



---

### **„Familien in Krisenzeiten – Zukunftsperspektiven“**

Unser Jahresmotto 2025

### **Impuls & Dialog 2025**

„Familien in Krisenzeiten – aus neurophysiologischer Sicht: Wie können wir unsere Kinder schützen?“

### **Bericht aus der Familienbegleitung – Eltern an der Belastungsgrenze**

Unsere tägliche Arbeit in der Familienbegleitung zeigt, dass immer mehr Familien mit komplexen Herausforderungen zu uns kommen.

### **Statistischer Jahresrückblick 2024**

304 Familien wurden im vergangenen Jahr neu zugewiesen.

### **12 Jahre Elterntreff**

Ein langjähriges Erfolgsprojekt von Netzwerk Familie.

### **Auf dem Laufenden**

Aktuelle Fachveranstaltungen – manches ins Rollen bringen und up to date bleiben.

### **Literaturtipps**

---



---

### **„Familien in Krisenzeiten – Zukunftsperspektiven“**

Liebe Kooperationspartner:innen und Netzwerkpartner:innen!

Mit frischer Energie und neuen Perspektiven sind wir ins Jahr 2025 gestartet, das unter dem Motto „Familien in Krisenzeiten – Zukunftsperspektiven“ steht. Die aktuellen Zahlen aus der Familienbegleitung, die einen Anstieg der Belastungen in Familien belegen, haben uns zu diesem Jahresmotto inspiriert. Unser Fokus liegt darauf, wie Familien auch in schwierigen Zeiten gesund bleiben können, um ihren Kindern eine gute Zukunft zu ermöglichen. Zwei spannende Veranstaltungen, die sich genau mit diesen Themen befassen, werden neue Impulse für die Praxis geben. Den Auftakt macht die Neurobiologin Dr. Nicole Strüber mit ihrem Vortrag im April. Noch haben wir freie Plätze.

Um gesund zu bleiben sind „Verbindung und Bindung“ essenziell. Ob in Familien, zwischen Klient:innen und Helfer:innen oder im eigenen Team – stabile Bindungen sind das Fundament, auf dem erfolgreiche Unterstützung und Zusammenarbeit aufbauen. Gerade die Förderung von Bindungen und Verbindungen ist in unserer täglichen Arbeit von unschätzbarem Wert. Ein kurzer Hinweis: Auch wir als Fachpersonen müssen in Verbindung mit uns selbst bleiben, um langfristig gesund und belastbar arbeiten zu können. Sehen Sie sich dazu unsere Veranstaltungs- und Buchtipps an. Viel Spaß beim Lesen!

---

## **Impuls & Dialog 2025**

„Familien in Krisenzeiten – aus neurophysiologischer Sicht: Wie können wir unsere Kinder schützen?“

Die bekannte Neurobiologin und Autorin Dr.in Nicole Strüber gibt spannende Einblicke in die Auswirkungen von Krisenzeiten auf Familien und zeigt auf, wie Kinder gestärkt und geschützt werden können. Erfahren Sie mehr über die Rolle von Bindung, Stressregulation und Resilienzförderung aus neurophysiologischer Sicht. Der Vortrag mit anschließender Podiumsdiskussion findet am **2. April um 18 Uhr im Landeskrankenhaus Bregenz** statt.

Auf dem Podium begrüßen wir:

- Mag.a Alexandra Kremer (klinische Psychologin bei den aks Kinderdiensten)
- Mag.a Manuela Lang, BA MSc. (Landesverband – Servicestelle für Kinderbetreuung, Spielgruppen und Eltern-Kind-Zentren)
- Angelika Ott, MA (Leitung Caritas Familienhilfe)
- Michael Hämmerle, BA (Bereichsleitung Kaplan Bonetti Beratungsstelle).

Weitere Informationen erhalten sie auf unserer Homepage.

Anmeldung unter: [fortbildung@netzwerk-familie.at](mailto:fortbildung@netzwerk-familie.at) oder <https://de.surveymonkey.com/r/F5B79SN>



## **Bericht aus der Familienbegleitung**

### **Eltern an der Belastungsgrenze**

Unsere tägliche Arbeit in der Familienbegleitung zeigt, dass immer mehr Familien mit komplexen Herausforderungen zu uns kommen. Während früher vorrangig Unsicherheiten im Umgang mit dem Kind oder konkrete Erziehungsfragen im Mittelpunkt standen, erleben wir heute zunehmend, dass Eltern durch eine Vielzahl an Belastungen an ihre Grenzen geraten.

Viele Eltern sind erschöpft – sei es durch fehlende soziale Netzwerke oder mangelnde Betreuungsmöglichkeiten, oft gepaart mit unterschiedlichsten Belastungen. Besonders herausfordernd ist beispielsweise die hohe emotionale und organisatorische Belastung für Eltern chronisch erkrankter Kinder. Ihr Alltag ist oft gekennzeichnet von Unsicherheiten, Ängsten und einer Vielzahl an Arzt- und Therapieterminen, ohne dass ausreichend Entlastung in Sicht ist. Auch psychische und chronische Erkrankungen der Eltern sind ein nicht zu unterschätzender Faktor, der die Belastung weiter erhöht.

Sehr viele der von uns begleiteten Familien sind von finanziellen und existenziellen Sorgen betroffen. Dies hat sich im Verlauf der letzten Jahre verschärft. Gerade Alleinerziehende stehen überproportional häufig vor finanziellen Engpässen. Konfliktreiche Trennungen verschärfen die Situation zusätzlich. Wir begleiten zudem viele Familien, bei denen aufenthaltsrechtliche Unsicherheiten und lange Behördenverfahren dazu führen, dass dringend benötigte Unterstützungen verzögert werden, was Familien zusätzlich unter Druck setzt. Viele dieser Familien sind von prekären Wohnsituationen, drohender Wohnungslosigkeit oder langen Wartezeiten auf leistbaren Wohnraum betroffen.

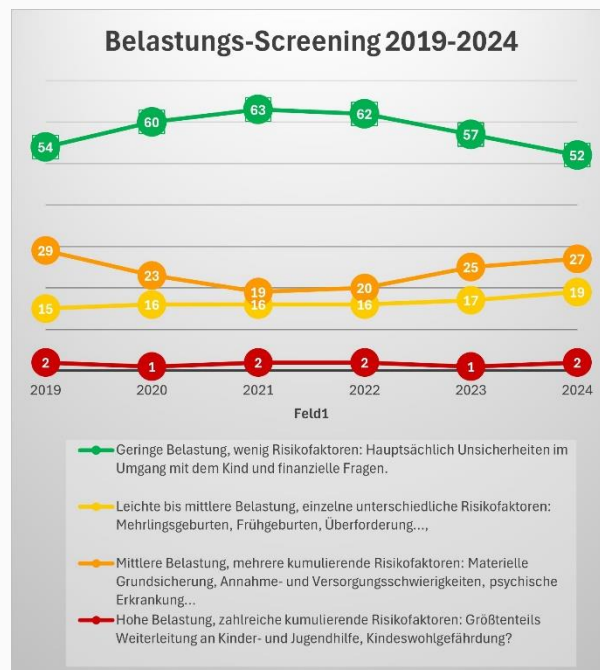
Erschwerend kommt hinzu, dass Eltern heute mit hohen Anforderungen konfrontiert sind. Neben den Herausforderungen des Alltags stehen sie unter dem Druck gesellschaftlicher Erwartungen, die das Gefühl verstärken, immer mehr leisten zu müssen.

Diese schwierigen Lebensumstände wirken sich direkt auf das Familienleben aus. Existenzielle Sorgen binden viel Energie und verursachen erheblichen Stress – was in manchen Familien auch das Erziehungsverhalten beeinträchtigen kann. Während die Bearbeitung dieser Themen viel Zeit in Anspruch nimmt, rücken Fragen rund um die Kinder und deren Entwicklung für die Eltern oft in den Hintergrund.

Um die Belastungen gezielt erfassen zu können, nutzen wir ein Screening-Instrument, das sich an den wissenschaftlichen Arbeiten von Heinz Kindler orientiert. Innerhalb der ersten drei Monate der Begleitung werden soziale, familiäre und individuelle Faktoren sowie Merkmale des Kindes erfasst. Die ermittelten Belastungen werden einer von vier Kategorien zugeordnet:

- Geringe Belastung (0–7 Punkte): Wenige Risikofaktoren, z. B. Unsicherheiten in der Erziehung.
- Leichte bis mittlere Belastung (8–9 Punkte): Einzelne unterschiedliche Risikofaktoren.
- Mittlere Belastung (10–17 Punkte): Mehrere kumulierende Risikofaktoren.
- Hohe Belastung (18–54 Punkte): Zahlreiche kumulierende Risikofaktoren.

Ein Blick auf die letzten fünf Jahre zeigt, dass der Anteil an Familien mit geringen Belastungen abnimmt, während mittlere Belastungen stetig zunehmen. Während 2021 noch 63 % der begleiteten Familien geringe Belastungen aufwiesen, lag dieser Anteil 2024 nur noch bei 52 %. Gleichzeitig stieg der Anteil der Familien mit mittleren Belastungen von 19 % auf 27 %. Familien mit hoher Belastung machen konstant etwa 2 % aus.



Negative Kindheitserfahrungen haben erhebliche Auswirkungen auf die physische und psychische Gesundheit im Erwachsenenalter. Wie Geiger, Haas und Unger (2020) berichten, zeigt die US-amerikanische ACE Study (Adverse Childhood Experiences), dass mit zunehmender Anzahl belastender Erlebnisse das Risiko für Depressionen, Substanzmissbrauch und chronische Erkrankungen signifikant steigt. Dazu zählen nicht nur Misshandlung und Vernachlässigung, sondern auch familiäre Belastungen wie Trennung, Sucht oder psychische Erkrankungen eines Elternteils. Neuere Studien (Bellis et al. 2014, Metzler et al. 2017) weisen zudem darauf hin, dass familiäre Faktoren wie geringe Bildungschancen, Arbeitslosigkeit und Armut zur Weitergabe dieser Belastungen über Generationen beitragen.

Unsere Erfahrung zeigt, dass Familien mit ausreichenden Ressourcen in der Lage sind, einzelne Belastungen abzufedern. Doch wenn sich Belastungen häufen und über eine längere Zeit andauern, kann dies die eigene Handlungsfähigkeit erheblich einschränken. Hier setzt unsere Arbeit an: Wir möchten Familien so früh wie möglich erreichen, ihnen Stabilität bieten, sie motivieren Unterstützung in Anspruch zu nehmen und ihnen passende Angebote vermitteln. Dabei sind wir auf die enge Zusammenarbeit mit unseren Netzwerkpartner:innen angewiesen – nur gemeinsam können wir betroffene Familien stärken.

Durch langfristige Begleitung, den Aufbau von Vertrauen und eine wertschätzende Haltung gelingt es uns, Ängste abzubauen und Familien in ihrer Eigenständigkeit zu fördern. Oft beginnt der Weg mit einer konkreten Unterstützung im Alltag, um erste Entlastung zu schaffen. Sobald existenzielle Sorgen bewältigt sind, rücken tiefere Themen in den Fokus, und Eltern können wieder stärker auf die Bedürfnisse ihrer Kinder eingehen.

Zu sehen, wie sich Belastungen im Verlauf der Begleitung verringern, Ressourcen wachsen und sich die Eltern-Kind-Bindung verbessert, ist es, was uns motiviert, auch herausfordernde Situationen mit den Familien auszuhalten und dranzubleiben.

Literaturangabe:

Geiger, H., Haas, S., & Unger, T. (2020). Negative Kindheitserfahrungen („Adverse Childhood Experiences“, ACE),

toxischer Stress und Frühe Hilfen. Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) /

Österreichische Gesellschaft für

Kinder- und Jugendheilkunde (ÖGKJ).

Kindler, Heinz; „Wie könnte ein Risikoinventar für Frühe Hilfen aussehen?“ in „Frühe Hilfen im Kinderschutz“; Juventa Verlag, 2009.





## **Statistischer Jahresrückblick 2024**

Im vergangenen Jahr gab es 304 Neuzuweisungen an Netzwerk Familie. 137 Familien meldeten sich selbst bei uns. Insgesamt begleiteten wir 486 Familien und erreichten damit 913 Kinder in Vorarlberg.

Unsere Fachpersonen für Bindung und Entwicklung haben im Rahmen der Entwicklungspsychologischen Beratung EPB im letzten Jahr 99 Familien beraten. 32 Familien haben an SAFE-Kursen, der „Sicheren Ausbildung für Eltern“ teilgenommen.

Das Sensibilisierungsteam konnte mit 31 Veranstaltungen 690 Fachpersonen und Kooperationspartner:innen erreichen.

Der Bericht der Familienbegleitung zeigt, dass die Anzahl der Belastungsfaktoren in den begleiteten Familien weiter steigt. Diese Entwicklung spiegelt sich auch in unserer Jahresstatistik wider:

- 22,4 % der begleiteten Elternteile waren von einer psychischen Erkrankung betroffen (+2,4 %)
- 37,9 % litten unter erheblicher Überforderung (+1,9 %)
- 50,6 % hatten starke Zukunftsängste (+4,6 %)
- 69,6 % der begleiteten Familien waren in Anlehnung an die EU-Silc-Werte armutsgefährdet. Dieser Wert ist im Vergleich zum Vorjahr von 52% auf 69,6 % angestiegen. Dies liegt darin begründet, dass die Armutsgefährdungsschwelle vom Jahr 2022 zum Jahr 2023 um € 180,- angehoben wurde. In den Jahren 2018 bis 2022 bewegte sich die Anhebung zwischen € 21,- und € 43,-. Der hohe finanzielle Druck ist eine große Belastung für die Familien.

Der ausführliche Jahresbericht Netzwerk Familie erscheint in Kürze auf unserer Homepage.

---

## **12 Jahre Elterntreff – ein langjähriges Erfolgsprojekt von Netzwerk Familie**

Netzwerk Familie bietet den begleiteten Familien 8x pro Jahr kostenfrei einen Workshop mit Kinderbetreuung zu Themen wie Erste Hilfe, Motorische Entwicklung oder Schlafen usw. an.

Im Folgenden ein Einblick in einen dieser Nachmittage:

### **Elterntreff „Schlaf jetzt endlich!“ Information und Gespräch über die kindliche Schlafentwicklung, Familienzentrum Dornbirn**

Langsam treffen die Eltern mit ihren Kleinkindern in Maxi Cosi oder Kinderwagen ein.

Ein Paar ist ohne Kinder da und freut sich über die kurze Auszeit. Eine Teilnehmerin hat Kuchen mitgebracht und es gibt ein gemütliches Ankommen.

Später im Seminarraum erfolgt eine kurze Vorstellungsrunde. Wer kommt aus welchem Teil des Landes? Eine Teilnehmerin wohnt zufällig in der gleichen Straße wie eine andere.

„Können Sie sich an eine Episode zum Thema Schlafen in Ihrer Kindheit erinnern?“  
Lächeln auf den Lippen, Erinnerungen werden hervorgekramt. Es wird deutlich, dass die Bedürfnisse zum Thema Schlafen sehr individuell sind.

Im Infoteil geht es um die Schlaftheorie: Sinn des Schlafes, schlafen Kinder anders als Erwachsene, wie verläuft die kindliche Schlafentwicklung? Was brauchen Kinder, um gut zu schlafen? Die Teilnehmerinnen sprechen Themen wie Schlaftrainings und ihre Auswirkungen auf Kinder an.

In Kleingruppen sammeln die Teilnehmerinnen ihre Fragen. Sie tauschen sich aus, wie sie den Schlaf ihrer Kleinkinder in verschiedenen Entwicklungsphasen erlebt haben.

Auf den Kärtchen der Teilnehmer:innen finden sich Fragen wie: „Mein Kind braucht abends eine Stunde, um einzuschlafen. Was soll ich tun?“, „Unser Kind wird täglich um fünf Uhr wach. Das nervt mich total.“ Oder „Unser Kind ist jede Nacht zwei Stunden wach. Was braucht es?“

Wir finden gemeinsam für jede der Fragen eine mögliche Handlungsstrategie. Die Atmosphäre ist offen und warm. Ein kleines Mädchen krabbelt in die Mitte des Kreises und beäugt ihre Kollegin.

In der Abschlussrunde berichten die Teilnehmer:innen, wie wohltuend es für sie ist, die Erfahrungen anderer Eltern zu hören, dass sie interessante und für sie neue Infos bekommen haben. Viele Teilnehmende sind gespannt, wie es klappt den nächsten Schritt zu einem gelingenderen Familienalltag umzusetzen.





---

## **Auf dem Laufenden**

### **Gib mir mal die Hautfarbe – Kinder gegen Rassismus stärken**

Vortrag mit Olaolu Fajembola

**9. April, 20.00 Uhr**

ORF Landesstudio Vorarlberg, Dornbirn

Kein Kind wird als Rassist:in geboren. Und doch erfahren wir im privaten und gesellschaftlichen Raum, wie rechte und rechtsextreme Stimmungen Konjunktur erleben. Dieser Vortrag möchte ein Bewusstsein für die Bedeutung einer diversitätssensiblen und rassismuskritischen Erziehung schaffen und wird praktische Ansätze für den Umgang mit diesen komplexen Themen im pädagogischen Alltag aufzeigen. Denn es gilt: Nur gemeinsam können wir Rassismus entgegenzutreten und alle Kinder davor schützen.

Weitere Informationen und zur [Anmeldung](#).

### **Elementarpädagogische Fachtagung 2025 – Pädagogische Haltung**

„Haltung **sichtbar** machen – Haltung **bewahren** – Haltung **ent**-wickeln“

**10. bis 12. April**, Kulturhaus Dornbirn und Schloss Hofen Lochau

Weitere Informationen und zur [Anmeldung](#).

### **1. BKPT-Fachtag 2025 – Frühes Trauma in der Körperpsychotherapie**

Körperpsychotherapeutische Zugänge zu Themen des verletzten Lebensanfangs

Mit Prof. Dr. Karl Heinz Brisch, Dr. Dirk Beckedorf, Thomas Harms, Klaus Käppeli, Janine Koch, Cornelia Reichlin, Heidi Schneider.

**29. April bis 1. Mai**, Schloss Hofen, Lochau

Weitere Informationen und zur [Anmeldung](#).



## **Literaturtipps**

### **Selbstmitgefühl**

Das Übungsbuch

Ein bewährter Weg zu Selbstakzeptanz, innerer Stärke und Freundschaft mit sich selbst.

Neff Kristin & Germer Christopher

Die Autor:innen definieren Selbstmitgefühl und geben Möglichkeiten zur Selbsteinschätzung. Sie leiten in zahlreichen Übungen an, jeweilige Wirklichkeiten anzunehmen und einen konstruktiven inneren Umgang damit zu finden. Wie kann ich lernen, mit herausfordernden Gefühlen umzugehen?

Ein erfrischend klares Buch mit vielen praktischen Anleitungen für die Arbeit mit sich selbst. Handlich, übersichtlich, gut verständlich. Auch für Menschen in helfenden oder pflegenden Berufen.

ISBN: 978-3-86781-239-9

### **Das Resilienzbuch**

Kinder fürs Leben stärken

Robert Brooks & Sam Goldstein

Was können Eltern tun, um ihre Kinder für die Belastungen des Lebens zu stärken? Wie kommt es, dass ein Kind eine Niederlage gut wegsteckt, ein anderes dagegen daran zerbricht? Wieso gelingt es manchen Kindern, aus Krisen sogar gestärkt hervorzugehen? Welche Eigenschaften bringen diese Kinder mit, und welche Weichen für seelische Widerstandskraft werden schon in der Kindheit gestellt?

Diesen und weiteren Fragen widmen sich die erfahrenen Kindertherapeuten Robert Brooks und Sam Goldstein. Schritt für Schritt erklären sie, was Eltern und Erzieher:innen dafür tun können, dass die Kinder »stark« werden und die entscheidenden Ressourcen erwerben, die es ihnen ermöglichen, ihre Lebensbelastungen erfolgreich zu bewältigen.

ISBN: 978-3-60898-741-6

---

Bildquellen von Netzwerk Familie, Vorarlberger Kinderdorf, pixabay und unsplash

---

### **Kontakt NETZWERK FAMILIE**

T +43 5572 / 200 262 [www.netzwerk-familie.at](http://www.netzwerk-familie.at) [info@netzwerk-familie.at](mailto:info@netzwerk-familie.at)

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

 Finanziert von der  
Europäischen Union  
NextGenerationEU



 Österreichische  
Gesundheitskasse

 sozialfonds  
Vorarlberg

 frühehilfen  
Vorarlberg

 FrüheHILF

Copyright © Netzwerk Familie 2025 NETZWERK FAMILIE, All rights reserved.

Wenn Sie Ihre Einstellungen ändern möchten, klicken Sie bitte hier:  
[Einstellungen verändern](#) oder [vom Newsletter abmelden](#)



