



# arche Für Familien

## Konzept

Sozialberatung

Psychologische Beratung

**archezürich**   
Soziales unternehmen.

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>Sozialberatung</b>	<b>3</b>
2.1	Zielgruppe	3
2.2	Ziele	4
<b>3</b>	<b>Psychologische Beratung</b>	<b>4</b>
3.1	Zielgruppe	4
3.2	Psychologische Beratung, Krisenintervention und Therapie im Frühbereich	5
3.2.1	Ziele	5
3.3	Familiengespräche mit Kindern im Schulalter	6
3.3.1	Ziele	6
<b>4</b>	<b>Anmeldung/Verlauf Sozialberatung und psychologische Beratung</b>	<b>6</b>
<b>5</b>	<b>Triage/Vernetzung</b>	<b>7</b>
<b>6</b>	<b>Kosten/Finanzierung</b>	<b>7</b>

## 1 Einleitung

Werdende Eltern und Familien sind heute mit vielfältigen Herausforderungen konfrontiert. Der Übergang in die Elternschaft ist mit tiefgreifenden Veränderungen im Leben von Frauen und Männern verbunden. Anspruchsvolle Arbeitsbedingungen, Mehrfachbelastungen (zum Beispiel psychische Erkrankungen oder Abhängigkeitserkrankungen) von Müttern und Vätern sowie der Verlust haltender familiärer Strukturen können die gesunde Entwicklung von Kindern beeinträchtigen. Unsere moderne Leistungsgesellschaft sowie die sich rasant verändernden Anforderungen an die Kinder (zum Beispiel Umgang mit Konsum, neuen Medien etc.) erfordern von den Eltern eine ständige Anpassungsfähigkeit und Offenheit für Veränderungen.

Schwierigkeiten können in den unterschiedlichen Lebensbereichen auftreten und sich auf das Wohlbefinden der Kinder und der einzelnen Familienmitglieder auswirken. Manchmal gelingt die Bewältigung von Krisen nicht ausschliesslich aus eigener Kraft oder mithilfe bereits bestehender

Unterstützungsangebote, sodass weitere Hilfestellungen erforderlich werden. Die freiwilligen Beratungsangebote der Arche Für Familien bieten, in enger Zusammenarbeit zwischen Psychologie und Sozialer Arbeit, individuelle und bedarfsorientierte Unterstützung für Schwangere, Eltern mit Babys und Kleinkindern in Übergängen und Krisen sowie für Familien in mehrfach belastenden Situationen mit Kindern zwischen 0 und 14 Jahren an. Im Zentrum stehen das Wohlergehen des Kindes und die Stärkung der Elternkompetenzen sowie die Autonomie der Familie.

Die sozialarbeiterischen und psychologischen Beratungsangebote der Arche Für Familien zeichnen sich durch flexible und individuell gestaltbare Unterstützungsmöglichkeiten aus sowie einer interdisziplinären Fachkompetenz. Je nach Themen der Betroffenen kann psychologische und/oder sozialarbeiterische Beratung angeboten werden. Die Intensität und Dauer der Zusammenarbeit zwischen einer Fachperson und einem Familiensystem bemisst sich am Bedarf der ratsuchenden Person/-en und reicht von einer einmaligen Telefonberatung bis hin zu einer ausgedehnten Begleitung/Therapie.

Das vorliegende Konzept ist eine ausführliche Beschreibung zweier von vier Angeboten (Sozialberatung, Psychologische Beratung, Soziokulturelles Angebot, Sozialpädagogische und psychodynamisch orientierte Familienbegleitung), das die Arche Für Familien werdenden Eltern und Familien zur Verfügung stellt. Unsere Vision ist, dass jedes Kind in sicheren und entwicklungsfördernden Beziehungen aufwachsen kann.

## 2 Sozialberatung

### 2.1 Zielgruppe

Familien und werdende Eltern mit punktuellen Unsicherheiten ebenso mit komplexen Problemstellungen finden in der Sozialberatung einen niederschweligen Zugang zu einfachen Informationen bis hin zu enger Begleitung. Die Sozialberatung bietet den Ratsuchenden im Rahmen von Bezugspersonenarbeit Unterstützung an bei sozioökonomischen Fragestellungen, administrativen Belangen oder umfangreiche Hilfestellungen bei der Gestaltung eines gelingenden Familienalltages. Es zeigt sich, dass insbesondere Familien mit komplexen Herausforderungen und wenig zugänglichen Ressourcen – so, wenn zum Beispiel eine Abhängigkeits-erkrankung und/oder Armut vorliegt – phasenweise intensive Unterstützung benötigen.

Form und Inhalte der Beratung können flexibel gestaltet werden. So kann zum Beispiel ein Gespräch über finanzielle Belange ausschliesslich mit einem Elternteil vor Ort stattfinden oder es kommt zu einem Austausch über Erziehungsanliegen in Anwesenheit der Kinder innerhalb eines soziokulturellen Angebotes, zum Beispiel im Familientreff. Die übergreifende Zusammenarbeit innerhalb der Strukturen der soziokulturellen Angebote ermöglicht, die Familien in einer konkreten Situation kennenzulernen und einen vertieften Einblick in das Familiensystem zu erlangen. Die verschiedenen Begegnungsmöglichkeiten unterstützen die Arbeitsbeziehung zwischen der Fachperson und der Familie und bieten Gelegenheit, das Familiensystem auf vielfältige Weise kennenzulernen. Zugänge zu verdeckten, von den Ratsuchenden nicht von sich aus angesprochenen Themen, können sich öffnen und hilfreiche Veränderungsprozesse anstossen.

Neben der Zusammenarbeit mit den soziokulturellen Angeboten ist ein zentrales Element der Sozialberatung die bei Bedarf enge Zusammenarbeit mit den psychologischen Fachpersonen. So kann im Rahmen einer interdisziplinären Familienunterstützung psychologische Beratung im Frühbereich sowie im Kindergarten- und Schulalter angeboten werden (vgl. Kapitel 3).

Auf Wunsch können auch Begleitungen zu anderen Stellen, wie zum Beispiel Sozialdiensten oder Kinder- und Jugendheimen angeboten werden, wodurch eine weitere Unterstützung der Betroffenen angestrebt wird. Wo möglich und gewünscht, wird eine für das Familiensystem gewinnbringende Zusammenarbeit mit bereits involvierten Stellen sowie deren Vernetzung angestrebt. Es besteht eine profunde Kenntnis über die soziale Landschaft wodurch praktische Hilfestellungen gegeben werden können. Die Sozialberatung der Arche Für Familien ist somit Teil eines systemischen Unterstützungsangebotes mit niederschwelligem Zugang, was in der Arbeit mit Familien in belastenden Lebensumständen zielführend eingesetzt werden kann.

## 2.2 Ziele

- Die Ratsuchenden sind in ihrer Alltagsgestaltung unterstützt und finden Normalität, Entlastung und Stabilität.
- Die Familien sind zur autonomen Lebensgestaltung befähigt.
- Interne und externe Ressourcenerschließung findet statt.
- Soziale Integration und gesellschaftliche Teilhabe sind verbessert.
- Sinnvolle und finanziell günstige Freizeitmöglichkeiten für alle Familienmitglieder sind bekannt und werden genutzt.
- Eltern nehmen die Bedürfnisse ihrer Kinder wahr und die Erziehungskompetenzen sind gefestigt.
- Die Eltern-Kind-Beziehung ist gestärkt und die Kinder sind in ihrer Entwicklung unterstützt.
- Die betroffenen Familien erfahren Entlastung und Unterstützung durch eine zuverlässige Bezugsperson in Form einer Fachperson.
- Ist ein psychologisches Beratungsgespräch sinnvoll, ist der Einstieg erleichtert.

# 3 Psychologische Beratung

## 3.1 Zielgruppe

Die psychologische Beratung richtet sich an Schwangere, Eltern mit Babys und Kleinkindern von 0 bis 4 Jahren in Krisen und Übergängen sowie an Familien in mehrfach belastenden Lebensumständen mit Kindern von 0 bis 14 Jahren. Sie bietet bei verschiedensten Problemen Beratung, Unterstützung und allenfalls psychotherapeutische Begleitung an.

Der Fokus unseres Angebotes liegt auf den Beziehungen und Interaktionen zwischen Eltern und Kindern sowie auf der Unterstützung der Eltern hin zu einer entwicklungsfördernden Elternschaft.

## **3.2 Psychologische Beratung, Krisenintervention und Therapie im Frühbereich**

Sichere äussere Lebensbedingungen, psychische Stabilität der Mütter und Väter (und/oder engsten Bezugspersonen), Halt gebende (familiäre) Strukturen sowie die Unterstützung durch das Umfeld wirken sich bereits mit dem Beginn der Schwangerschaft günstig auf eine sichere Beziehungsentwicklung zwischen Eltern und Kind aus. Dies wiederum erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass sich das Kind bis ins Erwachsenenalter emotional, kognitiv und sozial gesund und resilient entwickelt. Unser Angebot umfasst:

### **Psychologische Beratung**

- Entwicklungs- und Erziehungsberatung
- Familienberatung
- Paarberatung im Übergang zur Elternschaft
- Väter- und Mütterarbeit

### **Krisenintervention**

- Paarkonflikte im Übergang zur Elternschaft
- Trennungsmediation mit Perspektive auf das Wohl und die Bedürfnisse des Kindes
- Psychische Krisen im Übergang zur Elternschaft
- Erschöpfung, Überlastung, Überforderung
- Entwicklungsbedingte Krisen

### **Fokussierte Psychotherapie**

- Eltern-Kleinkind-Therapie, Mutter-Kleinkind-Therapie, Vater-Kleinkind-Therapie
- Elternschaftstherapie
- Paartherapie mit Fokus auf die Bedürfnisse des Kindes
- Postpartale Depression bei Mutter oder Vater
- Interaktionsstörungen zwischen Eltern und Kind
- Regulationsstörungen beim Kind

### **3.2.1 Ziele**

- Entwicklung einer positiven, sicheren und entwicklungsfördernden Beziehung zwischen dem Baby/Kleinkind und den Eltern
- Praktische und emotionale Entlastung der Eltern und Entspannung der familiären Lebenssituation durch Veränderungen der Alltagsstrukturen, Nutzung familiärer und ausserfamiliärer Ressourcen, Entlastung von Schuld- und Insuffizienzgefühlen und Versagensängsten
- Verbesserung der Fähigkeit der Eltern, die Bedürfnisse ihres Kindes wahrzunehmen, seine Signale zu verstehen und darauf feinfühlig zu reagieren
- Förderung der elterlichen Kompetenz, das Kind bei seinen Entwicklungsschritten und der Bewältigung seiner Entwicklungsaufgaben zu unterstützen und auf Entwicklungskrisen angemessen zu reagieren
- Verbesserung der Fähigkeiten zu Selbstreflexion, Konfliktfähigkeit und Perspektivenwechsel
- Bearbeitung unverarbeiteter innerer Konflikte oder traumatischer Erfahrungen der Eltern, welche die Paarbeziehung belasten und/oder den emotionalen Zugang zum Kind behindern

### 3.3 Familiengespräche mit Kindern im Schulalter

Das Angebot der Familiengespräche richtet sich an Familien, die bei der Sozialberatung angeschlossen sind und/oder von den soziokulturellen Angeboten profitieren. Im Rahmen der Bezugspersonenarbeit entwickelt die Familie das Bedürfnis nach einer veränderten Interaktion in der Beziehung zwischen Kind, Eltern und/oder weiteren Bezugspersonen respektive nach einer verbesserten Beziehungsqualität. Das Angebot der Familiengespräche erfolgt ergänzend zur Sozialberatung und hat einen klar definierten und begrenzten Rahmen (6 bis 12 Sitzungen).

Das Hauptanliegen der Familiengespräche ist es, die Mentalisierungsfähigkeit der Familienmitglieder zu stärken. Der Begriff «Mentalisieren» bezeichnet die mentale Fähigkeit, sich selber und andere besser zu verstehen, indem Handlungen in Verbindung zu Gefühlen und Gedanken bei sich selbst oder beim Gegenüber gebracht werden können. Probleme in familiären Beziehungen stehen oft in engem Zusammenhang mit Mentalisierungsschwierigkeiten.

Die Interventionen der psychotherapeutischen Familiengespräche fördern das Mentalisieren aller Familienmitglieder, indem sie ihnen helfen, ihre je individuelle Perspektive bewusst wahrzunehmen, in Worte zu fassen und zugleich die Perspektive der anderen Familienmitglieder besser zu verstehen.

#### 3.3.1 Ziele

- Kommunikationsschwierigkeiten oder sich wiederholende Konflikte zwischen den Familienmitgliedern können reflektiert werden und damit kann eine entwicklungsfördernde Beziehung ermöglicht werden.
- Emotionen bei sich und bei den anderen werden differenzierter wahrgenommen.
- Eigene Emotionen können besser gesteuert werden.
- Die Beziehungsqualität in der Familie und die Resilienz (Widerstandsfähigkeit) sind verbessert.
- Copingstrategien sind entwickelt.

## 4 Anmeldung/Verlauf Sozialberatung und psychologische Beratung

Anmeldung/Erstkontakt: Die ratsuchende Person meldet sich selbständig oder wird mit ihrem Einverständnis durch eine andere Fachperson zugewiesen. Im Rahmen eines telefonischen oder persönlichen Abklärungsgesprächs werden die Bedürfnisse und Erwartungen geklärt. Der Erstkontakt erfolgt in der Regel innerhalb eines Arbeitstages (Hinweis: Am Freitag ist der Betrieb geschlossen).

Schwerpunkt, Zielsetzung und Rahmen/Setting der Interventionen gestalten sich sehr unterschiedlich und orientieren sich an den Bedürfnissen der Klientinnen und Klienten. Die verschiedenen Beratungsangebote können kombiniert oder einzeln in Anspruch genommen werden. Die interne Triage zwischen psychologischer Beratung und Sozialberatung erfolgt durch die zuständige Fachperson. Die Dauer und Intensität der Beratung richten sich nach der Art der Intervention und deren Zielsetzung.

## 5 Triage/Vernetzung

Die Komplexität der individuellen Themen respektive Problematiken kann eine Zusammenarbeit mit anderen Fachstellen erfordern. Diese erfolgt immer in Absprache und im Einverständnis mit den Ratsuchenden (Schweigepflichtentbindung).

Die Arche Für Familien ist professionell vernetzt und eine externe interdisziplinäre Zusammenarbeit ist gewährleistet:

- mit ärztlichen/psychiatrischen Fachstellen bei Verdacht auf gravierende somatische und psychosomatische Störungen oder bei psychopathologischen Auffälligkeiten von Kind und/oder Eltern.
- mit dem gesamten Helfernetz wie zum Beispiel den Sozialen Diensten bei ergänzender Beratung und Begleitung zu anderen Stellen.
- bei kulturellen oder sprachlichen Besonderheiten mit punktuellm Einbezug von Dolmetschern oder Überweisung an kultur-/sprachkompetente Fachpersonen.
- bei schwierigen sozio-ökonomischen oder verwahrlosenden familiären Bedingungen allenfalls mit Einbezug der Kinderschutzbehörde.
- bei begrenzten eigenen therapeutischen Zielsetzungen. Wir führen keine Einzeltherapien für Kinder durch. Es erfolgt eine Zusammenarbeit mit einer psychologisch-psychotherapeutischen Fachperson.

Die soziale und/oder psychologische Beratung der Arche Für Familien kann durch andere Fachstellen vermittelt werden:

- Beispielsweise fragen Spitäler nach erfolgter medizinischer Abklärung weitere psychosoziale Unterstützung von Kind respektive Eltern/Familie an.
- Einzeltherapeutisch mit Kind, Mutter oder Vater arbeitende Fachleute wünschen eine ergänzende therapeutische Arbeit mit der ganzen Familie.
- Beiständinnen/Beistände wünschen eine weitere Begleitung belasteter Familien im freiwilligen Rahmen.
- Co-Beratung mit Hebammen und Mütter-/Väterberaterinnen.

## 6 Kosten/Finanzierung

Alle Familien, unabhängig von ihren finanziellen Verhältnissen, sollen vom Angebot der psychologischen Beratung profitieren. Das Angebot der Sozialberatung und die Familiengespräche sind für die Familien kostenlos. Die Tarife für die psychologische Beratung im Frühbereich sind einkommensabgestuft und werden individuell festgelegt.

**arche Für Familien**

Zeughausstrasse 60 | 8004 Zürich | Tel. 044 241 63 43  
fuerfamilien@archezuerich.ch | www.arche-fuerfamilien.ch

