

## Pressemitteilung

### Elterntaining „wir2“ startet in Schwerin Präventionsprojekt soll Gesundheit von Alleinerziehenden fördern

Schwerin, 27. Juni 2019 – In Schwerin wächst fast jedes vierte Kind bei alleinerziehenden Eltern auf. Deren Alltag ist mitunter sehr belastend. Mit dem „wir2 – Bindungstraining für Alleinerziehende“ startet in der Landeshauptstadt ein besonderes Projekt, das helfen soll, die Lebensqualität und die Gesundheit von Ein-Eltern-Familien zu verbessern. Auf der heutigen Auftaktveranstaltung im Kinderzentrum Mecklenburg wurde das Elterntaining Ansprechpartnern aus sozialen Netzwerken vorgestellt. „Die meisten Alleinerziehenden bewältigen mit ihren Kindern den Alltag gut. Trotzdem stehen Alleinerziehende sehr häufig unter Druck, wenn es um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf oder ihre finanzielle Situation geht. Darüber hinaus ist die Bewältigung ihrer emotionalen Lagen eine nochmal besondere Aufgabe. Genau hier setzt das ‚wir2-Bindungstraining‘ an. Es ist ein sehr gut geeignetes Training für Alleinerziehende, das ihnen zu mehr Kraft und Selbstbewusstsein für das Leben als Familien-Alleinverantwortliche verhelfen soll“, sagt Stefanie Drese, die als Landesministerin für Soziales, Integration und Gleichstellung das Projekt „wir2“ unterstützt.

Die Dauerbelastung von Alleinerziehenden hinterlässt Spuren. Ziel von „wir2“ ist es deshalb, die psychische und physische Gesundheit von alleinerziehenden Müttern und Vätern mit Kindern im Vor- und Grundschulalter zu fördern. „Ich wollte das Bindungstraining unbedingt auch für uns in Mecklenburg haben und freue mich sehr, dass wir die Kurse über das Kinderzentrum anbieten können. In 20 Gruppentreffen geht es in angeleiteten Übungen um den Umgang mit Konflikten und Belastungen. Eine wichtige Frage wird auch sein, wie ich achtsamer mit mir selbst sein kann, denn dann kann ich auch achtsamer mit meinem Kind werden“, erklärt Kristina Timmermann, Geschäftsführerin des Kinderzentrum Mecklenburgs. Die Einrichtung setzt das Training für die Kommune Schwerin um. Die BARMER und die Walter Blüchert Stiftung unterstützen und begleiten das Projekt. „Das Elterntaining ist für Alleinerziehende

Landesvertretung

Mecklenburg-Vorpommern

Wismarsche Straße 126  
19053 Schwerin

[www.BARMER.de/presse/543839](http://www.BARMER.de/presse/543839)  
[www.twitter.com/BARMER\\_MV](https://www.twitter.com/BARMER_MV)

Franziska Sanyang  
Tel.: 0385/ 2010 2540  
Mobil: 0170 308 70 65  
[franziska.sanyang@BARMER.de](mailto:franziska.sanyang@BARMER.de)

kostenlos und die Kinder werden während der Gruppentreffen betreut“, so Timmermann. Der erste Kurs startet im Oktober dieses Jahres.

### **BARMER unterstützt Kommunen bei gezielten Trainings**

„Schwerin wird als erste Gemeinde vonseiten der BARMER bei der Einführung des Bindungstrainings gefördert. Wir freuen uns, dass das Programm vor Ort als niedrigschwelliges Angebot alleinerziehende Mütter und Väter unterstützt, fürsorglich mit sich und ihrer Gesundheit umzugehen und damit auch das Wohlbefinden ihrer Kinder verbessern kann“, sagt Henning Kutzbach, Landesgeschäftsführer der BARMER in Mecklenburg-Vorpommern. Dabei ist der Erfolg des Elterntrainings wissenschaftlich belegt. Denn die Walter Blüchert Stiftung hat das Programm in Zusammenarbeit mit der Heinrich Heine Universität in Düsseldorf entwickelt und wissenschaftlich begleiten lassen. „Bei bisherigen ‚wir2‘-Teilnehmern konnten wir einen statistisch signifikanten und nachhaltigen Rückgang psychosomatischer Beschwerden feststellen. Auch kindliche Verhaltensauffälligkeiten nahmen deutlich ab“, so Prof. Gunter Thielen, Vorstand der Walter Blüchert Stiftung.

Aufgrund der guten Ergebnisse ermuntert die BARMER vor allem Kommunen mit einem hohen Anteil Alleinerziehender, „wir2“ ebenfalls umzusetzen. Dazu können sie einen Förderantrag bei der Krankenkasse einreichen, um im Rahmen des Präventionsgesetzes finanziell unterstützt zu werden. Mehr zum Elterntraining „wir2“ unter [www.barmer.de/q101416](http://www.barmer.de/q101416).



© Shutterstock