

SCHRITTE team  
team SCHRITTE

**Maria Brandl**  
**Dr. Walter Krög**  
**Barbara Oberndorfer**

maria.brandl@schritte.at • ++43 676 5448094

barbara.oberndorfer@schritte.at • ++43 699 15566887

walter.kroeg@schritte.at • ++43 676 4118681

## Besondere Eltern - Besondere Familie

**Selbstbestimmtes Leben fordern erwachsene behinderte Menschen – gilt dieses Grundrecht auch für Eltern behinderter Kinder?**

### Zielgruppe:

Mütter und Väter behinderter Kinder/Jugendlicher/Erwachsener

### Inhalt:

Fast immer fühlen sich Mütter und Väter behinderter Kinder/Jugendlicher gezwungen sich in einem emotionalen Spannungsfeld zu bewegen. Sei es intern im Familiengeschehen oder extern im gesellschaftlichen Kontext. Die Bedürfnisse DER Kinder (aus der Sicht der Eltern) und die Forderungen FÜR die Kinder werden meist in den Vordergrund gestellt, während auf die eigenen Bedürfnisse als Mutter oder Vater eines behinderten Kindes oftmals völlig vergessen bzw. diese kaum thematisiert werden.



Foto: Nadja Meister  
Familienwoche von Integration:Österreich, August 2005

- Was bedeutet „Eltern – sein“? Persönliche Standortbestimmung
- Stärken als Ressourcen erkennen
- Wohin wollen Sie als Elternteil?

Es gilt jene Qualitätsmaßstäbe „wie wir uns als Eltern verhalten sollen“, „wie wir unser Leben gestalten sollen“ etc., also all die Anforderungen die die Gesellschaft an Sie stellt, zu hinterfragen, neu zu überdenken und in Folge mit den eigenen, ganz persönlichen Maßstäben in Einklang zu bringen.

Die eigene Sicht der Dinge erhält (wieder) einen Stellenwert, Ihre Stärken können Ihnen (wieder) bewusst werden.

### Methoden:

- Thematischer Input
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Diskussion

### Empfohlene Seminardauer:

3 Stunden

# KOMMUNIKATIONSTRAINING

Mit Behörden, ÄrztInnen und anderen Fachleuten sicher kommunizieren

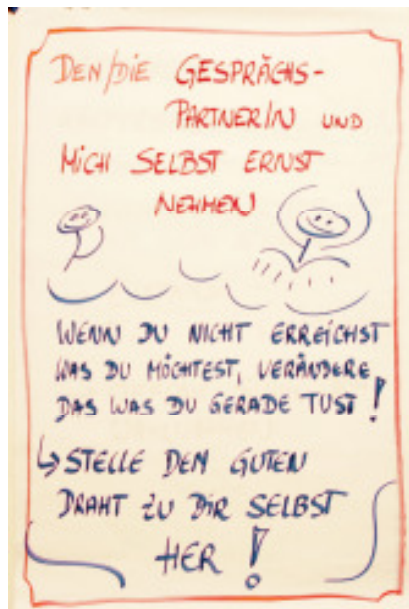
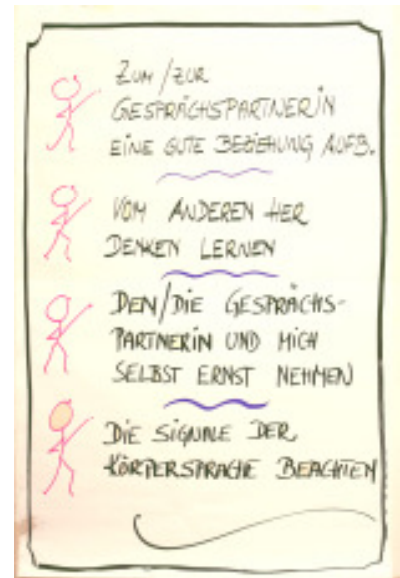
## Zielgruppe:

Mütter und Väter behinderter Jugendlicher / Erwachsener

## Inhalt:

Gespräche erfolgreich zu führen, ist im privaten wie beruflichen Leben eine unverzichtbare Notwendigkeit. Der „gute Draht“ zu Ihnen selbst und zu den anderen, erhöht die Lebensqualität auf beiden Seiten. Wie verhalten Sie sich im Freundeskreis, im Familienverband, gegenüber Behörden und ÄrztInnen, wenn Sie vermeintlich unterschiedliche „Sprachen“ sprechen, Ihre Emotionen „in Griff haben wollen“ oder über unterschiedliche „Zugehensweisen und Biografien“ verfügen?

Durch das Bewusstwerden und das Anwenden einiger grundlegender Prinzipien – auf der Basis einer wertschätzenden Haltung – erkennen Sie Ihre eigenen Fähigkeiten, lernen sich auf andere einzulassen und sich auch mal „in ihre Schuhe zu stellen“.



- Sie – als betroffener Elternteil – erhalten Unterstützung um sich den Fachleuten gegenüber Gehör zu verschaffen.
- Sie erhalten Unterstützung um auch in emotional belasteten Situationen sicherer und überzeugender aufzutreten.

## Methoden:

- Thematischer Input
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Praktische Kommunikationsübungen

## Empfohlene Seminardauer:

Workshop von 3 - 4 Stunden

# Das „Ich bin nicht ALLEIN“ wieder entdecken

## UnterstützerInnenkreis für Eltern

### Zielgruppe:

Mütter und Väter behinderter Kinder oder Jugendlicher

### Inhalt:

Durch die Diagnose „Behinderung“ fühlen sich Paare, Familien, Verwandtschaft, Freundes- und Bekanntenkreis oftmals völlig überfordert. Jahrelang funktionierende Familiensysteme und Kommunikationsstrukturen versagen, Mitglieder der Kernfamilie sowie des erweiterten Kreises der Verwandtschaft ziehen sich zurück – es besteht große Hilflosigkeit und Unsicherheit bei fast allen Beteiligten.

Nach wie vor sind es häufig die Mütter, die zur Bewältigung der neuen und sehr oft überfordernden Alltagssituation mit ihrem Kind /ihren Kindern alleine zurück bleiben. Doch vorhandene Ressourcen oder Unterstützungsangebote können oft nach kürzester Zeit nicht mehr wahr- und angenommen werden. Sätze wie: „Ich werde in Stich gelassen“ oder „das ist niemand anderem zuzumuten“ oder „die Nachbarin weiß ja nicht, wie sie meine Tochter richtig angreift“, werden nicht nur ausgesprochen sondern auch tatsächlich gelebt und vergrößern so die Distanz zu möglichen UnterstützerInnen immer mehr.



Der Fokus dieses Seminars wird zum einen darauf gelegt, in welcher Lebenssituation es bereits Unterstützung gab und zum anderen darauf, WAS für die Mutter / den Vater WANN und WIE hilfreich war und wie es dazu kam? Der Blick geht dabei über die

engsten Familienmitglieder und den Freundeskreis hinaus auch auf jene Menschen, die mit der Mutter/dem Vater oder dem Kind auf einer anderen Beziehungsebene verbunden sind. Gerade in diesem „Graubereich“ stecken viele unentdeckte Unterstützungspotentiale.

### Methoden:

- „Die Kreise meiner UnterstützerInnen“
- Einzelarbeit
- 2er Gruppenarbeit
- Reflexionsrunden

### Empfohlene Seminardauer:

Workshops aufgeteilt auf 3 x 4 Stunden

# LOSLASSEN – aus behinderten Kindern werden Erwachsene

Mit den Ängsten der Eltern den Mut der jungen Frauen und Männer begrüßen

## Zielgruppe:

Mütter und Väter behinderter Jugendlicher

## Inhalt:

Wir widmen uns jenen Herausforderungen, denen sich Eltern pubertierender Jugendlicher mit Behinderung tagtäglich stellen müssen, den Ängsten, die die Eltern begleiten, wenn ihre Jugendlichen langsam dem (scheinbar) sicheren Elternhaus entwachsen.

Fehlende Informationen und Angebote zu Themen wie Selbstständigkeit, Ausbildung, Arbeit, Freizeit, Wohnen und vielem mehr erschweren diese unterschiedlich gelebten Lösungsprozesse um ein vielfaches.



Wir beschäftigen uns nicht mit „richtigen oder falschen Verhaltensweisen“ von Eltern oder Jugendlichen - wir bieten Zeit und Raum um einen Blickwechsel vornehmen zu können und in die Welt anderer Eltern oder die der Jugendlichen, frei nach Moreno: „Schenk mir deine Augen, dass ich die Welt durch sie sehe und ich schenk Dir meine, dass Du die Welt durch meine siehst!“ einzutauchen.

Gemeinsam wollen wir unseren Mut stärken, vorhandene innere Bilder verabschieden und jene Kreativität entdecken, die Jugendliche auf ihrem Weg in ein möglichst selbstbestimmtes, selbstbewusstes Leben unterstützt.

## Methoden:

- Thematischer Input
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Diskussion

## Empfohlene Seminardauer:

Workshop von 4 Stunden