

**Titel des Projektes:**

„Stationäre Prävention und Rehabilitation für Väter mit Kindern in einer homogenen Großgruppe“

**Einrichtung:**

Fachklinik Thomas Morus

**Träger:**

Kostenträger der Vater-Kind-Maßnahmen sind die Krankenkassen. Sie werden im Rahmen der §§ 24 und 41 SGB V durch die Krankenkassen finanziert und werden in anerkannten Einrichtungen nach §111a SGB V durchgeführt. Ein Eigenanteil von 10 Euro pro Tag ist als Eigenanteil zu bezahlen, wobei die Krankenkasse bei Erfüllung bestimmter Kriterien ihre Versicherten davon befreit.

**Ansprechpartnerin des Projektes:**

Silvia Selinger-Hugen

**Kontakt:**

Tel.: 04932 / 8405-312

E-Mail: S.Selinger-Hugen@caritas-gesundheitszentrum.de

Internetauftritt: <http://www.caritas-gesundheitszentrum.de/fachklinik-thomas-morus/vater-und-kind/rehabilitation-fuer-vater-und-kind/rehabilitation-fuer-vaeter.html>

-Dotiert mit 5.000 Euro-

**Kurzbeschreibung:**

Die Fachklinik Thomas Morus führt an fünf Terminen pro Jahr anstelle von Mutter-Kind-Maßnahmen Vater-Kind-Maßnahmen für jeweils 38 Väter zusammen mit ihren Kindern durch. Die Männergruppe reist gemeinsam an und bildet für 21 Tage eine therapeutische Gruppe. In diesem Zeitraum werden keine Mütter aufgenommen. In dieser geschlechtsspezifischen Gruppe kümmern sich die Männer um ihre eigene Gesundheit, reflektieren in Gruppen oder in der Einzelberatung schwierige Situationen im Kontext von Familie und Beruf und nehmen die Vater-Kind Beziehung bewusst in den Fokus. Gleichzeitig werden sie in der Bewegungs- und Entspannungstherapie für sich selbst aktiv.

**Ziele:**

- die Stärkung und Wiederherstellung der eigenen Gesundheit
- die Steigerung von Selbstwirksamkeit in schwierigen Situationen
- die Verbesserung von Körperwahrnehmung, Stressauslöser und Stresssignalen
- Stärkung der Vater-Kind Kommunikation und Beziehung
- die Einübung von alternativen Verhaltensoptionen und Kommunikationsmöglichkeiten sowie von Entspannungsübungen für den Alltag

**Methode:**

Die Großgruppe wird während der drei Wochen von einem interdisziplinären Team von Medizinerinnen und Therapeuten mit einem ganzheitlichen Therapieangebot begleitet. In einer kontinuierlichen Gesprächsgruppe setzen sie sich mit den Themen Stress und Stressbewältigung sowie Erziehung auseinander. In zusätzlichen Gesprächen werden Themen wie Rollenbilder, Rollenkonflikte,

Alleinerziehen, Männer trauern anders o.ä. thematisiert. In der Einzelberatung werden die individuellen Themen der Männer aufgenommen und bearbeitet. Die Bewegungstherapie gibt den Männern die Möglichkeit wieder in ein moderates Bewegungstraining einzusteigen und ihre Körperwahrnehmung zu schulen. Insbesondere in der Klima- und Bewegungstherapie am und im Wasser loten die Männer ihre Grenzen aus und lernen adäquat und gesundheitsfördernd damit umzugehen. Jeder Mann hat außerdem die Aufgabe eine von drei Entspannungstherapien (Yoga, PMR oder Autogenes Training) kennenzulernen und in der Maßnahme regelmäßig zu üben. In gemeinsamen Vater-Kind-Angeboten erhalten die Männer Anregungen für gemeinsame Aktivitäten und gemeinsame Zeit zusammen mit dem Kind/ den Kindern konstruktiv zu gestalten. In Schulungen und Vorträgen werden Themen die zu einem verbesserten Umgang mit der eigenen Gesundheit motivieren thematisiert. Die Physiotherapie mit ihren spezifischen Angeboten runden das Therapieangebot ab. Für die Vater-Kind-Maßnahmen wird der Anteil der männlichen Therapeuten erhöht. Außerdem begleitet zusätzlich ein Männerseelsorger die Maßnahme.

**Ergebnisse:**

Durch die Durchführung der Vater-Kind-Maßnahmen in einer geschlechtsspezifischen Großgruppe, nehmen die Männer die einzelnen Therapien sehr gut an. In den Gruppengesprächen öffnen sich die Männer und benennen die aus ihrer Sicht wichtigen Aspekte für die Probleme. Das sind im Vergleich zu den Mutter-Kind-Maßnahmen manchmal ähnliche, oft jedoch auch andere. Auch die Sprache und Lösungsoptionen sind anders geprägt. Die Möglichkeit zur Einzelberatung wird gut genutzt. Auch motivieren die Männer sich gegenseitig. In Auswertungsrunden wird immer wieder deutlich, dass die Väter Therapieangebote nicht wahrnehmen würden, wenn die Gruppen gemischt wären. Durch den Frei- und Schutzraum der Männergruppe probieren viele auch Neues aus. Nach dem Motto, wenn der andere Mann das macht, kann ich es vielleicht auch einmal probieren werden Beratung, Yoga oder sogar Nordic Walking zur Selbstverständlichkeit und werden nicht als unmännlich abgetan. So lernen die Männer in der Vater-Kind-Maßnahme Themen auch einmal anders anzugehen und kümmern sich mehr um ihre Gesundheit als sonst. Außerdem fällt weg, dass sie "der Starke" sein müssen. Zudem genießen sie die Orientierung und den Austausch unter Männern bzw. Vätern.