Unterstützung suchen

Herausforderungen begegnen und das eigene Leben neu ordnen

Pflegeschätze

Schlagworte: Selbstfürsorge ▪ unsichtbare Behinderung ▪ Unterstützung

Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die ersten Jahre mit seinem Kind mit ADHS sehr anstrengend waren. Die Beziehung zum Partner war auch schwierig. In dieser Situation hat der Elternteil sich selbst verloren und war unglücklich. Er schaffte es nicht mehr, Dinge zu tun, die ihm gut taten.

Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat erkannt, dass er erst Kraft tanken muss. Er hat sich getraut, sich selbst wichtig zu nehmen. Er holte sich Unterstützung und machte ein Jahr lang Therapie. Dabei hat der Elternteil angefangen sein Leben neu zu ordnen und danach geschaut was für ihn wichtig ist.

© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

Nutzenbeschreibung

Heute lebt der Elternteil wieder mehr so, wie er möchte. Er hat mehr Selbstvertrauen und kann besser Unternehmungen machen und Freundschaften pflegen. Die Therapie hat ihm dabei geholfen.

Zusatzinformationen

Vor der Therapie hat sich der Elternteil von seinem Partner getrennt. Die Eltern teilen sich die Kinderbetreuung (Wechselmodell). Dadurch fand er Zeit, sich um sich selbst zu kümmern.

Erstellt im Teilvorhaben der TH Köln im Projekt “Identifizierung, Visualisierung und Transfer familiärer Innovationen aus dem Alltag mit pflegebedürftigen Kindern”.
Gefördert vom BMBF im Bewilligungszeitraum vom 01.10.2023 bis 31.03.2026

Aufbereitet von: Britta Levering, Verena Schubert, Klara Schwibbert, Laura Blasius, Johanna Krieser, Prof. Dr. Isabel Zorn

Technology Arts Sciences TH Köln

Gefördert durch: Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt