

## Paarberatung für Eltern von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Beeinträchtigung

### Beziehungshürden überwinden!

Die Paarberatung für Eltern von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Beeinträchtigung ist ein kostenloses Angebot der Lebenshilfe Bremen.

- Sie haben ein Kind mit einer Beeinträchtigung (egal welchen Alters)?
- z.B. mit einer geistigen Behinderung, Autismus, Diabetes oder ähnliches.
- Ihre Paarbeziehung ist durch die damit verbundenen Herausforderungen belastet?
- Sie wünschen sich Strategien, wie Sie mit diesen Problemen umgehen können?

Wir laden Sie zu einem unverbindlichen Kennlerngespräch ein!

### Als Paar Herausforderungen meistern

Für viele Paare ist ein Kind die größte Erfüllung für ihr gemeinsames Glück. Wenngleich das Elternsein viele schöne und unersetzliche Seiten mit sich bringt, kann die neue Situation auch eine Herausforderung sein.

Der Alltag mit einem Kind verändert sich, die Rolle als Vater oder Mutter rückt in den Vordergrund. Paare müssen in ihrer neuen Rolle als Eltern lernen, auch ihre Beziehung neu zu strukturieren. Umfasst das Familiensystem ein Kind mit Beeinträchtigung, können für Paare zusätzliche Herausforderungen und Belastungen entstehen.

### Gleichgewicht in der Beziehung

Die zusätzlichen Herausforderungen und Belastungen treten häufig zyklisch wiederkehrend in bedeutenden Lebensabschnitten und Übergängen auf, z.B. beim Eintritt in den Kindergarten, in die Schule, in das Berufsleben oder beim Auszug aus dem Elternhaus. Schuldgefühle und Schuldzuweisungen, unterschiedlich verlaufende Verarbeitungsprozesse der Partner oder auch äußere Einflüsse wie das soziale Umfeld und gesellschaftliche Normen können die Beziehung aus dem Gleichgewicht bringen. Dies gilt umso mehr, wenn das Familiensystem weitere Kinder umfasst. Manche Paare gehen aus diesen Erfahrungen gestärkter heraus und wachsen an den Herausforderungen. Für andere Paare können all diese Belastungen die Beziehung entkräften. Mit unserem kostenlosen Beratungsangebot unterstützen wir Eltern von Kindern mit einer Beeinträchtigung bei den zu meisternden Herausforderungen und helfen, die Beziehung wieder ins Gleichgewicht zu bringen, Veränderungsprozesse anzuregen und gemeinsam Lösungswege zu erarbeiten.

### Unser Angebot im Überblick

- Die Paarberatung für Eltern von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Beeinträchtigung ist ein kostenloses Angebot, das über die Aktion Mensch gefördert wird.

- Die Beratung umfasst bis zu 10 Sitzungen, in denen Paare an ihren individuellen Beziehungs- und Familienthemen arbeiten.
- Wir arbeiten systemisch-lösungsorientiert, beziehen also das Familiensystem sowie das individuelle Umfeld ein und fokussieren uns auf gemeinsame Lösungs- und Handlungsoptionen.
- Gleichzeitig wird ein Netzwerk aufgebaut, das weitere Unterstützer- und Helfersysteme umfasst, um Paare und Familien bei Bedarf an weitere Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten weiter zu vermitteln.

**Ein Angebot von:**

[Lebenshilfe Bremen e.V.](#)

**Adresse:**

Kornstraße 20

28201 Bremen

**Ansprechperson:**

Julia Mandos, Sandra Siewert

**Telefon:**

0421 696 506 24

**E-Mail-Adresse:**

[paarberatung@lebenshilfe-bremen.de](mailto:paarberatung@lebenshilfe-bremen.de)

**Internetadresse:**

[www.lebenshilfe-bremen.de](http://www.lebenshilfe-bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

**Kosten:**

kostenfrei