



Parallelveranstaltungen Tagung «Familiengründung als vulnerable Phase», Donnerstag, 22. August 2019

Es werden insgesamt 22 Veranstaltungen parallel angeboten. Davon können max. zwei besucht werden.

Referent/in	Titel und Inhalt
Dr. med. Kurt Albermann Institut Kinderseele Schweiz	Wie kindliche Entwicklung gelingt, wenn ein Elternteil psychisch erkrankt ist Jede 7. Mutter erkrankt in der Zeit der Familiengründung an einer behandlungsbedürftigen psychischen Störung. Auch Väter sind in dieser Lebensphase belasteter und erkranken eher als sonst. Eine psychische Erkrankung eines Elternteils betrifft das ganze Familiensystem. Und sie kann sich entwicklungshemmend auf die Kinder auswirken. Zwei Drittel der betroffenen Kinder fühlen sich durch das Erlebte belastet, können nicht ihr volles Potenzial ausschöpfen. Ein Drittel entwickelt sogar selber behandlungsbedürftige emotionale oder Verhaltensauffälligkeiten. Die Transmissionsraten sind also hoch. Trotz dieser ernüchternden Fakten kann kindliche Entwicklung auch unter den erschwerten Bedingungen einer psychischen Erkrankung eines Elternteils gelingen. Gemeinsam mit den Teilnehmenden am Workshop soll exploriert werden, welche Voraussetzungen es dazu braucht und welche Stolpersteine es in der Praxis häufig zu umgehen gilt, um mit den Familien möglichst günstige Bedingungen zu schaffen.
Christiane Zutter Verein EX-IN Bern	Eltern sein mit psychischer Erkrankung — von der Geburt bis ins Erwachsenenalter Erfahrungsbericht einer an bipolaren Störung erkrankten Mutter zweier Kinder (11 und 18 Jahre alt). Im Fokus steht das persönliche (Krankheits-)Erleben von der Geburt des Kindes an. Wie konnte die Mutter ihre Rolle mit der zusätzlichen psychischen Belastung entwickeln und wahrnehmen? Besonders beleuchtet werden die Kontakte zu den Institutionen beginnend im Spital mit der Hebamme, über Mütter- und Väterberatung, Kinderärzte, PsychologInnen, Erziehungsberatung, Sozialdienst, Kliniken sowie Kita bis Schule. Was war hilfreich? Was hat nicht geholfen? Auch die Kinder der betroffenen Person kommen in Form eines Interviews (Video oder schriftlich, vorgetragen durch die Mutter) zu Wort.

Sayed Fakhri

Was beschäftigt Männer bei Männer-Tischen? (d/f)

Projektleiter Männer-Tische, Kanton Schwyz

Femmes-Tische bietet seit bald sieben Jahren niederschwellige Gesprächsrunden für Männer mit Migrationshintergrund an: Wie erreichen wir diese Väter? Was beschäftigt sie in ihren Diskussionsrunden? Wovon profitieren sie vor allem und was wünschen sie sich? Welche Rollenbilder geben am meisten zu reden? In einem praxisbezogenen Workshop gibt ein Moderator aus erster Hand Einblick in die Erfahrungen des innovativen Angebots Männer-Tische. Welche Methodik ist hier wirksam, welche sind die Erfolgsfaktoren?

Dipl.-Psych. Remo Rysler

Väter als Ressource für die psychische Gesundheit im Familiensystem nutzen – ein Praxisbericht

Mütter- und Väterberatung Kanton Bern

In der Fachwelt mittlerweile unbestritten ist: Alltagsnah involvierte, kompetente Väter sind ein bedeutsamer Resilienzfaktor in der Entwicklung der frühen Kindheit, sowohl was die psychische Gesundheit des Kindes/der Kinder, jene der Mutter wie auch die des Vaters selbst anbelangt. Beratungsstellen suchen entsprechend nach Wegen, Väter besser zu erreichen und als Mitgestalter von entwicklungsförderlichen, tragfähigen Familien-Lösungen einzubinden. Sind Väter eine schwierige Zielgruppe? Oder geht es darum, Angebote väterkompatibler zu gestalten? Wenn ja, was heisst «Väterkompatibilität» konkret? Was müssen/können Fachleute und Institutionen der psychosozialen Grundversorgung dafür tun? Die Mütter- und Väterberatung Kanton Bern stellt ihr Konzept zur Beratung und Bildung von männlichen Bezugspersonen in der frühen Kindheit vor, mit speziellem Fokus auf verunsicherte bzw. bildungsferne Väter. Im Workshop erhalten Sie konkrete Einblicke in erste Umsetzungen und wir diskutieren die drängendsten Fragen und Herausforderungen.

Lic. Phil. Markus Theunert

Evidenzbasierte Politikgestaltung zur Förderung väterlichen Engagements

Leiter des Schweizerischen Instituts für Männer- und Geschlechterfragen, der Fachstelle von männer.ch

In allen westlichen Ländern – auch in den skandinavischen – leisten Frauen einen überdurchschnittlichen Anteil an der unbezahlten Familien- und Hausarbeit. In den letzten Jahrzehnten haben verschiedene Regierungen unterschiedliche Massnahmen zur Förderung weiblicher Erwerbskontinuität (Fachkräftemangel) und väterlichen Engagements ergriffen, namentlich die Einführung von Elternzeit- und Vaterschaftsurlaub-Modellen sowie Massnahmen zur Förderung der ausserfamiliären Kinderbetreuung. Der Workshop gibt einen Überblick über politische Ansätze und ihre Wirkungen. Vertieft wird die Frage reflektiert, welche Wirkung ein Vaterschaftsurlaub von 20 Tagen haben kann, wie er von einer eidg. Volksinitiative gefordert wird, welche 2020 zur Abstimmung kommen dürfte.

Dipl.-Sozialpäd. FH Carmen Drinkmann

Guter Start für Risikofamilien von Anfang an mit dem Förderprogramm «PAT – Mit Eltern Lernen»

PAT - Mit Eltern Lernen GmbH

Die Geburt eines Kindes stellt einen Entwicklungsschritt dar. Aber nicht alle sind gleichermassen gut in der Lage, diesen herausfordernden Übergang vom Single/Paar zur Familie gut zu meistern. Aber gerade die Zeit um die Geburt des Kindes, dessen erste Lebensjahre und das elterliche Handeln in dieser Zeit sind eng mit einer gesunden Entwicklung und einem glücklichen Leben verknüpft.

«PAT – Mit Eltern Lernen» unterstützt insbesondere risikobelastete Familien bereits vor der Geburt des Kindes bis zum 3. Lebensjahr. Das evidenzbasierte Programm kombiniert als frühzeitige Systemlösung Hausbesuche mit Gruppenangeboten, Entwicklungsbeobachtung und sozialer Vernetzung. Hier

werden alle relevanten Entwicklungsthemen wie bspw. Bindung, Ernährung, Gesundheit, Sicherheit, Übergänge/Routinen regelmässig mit zertifizierten Fachkräften besprochen, sodass Eltern angemessene Entscheidungen treffen und Selbstwirksamkeit erfahren können.

Im Workshop wird das Programm in seinen Grundzügen vorgestellt. Besonderes Augenmerk wird auf den frühzeitigen Beginn bereits in der Schwangerschaft sowie die Partizipation von Vätern gelegt. Es wird aufgezeigt, wie es gelingen kann, gerade Familien in psychosozialen Belastungssituationen zu erreichen. Anhand eines Praxisfalls und einer Übung wird das Familienwohl sowie der Aufbau von Schutzfaktoren illustriert.

Prof. Dr. Andrea
Lanfranchi

Guter Start für Risikofamilien mit dem Förderprogramm «PAT»: positive Effekte aus der Zeppelin-Studie

Interkantonale
Hochschule für
Heilpädagogik (HfH)

Die longitudinale RCT-Studie ZEPPELIN untersucht, ob mit dem Frühförderprogramm «PAT Mit Eltern Lernen» der Bildungs- und Gesundheitsort Familie gestärkt werden kann. Im Fokus der Studie stehen 251 Familien, die bei der Geburt des Kindes angesichts psychosozialer Belastungen eine erhöhte Vulnerabilität aufweisen. Die Ergebnisse zeigen, dass die Eltern grössere Freude am Kind sowie eine höhere Selbstwirksamkeitsüberzeugung haben. Die Kinder weisen günstigere Entwicklungsmerkmale auf, insbesondere bei der Sprache und im Problemverhalten. Auf der Ebene Interaktion sind der Anregungsgehalt sowie die mütterliche Feinfühligkeit günstiger ausgeprägt. Gesundheitsförderliche Wirkmechanismen zeigen sich v. a. über die mütterliche Feinfühligkeit: Frühe Förderung mit PAT wirkt sich über eine höhere Feinfühligkeit im 12. Lebensmonat auf die Sprachentwicklung im 3. Lebensjahr aus. Darüber hinaus ist die frühe Feinfühligkeit ein Prädiktor für die FKBP5 Methylierung im Alter von 36 Monaten.

Dr. rer.soc. Olivia
Thoenen

Einblicke in innovative Ansätze der Mütter- und Väterberatung zur Stärkung vulnerabler Familien

Schweizerischer
Fachverband Mütter-
und Väterberatung

Die Forschung zeigt, dass eine frühzeitige und kontinuierliche Unterstützung wichtig ist, um allen Familienmitgliedern eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen. Innerhalb der Angebote der Kinder- und Jugendhilfe nimmt die Mütter- und Väterberatung (MVB) dabei eine wichtige Stellung ein. Mit ihrem flächendeckenden und niederschweligen Angebot erreicht sie Familien bereits kurz nach der Geburt. Das Symposium stellt drei innovative Ansätze der MVB vor, die exemplarisch zeigen, wie Risiken in Familien erkannt werden können (A), wie vulnerable Familien während Schwangerschaft und Geburt begleitet werden (B) und wie mehrfach belastete Familien nach der Geburt unterstützt werden (C).

Einblick A) Das Berner-Modell: Die MVB des Kantons Bern arbeitet eng mit Hebammen zusammen. Es bestehen gemeinsame Regelungen, welche die Begleitung von Eltern und Neugeborenen in belasteten Situationen und bei drohenden Kindwohlgefährdungen erleichtern und eine kontinuierliche Betreuung gewährleisten. Eine wichtige Rolle spielt dabei die gemeinsame Übergabe bei den Familien zu Hause. Zudem arbeiten die freiberuflichen Hebammen mit dem Früherkennungsinstrument der MVB und können bei Unsicherheiten jederzeit ein Coaching bei der MVB beziehen. Schweizweit einzigartig ist, dass der Kanton die Kosten für die gemeinsame Übergabe der Familien zwischen Hebammen und MVB übernimmt, da diese Leistung ansonsten von Seiten Hebammen nicht verrechnet werden könnte.

Einblick B) Kontinuierliche Begleitung: In Zürich werden vulnerable und von der Sozialhilfe abhängige Schwangere bereits durch eine MVB begleitet. Die MVB organisiert die Hebamme vor der Geburt und fürs Wochenbett und betreut die Familie anschliessend weiter. Der Ansatz hat eine Stressreduktion für Mutter- und Kind zum Ziel und unterstützt den Aufbau einer sicheren Bindung zum Kind. Risiken für eine gesunde Entwicklung des Kindes können erkannt und entsprechende Massnahmen getroffen werden.

Einblick C) Hausbesuche in Luzern: Im Rahmen des regulären Angebots prüft die MVB sowohl Risiko- als auch Resilienzfaktoren der Familien. Bei Familien mit Risiken finden in der Folge regelmässige Hausbesuche und Beratungen statt. In der dritten Phase des Angebots wird eine speziell geschulte Person beigezogen, die während eines Jahres die Familie regelmässig zu Hause besucht und sie in Alltagssituationen unterstützt. Die langfristige Zusammenarbeit und der Vertrauensaufbau mit der Familie sind die Erfolgsfaktoren.

Prof. Dr. Martin Hafen

Familiengründung – die Rolle der Politik

Hochschule Luzern –
Soziale Arbeit

Die Umstellungen, die mit der Gründung einer Familie verbunden sind, können zu Stress führen, der die psychische Befindlichkeit der Eltern beeinträchtigt. Auf der anderen Seite bringt die neue Situation viel Freude, Liebe und Hoffnung mit, die zum Wohlbefinden beiträgt. Dies wiederum ist auch für das Kind von Bedeutung, denn es ist für eine gesunde Entwicklung auf eine möglichst stressarme familiäre Umgebung angewiesen.

Im Referat wird der Fokus auf das Umfeld der Familie gelegt, das in entscheidendem Ausmass dazu beiträgt, wie die junge Familie mit der neuen Situation zurechtkommt. Ob es nun um Elternzeit, medizinische Betreuung, Begleitung durch Hebammen, familienergänzende Kinderbetreuung, Elternberatung, familienfreundliche Arbeitsverhältnisse oder kinderfreundlichen Wohnraum geht – stets hat die Politik mit ihren Entscheidungen einen prägenden Einfluss auf die Lebensverhältnisse der Familien. Diesen Einfluss nimmt die Politik in der Schweiz nicht immer in ausreichendem Ausmass wahr, obwohl viele Politikbereiche von einer zeitgemässen Familienpolitik profitieren würden.

Hans Schmied

Elternschaft als Geschenk und Überforderung — wenn Papas/Mamas Seele brennt

GLEICH UND ANDERS
Schweiz

Die Entscheidung zur Familiengründung ist ein Meilenstein im Leben des Einzelnen und im Verlauf einer Partnerschaft. Einmal getroffen, bringt sie einen Rollenwechsel mit sich, der sowohl als Bereicherung, als auch Herausforderung, bis hin zur psychischen Überforderung erlebt werden kann.

Was sind also die Entwicklungschancen von Vätern und Müttern durch Erstelternschaft und wie können sie als wichtige Ressourcen aktiviert werden? Angebote, Erfahrungen und Erfolge einzelner Helferstrukturen sind zahlreich. Ein interdisziplinärer Erfahrungsaustausch zwischen den Strukturen ist jedoch noch nicht die Regel. Die Unterstützung von psychisch belasteten Vätern und Müttern durch Vernetzung, Beratung und Begleitung gehört zu den Zielen und Aufgaben von GLEICH UND ANDERS Schweiz.

Aufbauend auf zwei Beispielen – aus Vater- und Mutterperspektive – werden zwei Lösungsansätze mit theoretischen Hintergründen dargestellt: die Integration entwicklungspsychologischer Elemente in Beratung und Therapie sowie der zunehmende Stellenwert der Peer-Arbeit in psychosozialen Belastungssituationen.

Der interaktive Workshop will einen interdisziplinären und praxisnahen Erfahrungs- und Ideenaustausch ermöglichen zu Erstellernschaft:

1. als Möglichkeit der persönlichen Weiterentwicklung
2. als psychische Herausforderung sowie
3. als eine neue Lebensstation, die Zugang zu Informationen, Helfernetzwerken und innovativen Strukturen für Betroffene benötigt.

Lic. Phil. Miriam
Rosenthal-Rabner

2 + 1 = mehr als 3!

Von der Dyade zur Triade: innere & äussere Übergänge

Psychologin FSP,
Mediatorin SVM/SDM

Mit der Geburt des ersten Kindes wird das Paar zu einem Elternpaar. Somit wird die Dyade zum Fundament der neuen Familienform, der Triade. Zwischen den verschiedenen Beziehungsachsen setzt ab diesem Moment eine lebenslange, ununterbrochene und wechselwirkende Dynamik ein. Vater, Mutter und Kind bilden zusammen ein System, das einerseits verlässlich und stabil, andererseits aber auch veränderbar und flexibel zu sein hat. Eine «junge» Familie ist somit der Start eines hochkomplexen, vulnerablen Beziehungsgeschehens, das in sich nach Harmonie und Geborgenheit strebt, aber schlussendlich auch die Voraussetzungen für Autonomie und Ablösung schafft.

Im Workshop/Symposium wird die triadische Beziehungsdynamik aus der Sicht der verschiedenen Protagonisten und der Beziehungsebenen reflektiert. Was sind Schutz- was sind Risikofaktoren der neuen Familienkonstellation? Es wird auch der Frage nachgegangen, ob und allenfalls wie sich das Paar auf die neuen, auch unbewussten Herausforderungen in der Triade vorbereiten kann.

Maryse Dewarrat

Devenir parents et rester amants (f)

Conseillère dans le
domaine psycho-social
avec diplôme fédéral,
Sage-femme et Analyste
transactionnelle

Bien plus que la présence du bébé, le traumatisme obstétrical et la double symbiose parentale sont des éléments qui pèsent lourd sur la libido de la femme après son accouchement.

La majorité des parents désire retrouver une intimité conjugale et certains manquent de repères pour y accéder. La rupture précoce de la relation, même après des années d'amour, semble être la seule voie pour survivre.

Je vais parler du traumatisme obstétrical, en tant que Sage-femme et Conseillère psychologique.

M'appuyant sur un concept d'Analyse transactionnelle, je vais présenter mon hypothèse de la double symbiose qui illustre l'impasse dans laquelle se trouve le couple en mal de libido. Enfin, je vais esquisser une piste de changement qui va bénéficier à la femme, à l'homme et à leur bébé.

Lic. Phil. Sara Michalik

Was ist das Unerwartete, das ein Kind mit sich bringt? Implikationen einer Befragung

Präsidentin Verband
Aargauer Psychologen
(VAP)

2014/15 führten Sara und Peter Michalik, die gemeinsam eine Praxis für Familien und Paare führen, eine anonymen Online-Befragung von Eltern im deutschsprachigen Raum durch. Drei Fragen wurden gestellt:

1. Was hat sich durch Ihre Kinder in Ihrem Leben/Ihrer Partnerschaft verändert?
2. Was haben Sie so nicht erwartet?
3. Was sollten werdende Eltern Ihrer Meinung nach unbedingt wissen?

Mit persönlichen Aussagen berichteten über 150 Eltern von ihren Erfahrungen aus den Bereichen Erziehung, Familienleben, Erwartungsdruck und Partnerschaft. Diese offenen Erfahrungsberichte sammelten die Autoren nicht nur in einem Buch, sondern teilen die wichtigsten Erkenntnisse in Form von Weiterbildungsanlässen für Eltern mit: Eltern werden und Liebespaar bleiben. Obwohl den meisten Paaren die Themen wohlbekannt sind, hat es eine positive Wirkung, wenn Eltern erfahren, dass andere Paare ähnliche Erfahrungen machen. «Darüber spricht man sonst nicht» oder «ich wurde vorbereitet auf die Geburt, aber nicht darauf, was danach kommt», «wir sind Eltern geworden und haben uns als Paar verloren» hören die Autoren oft. Der Austausch und die bewusste Fokussierung auf die wichtigsten Punkte, die Eltern helfen ein Liebespaar zu bleiben, hat nach den Autoren eine sehr positive Wirkung auf das Familienleben. Dieser Input gibt einen Einblick in die Ergebnisse der Befragung und die praktische Arbeit der Autoren.

Renie Uetz

Gemeinsames Singen fördert Verbundenheit, Feinfühligkeit und Resilienz und reduziert Stress

Fachstelle PEP
/ Psychosomatik
Inselspital Bern

Mit der Ankunft des Kindes verändert sich vieles, die Herausforderungen sind gross und können überfordern. Welche Ressourcen stehen zur Verfügung? Wie können Eltern mit sich selbst verbunden und gleichzeitig feinfühlig in Beziehung mit dem Kind sein?

Das Eltern-Kind-Singen ist bindungsstärkend und erlaubt im Familienalltag innezuhalten und Kraft zu schöpfen. Über den Atem werden Spannungen ausgeglichen. Die Körperwahrnehmung vertieft sich durchs Singen, was für Eltern und Kinder beruhigend wirkt und im Umgang mit Stress als Ressource dient. Das gemeinsame Singen als Familie, vor dem Essen, Schlafen oder beim Spielen vermittelt ein Gefühl der Zusammengehörigkeit und Gleichwertigkeit und gibt Raum, unterschiedliche emotionale Stimmungen zu erleben und auszudrücken. In diesem Workshop lernen Sie einfache Lieder kennen, die zum Spielen animieren, aufs Essen einstimmen, trösten, aufmuntern, beruhigen und in den Schlaf begleiten und erhalten einen Einblick in die Methoden und Haltungen von Papperla PEP Junior (<https://www.pepinfo.ch/de/angebote-pep/papperla-pep-junior.php>).

Jörg Schneider

Stärkung der eigenen Fähigkeiten mit Sophrologie – in der Romandie etabliert, in der Deutschschweiz noch unbekannt

Vorstandsmitglied des
Berufsverbandes
Sophrologie Schweiz

Für Eltern – auch werdende – ist Stress die häufigste Antwort des Körpers auf eine physische, psychische oder mentale Belastung. Da setzt die Sophrologie an. Sie ist eine individuelle Bewusstseins-schulung, welche Körper und Geist aktiviert. Dabei werden die physischen, psychischen und mentalen Fähigkeiten gestärkt. Die dynamischen Entspannungen und spezifischen Übungen steigern das Selbstvertrauen und die Vitalität. Nach der Devise: Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper.

In der Sophrologie finden sich Elemente aus der existentiellen Phänomenologie, der Axiologie, dem autogenen Training, der progressiven Muskelentspannung ebenso wie (angepasst an unsere Kultur) Aspekte aus dem japanischen Zen-Buddhismus, dem tibetischen Tummo und dem indischen Raja Yoga. Der Workshop bietet eine theoretische Einführung, praktische Übungen zu Verwurzelung und Gleichgewicht sowie zur spezifischen Atemtechnik der Sophrologie, um bei Stress das autonome Nervensystem zu harmonisieren. Teilnehmende erhalten einen Einblick und praktischen Eindruck der Methode.

Sophrologie um abschätzen zu können, wie sie für sie in Gesundheitsförderung, Prävention und Behandlung nutzbar ist.

Prof. Dr. Jessica Pehlke-Milde
ZHAW, Institut für
Hebammen

Hebammen als Übergangsmentorinnen zur Elternschaft

Weltweit betreuen Hebammen werdende Mütter und ihre Familien während Schwangerschaft, Geburt und früher Säuglingszeit. Die Ausbildung ist weitgehend staatlich reguliert und die Leistungen werden in der Regel im Rahmen der öffentlichen Gesundheitsversorgung vergütet.

Der Workshop gibt, auf Grundlage des im Lancet 2014 veröffentlichten «framework for quality maternal and newborn care» (Renfrew u. a., 2014), einen Einblick in das Leistungsspektrum des Berufstandes. Darauf aufbauend werden zwei Fragen auf der Grundlage bestehender Daten aus Forschungsprojekten (z. B. SHV Statistik 2018, Netzwerkarbeit frei praktizierender Hebammen, Evaluation Familystart Zürich) vertieft diskutiert:

1. Welche Rolle nehmen Hebammen während Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett ein und wie sind sie in das Gesundheits- und Sozialsystem in der Schweiz integriert?
2. Wie kann eine qualitativ hochstehende Begleitung im Übergang zur Elternschaft gesichert werden, d.h. auch von Eltern, die psychosoziale Belastungen anzeigen? Der Workshop soll zur Verständigung zwischen den vertretenden Fachdisziplinen beitragen.

Jessica De Bernardini

Gesundheitsförderung
Schweiz

Empfehlungen zur Förderung der psychischen Gesundheit in der frühen Kindheit: wie weiter? (d/f)

Im Rahmen des Projekts Miapas von Gesundheitsförderung Schweiz wurden Empfehlungen zur Förderung psychischer Gesundheit in der frühen Kindheit formuliert. Die Empfehlungen richten sich an Fachpersonen, die mit Kleinkindern und ihren Eltern oder ihren weiteren Bezugspersonen arbeiten. Sie können als Anknüpfungspunkte für Gespräche mit diesen Bezugspersonen verwendet werden.

Darauf aufbauend wird auch ein Handout für die Bezugspersonen gestaltet. Im Workshop haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, das Projekt Miapas, das die Gesundheitsförderung im Kleinkindalter mit nationalen Partnern fördert, und diese Empfehlungen kennenzulernen.

Ziel: Die Nutzung der Empfehlungen und die Bedürfnisse und Lücken im Bereich der Förderung der psychischen Gesundheit sind für diese Zielgruppe diskutiert und priorisiert. Die Ergebnisse werden für die nächste Projektphase Miapas 2020-2022 berücksichtigt.

Recommandations pour la promotion de la santé psychique durant la petite enfance: quelle suite? (d/f)

Dans le cadre du projet Miapas de Promotion Santé Suisse, des recommandations pour la promotion de la santé psychique durant la petite enfance ont été formulées. Ces recommandations s'adressent aux professionnel-le-s qui travaillent avec de jeunes enfants et leurs parents ainsi que leurs référents. Ils peuvent les utiliser pour entrer en lien et favoriser le dialogue avec les personnes de référence.

Sur cette base, une brochure à l'intention des personnes de référence sera également élaborée. Durant l'atelier, les participant-e-s ont la possibilité de prendre connaissance du projet Miapas, un projet de promotion de la santé durant la petite enfance en collaboration avec des partenaires nationaux, ainsi que de ces recommandations.

L'objectif de l'atelier: discuter de l'utilisation des recommandations, identifier et prioriser les besoins et les lacunes dans le domaine de la santé psychique pour le public cible de la petite enfance. Les résultats de la discussion seront pris en considération pour la prochaine phase du projet Miapas 2020-2022.

Doris Feusi

Fachnetzwerk Familienstart Aargau

Geschäftsleitung
Fachnetzwerk
Familienstart Aargau

Das Kantonsspital Aarau (KSA) initiierte das Netzwerk Wochenbett, bei welchem es um die Vereinigung der Fachstellen, Interessensvertreter und Dienstleister rund um die Geburt ging. Ziel war die Verbreitung und optimale Nutzung des Beratungs- und Dienstleistungsangebotes für Schwangere und Wöchnerinnen. Im 2017 gelangte das KSA an die Sektion Gesundheitsförderung und Prävention des Departementes Gesundheit und Soziales (DGS), mit der Idee, das Netzwerk auf den ganzen Kanton auszuweiten. Als erstes konnte das Kantonsspital Baden dazugewonnen werden.

Eine Geschäftsstelle wurde ausgeschrieben und im September 2018 an den Kantonalverband der Mütter- und Väterberatung Aargau übergeben. Es fand eine Namensfindung statt, da Netzwerk Wochenbett einen zu kleinen Teil der Familien abdeckte, sodass das Fachnetzwerk Familienstart Aargau entstanden ist.

Seit dem Forum Wochenbett kennen sich alle Player der Phasen rund um das Wochenbett besser und tauschen sich mehr aus. Das Forum als Möglichkeit, sich kennen zu lernen und sich auszutauschen, wird rege genutzt. Die Familien werden zusammengetragen, bei sehr vulnerablen Situationen findet eine direkte Übergabe der Familie an die nächste Fachstelle statt.

Rose Volz-Schmidt

wellcome – praktische Hilfe nach der Geburt

Gründerin und
Geschäftsführerin
wellcome
gGmbH Hamburg

Die Geburt eines Kindes ist ein freudiges und auch überwältigendes Ereignis. Das erste Jahr nach der Geburt ist eine Zeit, in der sich die Familie finden, sich neu organisieren muss. Wenn in dieser Zeit die Unterstützung durch Familie oder Freunde fehlt, kann der Alltag zu einer Belastungsprobe werden. 230 wellcome-Teams in Deutschland unterstützen Familien beim Übergang von der Geburt in den Alltag während einiger Wochen oder Monate. Freiwillige MitarbeiterInnen entlasten die Familie zuhause mit praktischer, den Bedürfnissen der Familie angepasster Unterstützung beispielsweise nach einer Mehrlingsgeburt. wellcome ist eine moderne Form der Nachbarschaftshilfe und unterstützt dort, wo Familie und Freunde nicht zur Verfügung stehen. Das zivilgesellschaftliche Engagement geht Hand in Hand mit einer professionellen, fachlichen Begleitung der Ehrenamtlichen.

Die Rahmenbedingungen für Familien in der Startphase können durch das Zusammenspiel von Staat und Gesellschaft wesentlich verbessert werden. Ziel ist es, gemeinsam mit Netzwerkpartnern aus Politik und Gesundheitswesen präventiv im Bereich der frühen Förderung zu agieren. In Deutschland ist dieses Angebot bereits etabliert, in der Schweiz wird es zurzeit

im Kanton St. Gallen umgesetzt. Eine Fachperson aus der Praxis berichtet von der Umsetzung und der Wirkung der niederschweligen Unterstützung in den Familien. a:primo prüft zurzeit die Übernahme des Angebots für die Schweiz. Gerne möchten wir mit den Workshop-Teilnehmenden das Angebot wellcome diskutieren und die Passung in die bestehende Angebotslandschaft für Familien in der ersten Phase nach der Geburt prüfen.

Annika Redlich

Das noch grössere Tabu: Männer und die Krise nach der Geburt

Lic. Oec. HSG Andrea Borzatta

Rund 15% der Frauen stürzt die Geburt ihres Kindes in eine tiefe Krise. Oft schämen sie sich ihrer negativen Gefühle und leiden still. Der Verein Postnatale Depression Schweiz (www.postnatale-depression.ch) bietet eine Anlaufstelle für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen.

Verein postnatale Depression Schweiz

Im letzten Jahr meldeten sich vermehrt Männer in der Geschäftsstelle des Vereins, um Hilfe für ihre Partnerinnen zu suchen. Aber wer hilft eigentlich den Vätern? Auch sie kann eine postnatale/postpartale Depression treffen. Sie wollen für die Familie stark sein, fühlen sich aber verletztlich, überfordert, unmännlich. Spätestens dann, wenn die Partnerin stabiler ist, gehts bei belasteten Männern abwärts. Bis zu 50% der Männer, deren Frau an einer postpartalen Depression erkrankt, entwickeln selbst eine solche. Die Symptome sind anders, die Strategien damit umzugehen auch. Dies hat eine Literaturstudie, welche im Auftrag des Vereins Postnatale Depression Schweiz von der Hochschule Luzern durchgeführt wurde, gezeigt. Ist eine postpartale Depression also «ansteckend»? Marco Schraner von der Hochschule Luzern gibt Einblicke in die Studienresultate.

Doch wie sieht es in der Praxis aus? Was bringt Männer dazu, über ihre Ängste und Sorgen zu sprechen? Welche Rolle spielt die Qualität der Partnerschaft? Welche der eigene Vater? Und wo müssen Hilfsangebote ansetzen? Egon Garstick ist Psychotherapeut sowie Autor des Buches «Junge Väter in seelischen Krisen» und begleitet junge Väter als Therapeut durch diese vulnerable Zeit nach der Geburt. Er gibt Einblicke in seine Therapiearbeit und zeigt Herausforderungen junger Väter auf der Suche nach ihrer Rolle in der neuen Familienstruktur.

Die Experten geben im Symposium kurze Inputreferate und freuen sich, Fragen und Anregungen mit den Teilnehmenden zu besprechen.

René Setz

Familiengründung: Wenn Paare UND Unternehmen gemeinsame Sache machen

Co-Präsident männer.bern

Vereinbarkeit gelingt dann am besten, wenn Paare UND Unternehmen im guten Austausch sind und am selben Strick ziehen. Die Fachstelle UND begleitet deshalb bewusst beide Seiten: Paare vor und nach der Familiengründung und Einzelpersonen sowie Arbeitgebende, die ihren Mitarbeitenden bessere Bedingungen für die Vereinbarkeit von Beruf und Familie/Privatleben anbieten wollen. Was bringt es, wenn Paare und Unternehmen gemeinsame Sache machen? Und was braucht es, damit für beide Seiten gute Lösungen gefunden werden?

Im Symposium nehmen Stellung und diskutieren:

Judith Renevey, persönliche Erfahrung mit den Elterncoachings sowie Head of Diversity & Inclusion bei SBB

Silvia Kamm, Personalverantwortliche VCS, ein KMU mit einer vorbildlichen Vereinbarkeitspolitik

Sandra Zurbuchen, Co-Leitung und Beraterin der Fachstelle UND

Dr. phil. Mirjam Kessler,
Dr. phil. Fabienne Meier

Universität Zürich,
Klinische Psychologie
(Kinder/Jugendliche &
Paare/Familien)

paarlife im Übergang zur Elternschaft

Seit mehr als 20 Jahren wird die paarlife Coaching-Methode, die von Prof. Bodenmann entwickelt wurde, erfolgreich bei Paaren in Präventionskursen, Beratung und Therapie eingesetzt. Ziel der Methode ist es, Paare in ihrer Stressbewältigung und Kommunikation zu stärken. Gerade im Übergang zur Elternschaft ist dies besonders relevant, sodass paarlife gezielt Workshops für werdende Eltern anbietet. Dieser Workshop richtet sich an Fachpersonen, in die Einblicke der paarlife-Methode durch praktische Rollenspiele erhalten möchten.