.de](http://www.aerztliche-akademie.de)