

Kursnummer: D

Wenn die Eltern plötzlich alt sind – Kümern ohne krank zu werden

Irgendwann trifft es fast jede Tochter und jeden Sohn im mittleren Lebensalter: Die Eltern können ihr Leben nicht mehr wie gewohnt meistern und die „Kinder“ sehen sich in der Verantwortung. Plötzlich und unerwartet findet ein Rollentausch statt, der sich für alle Beteiligten falsch anfühlt: Denn viele Kinder kommen sich anmaßend vor, den alten Vater darauf hinzuweisen, dass seine Kleidung fleckig ist und das Auto schon wieder eine Beule hat. Sie sind genervt, wenn die schwerhörige Mutter das Hörgerät nicht benutzt und Hilfsangebote wie Essen auf Rädern oder eine Putzhilfe kategorisch ablehnt.

Anfänglich ist die Unterstützung der alten Eltern meist selbstverständlich und leicht, doch dann werden die Gefälligkeiten wie Einkaufen oder die Begleitung beim Arztbesuch schnell zur zeitraubenden und kraftzehrenden Dauerunterstützung. Ein Gefühlscocktail aus schlechtem Gewissen, genervt sein und ständiger Überforderung bis zur Selbstaufgabe entsteht, unter dem die ganze Familie und sogar die Arbeit zunehmend leidet.

Eine Ansammlung von Einzelschicksalen? Weit gefehlt, denn die Generation der „Mid-Ager“ versucht - von der Politik alleine gelassen und von der Gesellschaft moralisch bewertet – ein Problem zu schultern, welches keine vorherige Generation in diesem Ausmaß bewältigen musste.

In diesem Tagesseminar erkennen Sie das gesellschaftliche Problemfeld „alte Eltern“ und analysieren Ihre eigenen emotionalen Verwicklungen. Dadurch ist es Ihnen möglich Strategien zum Ausstieg aus der Emotionsspirale zu entwickeln, die Ihnen helfen sich selbst und Ihre alten Eltern zu entlasten.

Hinweis: Im Seminar werden Gesprächstechniken erlernt, die für geistig gesunde Eltern geeignet sind.

Inhalte:

1. Die Alte Gesellschaft

- o Generation Methusalem – Gesellschaftliche Entwicklungen mit dramatischen Folgen
- o Den Generationsvertrag erfüllen - Aber wie?

2. Kinder alter Eltern, so geht es uns wirklich

- o Plötzlich sind sie alt - Der Anfang vom Ende
- o Im Dauerstreit zwischen Liebe, Ohnmacht und Handlungsdruck
- o Über Autofahren, Putzhilfen, Hörgeräte und Co. - oder „Alt sind immer die Anderen“
- o Mit den Eltern reden - aber richtig
- o Schwierige Eltern-Kind-Beziehungen - Vom Erwachsenen zum sog. „Chadult“

3. Was kann ich tun? Raus aus der Überforderung

- o Ausstieg aus der Emotionsspirale
- o Ich bin nicht für alles verantwortlich
- o Rabenkinder haben's leichter

Zielgruppen:	Alle Beschäftigte
Termin:	20.03.2018 09:00 Uhr bis 16:30 Uhr
Teilnehmerzahl:	max. 12 Personen
Trainerin:	Birgit Lambers
Tagungsort:	Mehrzwecksaal der LWL-Maßregelvollzugsklinik Schloss Haldem, Haldemer Str. 79, 32351 Stemwede
Ansprechpartnerin in Haldem:	Mareike Detert LWL-Maßregelvollzugsklinik Schloss Haldem
Ansprechpartnerin in Rheine:	Anke Hoffmeister LWL-Maßregelvollzugsklinik Rheine

Fortbildung/Veranstaltung im Rahmen der innerbetrieblichen Fortbildung der LWL-MRVK Schloss Haldem.