

# Verein Das Haus von Morgen

## Kontaktabbruch innerhalb der Familie/family Estrangement

### *Das Haus von morgen*

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie



Wenn das Unvorstellbare eintritt und Kinder den Kontakt ihren Eltern, Großeltern, Elternteilen abbrechen, heilt die leider nicht diese Wunde.

Die Betroffenen sprechen kaum darüber, ist es doch eine unberechenbare Wunde, die immer wieder aufbricht.

Das Haus von morgen ist ein Projekt unterstützt von:



Kontakt: Gisela / +43 664 2531996 / info@dashausvonn

Gisela Kurath & Elisabeth Auer – Das Haus von morgen

# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

---

## Kontakt:

**Gisela Kurath**

+436642531996 gisi.kurath@gmail.com

Dipl. Lebens – und Sozialberaterin

Dipl. Berufs – und Sozialpädagogin

**Mag. (FH) Elisabeth Auer**

+436509091702 auer.e21@gmail.com

Dipl. Sozial- und Berufspädagogin,

Dipl. Resilienz Trainerin

Systemischer Coach und C.P:E Coach

Basisausbildung Marketing

Homepage: [www.dashausvonmorgen.at](http://www.dashausvonmorgen.at)

Mail: [info@dashausvonmorgen.at](mailto:info@dashausvonmorgen.at)

Adresse: Interimsbüro Sparbersbachgasse 28, 8010 Graz

## **Das Haus von Morgen - Vision Familie**

### **Einsamkeit und das Gefühl unerwünscht zu sein, ist die schlimmste Armut (Mutter Theresa)**

Kontaktabbruch in der Familie führt häufig zu sozialem Schmerz und zu Vereinsamung, das Thema ist tabuisiert. Die Betroffenen sprechen kaum darüber.

Die familiären und auch sozialen Bande werden als nichtmehr verlässlich empfunden.

Konflikte sind in Familien keine Ausnahme, doch der (vermeintliche?) totale Bruch kommt für die meisten überraschend. Mehrheitlich sind es erwachsene Kinder, die sich von den Eltern(teilen) und in der Folge oft von der gesamten Familie lösen.

Kontaktabbruch innerhalb der Familie ist eine Form seelischer Belastung, die durch Angst vor Stigmatisierung ein tabuisiertes Thema darstellt, das in weiterer Folge zu selbstgewählter Isolation und damit zu Vereinsamung führt, vor allem je länger der Kontaktabbruch zurückliegt bzw. das Sich - nicht - mitteilen darüber anhält.

Offen über Emotionen zu sprechen ist eine Herausforderung - auch für andere, auch für indirekt Betroffene. Das Eingestehen von Gefühlen könnte ins Schwanken bringen, schwächen, angreifbar machen. Sich mit dieser Angst auseinanderzusetzen ist wie an einem kleinen Rädchen drehen und bringt Bewegung in ein System. Auch wenn noch nicht klar ist, in welcher Form.

Klar ist, dass das Annehmen von Gefühlen, sie ausdrücken, die Möglichkeit birgt für Verständnis. Verständnis für Ursachen und Gründe des psychischen Schmerzes – den Schmerz aller Beteiligten.

Die Familie als soziales System erster Ordnung ist die größte Ressource gegen Isolation und Einsamkeit.

# Das Haus von morgen

*Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie*

---

Sensibilisierung der Gesellschaft für dieses Thema, der Umgang mit dem empfundenen Schmerz und Prävention sind Säulen unserer Arbeit.

„**Pro-Aktivität** bedeutet nicht nur, die Initiative zu ergreifen!“ (Stephen Covey)

Das Haus von morgen begleitet und ermutigt Proaktivität. Proaktive Menschen treiben Veränderungen voran und wirken somit aus eigener Kraft und Verantwortung gegen Isolation und Einsamkeit. Wir erleichtern den wichtigsten und schwersten Schritt durch kostenlose Erstgespräche, bieten Einzelgespräche durch erfahrene Peerberater und laden zur Teilnahme und Arbeit in der Gruppe ein.

Die **regelmäßigen Gruppentreffen** ermöglichen den Austausch der Betroffenen. Die Gruppe ist ein geschützter Raum. Die regelmäßige Teilnahme an den angebotenen Treffen wirkt als Anker.

Darüber hinaus bleiben wir miteinander auch zwischen den Treffen in Kontakt. Wir verfassen 2 themenspezifische **Newsletter** pro Monat mit Anregung und Unterstützung. Auch Facebook und eine geschlossene Facebookgruppe, sowie eine Whatsapp Gruppe werden betreut. Auf der **Homepage** gibt es einen geschlossenen Chat, der der anonymen Kontaktaufnahme dient.

Durch die Übernahme von Verantwortung der Mitglieder füreinander entstehen Entwicklung und Bindung, als **Ressourcen gegen Einsamkeit**. Ein individuelles soziales Netzwerk entsteht.

Durch den Austausch in der Peergroup können sich die TeilnehmerInnen auf neue Aktivitäten und Sichtweisen einlassen. Die Gruppentreffen sind somit mehr als ein regelmäßiges Treffen, durch die Arbeitsinhalte steht das gesamte Betroffenenwissen den einzelnen Mitgliedern zu Verfügung. Sie dient der freiwilligen **Selbsterfahrung**. Gemeinsame Unternehmungen entstehen durch Interessensaustausch und durch das Wagnis mutig eigene Bedürfnisse zu bekunden. Aktivitäten wie philosophische Abende, Kräuterwanderungen, Themenworkshops

# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

---

sind bereits erprobt und haben positive Wirkungen gezeigt. Die Gruppe arbeitet als weitgehend selbstorganisiertes System. Die Leitung begleitet, bietet Organisation, Umsetzung und regelmäßigen Input. **Workshops** zum Thema Persönlichkeitsarbeit, gewaltfreie Kommunikation, Resilienz und anderen Themen ermutigen zur Arbeit an sich selbst.

Ein **Prozess** (Austausch, Auseinandersetzung und Begleitung) unterstützt selektives, zielorientiertes Handeln. Was kann ich bewegen, womit kann ich meinen Frieden machen?

**Reflexion**, Umdenken und Neubewertung werden durch die verschiedenen Arten des Umgangs mit der Belastung ermöglicht. Die Entwicklung raus aus der Überzeugung dieses Thema mit sich selbst ausmachen zu müssen hin zu einem miteinander wird unterstützt trotz der Herausforderung eine individuell belastende Situation meistern zu müssen.

**Verständnis** von und für alle Akteure wird durch die Synergie aller vom Kontaktabbruch Betroffener (Eltern, junge Erwachsene, Kinder, Partner, Großeltern,..) ermöglicht. Im geschützten Raum der Gruppe wird Wertschätzung erfahren.

*„Es ist die Essenz der Synergie Unterschiede zu schätzen, sie zu respektieren“*

**Erwartungshaltungen** können überprüft und gegebenenfalls abgebaut werden, um ein respektvolles, fruchtbares Miteinander zu entwickeln. Die wiedergewonnene positive Einstellung zum Leben und das Erfahren von verständnisvoller Gemeinschaft wirkt sich positiv aus auf physische- und psychische Gesundheit, soziale Kompetenz und Selbstvertrauen, gibt somit dem Leben neuen Sinn. Selbstwirksamkeit und positive selbsterfüllende Prophezeiung wird erfahren.

*Gemeinsamkeit statt Einsamkeit!!*

# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

## Über uns

Das Projekt „Das Haus von morgen“ betitelt die Gründung eines geschützten Raumes in Form eines Vereins mit Standort Graz, entstehend aus der ersten Selbsthilfegruppe in Österreich, die sich mit dem belastenden Thema Kontaktabbruch innerhalb der Familie befasst.

Die Gruppe wurde im März 2019 gegründet und erfährt großen Zulauf. Innerhalb der wenigen Monate ihres Bestehens ist die Gruppe schon auf über 80 Kontakte angewachsen, ausgeweitet auf die Bundesländer. Der Bedarf ist groß und übertraf die Erwartungen.

Die Komplexität und die Tabuisierung dieses Themas haben uns veranlasst in die Verantwortung zu gehen und eine Möglichkeit zu schaffen Austausch stattfinden zu lassen und professionelle Beratung durch Lebens- und Sozialberater, erweitert durch Professionisten anderer Bereiche, Hilfestellung für Betroffene anbieten zu können.

Die Gruppe soll für all jene zugänglich sein, die das Bedürfnis haben, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und/oder Beratung zu bekommen, egal ob indirekt betroffen oder als aktiver Kontaktabbrecher. Es stellte sich heraus, dass beide Seiten unter der Situation leiden.

## Die relevanten Zielgruppen

Menschen die <b>aktiv</b> den Kontakt abgebrochen haben	Menschen <b>die passiv</b> vom Kontaktabbruch betroffen sind
<b>Eltern, Elternteile</b> <b>Junge Erwachsene</b> <b>Großeltern</b> <b>Enkelkinder</b> <b>Indirekt Betroffene (Patchwork, entferntere Verwandte, Partner)</b>	

# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

## Allen gemein ist die starke emotionale Belastung









Schmerz, Einsamkeit, Isolation, Trauer, Tabuisierung, Angst,.....

## Ziele und Leistungen des Projekts

Die Kommunikation und der Umgang mit den Betroffenen ist wesentlicher Bestandteil unserer Arbeit im Verein mit anderen. Gelungene generationenübergreifende Kommunikation leistet einen ursächlichen Beitrag zur Prävention gegen Einsamkeit und Isolation.

Wir haben es geschafft Kontaktabbrecher und davon Betroffene an einen Tisch zu bekommen, wir sind berührt und stolz darauf beobachten zu können, wie unsere Arbeit gewaltfreie, reflektierte Kommunikation ermöglicht und generationenübergreifendes Verständnis den Weg zueinander ebnet.

## Ziele des Vereins im Überblick

 Von Menschen für Menschen
 Menschen zu unterstützen aus der Einsamkeit, der Verzweiflung herauszufinden und neuen Mut zu fassen
 Einzelgespräche, 1:1 Beratung
 Der Wunsch, sich selbst in der Begegnung mit anderen Menschen kennenzulernen und Perspektiven zu entwickeln
 Anregungen und Informationen zu bekommen
 Unterstützung und Verständnis von Menschen, die eine ähnliche Lebenssituation aus eigener Erfahrung kennen
 Austausch in einem geschützten Raum
 einen neuen Kreis von gleichgesinnten Freunden zu finden sowie Planung und Durchführung gemeinsamer Aktivitäten

# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

---

<b>Das Haus von morgen 2020 – Themenleitfaden Gruppentreffen</b>	
17. Jänner 2020	Vom Wünschen zum Wollen
21. Februar 2020	Das große Jammern – alles muss mal raus
20. März 2020	Zoom Treffen Corona 1.0
17. April 2020	Zoom Treffen Corona 2.0
15. Mai 2020	Spaziergang Corona 3.0
19. Juni 2020	Zu Gast ist unser Psychologe Mag. Herwig Thelen
17. Juli 2020	Alles was Recht ist - Juristisches
21. August 2020	Gesprächstreffen
18. September 2020	Kräuterspaziergang
16. Oktober 2020	Danke, dafür, dass Du...
20. November 2020	Nimm Platz – was ich dir gerne sagen möchte!
18. Dezember 2020	Mein(e) Liebe(r) wer bist du?

<b>Das Haus von morgen 2021 – Themenleitfaden Gruppentreffen &amp; Workshops</b>	
15. Jänner 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
19. Februar 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
05. März 2021	Workshop Frühlingserwachen – Bitter, ein vergessener Geschmack



# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

19. März 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
16. April 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
21. Mai 2021	Tina Soliman kommt uns aus Hamburg besuchen! Vortrag und Dokumentarfilm, Gespräch
18. Juni 2021	Gruppentreffen – Vorbereitung Workshop Mag. Thelen
25. Juni 2021/02. Juli	Workshop * Inhalte Herwig Thelen, klinischer Psychologe
16. Juli 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
20. August 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
17. September 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
24. Sept./ 01. Okt. 2021	Workshop * Räuchern mit Michael Kurath vom Sanddornhof
15. Oktober 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
19. November 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch
26. November 2021	Workshop * Ressourcen
17. Dezember 2021	Gruppentreffen – themenbezogener Austausch

Wir sind auf der Suche nach einer fixen Verortung, ab Jänner 2021 sollte es soweit sein. Die visionierte Räumlichkeit soll einen analogen Raum bieten, verortet in Graz, und uns Basis sein. Er soll vorerst wöchentlich Freitags geöffnet sein von 10:00 bis 18:00.

Unsere Homepage [www.dashausvonmorgen.at](http://www.dashausvonmorgen.at) dient uns bis dahin als digitaler Raum, in dem alle relevanten Informationen bekannt gegeben werden.

# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

Regelmäßige ausgeschriebene Gruppentreffen zu relevanten Arbeitsthemen
Terminlich vereinbarte Einzelberatung (ermäßigt für Vereinsmitglieder ab Jänner 2021)
Vorträge von Gastvortragenden (Philosophen, Psychologen, Geschichtenerzählern,...)
Buch- und Film Club + Diskussion (online)
Lesungen
Sorgentelefon
Workshops
Bibliothek mit relevanter Lektüre (online)
Büro und Organisation
Vor- und Nacharbeiten der Projekte, Treffen
Newsletter verfassen
Pressearbeit

# Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie

## Pressespiegel\*:

- **Ausstrahlung im ORF 2 – Sendung Studio 2** am 10. Jänner 2020 um 17 Uhr  
Beitrag: **Kontaktabbruch innerhalb der Familie, Experteninterview und Betroffeneninterview, Vorstellung der Selbsthilfegruppe DAS HAUS VONMORGEN**  
ORF: Frau Isabel Scharl [isabel.scharl@orf.at](mailto:isabel.scharl@orf.at)
- **Radiobericht OE1 am 7. Juli 2019 um 16 Uhr in der Radioserie „Momente“ Interview von Leitung und Teilnehmerinnen der Selbsthilfegruppe DAS HAUS VON MORGEN.**  
<https://dashausvonmorgen.at/2019/09/01/beitrag-oe1-kontaktabbruch/>  
OE1 Jonathan Scheucher Redaktion Moment/H1-2 [jonathan.scheucher@orf.at](mailto:jonathan.scheucher@orf.at) Tel.: +436649261801 [www.oe1.orf.at](http://www.oe1.orf.at)
- **Zeitungsartikel Die Presse –Die Presse am Sonntag vom 20.Juli 2019 „LEBEN“ Artikel: Verlassene Eltern: Wenn sich die Kinder abwenden Doppelseitiges Interview Gisela Kurath – Gründerin der Selbsthilfegruppe**  
<https://www.diepresse.com/5662623/verlassene-eltern-wenn-sich-die-kinder-abwenden>  
Die Presse Duygu Özgan [duygu.oezgan@diepresse.com](mailto:duygu.oezgan@diepresse.com) Tel: +436769639295
- **Die Woche - Mein Bezirk – Artikel vom 30. Mai 2019 Selbsthilfegruppe „Verlassene Eltern“ Wenn sich Kinder von ihren Eltern trennen**  
[https://www.meinbezirk.at/graz/c-lokales/wenn-kinder-sich-von-ihren-eltern-trennen\\_a3417105](https://www.meinbezirk.at/graz/c-lokales/wenn-kinder-sich-von-ihren-eltern-trennen_a3417105)  
Die Woche - Mein Bezirk <https://www.meinbezirk.at/graz> Autor Andrea Sittinger

\* bisherige Pressemeldungen sind ausschließlich seitens der Presse angefragt.

## Das Haus von morgen

Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern / Kontaktabbruch innerhalb der Familie



Wenn das Unvorstellbare eintritt und Kinder den Kontakt zu ihren Eltern, Großeltern, Elternteilen abbrechen, heilt die Zeit leider nicht diese Wunde.

Die Betroffenen sprechen kaum darüber, ist es doch eine unberechenbare Wunde, die immer wieder aufbricht.

Das Haus von morgen ist ein Projekt unterstützt von:



Kontakt: Gisela / +43 664 2531996 / [info@dashausvonmorgen.at](mailto:info@dashausvonmorgen.at)