

Liebe Leserin, lieber Leser,

Inhalt:

Gastkolumne	3
Im Gespräch	4/5
Vorstellung Christiane Seyfarth	
Sichtweisen	6/7
Familien im gesellschaftlichen Wandel	
Service	8/9
Erfahrungen	10
Im Traum, in der Liebe und in der Familie...	
Umfrage	11
Im Schlossparkcenter	
Selbsthilfe	12/13
Der heimliche Patient	
Anekdote	14
Väter und Töchter	
Methoden	15
Mediation in Selbsthilfe	
Erfahrungen	16/17
Neue Wege gehen	
Menschen	18
Jens Preuße	
News	19
Lokales Bündnis für Familien	
Termine/Kontakte	20/21
Rätsel	22
Glosse	23

Die aktuelle Ausgabe unseres Journals „Hilf dir selbst!“ beschäftigt sich mit dem umfangreichen und schwer einzugrenzenden Themenkomplex Familie. Sie werden sich jetzt möglicherweise fragen: Was hat das denn mit Selbsthilfe zu tun?. Viel, stellte die Redaktion fest. Wir möchten Ihnen einen kleinen Einblick vermitteln und Sie zum Nachdenken ermutigen.

Oft hören wir Sprüche wie beispielsweise diesen gern zitieren: „Blut ist dicker als Wasser“. Daraus abgeleitet könnte nun geschlussfolgert werden, dass auch sämtliche Probleme in der Familie geklärt werden können. Der Alltag mit seinen Höhen und Tiefen spiegelt jedoch eine andere Wirklichkeit wider: Sicher können Probleme, Konflikte und Lebenskrisen in der Familie angesprochen und teilweise erfolgreich geklärt werden. Nur scheint nicht für jeden von uns diese Konstellation die Günstige und vor allem nicht die Einzige zu sein. Möglicherweise stellt der freie Zusammenschluss innerhalb einer Selbsthilfe- bzw. Gesprächsgruppe bei bestimmten Problemsegmenten eine gute Alternative bzw. Ergänzung dar. Aus der Erfahrung der Selbsthilfekontaktstelle wären da zum Beispiel die Gruppen für chronisch Kranke, für Menschen mit psychischen / psychosomatischen Erkrankungen sowie für Suchtkranke zu nennen. Viele der Teilnehmerinnen und Teilnehmer leben in Familienzusammenhängen, dennoch brauchen sie die Selbsthilfegruppen. Hier profitieren die Betroffenen

von einander, kommen ins Gespräch und helfen sich gegenseitig. Der Familienaspekt spielt hier oftmals nur eine marginale Rolle.

Anders sieht dies bei den sogenannten familienorientierten Selbsthilfegruppen aus. In Schwerin gibt es derzeit 16 Selbsthilfegruppen, so zum Beispiel den Elternkreis behinderter Kinder, die Angehörigen von Essgestörten, SHG Verwaiste Eltern oder SHG Siegfried - Eltern hyperaktiver Kinder. In der aktuellen Ausgabe werden Ihnen verschiedene Erfahrungen aus Familienzusammenhängen vorgestellt. Es war den Autorinnen und Autoren wichtig, die eigenen Gefühle und Hemmnisse zu benennen.

Deutlich wird, dass wir uns mit dem Begriff „Familie“ nicht nur an unsere eigene Familie erinnern. Immer schlagen wir auch eine Brücke zu unseren Erwartungen wie beispielsweise die Zuwendung, Fürsorge und Solidarität, aber auch Abhängigkeit und Ungleichheit. Daraus lässt sich ableiten, dass Familie mehr ist: Sie ist stets auch eine Assoziations- und Projektionsfläche für unsere Gefühle und Empfindungen.

Genießen Sie den Sommer!

Ihre



Silke Gajek

Frauen, Familie, Gleichstellung

- ein Spannungsfeld?

Eine aktuelle Studie der Friedrich-Ebert-Stiftung zeigt, dass für die Menschen in unserem Land die Gleichberechtigung von Frauen und Männern einen sehr hohen Stellenwert hat. 57 Prozent der Befragten gaben diesen Wert als wichtig an, und damit steht die Gleichberechtigung an dritter Stelle nach den Werten „soziale Gerechtigkeit“ und „Sicherheit und Ordnung“.

Wie ist in diesem Zusammenhang die aktuelle Diskussion in den Medien mit Schlagzeilen wie niedrige Geburtenrate, kinderlose Akademikerinnen, Überalterung der Bevölkerung, Fachkräftemangel zu bewerten? Sich an dieser Diskussion zu beteiligen und nach Lösungen zu suchen, ist auch eine Aufgabe der Frauen- und Gleichstellungspolitik, aber die Lösung dieser Fragestellung ist eine Herausforderung für alle politischen und gesellschaftlichen Kräfte und sie muss die Lebensplanung von Frauen und Männern beachten. Es wird i. d. Regel nur von Geburten pro Frau gesprochen, nicht davon, dass ein Viertel der deutschen Männer keine Kinder will. Die Studien von Allensbach und Forsa belegen, Motive für Kinderlosigkeit sind nicht zuerst die finanziellen Leistungen, sondern genannt werden fehlende Partner und der mögliche Arbeitsplatzverlust. Höhere Erwerbsbeteiligung und eine eigenständige soziale Sicherung würden die Entscheidung für Kinder und Familiengründung leichter machen. Ein Blick nach Frankreich, Island und Schweden belegt, je höher der gesellschaftliche Entwicklungsstand und je weiter die Gleichstellung der Geschlechter fortgeschritten ist und bewertet wird, umso höher sind auch die Geburtenziffern. Die Förderung der Chancengleichheit von Frauen, also eine erfolgreiche Frauen- und Gleichstellungspolitik, ist die Voraussetzung für eine nachhaltige und zukunftsweisende Familienpolitik.

Auf Bundesebene wurde sich dieser Tage zum Elterngeld geeinigt. Schon seit über zehn Jahren haben Frauenpolitikerinnen dieses gefordert und auf die schwedischen Erfahrungen verwiesen. Noch im Sommer 2005 hat sich Mecklenburg-Vorpommern auf der jährlichen Frauenministerkonferenz für ein Elterngeld auf Lohnersatzbasis eingesetzt. Denn nur mit dem Anreiz eines einkommensabhängigen

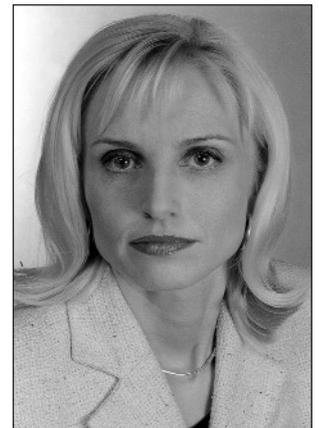
Elterngeldes sind hier Verbesserungen auch gerade für berufstätige Mütter möglich.

Die Bindung des 13. und 14. Monats an die Väter ist sehr zu begrüßen. Es ist ein erster Schritt, der dazu beitragen wird, die Vereinbarung von Beruf und Familie nicht mehr nur als Frauenförderung zu sehen, sondern als Anliegen von Frauen und Männern. Dieses Signal an die Unternehmen ist wichtig. Zukünftig werden auch Väter verstärkt ihre berufliche Tätigkeit für die Kindererziehung unterbrechen.

Die Landesregierung Mecklenburg-Vorpommern unterstützt schon seit 2000 mit dem Projekt „Modulare Qualifizierung in der Elternzeit“ ein landesweites Angebot zur Weiterbildung in der Elternzeit.

Inzwischen kann das Projekt auf die stolze Bilanz von über 4.000 Teilnehmende verweisen. Dass nur wenige Männer unter den Teilnehmenden waren, ist unter dem Gesichtspunkt der Gleichberechtigung bedauerlich.

Die Landesregierung unterstützt alle Bemühungen, um Familien als Wachstums- und Standortfaktoren anzusehen und eine bessere Balance von Arbeit und Familie zu erreichen. Diese Herausforderung wird auch an die Wirtschaft gestellt. Im Rahmen der Lokalen Bündnisse für Familien und der Allianzen für Familien in den Regionen unseres Landes werden auf kommunaler Ebene ein kinder- und familiengerechtes Selbstverständnis entwickelt und so der Ausbau von kinder-, jugend- und familiengerechten Infrastrukturen befördert. Getragen werden diese Bündnisse von den jeweiligen Kommunen, von freien Trägern, Verbänden, Vereinen und Kirchen sowie den öffentlichen Unternehmen.



Dr. Margret Seemann

*Dr. Margret Seemann
Parlamentarische Staatssekretärin
für Frauen und Gleichstellung
der Landesregierung Mecklenburg-Vorpommern*

Ein Interview - zwei Betrachtungen -

Wir betreten das Haus am Packhof 8, das bei uns sofort einen „heimeligen“ Eindruck hinterlässt. Sogleich fühlen wir uns wohl und nehmen im Beratungsraum von Frau Christiane Seyfarth Platz.

Wer verbirgt sich hinter Christiane Seyfarth?

Sie ist 58 Jahre jung, arbeitete vor 1989 als Gemeindepädagogin und Gesprächstherapeutin. Heute ist sie Familientherapeutin, Supervisorin, Leiterin der Integrierten Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle der Evangelischen Jugend und manchmal ist sie Wahlverwandte.



Christiane Seyfarth

Wenn Frauen, Männer und Kinder die Beratungsstelle aufsuchen, sind die Gründe oftmals in Bezug auf das Familienleben einschneidend, belastend und manchmal sogar bedrohlich. In all diesen Symptomen findet Christiane Seyfarth die Ursachen in der Herkunftsfamilie begründet, mit ihren Abhängigkeiten, Grenzen, Verletzungen und ihrer Einmaligkeit. „Im späteren Leben erkennen wir oftmals die Narben und die Grenzen des Glücks“, so Seyfarth.

Die Beratung bietet die Möglichkeit zu trauern, zu bedauern und sich auszuprobieren, um anders handeln zu können als uns das beigebracht wurde. Dabei ist es das Ziel, die Eltern, Erzieher und Lehrer zu stärken; fühlen sie sich doch oft den Kindern ausgeliefert. Neu für uns ist die Aussage, dass Kinder dreimal soviel Kraft haben. Deshalb brauchen Eltern Beistand und Kinder Grenzen! Aber woher rührt dieses ungleich erlebte Verhältnis?

Der derzeitige Werte- und Normenverfall, die Beschleunigung aller Lebensbereiche und möglicherweise der zunehmende Leistungsdruck kann Kinder ängstigen und sie aggressiv machen. Diesem Konflikt nun mit Verboten zu begegnen, erscheint nicht wirklich ratsam; tun sie es doch dann heimlich. Das Motto ist: Grenzen gelten als Orientierung und müssen gesetzt werden. Den dann vom Kind geäußerten Frust sollten Verantwortliche aushalten (lernen). Und dazu laden die Beratungsgespräche bei Christiane Seyfarth gerade zu ein.

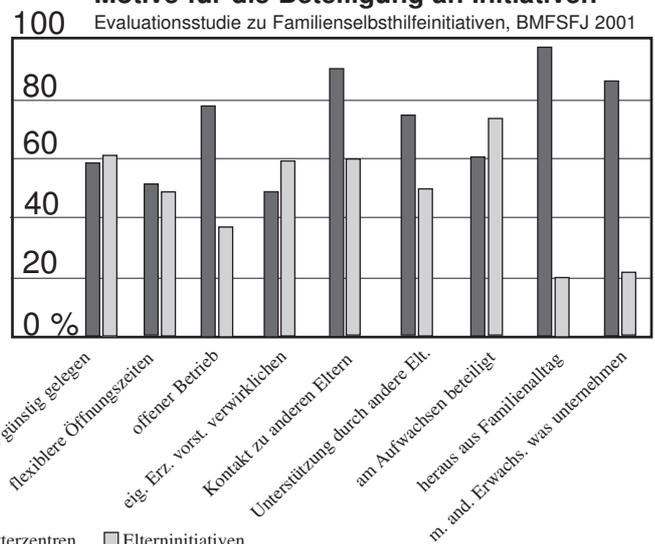
Für das eigene Handeln langfristig Verantwortung zu übernehmen, das ist nicht nur eine Sprechblase, das scheint hier gelebte Realität. In der Beratung wird sortiert, überprüft und verändert. Frau Seyfarth lädt ein, den Umgang mit den (eigenen) Grenzen zu lernen, sie zu akzeptieren und nach anderen Möglichkeiten zu suchen. Bei dieser „Prozedur“ steht nicht die Leistung im Vordergrund oder das Urteil „falsch / richtig“. Den eigenen Weg zu finden, scheint die größte Herausforderung und bedarf eben manchmal professioneller Unterstützung und Begleitung. Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass Zuwendung und Kontakte lebensnotwendig sind. Deshalb erfahren alle die hier her kommen eine große Zuwendung. Eine wirklich gute Alternative sieht Frau Seyfarth in Selbsthilfegruppen, weil genau dieses Motto (Sortieren – Überprüfen – Verändern) dort erprobt und gelebt wird.

Das Interview neigt sich dem Ende und wir stellten fest, dass es eigentlich kein „Traditionelles“ war mit dem bekannten Frage-Antwort-Spiel. Dies war der Situation nicht angemessen und hätte das Anliegen verfälscht. Sehr nachdenklich verlassen wir das „heimelige“ Haus am Packhof 8 und diskutieren noch lange über das Gehörte, aber eben auch über das Gesagte.

Übrigens scheint Frau Seyfarth einen Faibel für Engel zu haben. Deshalb verschenkt sie kleine Spruchkarten mit Engeln darauf; mein Spruch heißt: *Jeder Tag schenkt dir neue Kraft, nutze sie und genieße die Schönheit des Lebens in vollen Zügen.*

Silke Gajek

Motive für die Beteiligung an Initiativen



Gedanken zu einer bemerkenswerten Frau

Das Interview mit Frau Christiane Seyfarth, einer Pastorentochter aus Schwerin, ist heute auf den Tag genau eine Woche her. Wenn Frau Seyfarth spricht, geht von ihr eine so unglaubliche Faszination aus, die zumindest auf mich bis heute immer noch sehr nachhaltig wirkt. Sie strahlt soviel Herzenswärme aus und das nicht nur für die sogenannten "Gestandenen", sondern besonders vom Leben "Benachteiligten" oder "Schwächeren". In diesem Zusammenhang sprachen wir über diverse Suchterkrankungen, die inzwischen einen Namen haben, denn in der Vergangenheit hat man sich aus falscher Scham eher darüber ausgeschwiegen.

Ohne darüber auch nur ein Wort direkt zu reden, scheint uns ein besonderes Interesse für diese Hilfebedürftigen zu verbinden.

Ihre ganze Liebe und Fürsorge scheint den Familien, Kindern und Jugendlichen zu gehören, ihnen zu helfen, so sie es wollen, ihr Leben positiv zu ändern bzw. neu zu gestalten, und so berät sie Tag aus Tag ein viele Menschen.

Kennengelernt habe ich sie bereits vor 10 Jahren, als meine zweite Ehe auseinander ging. Es war nur eine Sitzung, aber ich erinnere mich noch heute an fast jedes ihrer Worte. Bei dieser Beratung damals hat sie mir wirklich nicht gesagt, was ich hören wollte, denn ich war doch schließlich die leidtragende, verlassene Ehefrau. Warum sprach sie so hart und unparteiisch zu mir?!? Verstanden habe ich alles erst Jahre später, nach der Aufarbeitung meiner gescheiterten Beziehung. Obwohl ich von Hause aus sowieso eher sehr zur Selbstkritik neige, stellte ich fest:

Leider habe ich auch wieder einmal Fehler gemacht.

Menschen, wie Frau Seyfarth, sind mir immer wieder begegnet und dafür bin ich meinem Schicksal sehr dankbar. An Zufälle glaube ich nicht. Sie haben sich regelrecht in meinem Kopf eingebrannt. Sie reden nicht viel, aber man vergisst sie nie wieder und das positive an diesen Begegnungen ist, dass sie besonders in Krisenzeiten plötzlich im Gedächtnis auftauchen und abgerufen werden, um sich somit selbst zu helfen. Natürlich sei sie gläubig, antwortet sie auf meine Frage, aber irgendwie hat doch jeder seinen Glauben. Manche, und zu denen zähle ich mich, nennen es eben Schicksal. Und wenn es dann hilft, das eigene Leben optimistischer zu sehen, positiv zu verändern, na dann kann es doch nichts Negatives sein, an irgend etwas zu glauben. Mir jedenfalls hat es geholfen, die Sicht nach vorn,

der Glaube an Gerechtigkeit, alles wird gut, denn wir brauchen die Regentage, um danach die Sonne wieder genießen zu können. So ist es einfach mit den ungeschriebenen Gesetzen, alles hat irgendwie seine Daseinsberechtigung oder sagen wir seinen Sinn.

Ich jedenfalls bin meinem Schicksal so unendlich dankbar, dass es mich immer wieder so reichlich beschenkt! Ganz spontan fallen mir da zuerst die vielen schönen Augenblicke mit meinem Sohn, seiner kleinen Tochter und meiner neuen Liebe ein, um nur einige Beispiele zu nennen.

Mit der Geburt meiner kleinen Enkeltochter ist sogar einer meiner größten Wünsche in Erfüllung gegangen, denn sie ist die Tochter, die ich leider nicht selber bekommen habe. Nun bin ich wieder einmal abgeschweift, wie sooft wenn ich so ins Nachdenken gerate oder eben wieder mal schreibe, dann finde ich kaum ein Ende.

Für mich ist Frau Seyfarth ein ganz besonderer Mensch, deren Arbeit an dieser Stelle mal vorgestellt und gewürdigt werden sollte. Ich wünsche ihr ganz viel Gesundheit und Kraft, verbunden mit viel persönlichem Glück, schönen Erlebnissen zum Auftanken, um diese so wichtige, schwierige, aber bei positivem Ergebnis auch sehr, sehr schöne Aufgabe, die für sie wohl Berufung ist, so glaube ich jedenfalls, noch lange machen zu können. Mit ihrer ehrlichen, unvoreingenommenen, herzlichen, warmen Ausstrahlung wird sie sicher noch vielen Menschen helfen und ihnen Anregungen zur Selbsthilfe geben.

Zum Abschluß unseres Interviews bot sie uns an Schulungen durchzuführen, um ihre Erfahrungen weiter zu geben. Wir sollten dieses Angebot unbedingt annehmen und ich werde gern eine ihrer Schülerinnen sein.

Natürlich habe ich auch aus diesem Gespräch wieder eine neue Lektion mitgenommen und wende sie im Umgang mit meiner kleinen Enkeltochter bereits an. An dieser Stelle muss ich dazu sagen, es mag fast unglaublich klingen, aber es funktioniert.

PS. Meine Engelsbotschaft an diesem Tag lautete: Suche die Stille und lass dich von deinen Tagträumen verzaubern. Nach Stille war mir an diesem Abend.. Ich brauchte ganz viel Zeit um nachzudenken.

Evelyn Mammitzsch

Familie im gesellschaftlichen Wandel

Ich habe schon lange den Wunsch nach Familie, stehe mir dabei aber manchmal selber im Weg. Fragen beschäftigen mich: Werde ich den Ansprüchen gerecht? Was kann ich dem Kind bieten? Habe ich die Voraussetzungen? usw. Die Frage des Glücklichseins bewegt mich und eine Möglichkeit wäre doch die Familie.

Von der Tradition zur Moderne

Geschichtlich gesehen ist die Familie seit Beginn der bewusst wahrgenommenen Gesellschaftsentwicklung die am häufigsten anzutreffende Form des Zusammenlebens. Hier liebt man, streitet sich, hier zeugt man Kinder, manchmal zieht man sie auch gemeinsam auf... Es kann ein Ort des sich Geborgenfühls sein aber eben auch der Konfrontation und Einsamkeit. Ein Problem wird aber deutlich: Durch die Modernisierung aller Lebensbereiche gibt es heute andere, komplexere Anforderungen, Rahmenbedingungen und Erwartungen an Familie. Sie unterliegt derzeit Veränderungen, durch die wir uns fragen, was kann Familie leisten, was will sie leisten und was will ich dafür tun.

Diese Fragen sind umso wichtiger, wenn wir uns nochmals unsere Geschichte vor Augen führen. Bis 1989 galt beispielsweise die Vereinbarkeit von Familie und Beruf für Frauen als verbrieftes Ziel. Damit war die reale Familienpolitik geprägt vom Haushaltstag, bezahlten Mutterjahren, kostenfreien Kindergartenplatz sowie einer Lehrstelle für das Kind – somit im Sinne der Familie gute Voraussetzungen. Es soll in diesem Zusammenhang nicht diskutiert werden, was nun besser war und warum bestimmte Errungenschaften keinen Bestand fanden. Deutlich soll aber werden, dass Familie einen anderen, zentraleren Stellenwert einnahm.

Zurzeit leben in West-Deutschland 83,9% und in Ostdeutschland 63% aller Kinder unter 18 Jahren immer noch in einer Familie mit verheirateten Eltern. Diese Familienform scheint immer noch die erprobteste Keimzelle der Gesellschaft zu sein. Ist ja auch nicht verwunderlich: Nach wie vor orientiert sich die Bevölkerungs- und Familienpolitik an der

kleinbürgerlichen Familie – Ehegattensplitting, Elterngeld, im Osten viele, im Westen wenige Kindergartenplätze. Welch ein Glück, dass heute uneheliche Familien und Alleinerziehende nicht mehr stigmatisiert werden.

Dennoch emanzipieren sich seit einigen Jahrzehnten neue Familienzusammenschlüsse. Viele dieser Formen haben sich mittlerweile ihre Daseinsberechtigung erkämpft und werden akzeptiert. Eines dieser alternativen Beispiele ist eine inzwischen stetig steigende Zahl von alleinerziehenden Eltern-teilen, die aufgrund von Trennung oder Scheidung oder auch bewusst so leben, einige sind auch auf der Suche nach einem neuen Partner. Auch die unehelichen Lebensgemeinschaften mit oder ohne Kinder nehmen zu. Aufgrund der in



Deutschland steigenden Scheidungsrate ist es ebenfalls nicht ungewöhnlich, dass die „erweiterten“, „zusammengesetzten“ oder trendig genannt „Patchwork-Familien“ als neue Familienform an Attraktivität gewinnen.

Der Globalisierung und Selbstbestimmung folgend ist es dann nur folgerichtig, dass immer mehr Menschen in Wohngemeinschaften als sogenannte „Single-Aussteiger“ leben. Auch für Ältere ist diese familienähnliche Wohnform scheinbar interessant, können sie so möglicherweise ihre Lebensqualität verbessern. Es macht doch mehr Spaß in einer Wohnung zu leben und sich mit anderen auszutauschen als alleine zu sein. Bleibt zu hoffen, dass die Akzeptanz des Neuen sich nicht an die wirtschaftliche Gesamtlage koppelt und Förderungen für derartige Projekte entfallen. Manche - oftmals junge Leute und/auch Besserverdiener – entdecken auch das dauerhafte Getrenntwohnen vom Partner für sich, obwohl sie viel freie Zeit zusammenverbringen; sie wohnen nur nicht zusammen.

Der Austritt aus traditionellen Strukturen gestaltet sich aber auch heute noch schwierig für den Einzelnen und scheint sehr bedacht. Denn die Frage bleibt unbeantwortet, ob wir tatsächlich außerhalb

von gesellschaftlichen Normen und Werten unsere Familienformen so einfach verändern können. Besonders benachteiligt sind in diesem Zusammenhang alleinerziehende Frauen und Männer. Im reichen Deutschland leben 30,9% der Ein-Eltern-Haushalte in sogenannter relativer Armut.

Frauen und Männer in Familien

Insbesondere beim Zusammenleben in Familien hat sich die bislang akzeptierte und tradierte Rolle von Frau und Mann den Rahmenbedingungen anpassen müssen. Der Mann ist heute oft nicht mehr der Ernährer der Familie; eventuell müssen beide arbeiten, um den Lebensstandard halten zu können. Durch moderne Rollenverteilung befasst sich der Mann möglicherweise mit der Heimarbeit und zieht die Kinder groß, während die Frau außerhäuslich arbeiten geht.

Auch wenn die Familienformen hinlänglich akzeptiert scheinen, ist die tatsächliche Umsetzung partnerschaftlicher Beziehungen, egal in welchem Korsett, wahrscheinlich die schwierigste aller Aufgaben. Zu nennen ist in diesem Zusammenhang die Umsetzung des Elterngeldes für Väter, existentielle Entlohnung oder auch die Teilzeitarbeit. Zusammenleben und auch das Kindererziehen ist heute kein Privileg der sogenannten traditionellen Familie. An die Stelle der Normierung tritt eine existentielle Qualität, die der Wahl.

Nachhaltige Familienpolitik ist erfolgreich

Aber es gibt aufgrund der Formenvielfalt folgerichtig sehr viele Vorteile, die ein solcher kultureller Aufbruch in sich birgt. Voraussetzung für das tatsächliche Ausleben der bevorzugten Familienform ist immer eine abgesicherte wirtschaftliche Basis.

Nur eine fortschrittliche, an den Bedarfen orientierte Familienpolitik wird der heute möglichen individuellen Lebensplanung gerecht werden können. Die derzeit geschürten Ängste, dass wir Deutschen aussterben, überaltern und zu wenig Kinder geboren werden, wären damit langfristig gesehen aller Wahrscheinlichkeit nicht mehr real.

Für die Vielfalt von Lebenseinstellungen gibt es eine Vielzahl akzeptierter Lebensformen. Fundiert wird diese durch rechtliche Veränderungen bzw. Anpassungen wie beispielsweise bei der gleichgeschlechtlichen Lebensgemeinschaft, die Betreuungsvorsorge, das Erbrecht u. a. Umso fraglicher ist die derzeitige politische Intention, die die Kürzung des Kindergeldes, die Einführung von Studiengebühren und die Verweisung der erwachsenen Kinder bis zum Alter von 25 Jahren in den elterlichen Haushalt vorsieht.

Risiken pluraler Lebensformen

Viele der benannten Familienprägungen existieren oftmals nur solange, wie alle Beteiligten sie wirklich wollen - scheinbar eine Art von „Wahlverwandtschaft“. Erlischt das Interesse aus irgend einem Umstand heraus, hört auch die Familie auf zu existieren. Für und um eine Familie im traditionellen Sinn muss stärker gekämpft werden. Es scheint unter den benannten Rahmenbedingungen heute nicht mehr selbstverständlich, eine traditionelle Familie zu gründen oder in ihr über lange Zeit zu leben. Oft fließt in die Entscheidung der Wunsch nach ausreichender persönlicher Freiheit ohne äußere Zwänge in die Wahl der Lebensform ein.



All dies zeigt, dass sich die Einheit von Ehe und Familie zunehmend gelockert hat. Die Ursachen dafür sind vielfältig und nicht einfach darin begründet, dem Egoismus zu frönen. Im Umkehrschluss sind die Risiken pluraler Lebensformen nicht zu unterschätzen. Einige unserer Mitmenschen haben schon alle genannten Lebensformen hinter sich. Eines steckt dahinter: Sie sind auf der Suche nach Liebe, Anerkennung, Sicherheit und individueller Freiheit oder was auch immer – und dies ist neu. Erst die Alternative, wählen zu können - ungeachtet gesellschaftlicher Werte und Normen - birgt die eigentliche Herausforderung in sich, nämlich die einstudierten und wohl bekannten Wege zu verlassen. Das ist anstrengend, möglicherweise nicht immer richtig, aber für den Einzelnen sein Leben.

Reyck Böder

Ausgewählte Familienformen:

Die traditionelle Familie (Kleinfamilie)

Vater und Mutter - verheiratet - mit ein, zwei oder mehreren Kindern: Die Kernfamilie ist und bleibt die dominierende Lebensform in Deutschland mit einem Anteil von 44 % der Gesamtbevölkerung.

Die eheähnliche Partnerschaft oder Lebensgemeinschaft

Rund zwei Millionen Paare leben in Deutschland ohne Trauschein, haben ein oder mehrere leibliche Kinder. Ihr Zusammenleben unterscheidet sich nicht von dem der traditionellen Familien.

Die Patchwork-Familie

Jede siebte Familie in Deutschland ist heute eine Patchwork-Familie. Patchwork bedeutet Flickwerk und meint in diesem Fall das Zusammenleben von Menschen aus unterschiedlichen Ursprungsfamilien (meine, deine und unsere Kinder).

Die Einelternfamilie

„Allein erziehend“ ist heute eine alltägliche und auch vom Gesetz beachtete Familienform. Sieben Prozent aller Deutschen leben in einer „Zwei-Personen-Familie“, Mutter und Kind (seltener Vater und Kind).

Aktuelle Trends der Familienentwicklung:

- In weniger als einem Drittel der Haushalte leben Paare mit Kindern, mehr als ein Drittel (36,0%) aller Haushalte sind Single-Haushalte ohne Kinder
- Im April 1999 gab es in Deutschland 7,1% weniger Ehepaare mit mindestens einem Kind unter 18 Jahren als 1991 (1991: 7,9 Mio.; 1999: 7,4 Mio.).
- immer häufiger wachsen Kinder bei Alleinerziehenden auf (1991: 1,5 Mio.; 1999: 1,9 Mio.).
- Die Zahl der nichtehelichen Lebensgemeinschaften hat mit 41% in den letzten Jahren stark zugenommen (1991: 1,4 Mio.; 1999: 2,4 Mio.), d.h. jedes zehnte Paar lebt heute ohne Trauschein zusammen.

Quelle: www.familienhandbuch.de

Beratungsstellen für Familie im allgemeinen Sinne:

Amt für Kultur, Sport, Schule, Soziales und Jugend, Sozialpädagogischer Dienst,

Am Packhof 2-6, 19053 Schwerin

Bereich I (Großbereich Schwerin/Altstadt)

Tel.: 0385 - 54 50 0

Bereich II (südliche Stadtangente)

Neu Zippendorf, Mueßer Holz, Krebsförden

Tel.: 0385 - 5 45 22 47

AWO-Soziale Dienste gGmbH,

Allgemeine Familienberatung

Justus-von-Liebig-Straße 29, 19063 Schwerin

E-Mail: awo-kv-sn@t-online.de

Familienbildungsstätte

Brunnenstraße 34, 19053 Schwerin

E-Mail: fbs@awo-sn.de

Tel.: 0385 - 5 95 89 95

Integrierte Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Evangelischen Jugend

Am Packhof 8, 19053 Schwerin

Tel.: 0385 - 5 50 75 00

E-Mail: beratungsstelle@evjucan.de

Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

des Erzbischöflichen Amtes Schwerin

(Erzbistum Hamburg) Goethestraße 75,

19053 Schwerin, Tel.: 0385 - 5 55 17 8

E-Mail: epl-beratung-sn@kk-erbistum-hh.de

Beratungsstellen für Familien mit Kindern sowie Selbsthilfegruppen

- SHG „Elternkreis behinderter Kinder“

- SHG „Siegfried“ für Eltern hyperaktiver Kinder e.V.

- SHG „Down-Syndrom“ Elterntreff

siehe Heft 4 /2004 zum Thema „Kinder“

Familienrelevante Selbsthilfegruppen:

SHG „Angehöriger Demenzkranker“

monatlich 1. Dienstag, 17.00 Uhr

Carl-Friedrich-Flemming Klinik

Wismarsche Str. 393, 19055 Schwerin

Tel.: 0385 - 5 20 33 88

E-Mail: bterner@schwerin.helios-kliniken.de

SHG „Angehörige Psychisch Kranker“

monatlich 2. Donnerstag, 16.30 Uhr
Gesundheitsamt, Anne-Frank-Str. 29,
19061 Schwerin, Tel.: 0385 - 5 45 28 29

SHG „Al-Anon“ (Angehörige und Freunde von Alkoholikern)

wöchentlich Donnerstag, 19.00 Uhr
„Der Anker“ Mensa,
Große Wasserstr. 15, 19055 Schwerin
Tel.: über KISS, 0385 - 3 92 43 33

SHG „Angehörigengruppe Esstörungen“

monatlich letzter Samstag, 10.00 Uhr
KISS, Spieltordamm 9, 19055 Schwerin
Tel.: über KISS, 0385 - 3 92 43 33

SHG „Freundeskreis“

Gruppe I: wöchentlich Mittwoch, 19.00 Uhr
Sucht- und Drogenberatungsstelle,
Ferdinand-Schultz-Str. 12, 19055 Schwerin
Gruppe II: wöchentlich Freitag, 18.00 Uhr
„Soziales Kaufhaus“, Keplerstr. 24,
19063 Schwerin,
Tel.: über KISS, 0385 - 3 92 43 33

Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Kinder

monatlich 1. Montag, 18.30 Uhr
Sucht- und Drogenberatungsstelle,
Ferdinand-Schultz-Str. 12
19055 Schwerin, Tel.: 0385 - 5 50 75 68

SHG „Eltern von sexuell missbrauchten Kindern“

vierzehntägig ungerade Woche
Mittwoch, 15.00 Uhr, Spieltordamm 9,
19055 Schwerin, Tel.: 0385 - 3 92 43 33

SHG „Pfad e.V.“

Verein für Pflege- und Adoptivfamilien
für Schwerin und Umland
nach Bedarf individuell
Tel.: 0171 - 9 43 96 11

Weitere Informationen im neu erschienenen Selbsthilfegruppenjahrbuch der DAG-SHG, das bei der KISS e.V. ausgeliehen werden kann. Zusätzlich finden Sie ergänzende Angebote auf unserer Internetseite unter www.kiss-sn.de.

Die Großfamilie

Hier leben mehrere Generationen unter einem Dach: Großeltern, Eltern und eine ganze Reihe von Kindern, oft auch noch Geschwister mit ihren gesamten Familien findet man unter einer gemeinsamen Adresse.

Das Kinderlose Ehepaar

In Deutschland leben 24 % in Familien ohne Kinder. Die Paare, die freiwillig oder ungewollt kinderlos leben, genießen nicht selten finanziellen Wohlstand, machen Karriere oder verfolgen einen anderen Lebensraum.

Die gleichgeschlechtliche Lebensgemeinschaft

Rund 8.300 Kinder wachsen in Deutschland bei schwulen und lesbischen Paaren auf. Der Nachwuchs stammt meist aus vorangegangenen heterosexuellen Beziehungen. 40 % aller Homopaare wünschen sich ein Kind.

Weiterhin gibt es Pflege- und Adoptivfamilien und Singles!

Quellen: www.verbrauchernews.de/familie/erziehung
www.beratung-caritasnet.de
www.familienhandbuch.de
www.eltern.de/familie_erziehung/familienleben/pachtwork.html
www.familienselbsthilfe.de

Familienstrukturen (DDR) 1989 zum Vergleich:

- 50,1 % der Familien haben 1 Kind
- 41,6 % der Familien 2 Kinder und
- 8,3 % der Familien 3 und mehr Kinder.

1981

- waren 82% der Familien vollständig (Vater, Mutter, Kind(er),
- 18% der Familien waren unvollständig, d.h. ein Elternteil lebte allein mit Kind/ern

1987

- lebten 28,7% der Frauen und 26,5% der Männer ehelos mit Partner/in zusammen (Altersgruppe 18 bis 40 Jahre)

Quelle: Frauenreport 1990 - Die Wirtschaft

Im Traum, in der Liebe und *in der Familie* ist nichts unmöglich...

*Im Original heißt meine Überschrift „Im Traum und in der Liebe ist nichts unmöglich“ von Janos Arani. Ich habe die **Familie** hinzu gefügt. Denn es gibt den Albtraum oder den Traum, wo alles funktioniert und Wunder geschehen. Oder in der Liebe, wo man aus Liebe tötet bzw. mit seiner Liebe jemanden erdrückt.*

Aber eben auch die Liebe, in der Menschen sich vertrauen, zu einander stehen, durch dick und dünn gehen, weil sie sich eben lieben. In der Familie ist es genauso. Man zerstreitet sich, verstößt seine Kinder bzw. verleugnet seine Eltern oder man hält zusammen, hilft sich gegenseitig, bei allen Schwierigkeiten, die es gibt. Über das Letztere möchte ich nun schreiben.

In der letzten Ausgabe habe ich ja schon geschrieben, wie mir die Familie geholfen hat, als ich Angst hatte weiter zu leben, wie ich dann ins Krankenhaus kam usw. So war es für mich auch ein weiter Weg, bis ich mir selber eingestand: Ich bin psychisch krank. Vor allem, wenn man in seinem Umfeld hört, hey, ich habe auch mal Angst oder komm mal nicht hoch und habe keinen Antrieb. Also habe ich mir selber nicht eingestanden, dass ich krank bin. Doch meine Eltern merkten, dass mit mir nicht viel los war und machten sich Sorgen. Sie boten mir an, wenigsten am Wochenende zu ihnen zu kommen, damit ich zu Hause nicht allein rumhänge und noch auf dumme Gedanken komme. Dieses Angebot kam zu einer Zeit, als die 2-Raum-Wohnung meiner Eltern schon proppen voll war. Zu eben dieser Zeit war nämlich meine Schwester mit ihren beiden Kindern dort eingezogen. Sie lebte gerade in Scheidung bzw. wollte sich scheiden lassen. In der Bundesrepublik muss man ja ein Jahr getrennt von Bett und Tisch leben, um sich scheiden zu können.

Mein Ex-Schwager wollte die Scheidung nicht und tat somit auch nichts dafür. Deswegen blieb meiner Schwester nichts anderes übrig, als aus zu ziehen, und das war gar nicht so leicht. Jeder Tag, an dem sie mit ihrem Mann noch zusammen lebte, war für sie die Hölle, und je länger sie zusammen wohnten, um so später beginnt natürlich das Trennungsjahr.

Meine Eltern nahmen also ihre Tochter und ihre zwei Enkelkinder auf. So war die Wohnung meiner Eltern fast ein $\frac{3}{4}$ Jahr mit 5 Personen belegt. Indessen lebte ihr Mann in der 2 2½- Raum-Wohnung. So hieß es früher, heute würde man wohl 4-Raum-Wohnung dazu sagen. Dann durfte endlich meine Schwester wieder zurück in die große Wohnung und ihr Mann musste raus. Bis dahin lebten 3 Erwachsene, 2 Kinder, der Große 7 Jahre alt, die Kleine 5 Jahre alt, Tag für Tag in einer Zwei-Raum-Wohnung zusammen. Meine Mutter hat mal gesagt, hätte sie ihre Arbeit nicht gehabt, dann wäre ihr das zuviel gewesen. Ich glaube, sie hätte es trotzdem geschafft.

Es war für alle nicht einfach und dann kam noch das Angebot an mich, am Wochenende bei ihnen zu sein. Oft kam ich schon am Freitag und ging erst Montag früh. Dann waren wir in der Wohnung 6 Personen, und es war besonders für meine Eltern wirklich nicht leicht, denn sie haben uns voll unterstützt.

Ich kam zum Anfang auch nicht gerne, weil meine Schwester mit ihren Kindern da war. Doch dann änderte sich das und ich war gerne da. Ich habe mich gerne mit den Kindern beschäftigt und somit meine Familie auch etwas unterstützt. Damit konnte ich etwas Hilfe zurückgeben, obwohl mir damit mehr geholfen wurde. Mir taten die Wochenenden richtig gut. Obwohl es mich vielleicht auch etwas daran hinderte, meine psychische Erkrankung zu erkennen. Aber im Nachhinein war es mir das wert.

Wir Geschwister haben dadurch viel gelernt. Wenn die Familie zusammenhält und sich gegenseitig unterstützt, kann man alles schaffen. Und ich bin auch davon überzeugt, dass diese Erfahrungen uns drei Geschwister enger zusammen geschweißt hat. Auch mein Bruder bekam nämlich die volle Unterstützung unserer Eltern. Dies ist ein Weg, mich auch im Namen meiner Geschwister für alles zu bedanken, was meine Eltern für sie und mich getan haben und noch tun werden.

Und wir versprechen ihnen, dass wir Kinder immer zusammenhalten werden.

Norbert Lanfersiek

Welchen Stellenwert hat Familie für Sie?

Haben Sie sich schon einmal gefragt, welchen Stellenwert Familie für Sie hat und wie viel sie Ihnen eigentlich bedeutet? Wir haben uns ein wenig umgehört:

Derzeit gilt Familie, insbesondere unter Einbeziehung der dargestellten demographischen Entwicklung als das Topthema auf Bundesebene. Gerade gestern hat die große Koalition das Elterngeld verabschiedet: Auf den ersten Blick scheint diese Diskussion richtungsweisend, aber ist sie auch ausreichend?

Heutzutage geht man davon aus, dass der materielle Reichtum in Deutschland groß ist; wir gelten immer noch als Spitzenreiterin, haben eine hohe Sparrate und ein hohes Pro-Kopf-Einkommen. Dennoch sprechen wir von der Zeit des Klagens und Jammerns! Aber was den wirklichen Reichtum einer Gesellschaft ausmacht, die Zahl ihrer Kinder, da zählt unser Land zu den ärmsten. Deutschland ist das Land mit der zweitgeringsten Geburtenrate auf der Welt. Hier scheint ein Widerspruch zu existieren und wir gehen der Frage nach, wie in Schwerin die Meinung dazu ist. Es sei in diesem Zusammenhang darauf hingewiesen, dass es sich hierbei lediglich um ein regionales Stimmungsbild handelt.

Bei der Umfrage, die wir im April diesen Jahres im Schweriner Schlossparkcenter bei etlichen Bürgerinnen und Bürgern verschiedenen Alters durchführten, gab es doch sehr unterschiedliche Einstellungen. Es zögerten einige mit ihren Antworten und waren letztendlich nicht bereit, sich zu äußern. Vielleicht steckt hinter diesem Verhalten, die Angst sich zu offenbaren, bestimmten Ansprüchen nicht gerecht zu werden oder auch schlicht die Unlust, auf solche möglicherweise unwichtigen Fragen zu antworten. Schließlich wollen die Menschen im Schlossparkcenter einkaufen... Der erste Eindruck war, dass dieses Thema im Alltag trotz der politischen Brisanz stark tabuisiert wird, obwohl alle auf irgendeine Art und Weise in Familie leben.



Aber es haben 25 Frauen und Männer auf die Fragen antworten wollen und dabei kam Erstaunliches heraus. Der heute vielmals benannte Egoismus, die zunehmende Single-Gesellschaft und Individualisierung, insbesondere bei den jungen Heranwachsenden, traf bei der Befragung nicht zu. Der größte Wunsch, insbesondere junger Erwachsener, wird in einer glücklichen Beziehung mit Kindern gesehen. Wobei hierbei besonders die traditionelle Lebensgemeinschaft „Ehe“ favorisiert wird. Das Verhältnis und der Stellenwert zur Herkunftsfamilie, also dort, wo sie aufwuchsen, sich ausprobierten und geformt wurden, kam selten zur Sprache.

Bei den befragten „älteren“ Frauen und Männern zählt die Familie dagegen noch immer in ihrer generationsübergreifenden Tradition. Sie beinhaltet somit eine lebenslange Verantwortung. Dazu gehört auch die Pflege von kranken und alten Familienangehörigen. Beklagt wurde in diesem Zusammenhang immer wieder, dass die Familien aufgrund der Suche nach Arbeit so weit verstreut leben. Alle seine Lieben unter einem Dach versorgen zu können, scheint im Zeitalter der Globalisierung nicht mehr realisierbar und stimmt traurig. Sehr erfreulich ist aber, dass viele ältere Menschen aus den alten Bundesländern ihren Altersruhesitz in Schwerin und Umgebung gewählt haben. Alle, egal ob in Ost- oder Westdeutschland aufgewachsen, äußerten den Wunsch, solange wie möglich alleine leben zu können, also nicht auf fremde Hilfe angewiesen sein zu müssen.

Eines lässt sich aus der Befragung ableiten: Obwohl viele um ihren Arbeitsplatz kämpfen, die Globalisierung immer weiter voranschreitet und scheinbar auch die soziale Kälte immer häufiger salonfähig wird, scheint der Familienzusammenhalt zu wachsen. Möglicherweise bietet die Familie einen Schutz vor gesellschaftlicher Beschleunigung und Erlebnisstress. Nur, darauf muss man vorbereitet sein und es ist fraglich, ob das Elterngeld für 14 Monate dafür ausreicht. Wann gehen wir eigentlich das nächste Mal ins Schlossparkcenter ...

Marlies Thomas-Steinert und Angret Möller

Der heimliche Patient

Angehörige Demenzkranker im Spannungsfeld von Fürsorge und Selbstverlust

„Die Alzheimer-Krankheit hat voll zugeschlagen. Meine Frau ist nur noch ein Körper, ihr Verstand ist gestorben. Ob ihre Seele noch lebt, weiß ich nicht. Ich kümmere mich jetzt um sie und mache den ganzen Haushalt. Aber werde ich das bis zum bitteren Ende tun können? Gott sei Dank bin ich trotz meiner 78 Jahre ziemlich fit. Ich muss weitermachen. Maria braucht mich mehr als je zuvor...“

„...Mir einzugestehen, dass ich nicht mehr für meinen Partner sorgen konnte, war sehr hart. Ich weiß heute, dass ich zu lange weiter gekämpft habe, weil ich so große Schuldgefühle hatte, die Pflege an andere Menschen weiter zu geben. Jetzt ist sie in einem Pflegeheim ganz in der Nähe; ich fühle mich viel entspannter und besuche sie oft. Weil ich nicht mehr alle Routineaufgaben erledigen muss, kann ich die Zeit genießen, die wir miteinander verbringen.“

Innerhalb der deutschen Altenbevölkerung – ab dem 65. Lebensjahr – leiden schätzungsweise 8% der Menschen jeweils zu etwa gleichen Teilen an einer leichten, mittelschweren oder schweren Demenz, d. h. an einer fortschreitenden und unumkehrbaren Störung des Gedächtnisses, die nach und nach alle Bereiche des Alltagslebens und damit auch langjährige Partnerschafts- und Familienbeziehungen betrifft.

Nur ein Viertel der Erkrankten werden in Pflegeheimen versorgt; der weitaus größte Teil wird im häuslichen Bereich, häufig unter großen Opfern von Zeit, Aufmerksamkeit, Geduld und eigener Lebensplanung durch Familienmitglieder betreut. Drei Viertel der pflegenden Angehörigen sind selbst bereits über 50 Jahre alt, 10% sogar über 75 Jahre; eine Befragung aus dem Jahr 1997 ergab einen Frauenanteil von 83% - in der Hälfte der Fälle pflegen Ehepartner, zu einem guten Drittel Töchter und Schwiegertöchter.

Pflege – auch die Begleitung eines demenzkranken Angehörigen im Pflegeheim – ist ein Prozess, der von stark ambivalenten Gefühlen begleitet wird: Nähe und Verbundenheit, Dankbarkeit und das gute Gefühl, in der Betreuung mit viel Liebe eine wichti-

ge Aufgabe erfüllen zu können, stehen oft unvermittelt neben Gefühlen der Hilflosigkeit, Trauer, auch Wut, wenn der lange vertraute Mensch allmählich immer fremder wird oder Verhaltensweisen zeigt, die mit der eigentlichen Persönlichkeit des Kranken nicht mehr vereinbar sind.

Pflege hat Grenzen: Nächtliche Unruhe, Aggressivität und Notwendigkeit ständiger Beaufsichtigung wegen Umherirrens und Weglaufens stellen schwierige Probleme in der Betreuung eines Demenzkranken dar, die beim Pflegenden zu körperlicher Überlastung, chronischer Übermüdung, psychischem Ausbrennen und sozialer Isolation führen können.

Die Unterstützung durch den demenzkranken Angehörigen im Haushalt entfällt, das Alltagsgeschehen muss weitgehend allein bewältigt werden; die Pflege ist zeitintensiv, eigene Interessen werden zurückgestellt und soziale Kontakte nehmen ab.



Brigitte Terner

Die Pflegesituation wird von jedem Angehörigen subjektiv anders empfunden; die Unterstützung durch weitere Familienangehörige und Sozialstationen, eine intakte Nachbarschaft, zeitliche Entlastung, Urlaubsmöglichkeiten und zunehmende Erfahrung wirken sich nachweislich günstig auf die Pflegesituation aus. Mangel an Wertschätzung, Akzeptanz oder Dankbarkeit im sozialen Umfeld hingegen können pflegende Angehörige zusätzlich sehr stark belasten, denn bei allem, was wir tun, benötigen wir ein bestimmtes Maß an Zustimmung und Austausch mit Anderen zum seelischen Überleben.

Einmal monatlich - am jeweils ersten Dienstag, um 17.00 Uhr, - trifft sich in der Klinik für Alterspsychiatrie seit mehreren Jahren die Gruppe pflegender Angehöriger, um sich über Möglichkeiten konkreter Entlastung im Pflegealltag zu informieren und auszutauschen, aber auch, um den inneren Umstellungsprozess im Verlauf der Pflege, den Umgang mit Schuldgefühlen und Trauer begleitet zu erleben, aber auch zu erfahren: Wie kann ich trotz starker Belastung gut für mich selbst sorgen?

Die Gruppe wird ärztlich, psychologisch und sozialarbeiterisch begleitet, sie steht jedem Interessierten ohne Anmeldung offen, Besucher sind herzlich willkommen und finden für jede Frage oder eigene Anregung ein offenes Ohr.

*Brigitte Terner
Psychologische Psychotherapeutin
Klinik für Alterspsychiatrie
Carl-Friedrich-Flemming-Klinik
in der HELIOS Klinik Schwerin*

Gesundheit ist Thema Nummer eins

Zugehörigkeit von Selbsthilfeorganisationen zu Themenbereichen

Themenbereich:	Mit Familienbezug		Ohne Familienbezug		gesamt	
	Summe	%	Summe	%	Summe	%
Erkrankung/ Behinderung	92	66,2	157	72,8	249	69,7
Pschosoziales	36	25,9	36	16,5	72	20,2
Soziales	11	7,9	25	11,5	36	10,1
gesamt	139		218		357	



Heilkuren, Gesundheitsaufenthalte
u. m. in Deutschland, Tschechien, Polen, Slowakei, Slowenien und Ungarn

Service von Anfang an..

- Bustransfer
- Charterflüge
- Durchführungsgarantie
- Haus-zu-Haus-Service
- Kompetente Beratung
- Kostenlose Arztvorträge
- Reisebetreuung vor Ort
- Treuebonus-System
- Kurkataloge kostenlos

● **Luhacovice Sanatorium Miramare**
2-wö. Heilkur mit VP ab € 588,-

● **Piestany Garnihotel Villa Berlin**
2-wö. Relax-Programm mit HP ab € 403,-

● **Kolberg Kurhotel Pro-Vita**
2-wöchiger Gesundheitsaufenthalt mit HP ab € 462




EuroMed-Büro Schwerin
Goethestr. 61 (Haltestelle Schlosblick), 19053 Schwerin
☎ 03 85 – 5 93 77 90, Mo-Fr 9-18 Uhr

Lesereise



Dieses Buch von Thomasius/Küstner behandelt Grundlagen, Therapiepraxis, Prävention. Es bietet einen umfassenden Überblick über die aktuellen wissenschaftlichen und praktischen Erkenntnisse zu familiären Einflüssen auf die Entwicklung von Süchten sowie die Einbeziehung von Familie in die Prävention von suchtgefährdeten Kindern bzw. Jugendlichen und die Behandlung von suchtkranken Menschen. Das Buch wendet sich an alle Fachleute aus den Bereichen Medizin, Psychologie, Pädagogik, Sozialwissenschaften und Theologie, die mit Suchtkranken und/oder suchtgefährdeten Menschen konfrontiert sind.

Gebunden
XIV, 282 Seiten mit 8 Abbildungen
Seiten
Schöffer-Poeschl-Verlag
ISBN 3-7945-2261-3
Artikel-Nr. 40580

BARMER

Deutschlands größte Krankenkasse

Pflegende Angehörige brauchen bestmögliche Unterstützung

Ein Angebot der BARMER Pflegekasse



BARMER Schwerin
Marienplatz 3
19053 Schwerin
Tel.: 018 500 12-1150
Fax: 018 500 12-1288
e-mail:
ines.nevermann@barmer.de
schwerin@barmer.de
Ihre Ansprechpartnerin:
Ines Nevermann

Sie suchen kompetente Hilfe in der pflegerischen Versorgung?

Haben Sie Fragen zur Bewältigung Ihres Pflegealltages?

Die BARMER bietet kostenlose Pflegekurse und individuelle Schulungen bei Ihnen zu Hause an. In allen unseren Geschäftsstellen finden Sie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die auf Ihre Lebenssituation spezialisiert sind.

Damit Sie auch schwierige Zeiten besser meistern können. Sprechen Sie uns an! Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

... so war das immer

Bei der Erstellung der Zeitung fragte ich mich oft: Wer und was hat mich eigentlich geprägt, dass ich so bin wie ich bin? Aufgewachsen bin ich mit meinen Eltern und einer 2 Jahre jüngeren Schwester in der Schweriner Friedensstraße. Ich wuchs zwar räumlich beengt, aber sehr geliebt und umsorgt auf. Insbesondere die Wende hat auch in unserer Familie einige festgezurrte Strukturen aufgeweicht und vieles in Frage gestellt. Mit meinem Vater hatte ich oftmals Auseinandersetzungen, vielleicht weil wir uns so ähnlich sind; aber wir haben heute ein Verhältnis auf gleicher Augenhöhe. Das ist hart erarbeitet, aber ehrlich und fair.



Neulich wollte ich mit zwei guten Bekannten nebst Kind mit meiner Schweriner Einheitsjolle segeln gehen, lud doch das Wetter förmlich dazu ein: Windstärke 4, eine Regatta auf dem See und Sonne.

So machten wir uns auf; legten noch ein kleines Reff (Verkleinerung des Großsegels) aufgrund der Sicherheit ein. Dieses hielt leider nur ein paar Minuten und wir konnten uns nur mit der Fock (kleines Vorsegel) bei Wind von hinten dem Regattafeld nähern - ich wollte meinen Gästen ja etwas bieten.

Da wir aufgrund der Windrichtung und der nur noch geringen Segelfläche nicht wirklich einen guten Platz fanden, schmiss ich den Motor an. Leider hatte ich vergessen, den Tank nachzufüllen. So war es nicht ungewöhnlich, dass der Motor irgendwann nur noch grummelte und aufgab. Es dauerte dann eine Weile, bis der Fehler entdeckt wurde: Also wurde Benzin nachgegossen und der Motor angeschmissen. Nur, der ging nicht mehr an. Wir hatten ein Problem!

Hohe Wellen, ein nerviges Kind, das immer alles erklärt haben wollte und zwei Männer an Bord, die genauso viel Ahnung hatten wie ich. Na ja, mir kam eine rettende Idee. Das Handy war an Bord und

schnell mein Vater angerufen. Der gab uns gute Tipps, von wegen Anreißleine, Zündkerze, Benzin usw. Es nützte nichts, der Motor sprang nicht an. Also nahmen wir mit der Fock (kleines Vorsegel) wieder Fahrt auf und machten am Paulsdamm fest; dort stand wenigstens keine Welle. In aller Ruhe wollten wir nun die Ratschläge umsetzen, dabei fiel uns auch noch der Kerzenschlüssel ins Wasser. Nun waren wir mit unserem Latein am Ende.

Ich hatte wieder eine geniale Idee: „Vati wohnt ganz in der Nähe und könnte ja vorbeikommen.“ Also wieder angerufen und nachgefragt. Er hatte aber keine Lust, und wir sollten doch noch mal dieses und jenes versuchen. Kennen Sie dieses Gefühl: Es gibt gute Tipps, nur die nützen nichts, weil sie nicht wirken; egal, was man versucht. Quintessenz: Ein drittes Mal angerufen und welcher Vater kann schon nein sagen, wenn das Kind penetrant ruft.

Mein Vater kam im blauen Overall von seiner eigenen Baustelle und fragte, wo denn das Boot liege. Er ging an Bord, strich einmal über den Motor, riss die Leine, ja und er lief – und das sofort. Meine beiden Bekannten guckten mich entgeistert an. Ich konnte nur sagen: Jungs, das kenn ich - so war das immer!

Silke Gajek

Heilpraxis Manfred Siewior

Heilpraktiker seit 1973

Raucherentwöhnung (bekannt aus dem Fernsehen), Sauerstofftherapie, Hypnosebehandlung, Rutengänger, Seminare uvm.

Am Sölken 21
19300 Prislich
Tel.: 038756 -24130

Ahornstr. 10
19075 Pampow
Tel.: 03865 - 838556

SOZIUS Kinder- und Jugendhilfebereich
Telefon: 0385/486 8437



SOZIUS

Pflege- und Betreuungszentrum
Schwerin (Jahrel)

KLEINSTHEIM

- Außenwohngruppen mit großem Außengelände für Klein- und Vorschulkinder, im Haus am Kaspelwerder mit 8 bis 10 Plätzen, für einen flexiblen Zeitraum

SOZIALPÄDAGOGISCHE WOHNGRUPPE

- Förderung des Zusammenlebens in der Gruppe und der sozialen Beziehungen, Erproben und Erlernen elementarer Formen der sozialen Interaktion

BETREUTE WOHNFORMEN

- befristete sozialpädagogische Unterstützung junger Menschen zur Bewältigung des Übergangs aus der Heimgruppe oder dem Elternhaus in die Selbstständigkeit

KURZZEIT- UND BEREITSCHAFTSPFLEGE

- kurzfristigen Unterbringung von Kindern im Alter bis zu sechs Jahren bis zur Klärung ihrer weiteren Lebensperspektive

Mediation statt Eskalation

Seit jeher gibt es Konflikte und unterschiedliche Methoden, damit umzugehen. Eine Möglichkeit ist Mediation, die in Deutschland erst seit kurzem in das breite Blickfeld der Öffentlichkeit getreten ist. Jedoch sind die Methoden der Mediation schon sehr alt und in den unterschiedlichsten Kulturen der Welt verankert. So entsandte beispielsweise Papst Urban VIII. den erfahrenen Diplomaten Fabio Chigi als Friedensmittler (*mediator pacis*) zwischen den katholischen Mächten zum Friedenskongress nach Münster, wo mit dem Westfälischen Frieden im Jahr 1648 der 30-jährige Krieg beendet wurde.

Konflikte sind meist unangenehm für die Beteiligten und auch für diejenigen, die in der Familie oder im Bekanntenkreis konflikt-hafte Auseinandersetzungen miterleben.

Innerhalb der Familien können sie lähmen und den Alltag erschweren, die Lebensfreude schwindet. Häufige Ursache von Konflikten



Ulrike Tabbert

sind Missverständnisse. Viele Konflikte entwickeln sich über einen langen Zeitraum. Zu Beginn gab es vielleicht ein falsches Wort zur falschen Zeit, Verstimmungen folgen, man spricht nicht mehr miteinander und im schlimmsten Fall zerbrechen Familien und die Konflikte werden über die Generationen weitergegeben, so dass am Ende niemand mehr weiß, was eigentlich der Grund für den Streit war.

Durch die frühzeitige Wahrnehmung und konstruktive Bearbeitung von Konflikten können „Blockaden“ überwunden und Energien wieder freigesetzt werden, und jeder Konflikt beinhaltet auch immer die Chance, eine neue Qualität der persönlichen Beziehungen zu erreichen. So muss der Streit in Familien nicht zwangsläufig zum Bruch zwischen Ehepartnern, Eltern und Kindern oder Verwandten führen. Lange und teure Gerichtsverfahren, bei denen es um die Ehescheidung oder die Auseinandersetzung von Erbgemeinschaften geht, werden vermieden.

Mediation ist ein zukunftsorientiertes Konfliktvermittlungsverfahren, in dem die Konfliktpartner eigenverantwortlich ihre individuelle Problemlösung erarbeiten. Der Mediator nimmt dabei eine allparteiliche Haltung ein und strukturiert den Lösungsprozess, er zeigt gegenseitige Missverständnisse auf und regt dazu an, die aufgetretenen Probleme unter neuen, oft auch ungewohnten Blickwinkeln zu betrachten. Dabei werden in einem sicheren Rahmen die hinter den Konflikten liegenden Interessen, Bedürfnisse und Gefühle sichtbar. Die Freiwilligkeit der Konfliktpartner ist die unbedingte Voraussetzung für die Mediation.

Nicht der Mediator, sondern ausschließlich die Parteien entscheiden, worüber sie verhandeln und wie sie ihren Konflikt lösen wollen. Einige Konflikte sind nach nur einer Sitzung geklärt, andere, komplexere Fälle bedürfen mehrerer Sitzungen. Die Mediation endet mit einer Vereinbarung zwischen den Konfliktpartnern.

Bei der Mediation geht es nicht um die Klärung der „Schuldfrage“ und auch nicht um die Aufarbeitung der Vergangenheit. Damit grenzt sich Mediation deutlich von anderen Konfliktbearbeitungsmethoden, wie zum Beispiel einer Therapie, ab.

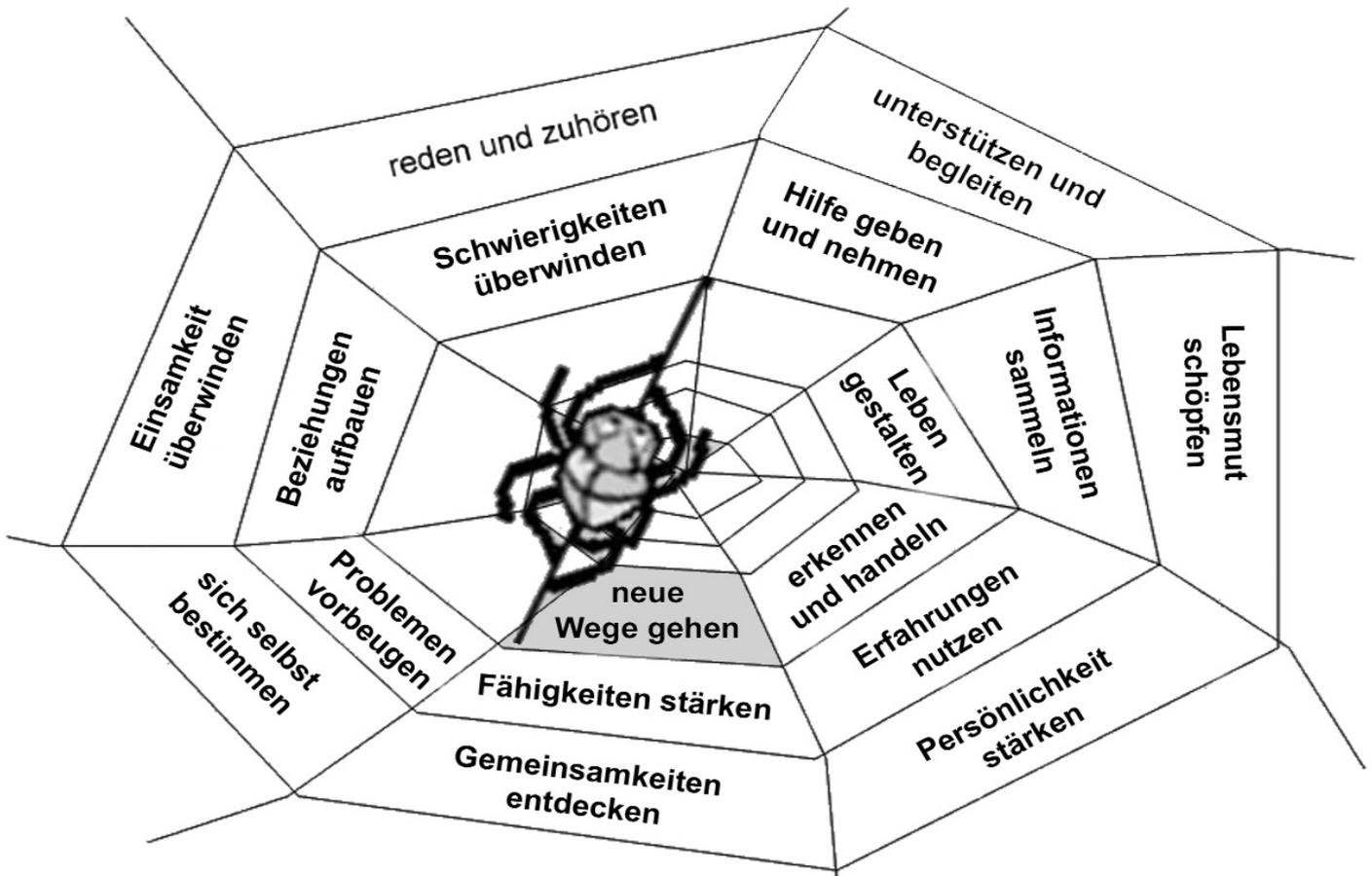
Doch auch in anderen Bereichen als in Familien- oder Paarkonflikten ist Mediation auf dem Vormarsch. So hat sie sich im Geschäftsleben als kosten- und zeitsparendes Verfahren längst durchgesetzt und ist eine Alternative auch bei Nachbarschaftsstreitigkeiten, Schulkonflikten oder in Mobbing-Situationen.

Mediation will zukünftiges Zusammenleben, Arbeiten und Kommunizieren ermöglichen und bietet gerade dort eine Chance, wo Beziehungen betroffen sind, die fortbestehen sollen.

Ulrike Tabbert

Mediatorin

www.mediation-berlin-schwerin.de



Von einem, der auszog, von seiner Tochter zu lernen

Herr M. geht seit Gründung der Gruppe im März 2005 regelmäßig mit seiner Frau in die Angehörigengruppe „Essstörungen“. Die Redaktion hat mit ihm über die Krankheit und das wachsende Verständnis für seine Tochter gesprochen.

Die Magersucht unserer Tochter begann vor ungefähr 8 Jahren. In unserer Familie kam es zu ungeheuren Reibereien. Es waren wirklich Zerreißproben für uns. Es war eine schwere Zeit, und es gab niemanden, der helfen konnte. Wir mussten alle Informationen über die Essstörung selbst zusammensuchen. Es ist schlimm, dass man in dieser Situation keinen kompetenten Ansprechpartner, keine Anlaufstelle in Schwerin finden konnte.

Ich erinnere mich noch gut, dass ich ausgerastet bin, als wir im Urlaub zu Abend essen wollten und meine Tochter den Teller unberührt zurückgab, weil sie ein winziges Stück Fleisch in der Suppe gefunden hatte. Eine Therapeutin hat mich einmal gedemütigt mit dem Vorwurf, dass ich als Vater einen direkten Anteil an der schweren Erkrankung meiner Tochter

hätte. Das war ganz unwürdig. Und ich hatte immer wieder den Eindruck, dass es in der Klinik nicht in erster Linie um die Kinder, sondern um das Geld der Krankenkasse ging.

Ich begann dann, Bücher zu lesen über Magersucht. Das erste, was ich in die Hände bekam, hatte mir meine Tochter selbst gegeben. Ich weiß noch, wie erstaunt ich war, dass ich so viele Übereinstimmungen zwischen dem Geschriebenen und meiner Tochter feststellte. Es war nicht einfach, sich einzugestehen, dass unsere Tochter krank ist. Diese Krankheit kommt in einer Maske daher. Man erkennt sie kaum und ich dachte immer, die soll doch mal wieder richtig essen. Dann wird alles gut. Es tut so ungeheuer weh, wenn man mit ansehen muss, dass das eigene Kind immer weniger wird und kaum noch leben kann.

Wir haben aus Liebe geheiratet und das Wichtigste für uns sind immer unsere Töchter gewesen. Aber in jeder Ehe kommt einmal der Punkt, an dem die Gespräche seltener werden.

Wir haben ein Haus gebaut, viel gearbeitet... Doch

man muss sich bewegen, muss sich auf den Weg machen, sich auseinandersetzen und immer in Kontakt bleiben. Ich glaube, dass wir das bis heute gut geschafft haben. Meine Frau und ich haben wieder eine sehr intensive Bindung. Wir haben gelernt, über alles miteinander zu sprechen. Und seit es die Selbsthilfegruppe gibt, weiß ich, dass die Krankheit bei allen Mädchen ähnlich abläuft, sich wiederholt. Die anderen Eltern sind auch durch diese Tiefen gegangen. Das ist eine wichtige Erfahrung für mich gewesen. Sie beruhigt geradezu etwas.

Ich ging eher sehr gradlinig durchs Leben, da gab es nicht viel Links und Rechts. Aber ich wurde gezwungen, über sehr vieles nachzudenken. Auch, weil meine Frau mir immer mitgeteilt hat, was sie gerade bewegte. Ohne diese Erfahrung miteinander

hätten wir die schweren Jahre vielleicht gar nicht so durchgestanden. Ich habe gelernt, Kompromisse zu schließen. Ich habe nicht immer Recht, das weiß ich nun. Das Leben ist nicht nur schwarz und weiß. Es gibt so viele Farben dazwischen, die alle ihre Berechtigung haben. Und das ist gut so.

Und ich bewundere heute meine Tochter für ihre Kraft, sich mit dieser Krankheit auseinanderzusetzen, ihr Leben wieder in die Hand genommen zu haben und immer wieder zu kämpfen. Diese schwere Störung ist ja immer noch da, vielleicht bleibt sie ihr Leben lang.

Ich habe großen Respekt vor meiner Tochter!

aufgeschrieben von Annet Pohl

stema.com
Projektmanagement, Computer,
Schulung,
Grafik & Design



Steffen Mammitzsch
Wuppertaler Str. 23
19063 Schwerin
Tel.: 0171 8116366
E-Mail: webmaster@mammitzsch.de
Internet: www.mammitzsch.de

**Computerberatung für
Einkauf, Erweiterung,
Reparatur
Computerschulung am
Computer zu Hause**

**Erstellen von Flyer, Plakate,
Visitenkarten**

Erstellen von Internetseiten

Vitanas. Für ein gepflegtes Seniorenleben in Schwerin.

Vitanas
EINE GRUPPE. VIELE STÄRKEN.

Gepflegt am Park: Senioren Centrum Am Schlossgarten

Seit Oktober 2005: Am Schlossgarten und mit guter Anbindung an die städtische Infrastruktur entstanden 88 Einzel- und 15 Doppelzimmer, dazu ein helles, freundliches Ambiente für Unterhaltung und Geselligkeit.

Am Pfaffenteich-Eröffnung
Sommer 2006, Besichtigung
des Musterzimmers nach
Terminabsprache ab Mitte Juni

Mitten im Leben: Senioren Centrum Am Pfaffenteich

Ab Sommer 2006: Das frühere Casino in der Schweriner Altstadt wird in die Architektur eingebunden. Es entstehen 140 Pflegeplätze, schöne großzügige Räumlichkeiten nahe dem Pfaffenteich und der Promenade, Geschäfte und Verkehrsmittel vor der Tür.

- Kurz- und Langzeitpflege
- Spezieller Wohnbereich für an Demenz Erkrankte
- Vorwiegend Einzelzimmer
- Alle Zimmer mit eigenem Duschbad
- Haustiere willkommen
- Private Möbel erwünscht

Wenn Sie sich informieren wollen – gerne bei
Frau Bittner direkt: (0172) 399 50 11



Vitanas Senioren Centrum
Am Schlossgarten
Adam-Scharrer-Weg 12
(Ecke Johannes-Stelling-Straße)
19053 Schwerin-Ostorf
Telefon (0385) 51 19-0

■ Vitanas.

Pflege und Betreuung
mit Qualität und Herz



Mitglieder des Vorstandes der KISS e.V.:

Am 07.06.2006 wurde der neue Vorstand von der Mitgliederversammlung der KISS e.V. für drei weitere Jahre gewählt.

v.l. Dr. Rolando Schadowski (Techniker Krankenkasse) als Beisitzer, Gudrun Pieper (SHG Sklerodermie) als Beisitzerin, Marlies Thomas-Steinert (SHG Fibromyalgie) als Kassenwartin, Grete von Kamptz (Frauenselbsthilfe nach Krebs) als Beisitzerin, Dr. Wolfgang Jähme (niedergelassener Psychotherapeut) als Vorsitzender, Gerlinde Haker (Öffentlichkeitsreferentin) als Beisitzerin sowie Renate Apenburg (Rentnerin) als Stellvertreterin

Wussten Sie schon,

...was ein Beistand ist? Dann möchten wir Ihnen hier einen vorstellen:

Mein Name ist Jens Preuße, bin 41 Jahre alt und habe drei Kinder (4, 10 und 13 Jahre). Ich bin ledig und arbeite als Datenverarbeitungskaufmann. Meine drei Kinder leben leider nicht mehr bei mir, da die Beziehung zur Mutter der beiden älteren Kinder nach 11 Jahren zerbrach. Auch die Beziehung zur Mutter meines jüngsten Kindes hielt nur 6 Jahre. Unstimmigkeiten, bedingt durch den relativ hohen Unterhalt für meinen 10-jährigen Sohn und meine 13-jährige Tochter hatten Zukunftssängste bei ihr geweckt und führten letztlich zur Trennung.



Jens Preuße

Im Jahr 2000 habe ich mich über Einzelheiten des Umgangs- und gemeinsamen Sorgerechtes informieren müssen, da die Mutter der älteren Kinder immer wieder versuchte, mich aus Belangen des gemeinsamen Sorgerechtes heraus zu drücken. Dabei stieß ich im Internet auf den Väteraufbruch für Kinder e.V.

Hier war eine Plattform für Väter und Mütter, die nicht die Alltags Sorge innehatten und als sogenannte 2. Sorgeberechtigte immer weiter aus dem Leben der Kinder herausgehalten werden sollten. Viele von ihnen versuchten, das den Kindern und Eltern seit 1998 (Neues Kindschaftsrecht) zustehende gemeinsame Sorgerecht überhaupt erst zu erhalten. Da dieses Problem – Sorgerecht und Umgang von Elternteilen zu Kindern - auch in Mecklenburg ein Problem ist, entschied ich 2002 über Anzeigen in Tageszeitungen, ebenfalls Betroffene zu finden. Bis zum März 2003 hatten wir dann im Raum Parchim/Schwerin 5 Mitglieder des VAFK und gründeten in der KISS Schwerin die Selbsthilfegruppe. Deren Mitgliederzahl stieg im Laufe der Jahre 2003/2004 auf 25 an.

Leider mussten wir durch Unstimmigkeiten und Fehldeutungen der Ziele unserer Arbeit durch einzelne Mitglieder dann ab 2004 und letztendlich 2005 einen Mitgliederschwund feststellen, der die SHG fast zur Auflösung trieb. Aber der Kern der Gruppe, der wirklich nur das Wohl der Kinder inklusive den

Erhalt beider Elternteile nach Trennung und Scheidung vor Augen hatte, hat die SHG über diese schwierige Zeit geholfen. Seit 2006 wurden die Treffen der SHG wieder in die Räume der KISS verlegt. Leider mit mäßigem Erfolg.

Durch mein Wirken als Beistand (natürliche Person, die eine Elternpartei in einem Prozess unterstützt, wirkt nicht an Stelle sondern mit ihr) sind mir Probleme der Eltern und Kinder sehr gut bekannt. Für die Kinder bedeutet Trennung den Verlust des täglichen Umgangs mit einem Elternteil. Für die Eltern heißt es, die Paarebene zugunsten der Elternebene zu verlassen. Das bedeutet, dass immer nur ein Elternteil für die alltäglichen kleinen Sorgen der Kinder da sein kann. Damit wird der zweite Elternteil zum „Besucher“. Besonders traurig dabei ist, dass es durch Elternstreitigkeiten in vielen Fällen zum Kontaktabbruch führen kann. Wünschenswert wäre, wenn Eltern nach Trennung oder Scheidung einen gemeinsamen Weg finden würden, „erwachsen“ miteinander umzugehen und zusammen für das Wohl der Kinder zu sorgen.

Nicht umsonst wird seitens der Bundesregierung darüber nachgedacht, im Unterhaltsrecht Kindern den Vorrang zu geben. Der ehemalige Partner steht nicht mehr im Vordergrund. Damit wird der Versorgten-Mentalität entgegen gewirkt. Selbstredend wurde bis zum Jahr 2001 zu wenig Kindesunterhalt (von Unterhaltspflichtigen) gezahlt. Dennoch kann nicht außer Acht gelassen werden, dass mit der neuen dynamischen Unterhaltsregelung für minderjährige Kinder auch eine neue Armut geschaffen wird.

Ein Blick auf das europäische Umland zeigt, dass das Unterhalts- und Umgangsrecht auch kindgerechter gestaltet werden kann. Aus diesem Grund sowie wegen der Förder- und Schutzbedürftigkeit der Familie bin ich seit März 2006 Mitglied der Familienpartei und arbeite aktiv im Landesvorstand M-V. Wir sollten nur die Kinder und deren Wohlergehen im Auge haben und sie nicht für das eigene Versagen leiden lassen.

Ich wünsche mir mehr betroffene Mütter und Väter mit Courage, die offen und ehrlich für die Rechte ihrer Kinder auf Vater und Mutter eintreten.



Schweriner Lokales Bündnis für Familie

Um auf lokaler Ebene konkrete Verbesserungen für Familien anzustoßen, hat das Bundesfamilienministerium Anfang 2004 die Initiative „Lokale Bündnisse für Familie“ gestartet.

In der Bundesrepublik haben sich bereits 250 solcher Lokalen Bündnisse gegründet. In Mecklenburg-Vorpommern gibt es mittlerweile 10 dieser Bündnisse für Familie und die Stadt Schwerin hat nun auch eines.



Deshalb haben sich auch potentielle Kooperationspartner aus Verbänden, Wirtschaft und Verwaltung im Rahmen einer Auftaktveranstaltung am 26.04.2006 im Rathaus getroffen. Sie wollen durch gemeinsame Projekte vor Ort die Rahmenbedingungen für Familien verbessern. Das Interesse war sehr groß und die Sitzplätze knapp.

Den Stellenwert dieser Veranstaltung kennzeichnete der Beitrag des Beigeordneten für Kultur, Sport, Schule, Soziales und Jugend, Herrn Junghans „Zu den Auswirkungen des demografischen Wandels in Schwerin“. Er umriss unter anderem die Ursachen für die hinlänglich bekannte Problematik der regionalen demografischen Entwicklung.

Weiterhin stellte er die Diskussion um die Kinderbetreuungs(kosten)situation dar. Damit langfristig kostenfreie Betreuungsplätze angeboten werden können, müssten Bund, Land und Kommune gemeinsam agieren. „Das Ziel einer veränderten Familienförderung muss also verstärkt darauf abzielen, Erwerbstätigen und potentiell erwerbstätigen möglichen Eltern die Entscheidung für Kinder zu erleichtern.“

Eine ähnliche Feststellung traf auch Frau Prof. Mönch-Kalina von der Hochschule Wismar, die zur

„Vereinbarkeit von Familie und Beschäftigung“ referierte. Sie stellte das Ergebnis einer Studie vor, in der die positive Wirkung der Gesetze sowie zu verändernden Rahmenbedingungen aufgezeigt werden. Bei der Betrachtung der Lebenslagen von Familien in M-V wurde die Situation der Kinder, insbesondere die Kinderbetreuung untersucht. Weitere Untersuchungen wurden über die Zusammenhänge zwischen Beschäftigung und Familiensituation in unserem Bundesland angestellt. Auch die Wünsche und Bedürfnisse der Eltern und Kinder wurden analysiert. Sie regte an, dass Unternehmen deutlicher signalisieren müssen, dass Kinder kein Arbeitshemmnis sind und den Unternehmen hierfür öffentliche/staatliche Unterstützung anzubieten ist. Des weiteren schlägt sie vor, den Arbeitskräftebedarf und das Arbeitsplatzangebot zu analysieren sowie familienfreundliche Arbeitsplätze zu gestalten. Wichtig sei es darüber hinaus Unterstützungskonzepte zu entwickeln, Modelle einzuführen und zu evaluieren sowie die Beteiligung von Familien zu organisieren.

Die Amtsleiterin des Amtes für Jugend, Schule, Sport und Freizeit, Frau Seifert informierte darüber, dass die Stadt mit dem Caritas-Kreisverband einen Partner für das Bündnis gefunden hat. Künftig gibt es eine Netzwerkmanagerin, Frau Mohnke. Diese ist Ansprechpartnerin in allen Fragen des Bündnisses und zu erreichen unter Tel.: 0385 - 5 45 22 05 oder per E-Mail: MKMohnke@schwerin.de.

In der anschließenden Ideenwerkstatt wurde lebhaft diskutiert. Frau Angela Preuß von der Schweriner IHK betonte, dass gerade in schwierigen Zeiten auch die wirtschaftliche Zukunft der Städte und Landkreise immer stärker davon abhängen, ob die Regionen jungen Familien ein lebenswertes Umfeld und berufliche Perspektiven anbieten können. Doch zunächst kamen die Anwesenden dahingehend überein, dass eine Erfassung aller familienrelevanter Möglichkeiten in der Stadt vorausgehen sollte, bevor man sich in Arbeitsgruppen mit gesonderten Themenfeldern beschäftigt. Ein erster konkreter Schritt wurde vereinbart - eine Plakat-Kampagne unter dem Motto „**Kinder sind willkommen**“ zu starten. Das muss uns doch zu denken geben oder?

Bärbel Mursch

Brust-Vorsorge-Veranstaltungen:

Wir bitten Sie, in Ihren Gruppen für diese Veranstaltungen zu werben.

Es besteht des weiteren die Möglichkeit, dass Selbsthilfegruppen eigene Veranstaltungen durchführen.

Die nächsten Termine:

**12. Juni, 10. Juli, 14. August,
17.30 Uhr**

in der Selbsthilfekontaktstelle
Spieltordamm 9

**27. Juni, 25. Juli, 29. August,
16.00 Uhr**

im Klinikum (Haus 7, Eingang Frauenklinik Etage I,
gegenüber dem Kreißsaal)

Interessierte Frauen melden sich bitte an
Tel. 0385 / 39 24 33 3
E-mail: info@kiss-sn.de

Neue Angebote:

monatlich stattfindende Treffen

KüchenKabinett (Freitag, ab 19.00 Uhr)
Termine und Themen sind der Tagespresse
zu entnehmen.

wöchentlich Montag, 16.00 Uhr,
Kreatives Gestalten

- nur mit Anmeldung sowie Unkostenbeitrag -

wöchentlich Montag, 18.00 Uhr
Bauchtanz

- nur mit Anmeldung sowie Unkostenbeitrag -

September 2006:

wöchentliche Angebote

„Aquarellmalerei“,

„Progressive Muskelentspannung mit Aktivteil“
- nur mit Voranmeldung sowie Unkostenbeitrag -
sowie

Meditation und Ernährungsberatung

monatliche Angebote:

Beratungsangebot des Sprechheilpädagogischen
Förderzentrum Schwerin
alle zwei Monate Dienstag, 15.00 Uhr

Beratungsangebot der SHG Migräne
monatlich 1. Mittwoch, 15.00-16.00 Uhr

Alle Veranstaltungen finden im Spieltordamm 9 statt.

Gruppengründungen:

22.08.2006, 10.00 Uhr

Aktivgruppe „Fahrradfahren“
Treffpunkt: Schlossbrücke

26.09.2006, 16.30 Uhr

Gründung SHG „Pflegerische Angehörige“,
Spieltordamm 9

Gegründete Gruppen:

monatlich, letzter Montag, 17.00 Uhr

SHG „Angehörige von Messies“, Spieltordamm 9

monatlich, 1. Montag, 15.00 Uhr

SHG „Epilepsie“, Spieltordamm 9

monatlich 1. Donnerstag, 18.00 Uhr

GAYlebt, Spieltordamm 9
16.00-18.00 Uhr tel. und pers. Beratung

Termin nach Bedarf

SHG „Frauen, die als Kind sexuell missbraucht
wurden“, Kontakt über KISS

Änderungen:

wöchentlich Montag, 14.30 Uhr

SHG „Auftanken“ für Menschen mit psychischen
Problemen im Spieltordamm 9

SHG „Polytoxe“ hat sich umbenannt
in SHG „Klarsicht“

Suchen nach neuen Mitgliedern:

SHG „Eltern von sexuell missbrauchten Kindern“
SHG „Väteraufbruch“, SHG „Selbstfindung“,
SHG „Trockendock“, SHG „Adipositas“

Geschlossene Selbsthilfegruppen:

SHG „Angehörige von chronisch Kranken“
SHG „Häusliche Gewalt“
SHG „Inkontinenz/Impotenz“
SHG „REIKI“

Sommerpause:

SHG „Depressionen“, SHG „Bandscheiben“,
SHG „Siegfried“e.V., SHG „Fibromyalgie“,
SHG „Tinnitus“, SHG „Trockendock“,
SHG „Rheumaliga“, SHG „Adipositas“

Veranstaltungen:

27.06.2006, 15.30 Uhr

Vortrag „Patientenverfügung / Vorsorgevollmacht“
ReferentInnen: Dominik Zwanzig, Katrin Pucalka,
Caritas Schwerin

28.06.2006, 14.00 - 18.00 Uhr

Tag der Offenen Tür der SHG „Fibromyalgie“

02.08.2006, 17.00 Uhr

Vortrag „YNSA-Akkupunktur“
Referent: Herr. Dr. Marek

26.08.2006, 10.00 - 14.00 Uhr

Tag der Offenen Tür in der KISS

04.09.2006, 17.00 Uhr

Vortrag: Diabetes und Schlaganfall
Referent: Herr Dr. Volkart Güntsch

11.09.2006, 10.00 - 16.00 Uhr

Workshop für Selbsthilfegruppen
„Selbsthilfe und Familie“
Leitung: Holger Lindig, ISA-Institut

12.09.2006, 10.00 - 16.00 Uhr

Zukunftswerkstatt „Professionalität in Selbsthilfe -
Planung Projekte 2006“
Leitung: Holger Lindig, ISA-Institut

Alle Veranstaltungen finden im Spieltordamm 9 statt.

Präventionskurse:

Walking

15.06.-24.08.06 und 31.08.-02.11.06
10 x Donnerstag, 17.30 bis 18.30 Uhr

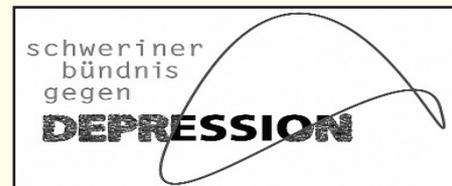
Sanftes Jogging

07.06.-16.08.06 und 23.08.-25.10.06
für NeueinsteigerInnen
10 x Mittwoch, 18.30 - 19.30 Uhr

Sanftes Jogging

15.06.-24.08.06 und 31.08.-02.11.06
für WiedereinsteigerInnen
10 x Donnerstag, 18.30 - 19.30 Uhr

Treffpunkt: Schleifmühle
Anmeldungen unter 0173- 94 09 415 oder
0385 - 39 24 333



06.09.2006, 10.30 - 14.00 Uhr

Volkshochschule, Puschkinstraße
Workshop „Ängste“
Veranstaltung innerhalb der Woche der
Gemeindepsychiatrie
in Kooperation mit KISS Schwerin

12. 09.2006, 17.00 Uhr

Rittersaal, Ritterstraße 3
„Partnerschaftsprobleme und Depression“
Vortrag von Uwe Ahrendt,
Oberarzt der Klinik für Psychiatrie und
Psychotherapie der
Carl-Friedrich-Flemming-Klinik,
HELIOS Kliniken Schwerin

15-jähriges Jubiläum der KISS



12.09.2006 18.00 Uhr, Spieltordamm 9

Buchlesung

24.08.2006, 19,30 Uhr

mit Roland Rosinus

Vorstellung der Bücher:

„Aus der Dunkelheit
ans Licht“
&
„Angst ist mehr als
ein Gefühl“



Veranstaltungsort: **Haus der Kultur
Arsenalstraße 8, 19055 Schwerin**
Eintritt frei



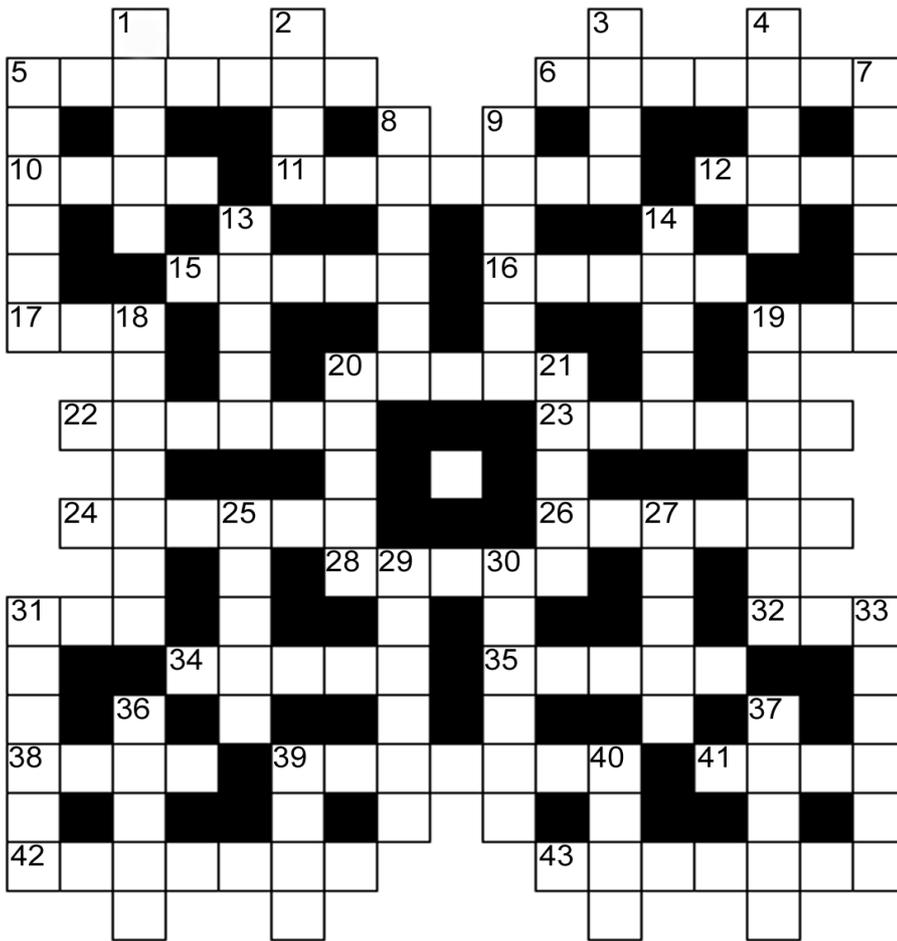
6. Schweriner Gesundheitsmarkt

26.08.2006

10.00 - 17.00 Uhr

in der
Schweriner Innenstadt

Rätsel



Waagrecht: 5) woher der Wind weht, 6) Kugelspiel, 10) Kopfteil der Tiere, 11) Grundstoff (Ch), 12) Knie (engl.), 15) Köder in der Jägersprache (auch Schimpfwort), 16) Talform, 17) windgeschützte Seite, 19) Autozubehör, 20) älteste lat. Bibelübersetzung, 22) Kultbilder der Ostkirchen, 23) starke seel. Erschütterung, 24) Poln. Stadt, 26) Nordteil Rügens, 28) Sentimentale TV-Filme, 31) Ansturm, 32) Physiker (18./19. Jh.), 34) Wüstentier, 35) Ort in Graubünden, 38) Mädchenname, 39) altes Brillenmodell, 41) Gebäude, 42) Hilfe in großer Not, 43) Vogel

Senkrecht: 1) Arbeit, 2) Lurchenart, 3) exot. Gewürz, 4) Milchprodukt, 5) Brötchen, 7) frech, 8) Geheimnis weitergeben, 9) Schnur für Schuhe, 13) Nachschlagewerk, 14) griech. Buchstabe, 18) jemanden aussuchen (veralt.), 19) Befehl, 20) etwas verstanden haben (umgangssprachl.) 21) Gebirge Nordafrikas, 25) heiliges Buch des Islam, 27) kugelförmige Teigform, 29) Begriff aus der Computersprache, 30) Fußboden auf Schiffen, 31) Kinderfahrzeug, 33) Besteckteil, 36) flink, 37) Gartenhaus, 39) Geschlecht, 40) Farbe.

Die Buchstaben **1, 26, 13, 18, 3, 18, 20, 23** ergeben einen Begriff zur Jahreszeit!

Lösungswort: Badzeit

Angret Möller

Familie

Mit Sorgen und mit Fröhlichkeit,
nimmt sie dich in Empfang.
Zur jeder Zeit und überall,
aus tiefstem innern Drang.

Zum Anlass trifft man sich in Runde,
gar fröhlich unbeschwert,
und kennst du jemand, den das stört,
dann ist er es nicht wert.



Verbringt viel Zeit gemeinsam,
tagein und auch tagaus
Fühlst dich dadurch nie einsam,
weil's lieblich's Chaos haust.

Bist stolz auf Tante, Oma,
gar Vater oder Sohn,
denn Blut ist dicker als Wasser,
das wusst' auch Goethe schon.

Was ich damit sagen will,
ist kurz und auch ganz rund,
ob groß, ob klein, ob frech, ob still,
Familie ist des Lebens Grund.

Susanne Ulrich



Psychologisch Therapeutische Beratung

Zur Bewältigung von Stress, Depressionen,
Zukunftsängsten und anderen
psychologischen Problemen
bieten wir systemische Therapien,
Familientherapie, Hypnosetherapie,
Familienaufstellung sowie unterschiedliche
Selbsterfahrungsseminare

Weitere Infos und Terminabsprache
Telefon: 0385 - 59 07 62 0
Internet: www.isa-mv.de
Arsenalstraße 2,
19053 Schwerin

Warum scheut sich der Mensch, die Wahrheit auszusprechen...

Warum scheut sich der Mensch, die Wahrheit auszusprechen und zu tun, nicht aber die Unwahrheit.

Mahatma Gandhi

Die Wahrheit, was Familie wirklich heißt, hat mich total überrascht. Familie, der lateinische Begriff *familia* von *Famulus*, *Hausklave* meint nicht die heutige Vorzeige-Familie mit Ehepaar und Kindern, sondern den Besitz eines Mannes, des *Pater familias*. Das heißt „seinen gesamten Hausstand; also Ehefrau, Kinder, Diener, Magd, Gesinde, Freigelassene und Sklaven sowie das Vieh. Im 16. Jahrhundert begann sich der nun heutige Begriff der Vorzeige-Familie herauszubilden und endgültig im 18. Jahrhundert durchzusetzen. Dazu zählen seitdem Geschwister, Enkel, Urenkel und natürlich dann ja Oma und Opa so wie Urgroßeltern. Nun, Ende des 20. Jahrhunderts, Anfang des 21. Jahrhunderts hat sich der Begriff Familie ja noch weiter entwickelt, hier nur als Beispiel die gleichgeschlechtliche Ehe.



Norbert Lanfersiek

Die Wahrheit, was Familie im Ursprung heißt, hat mich total umgehauen. Ich hatte ja in meinem Erfahrungsbericht darüber geschrieben, dass sich meine Schwester hat scheiden lassen. Sie hat sich deswegen scheiden lassen, weshalb es heutzutage Frauenhäuser gibt. Irgendwie habe ich nun den Verdacht, dass es bei manchen Männern eine Gehirnwinding gibt, wo sich die alte Definition von Familie erhalten hat. Wo Frauen und Kinder als Besitz behandelt werden.

Natürlich wäre es schön, wenn man in einer Familie gleichberechtigt zusammenlebt. Egal was für eine Familie es heutzutage ist.

Gerade bei Kindern ist es sehr schwierig, zwischen einem Klaps oder dem Misshandeln eines Kindes zu unterscheiden. Man sagt ja auch, ein Schlag auf den Hinterkopf erhöht das Denkvermögen. Doch es entschuldigt nicht die Misshandlungen an Frauen und Kindern, oder anders gesagt - an seiner Familie. Familien, egal in welcher Form, sollten zusammenhalten und sich gegenseitig unterstützen. Dabei fällt

mir gerade ein Spruch ein, den ein chinesischer General gesagt haben soll: „Will ich die Welt verändern, muss ich mein Land verändern. Will ich mein Land verändern, muss ich meine Region verändern. Will ich meine Region verändern, muss ich meine Stadt verändern. Will ich meine Stadt verändern, muss ich meine Familie ändern. Will ich meine Familie ändern, muss ich mich selber ändern.“

Also, wenn man in den Familien human und tolerant zusammen lebt, so wird es dann auch in der Gesellschaft sein. Jeder regelmäßige Leser meiner Glosse wird gemerkt haben, dass, egal welches Thema wir gerade haben, ich fast immer einen Weg zum Aufruf gefunden habe, uns nur menschlich, also human, zu verhalten und es uns allen dadurch besser gehen würde. Ob nun in der Familie, im Glauben oder im Nichtglauben, dann im Humanismus.

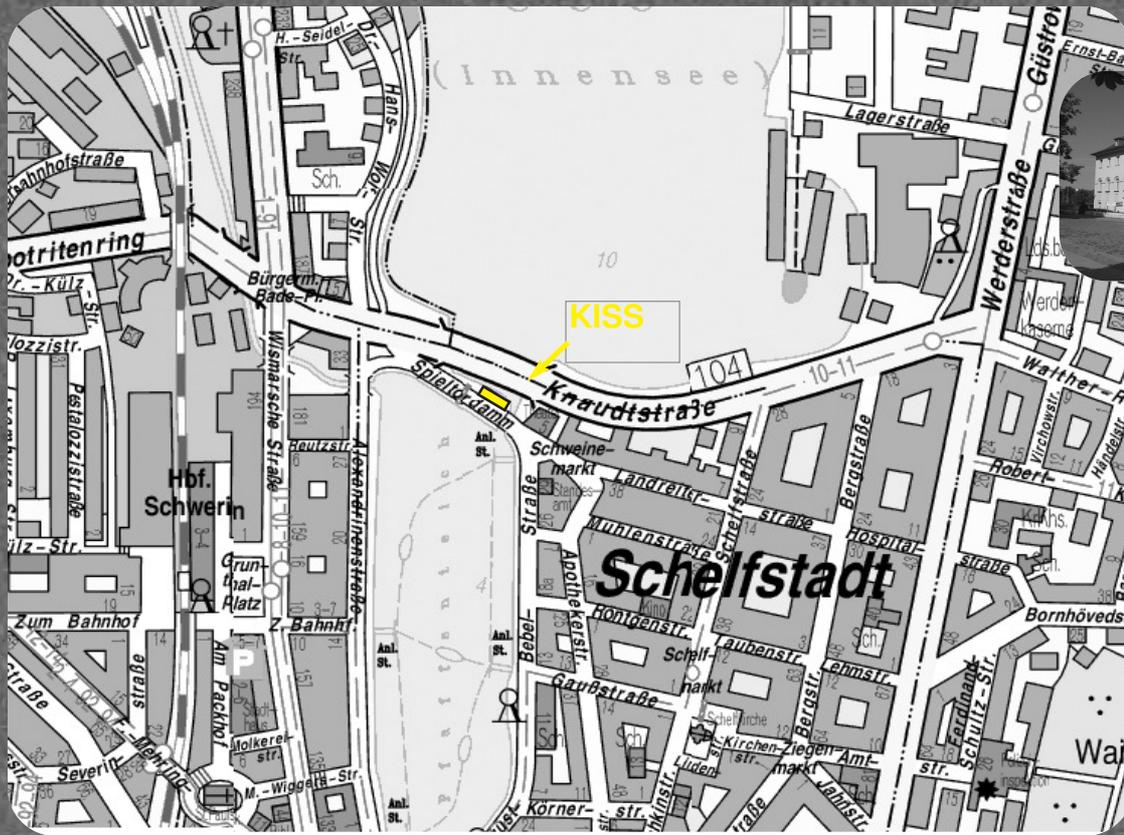


Im Sport, wie jetzt in der kommenden Fußballweltmeisterschaft, werden Menschen von allen 32 Nationen zusammen ihre Mannschaften anfeuern, und es ist ein Zusammenheitsgefühl da, wie sonst selten, oder es in einer Familie sein soll. Also, warum nicht diese positive Energie nutzen für eine gerechte und tolerante Nation?

Geschrieben von einem Träumer, der an das Gute in der Menschheit sowie Familie glaubt.

Norbert Lanfersiek

Hier finden Sie uns!



Impressum:

Journal der Schweriner Selbsthilfe

Herausgeber: Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin e.V.

Auflage: 1.500 Stück

Erscheinungsweise: vierteljährlich (März, Juni, September, Dezember)

Verteilung: Selbsthilfegruppen /-initiativen, Soziale Einrichtungen, Bürgercenter, Stadtteilbüros, Stadtbibliothek, regionale Krankenkassen, Sponsoren und Förderer

Leitung und V.i.S.d.P.: Silke Gajek, Bärbel Mursch

Satz und Layout: stemacom, Steffen Mammitzsch, webmaster@mammitzsch.de, www.mammitzsch.de

Ehrenamtliches Redaktionsteam: Reygk Böder, Norbert Lanfersiek, Evelyn Mammitzsch, Angret Möller, Bärbel Pautsch, Annet Pohl, Michaela Ludmann, Marlies Thomas-Steinert, Susanne Ulrich,

Druck: c/w Obotritendruck Schwerin

Anschrift: Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin e.V.,

Spielortdamm 9, 19055 Schwerin, Tel.: 0385 - 3 92 43 33, Fax: 0385 - 3 92 20 52, e-mail: redaktion@kiss-sn.de

Vorstand: Vorsitzender: Dr. med. Wolfgang Jähme; Stellvertreterin: Renate Apenburg,

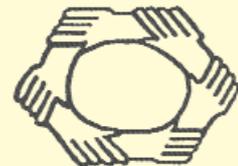
Beisitzer/innen: Dr. Rolando Schadowski, Gerlinde Haker, Marlies Thomas-Steinert, Grete von Krampitz, Gudrun Pieper.

Leserbriefe und Veröffentlichungen anderer Autoren müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte, Bilder und Zeichnungen wird keine Haftung übernommen.

Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzung vor.

Redaktionschluss für die nächste Ausgabe: 15. August 2006

Schwerpunktthema: 15 Jahre KISS



In folgenden Arztpraxen liegt das Journal "Hilf Dir selbst!" aus:

Dr. Sabine Bank, Dr. Kristin Binna, Dipl.-Med. Thomas Bleuler, Dipl. Med. Birger Böse, Gerhard Conradi, Dr. Angelika Fischer, Dipl. Gisela Francke, Dipl. Med. Volkart Güntsch, Dr. Haase & Dr. Rollin, Dipl.-Med. Cornelia Jahnke, Dr. Wolfgang Jähme, Dr. Kaisa Kurth-Vick, Dipl. Med. Rainer Kubbutat, Dipl. Med. Siegfried Mildner, Dr. Petra Müller, Dr. med. Heike Richter, FAin Evelyn Schröder, Dipl. Med. Margrit Spiewok, Dr. Ute Rentz, Dr. Undine Stoldt, Dr. Detlef Scholz, Dr. Sven-Ole Tiedt, Holger Thun, Dr. Annette-Rosel Valdex und Dr. Barbara Boeckmann