Fachtagung Frühe Hilfen am 15.11.23
Gelingende Elternschaft – Was bedeutet das?

Workshop IV

Eltern den Rücken stärken und Kinder durch Entwicklungskrisen begleiten
Mit Entwicklungspsychologischer Beratung

Wenn Eltern sich selbst ständig unter Druck setzen, dann leben sie in einer Atmosphäre aus Schuldgefühlen und Selbstvorwürfen. Die Kinder spüren diese Erwartungen und reagieren darauf.

Birgit Augustin und Meike Kollmeyer

Was bieten wir?

Babyambulanz – Von Anfang an.

Wir sind eine Beratungsstelle für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren.

Elternschaft ist krisenanfällig und die Not der Eltern ist oft groß
Häufige Themen sind:

- Schlafprobleme
- Still- und Fütterprobleme (Abstillen im Kleinkindalter ist ein häufiges Thema)
- Unruhe und Schreien
- Geschwisterrivalität
- Verhaltensauffälligkeiten
- Erziehungsfragen
- Schwierigkeiten bei der Kitaeingewöhnung
- Schwierigkeiten in die Elternrolle hineinzufinden
- Verunsicherung und Erschöpfung der Eltern

Neben den **Einzelberatungen** bieten wir den Elternkurs SICHERER HAFEN an, der bereits in der Schwangerschaft startet also ganz **früh** ansetzt und Familien über den Zeitraum von 20 Monaten begleitet – hierzu gehören regelhaft **11 Hausbesuche** + 4 Gruppentreffen. Bei Bedarf können die Eltern zusätzliche Beratungstermine vereinbaren.

Die Geburt eines Kindes stellt oft das ganze Leben auf den Kopf. Plötzlich die Verantwortung für ein Kind zu übernehmen und den realen Bedürfnissen gegenüberzustehen führt leicht zu Überforderung, Erschöpfung und Enttäuschung.

Der Sichere Hafen ist ein frühinterventives Angebot und möchte die Eltern-Kind-Beziehung schon im Aufbau fördern, denn der Beziehungsaufbau beginnt schon vor der Geburt.
Die Eltern werden auf die kommenden Entwicklungsschritte und Entwicklungsherausforderungen vorbereitet. Sie werden für die Ausdrucksweisen ihrer Kinder sensibilisiert. Missverständnisse entstehen seltener oder sie werden rechtzeitig aufgelöst.

Damit Krisen „milder“ verlaufen kann vorgesorgt werden. Wir Berater*innen können dabei unterstützen. Denn wenn die Erwachsenen besser orientiert sind, dann können auch Kinder besser durch belastende Zeiten kommen.

In den Kursen wird der Blick auf das eigene Bindungsverhalten, Rollenbilder, Vorstellung von Familie und Erwartungen an die Partnerschaft gelenkt. Außerdem geht es darum Kraftquellen zu finden, die Eltern helfen aufzutanken bevor der Akku leer ist.

- Alle Angebote, also sowohl die Einzelberatungen als auch der Elternkurs SICHERER HAFEN, sind kostenlos
- Es gibt keine langen Wartezeiten
- Man kann in die Elternkurse auch noch nach dem offiziellen Kursstart einsteigen
- Die Beraterinnen sind für die Eltern telefonisch, über SMS o. ä. gut erreichbar
- Unser Team besteht aus neun Kolleginnen. Dazu gehört eine Kinderärztin, zwei Ergotherapeutinnen (eine davon mit Weiterbildung in Traumapädagogik) eine Psychologin, eine Sozialpädagogin und Familientherapeutin, vier Familienkinderkrankenschwester mit Weiterbildung als Kinderschutzfachkraft und eine Stillberaterin). Durch die gute Vernetzung der Beraterinnen in den Stadtteilen ist eine passgenaue **Weiterleitung in sozialräumliche oder psychotherapeutische Angebote** gewährleistet
- **Mütter und Väter** werden gleichermaßen angesprochen

Wir sprechen ganz bewusst **alle** Eltern an, **unabhängig vom sozialen oder kulturellen Hintergrund oder ihren Vorbelastungen.**

Eine Fokussierung auf ausschließlich belastete Familien wäre diskriminierend und damit nicht einladend. Denn niemand möchte als besonders belastet bezeichnet werden. Alle Eltern wollen sich als „normale“ Eltern verstehen.

Wir erreichen ganz unterschiedliche Familien. Manche Eltern haben keine bekannten Vorbelastungen. Andere Eltern haben psychische Belastungen oder Erkrankungen. Wir erreichen Eltern in Eltern-Kind-Wohnheimen, jugendliche Eltern, Eltern mit pränatalen Belastungsfaktoren (Z. n. Fehlgeburten, einer kräftezehrenden Kinderwunschbehandlung), Familien in besonderen Belastungssituationen (finanzielle, soziale Not, Partnerschaftskonflikte) und auch Hochrisikofamilien.

Je mehr psychosoziale **Belastungsfaktoren** zusammenkommen, umso größer ist das **Entwicklungsrisiko** für die Kinder.

Oft nutzen psychisch belastete oder erkrankte Eltern die Beratungen an einem unserer Standorte oder im Elternkurs Sicherer Hafen neben einer psychotherapeutischen Behandlung.
Manchmal stellt sich in den Einzelberatungen oder im Verlauf des Kurses auch erst heraus, dass es sich um den Verdacht auf eine psychische Erkrankung handelt. Dann versuchen wir in psychotherapeutische Angebote zu vermitteln.

Wo findet das Angebot statt?

Unser Hauptstandort ist in Winterhude, in der Willistraße 7. Man findet uns auch noch an 12 weiteren Standorten in Hamburg, also insgesamt 13 x: in Altona, Bahrenfeld, Barmbek, Barmbek/Dulsberg, Bergedorf, Blankenese, Harburg, Langenhorn, Osdorf, Rothenburgsort, St. Pauli, Wilhelmsburg

- Ein wohnortnahes Beratungsangebot ist für die Familien wichtig, weil z. B. man mit einem schreienden Baby nur schwer weite Strecken bewältigen kann

In besonderen Situationen bieten wir auch **Hausbesuche** an. Das war z. B. der Fall bei einer Mutter, die aufgrund von schweren Geburtsverletzungen unter starken Schmerzen litt und kaum laufen konnte oder bei besonders unruhigen Zwillingen, die viel schrien und bei denen die Eltern stark an ihre Grenzen kamen aufgrund von Schlafentzug und der gesamten Belastungssituation.

Wir haben auch überregionale Anfragen aus anderen Bundesländern und bieten bei Bedarf auch Zoomberatungen an.

Wie sind die Zugangswege?

Die Eltern wenden sich telefonisch oder per E-Mail an die Babyambulanz – Von Anfang an.

Auf unserer Homepage findet man alle weiteren Standorte und die Eltern können direkt mit der Beraterin einen zeitnahen Termin in ihrer Nähe vereinbaren.
Im Telefonat findet oft schon eine **erste Krisenintervention** statt.
Die Eltern erhalten dann einen Elternfragebogen und je nach Beratungsthema ein 24-Stunden-Protokoll vorab per E-Mail.
Manchmal ergibt es sich auch, dass man in einer Elternschule oder einem Kifaz **spontan** einen Termin bekommt.

Viele Eltern kommen auf Empfehlung von Freunden, Hebammen, Psychotherapeut*innen, den Babylotsen oder anderen Fachleuten.

Eine Anfrage einer Mutter per E-Mail:

… ich habe vor zwei Wochen ein Kind zur Welt gebracht, auf das ich mich sehr gefreut und das ich mir schon länger gewünscht habe. Nun ist das Kind da und ich habe nur ganz selten Freude mit ihr. Hauptsächlich überlege ich, wie ich es am besten anstelle, dass sie nicht weint und bestenfalls die ganze Zeit schläft. Im Umgang mit ihr bin ich sehr unsicher und habe große Angst, etwas falsch zu machen. Wenn ich sie gut beruhigen kann, ärgere ich mich danach, dass ich es „nur“ mit der Trage geschafft habe und sie nicht grade auf dem Rücken liegend zur Ruhe kommen konnte. Ich fühle mich komplett fremdbestimmt. Außerdem bin ich sehr nah am Wasser gebaut und muss wegen jedes „Misserfolges“ weinen. Es besteht zudem die Sorge bei mir, dass ich sie nicht richtig liebhaben kann.

Meine Therapeutin hat mir diese Beratungsstelle empfohlen und nun wollte ich fragen, inwiefern ich bei Ihnen ein Beratungsgespräch in Anspruch nehmen könnte.

Gibt es ein spezielles Konzept?

Wir arbeiten an unseren 13 Beratungsstandorten und im Elternkurs SICHERER HAFEN nach dem Konzept der Entwicklungspsychologischen Beratung.

Die EPB-Beratungen sind für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren also bis zum 4. Geburtstag geeignet. Wenn wir die Familien kennen, dann können Sie auch nach dem 4. Geburtstag weiter zu uns die Beratung kommen. Dann arbeiten wir nach dem Konzept der EBT 4-10. Das ist wie die EPB ein videogestütztes Beratungskonzept.

Die Videosequenzen sind wie ein Handwerkszeug in der Beratung.
Über die Videosequenzen von den Eltern-Kind-Interaktionen, die wir mit den Eltern in der Beratung anschauen kommen die Eltern in der Regel selber darauf, wovon das Kind mehr oder weniger braucht oder was dem Kind guttun würde. Sie können über die Videos leichter die Perspektive des Kindes einnehmen und sein Verhalten besser verstehen.
Die Eltern bekommen von uns **konkrete Handlungsempfehlungen** und Ideen, wie man die **Regulationsfähigkeiten der Kinder unterstützen** kann.
Denn die **Regulationsfähigkeit gilt als Basis für Resilienz**.
Auch bei schwerer Stressbelastung kann man mit dieser Methode den Eltern etwas an die Hand geben, um die Entwicklung einer **sicheren Eltern-Kind-Bindung** zu unterstützen.

Mütter und Väter wenden sich an uns, weil sie das Beste für ihre Kinder wollen und Entlastung suchen. Wenn Eltern aufgrund ihrer Lebensgeschichte sehr belastet, psychisch krank oder sogar traumatisiert sind, ist es schwieriger mit Herausforderungen umzugehen und es kommt leicht zu Missverständnissen in der Eltern-Kind-Beziehung.

- In allen Phasen der Beratung steht das **Kind im Mittelpunkt**
- Förderung der **elterlichen Feinfühligkeit**
- **Eltern-Kind-Interaktion** im Fokus
- Anleitung zur **Co-Regulation also die Stärkung der Regulationsfähigkeiten der Kinder**
- Im Beratungsprozess können Stärken und Schwierigkeiten als auch **Gefährdungen** in der Eltern-Kind-Beziehung besser eingeschätzt, spezifischer benannt und Veränderungen beobachtet werden
- Die Eltern werden in ihrer **Beziehungs- und Erziehungskompetenz gestärkt**
- Die Lebenssituation, die Wünsche und die Befindlichkeiten der Eltern werden im Sinn einer **Passung** und Förderung auf die Perspektive und Entwicklungsmöglichkeiten des Kindes bezogen
- So werden die Eltern **in ihrer Elternrolle bestärkt** und in ihren **Reflexionsfähigkeiten** unterstützt, so dass sie ihr elterliches Verhalten adäquater an die kindlichen Bedürfnisse anpassen können
- Eltern lernen zunehmend besser ihrer **elterlichen Intuition** zu trauen