

## **Dokumentation Deutscher Fürsorgetag in Nürnberg am 11.11.2009**

**„Familienbildung für alle ausbauen- neue Zielgruppen gezielt ansprechen“**

### **Elternberater/in – Stressbewältigung - Elterntraining**

#### **Elternberater / Elternberaterin**

Zertifizierungsmaßnahme zur Elternberaterin / zum Elternberater für Kindertagesstätten, Kindergärten, Einrichtungen der Eltern- und Familienbildung, Eltern-Kind-Zentren und Mehrgenerationenhäuser der BAG Familienbildung und Beratung e.V.

#### **Elternberatung in der familienorientierten Bildung**

Tendenziell lässt sich eine Zunahme von jungen Eltern registrieren, die sowohl in ihrer Partner- und Elternrolle als auch in Erziehungsfragen verunsichert sind. Hierzu haben die besonderen Anforderungen der modernen, pluralistischen und multikulturellen Gesellschaft genauso beigetragen wie die weltweit schwierige Arbeitsmarktlage, die damit verbundene notwendige Flexibilität bei der Wahl des Wohnortes sowie die unselektierte Medienlandschaft.

Eltern wünschen sich häufig Hilfe und Beratung für ihren Erziehungsalltag, die ihnen aber durch die bisherigen Angebote in der Familienbildung, Kindertagesstätten, Kindergärten, Eltern-Kind-Zentren und Mehrgenerationenhäuser nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung stehen.

Auf Grund dieser Entwicklung entstand ein sozialraumorientiertes, niederschwelliges Bildungs- und Beratungskonzept für die Praxis.

Ziel der Maßnahme ist die Qualifizierung von Fachkräften zum Elternberater. Sie beinhaltet neben der konkreten Wissensvermittlung, das Erlernen praktischer Handlungsumsetzung, die Materialschulung und den Erwerb beratungstechnischer bzw. medialer Kompetenzen.

Im Einklang werden hier Bildungs- und Beratungsmodule kompetent verknüpft. Die Methodik und Didaktik ist zielgruppenorientiert. Regionale Netzwerke und Kontaktpools sind zwingend eingeplant, so dass die Weitervermittlung an Experten gewährleistet ist.

## **Projektentwicklung**

Aus Bedürfnissen der Eltern und dem Anliegen der Fachkräfte ist das Konzept der "ElternberaterIn in der Familienbildung" entwickelt worden. Ziel der Maßnahme ist die bundesweite trägerübergreifende Qualifizierung von Fachkräften in der Familienbildung.

In den 90iger Jahren wurde eine immer stärker werdende Ausdifferenzierung der verschiedenen Institutionen deutlich und die Frage nach der Zuständigkeit einzelner Institutionen war für die Nutzer bzw. Nutzerinnen immer schwerer zu erkennen. Dies zeigte sich auch unter anderem deutlich in der stetigen Zunahme von Bildungs-, Beratungs- und Therapienachfragen, die damit als Ausdruck von Verunsicherungen betrachtet werden können. In der Familienbildung trifft dies in besonderem Maße auf junge Familien mit Kindern in den ersten Lebensjahren zu: in der Tendenz lässt sich eine Zunahme von jungen Eltern registrieren, die nach der Geburt ihres ersten Kindes sowohl in ihrer Partner- und Elternrolle als auch in Erziehungsfragen verunsichert sind. Hierzu haben die besonderen Anforderungen der modernen, pluralistischen und multikulturellen Gesellschaft genauso beigetragen wie die weltweit schwierige Arbeitsmarktlage, die damit geforderte Flexibilität bei der Wahl des Wohn- und Arbeitsortes, die unselektierte pädagogische Medienlandschaft.

Eltern wünschen sich häufig niedrighschwellige Hilfen und Begleitung, die ihnen aber durch die bisherigen Angebote im Bereich der Familienbildung nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung stehen. Der Wunsch nach einer längerfristigen, individuellen Begleitung bzw. Beratung verhindert dabei die Inanspruchnahme der "klassischen" Familienbildungsangebote, insbesondere die der Geburtsvor- und -nachbereitungskurse für die jungen Eltern.

Nicht alle Familien verfügen aber hierfür über ausreichende Kompetenzen und materielle Ressourcen.

Familienbildung zeichnet sich methodisch und didaktisch gerade dadurch aus, dass sie die jungen Eltern durch Angebote anspricht und abholt, die ihrer jeweiligen Lebenssituation entsprechen. Durch entsprechende Qualifizierungsmaßnahmen von Fachkräften gilt es die vor allem präventiv ausgerichteten Ansätze auszubauen und zu stützen.

Aufgrund dieser Ausgangslage junger Eltern und deren Bedürfnis bzw. Wunsch nach einer längerfristigen individuellen Begleitung und Beratung war es notwendig, konzeptionelle Veränderungen und Qualitätsstandards in die Ausbildung von Fachkräften im Sinne einer "Elternberatung und Elternbegleitung" einzubauen. Dabei werden an die in der Familienbildung tätigen Fachkräfte vermehrt Ansprüche gestellt, die weit über die Zielsetzung und auch deren Qualifikation hinausgehen.

Zusätzliche Anforderungen, Qualifikationen und individuelle Hilfsmaßnahmen stellen sich beispielsweise im Zusammenhang mit der Begleitung von Familien über die ersten Lebensjahre der Kinder.

Neben der konkreten Wissensvermittlung umfassen die Anforderungen das Erlernen praktischer Handlungsumsetzung, die Materialschulung und den Erwerb beratungstechnischer bzw. medialer Kompetenzen, die die jungen Familien von Anfang an stärken und sie durch gezielte Beratung und individuelle Begleitung auf dem schwierigen Weg während der ersten Lebensjahre stützen sollen. Im Besonderen gilt es hierbei um die Stärkung der Erziehungskompetenz und die Einübung des bewussten medialen Umgangs, die maßgeblich zur Umsetzung einer gewaltfreien Erziehung beitragen.

Darüber hinaus sind Kontakte und Gespräche mit allen relevanten Institutionen und Gremien vorgesehen, um entsprechende kooperative Netzwerkstrukturen zu entwickeln.

Im Einklang werden hier Bildungs- und Beratungsmodule kompetent verknüpft. Die Methodik und Didaktik ist zielgruppenorientiert. Der Aufbau von regionalen Netzwerken und Kontaktpools sind zwingend eingeplant. So sollen Elternberaterinnen und Elternberater neben ihrer pädagogischen und beraterischen Kompetenz über ein Informations- und Kontakt Netzwerk verfügen, welches einen direkten "Zugriff" bzw. die Weitervermittlung an entsprechende Experten ermöglicht.

Das Programm ist modellhaft in mehreren Bundesländern erfolgreich durchgeführt worden. Thematisch wurden die einzelnen Ausbildungsmodul entsprechend dem Ausbildungsstand der Teilnehmerinnen modifiziert. In der Weiterentwicklung des Programms sind die Erstellung von Schulungsmaterialien, die Durchführung von Disseminationsveranstaltungen und die Evaluation des Projekts vorgesehen.

Die Zertifizierung zur/zum ElternberaterIn umfasst neben der 3 Wöchigen Teilnahme an einer Präsenzfortbildung die Vorlage und Präsentation einer Abschlussarbeit sowie die Erstellung eines Netzwerkes.

Die Qualifizierungsmaßnahme wird durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend finanziell gefördert.

Weitere Informationen zu diesem Programm finden sich auch unter : [BMFSFJ.de](http://BMFSFJ.de) und [www.familienbildung.de](http://www.familienbildung.de)

### **Stressprävention für werdende Eltern**

Jede neue Lebensphase birgt Potentiale und Risiken in Partnerschaften. Die Paarsituation der Erstelternschaft kann als besonderes Lebensereignis betrachtet werden und bringt Unsicherheiten und große Herausforderungen mit sich, die nach wissenschaftlichen Erkenntnissen sehr häufig zu Stress innerhalb der jungen Familie führt. Dies äußert sich innerhalb der Partnerschaft häufig in Auseinandersetzungen, Missverständnissen und Konflikten mit einer wachsenden Verschlechterung der Paarqualität. Aufgrund dieser Erfahrungen ist durch eine Kooperation zwischen der Techniker Krankenkasse und der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg der Kurs „*Stressfrei ins Familienglück*“ entwickelt worden. Der Kurs - als primärpräventive Maßnahme - richtet sich an Paare in der Schwangerschaft beim Übergang zur Elternschaft.

Ungelöste Konfliktsituationen in der Beziehungsstruktur zwischen Mutter, Vater und Kind nehmen Einfluss auf die körperliche und psychische Gesundheit des Kindes und der Eltern. Die Folgen von Stress in dieser Phase sind Partnerschaftsprobleme, Bindungsdefizite zwischen Kind und Eltern und Stillprobleme. Ziel des Kurses ist es, die Paare für die „Situation zu Dritt“ mit all ihren Freuden und Krisen zu unterstützen.

Anhand von alltäglichen Situationen der Partnerschaft und Elternschaft im ersten Lebensjahr des Kindes werden die Kursteilnehmer auf mögliche Stresssituationen aufmerksam gemacht und Bewältigungsfertigkeiten in Rollenspielen trainiert.

Entscheidende Weichenstellungen des Paares im Übergang zur Elternschaft sind:

- Unklare Verteilung der Arbeit in der Familie oder Offenheit und Einigung
- Vorwürfe und Unzufriedenheit mit Rollenzuschreibungen oder lebendiger Austausch

- Mangelnde gegenseitige Wertschätzung oder wechselseitige Anerkennung
- Gegenseitiger Stressaufbau oder partnerschaftliche Unterstützung
- Unangemessene oder gelungene Stressbewältigung
- Kommunikationsprobleme oder Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit
- Vernachlässigung der Partnerschaft oder Pflege der partnerschaftlichen Beziehung.

Mit jeder der beschriebenen Richtungen entscheidet sich im Zuge der Erstelternschaft, ob das Paar seine Paarqualität stärkt oder sich die Partner Schritt für Schritt aus der Paarbeziehung herausbewegen.

Der Kurs „*Stressfrei ins Familienglück*“ wurde auf Basis der Erkenntnisse der Partnerschafts- und der Stressforschung entwickelt und hat das Ziel, durch Stressprävention die Paarbeziehung zu stärken, die Paarqualität zu verbessern und die Stillquote zu erhöhen. Im Rahmen einer Evaluationsstudie wurde die Wirksamkeit des Präventionsangebots bezogen auf die Ziele der Intervention untersucht. In einer Längsschnittbetrachtung wurden dazu zwei Gruppen von je 200 Paaren - zum einen an Interventionen beteiligte Paare und zum anderen Paare einer Kontrollgruppe - zu vier Zeitpunkten zu Themen von Partnerschaft und Elternschaft befragt.

Die Ergebnisse der Evaluationsstudie stehen im Einklang mit anderen nationalen und internationalen Studien. Es bestätigt sich in der Längsschnittbetrachtung, dass die Übernahme der Elternrolle nach der Geburt des ersten Kindes ein kritisches Ereignis für die Partnerschaftszufriedenheit darstellt. Der Übergang von einer dyadischen zu einer triadischen Beziehungsstruktur ist mit einer Vielzahl von Stresssituationen in der Partnerschaft verbunden. Die Veränderung der Zufriedenheit mit der Lebenssituation als Mutter ist insbesondere verknüpft mit einem Konflikt zwischen dem gewollten beruflichen und dem gewünschten familiären Engagement sowie mit der Verteilung der Hausarbeit zu Lasten der Frauen. Die präventive Wirksamkeit des Angebots „*Stressfrei ins Familienglück*“ zeigt sich für die Mütter der Interventionsgruppe tendenziell für alle Indikatoren der Paarbeziehung, vor allem im ersten Halbjahr der Elternschaft.

Die Bewertung der Interventionen erfolgte daneben durch eine Befragung bei den Paaren, die am Kursprogramm „*Stressfrei ins Familienglück*“ teilgenommen hatten. Das gesamte Präventionsangebot bewerten 88.3 Prozent der Frauen als „vollkommen zufrieden/sehr zufrieden/zufrieden“. Bei den Männern waren 87.9 Prozent mit dem Programm „vollkommen zufrieden/sehr zufrieden/zufrieden“.

Für eine breite Umsetzung des Kursprogramms in der Fläche wurde nach der Erprobungsphase eine Kooperation zwischen der Techniker Krankenkasse und der Bundesarbeitsgemeinschaft Familienbildung und Beratung e.V. eingegangen. Im Zuge dessen wird das Kursprogramm von Einrichtungen der Familienbildung Paaren in der Schwangerschaft angeboten und von Kursleitern der Familienbildung durchgeführt. Für die Weiterbildung von Kursleitern zur Durchführung des Kursprogramms wurde das Schulungsmaterial als Online-Lernmodul aufbereitet und in einem E-Learning - Portal für die Weiterbildung im Internet zur Verfügung gestellt. Dadurch können sich potenzielle Seminarleiter örtlich und zeitlich ungebunden weiterbilden und es ist damit angestrebt, in kurzer Zeit ein in der Fläche breites Angebot des Elternprogramms deutschlandweit zur Verfügung zu stellen. Im Rahmen des E-Learning - Portals können Kursleiter miteinander kommunizieren, gemeinsam lernen und Erfahrungen austauschen.

## **Virtuelles Elternttraining zur Verbesserung von Erziehungskompetenzen ( IMPACT)**

### **Erziehen kann man lernen**

Eltern sind in der heutigen Zeit in ihrer Elterntätigkeit tagtäglich einer Menge von Belastungen ausgesetzt und müssen die große Herausforderung bewältigen, gesunde und sozial kompetente Kinder groß zu ziehen. Die Universität Erlangen-Nürnberg und die BAG Familienbildung & Beratung e.V. möchten durch das internetgestützte Programm „IMPACT“ , Eltern bei der Erziehung unterstützen und ihre Erziehungskompetenzen verbessern.

Basierend auf dem bekannten EFFEKT-Training (Universität Erlangen-Nürnberg) und dem evaluierten EU-Projekt IMPACT (Improving Parenting Competences) werden in diesem Elternttraining die folgenden 5 Themenbereiche behandelt:

1. Entwicklung fördern - positiv erziehen
2. Spielregeln in der Familie
3. Grenzen setzen in der Erziehung
4. Überforderung in der Erziehung
5. Soziale Beziehungen stärken

Die Vermittlung der Inhalte erfolgt durch problemorientiertes Lernen: Durch typische Szenarien aus dem Erziehungsalltag können sich die Lernenden schnell und praxisnah mit den

wesentlichen Themen auseinandersetzen. Hintergrundwissen und vertiefende Informationen sind auf einer zweiten Ebene verfügbar und können bei Interesse und Bedarf angeklickt werden. Auf diese Weise geht das Konzept flexibel auf unterschiedliche Vorerfahrungen der Teilnehmenden hinsichtlich Wissen, Interesse und Erfahrungen ein.

Die Eltern werden immer wieder zum Inne-Halten und Reflektieren (über das eigene Erziehungsverhalten und mögliche Wirkungen auf die Kinder) inspiriert, aufgefordert und angeleitet. Durch zahlreiche Aufgaben und Übungen haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, sich intensiv mit der jeweiligen Thematik auseinanderzusetzen und Anregungen, die sie durch den Kurs erhalten, unmittelbar umzusetzen und neue Erfahrungen zu machen.

Während der gesamten Kurslaufzeit werden die teilnehmenden Eltern von Experten (Tutoren) betreut, die individuell auf ihre Fragen eingehen können. Ein wesentlicher Bestandteil des Konzeptes ist der gegenseitige Erfahrungsaustausch zwischen den Teilnehmenden, die hier im Forum sowohl als Fragen-Stellende und Rat-Suchende als auch in der Rolle von „Experten“, die über eigene Erfahrungen berichten, auftreten können. Die Tutoren moderieren die Diskussion jeweils so intensiv, wie es für die Lernenden notwendig ist (z.B. im Falle von unvollständigen oder falschen Informationen durch die Mitlernenden).

Ende November 2009 konnte erstmals eine 5 tägige Fortbildung zum Tutor/zur Tutorin für das Elterntaining angeboten werden.

Es wurden 10 Tutoren ausgebildet, die über Berufserfahrung im pädagogischen Kontext verfügen. Die Fortbildung unterteilt sich in zwei Säulen. Zum einen werden die oben beschriebenen Inhalte des Elterntrainings und zum anderen die Rolle, Aufgaben eines Tutors für ein eLearning Angebot vermittelt. Darüber hinaus wird der Umgang mit der technischen Lernumgebung und Ausführung administrative Aufgaben praktisch eingeübt.

In 2010 wird eine weitere Tutorenfortbildung angeboten. Darüber hinaus werden die tätigen Tutor/innen einen mehrtägigen Erfahrungsaustausch durchführen.

Vielen Eltern ist es kaum oder nicht möglich bestehende Elternkursangebote in Anspruch zu nehmen. Besonders wenn die Kinder noch klein sind, ist tagsüber oft sehr wenig Zeit und es muss eine Betreuung der Kinder – während dieser Zeit gewährleistet sein. Ein eLearning-Kurs bietet gegenüber einem Präsenz-Elternkurs den Vorteil, dass die Teilnehmenden ihre Lernzeiten individuell und flexibel bestimmen können. Auch kann jeder Lernende nach seinen eigenen Bedürfnissen die Inhalte wiederholen bzw. nachlesen.

Obwohl ein hohes Maß an zeitlicher Flexibilität gegeben ist, d.h. nicht alle zur gleichen Zeit lernen, findet ein reger Austausch zwischen allen Eltern im Forum statt. Die Eltern machen die Erfahrung, nicht allein mit ihren Problemen zu sein, sie erleben sich selbst als kompetent in Erziehungsfragen, indem sie z.B. Fragen anderer Eltern aufgrund ihrer eigenen Erfahrungen beantworten können. Eltern lernen, dass sie sich gegenseitig helfen können und ihre eigenen Probleme zunehmend eigenverantwortlich lösen können.

Neben Zeitmangel und eingeschränkter Mobilität können auch persönliche Gründe vorliegen, der Eltern am Besuch eines Präsenzkurses hindern. Nicht jeder möchte in einer Gruppe seine Probleme und Unsicherheiten offenbaren. Ein virtuelles Elternttraining gewährleistet jedoch ein beträchtlich höheres Maß an Anonymität, als dies in einem Präsenzkurs gegeben ist.

Das virtuelle Elternttraining hat nicht zum Ziel, bestehende Präsenzkurse zu ersetzen. Vielmehr richtet sich das eLearning Angebot an diejenigen Eltern, die aus den oben genannten Gründen keinen Präsenzkurs besuchen können bzw. wollen und versteht sich somit als Ergänzung zu den Präsenzangeboten.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft Familienbildung und Beratung e.V. (AGEF) ist mit 295 Mitgliedern die größte Dachorganisation für Einrichtungen der Familienbildung in Deutschland. Sie wird durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend unterstützt.

Über die Mitgliedschaft in der Weltfamilienorganisation ist sie europa- und weltweit vernetzt.

Heribert Rollik, stellv. Teamleiter Kinder-, Jugend- und Familienhilfe und Grundlagenreferent „Familie“ im Generalsekretariat des Deutschen Roten Kreuzes - Berlin, 1.Vorsitzender der BAG Familienbildung und Beratung – Elmshorn, Präsident des Deutschen Nationalkomitees und Mitglied im Vorstand der Weltfamilienorganisation