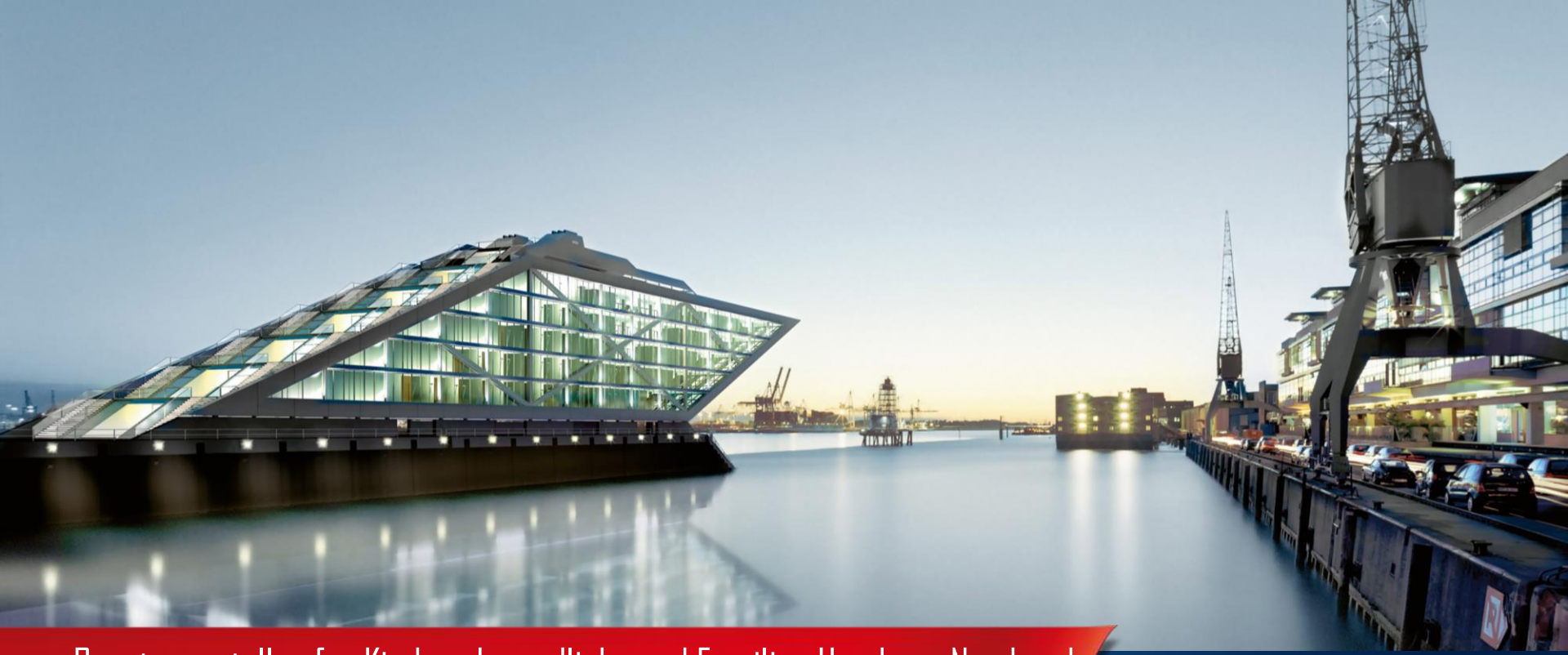


Beratungsstellen für Kinder, Jugendliche und Familien Hamburg Nord und Eimsbüttel

Hamburger Fachtag Frühe Hilfen 2023
Wie kann Elternschaft trotz Krise gelingen?

Hamburg

Wer wir sind und wie wir arbeiten?

In Hamburg gibt es 24 Beratungsstellen in kommunaler und freier Trägerschaft, die allen Familien, Kindern und Jugendlichen zu Fragen der persönlichen und sozialen Entwicklung sowie im Umgang mit individuellen Sorgen und Belastungen und in Krisen z.B. auch bei Verlust und Trennung zur Seite stehen.

Die Zuständigkeit richtet sich nach den Adressen der Kinder. Die Beratung erfolgt im Rahmen der Vertraulichkeit, Freiwilligkeit und Kostenfreiheit.

Themen der Kinder:

Nahrung, Schlafverhalten, Spielverhalten, Motorik, Sprachentwicklung, Trinken und Essen, Wachstum, Medienerziehung, Übergänge Krippe-> Ele, Kontakte zu Gleichaltrigen,

Beziehungsverhalten, Abhängigkeit und selbständiger werden, Geschwisterthemen, Gefühlsregulation, Sauberkeitsentwicklung

Themen der Eltern:

Zeugung, Schwangerschaft, Geburt, Aufgabenteilung der Eltern, Trennung, Scheidung, Berufseinstieg, Unterschiede im elterlichen Verhalten, Überforderung :

Entwicklungsaufgaben für Paare:

Vorgeburtlich/Frühphase:

4 Phasen der Paarentwicklung
Klärung der Aufgabenverteilung zwischen Partnern
Abgrenzung gegenüber konkurrierenden Beziehungen
Lernen, zusammenzuleben
Sicherstellung des Lebensunterhaltes als Paar
Einigung zu Fragen der Familienplanung

Nach der Geburt:

Anpassung des Paarsystems an die Pflege und Betreuung eigener Kinder

Differenzierung zwischen Partner- und Elternrolle

Ausübung einer funktionsfähigen Elternallianz

Aufrechterhalten einer stabilen und befriedigenden Paarbeziehung

Später:

Anpassung an den Beziehungswandel im Umgang mit älter werdenden Kindern

Entlassen der Kinder in die Eigenständigkeit

Was bedeutet eine Trennung/Scheidung für Paare

Eine Trennung/Scheidung sollte im Allgemeinen als kritisches Lebensereignis betrachtet werden. Unabhängig von den individuellen psychischen Strukturen eines Elternteils gibt es immer eine Paardynamik, die einzigartig und exklusiv zwischen zwei Menschen entsteht.

Hamburg

Trennung erzeugt meist eine Reihe von Emotionalen Zuständen, die je nach Phase in der die Trennung steht bedrohlich, überwältigend, erleichternd, unaushaltbar usw. erlebt werden können.

Gefühle wie Wut, Angst, Trauer, Verzweiflung, Enttäuschung können auftreten. Psychische Folgen können z.B. depressiver oder aggressiver Natur sein. Sie können nach einer Zeit abklingen oder sich chronifizieren.

Kennzeichen von hoher Konfliktlage

Andauernde Schwierigkeiten hinsichtlich der Kommunikation und Koordination der Erziehung der gemeinsamen Kinder

Hoher Grad an Wut und Misstrauen zwischen den Partner:innen

Offene und verdeckte Feindseligkeit

Kindzentrierter Rechtsstreit über Sorgerecht und Umgang sowie dessen häufige Wiederaufnahmen

Schwere nicht bewiesene Anschuldigungen über Verhalten und Erziehungspraktiken des Expartners, der Expartnerin wie Vernachlässigung, Missbrauch und Belästigung der Kinder, Kidnapping, häusliche Gewalt, Substanzmissbrauch

Kennzeichen von hoher Konfliktlage

Sabotage der Beziehung gemeinsamer Kinder zum anderen Elternteil

Nichteinhaltung gerichtlicher oder innerhalb anderer Interventionen getroffener Regelungen

Einbezug gemeinsamer Kinder in den Konflikt und Verlust des Fokus auf deren Bedürfnisse

Emotionaler Missbrauch (Demütigungen, Schikane, Verleumdungen) des Expartners

Verbale und physische Gewaltanwendung bei Kontakt

Entstehungsbedingungen:

Individuelle Besonderheitsbedingungen und Persönlichkeitsbeeinträchtigungen

Frühere, dysfunktional verlaufende familiale Interaktionsprozesse

Dynamik des Trennungsverlaufs

Demografische Faktoren (Einkommensdifferenz, kulturelle Unterschiede)

Einbezug von neuen Partner:innen und Verwandten in das Konfliktgeschehen

3 Stufen der Eskalation in Eltern-Konflikten

- Zeitweilig gegeneinander gerichtetes Tun
- Häufig verletzendes Agieren und Ausweitung des Konfliktfeldes
- Chronischer Beziehungskrieg, Kampf um jeden Preis

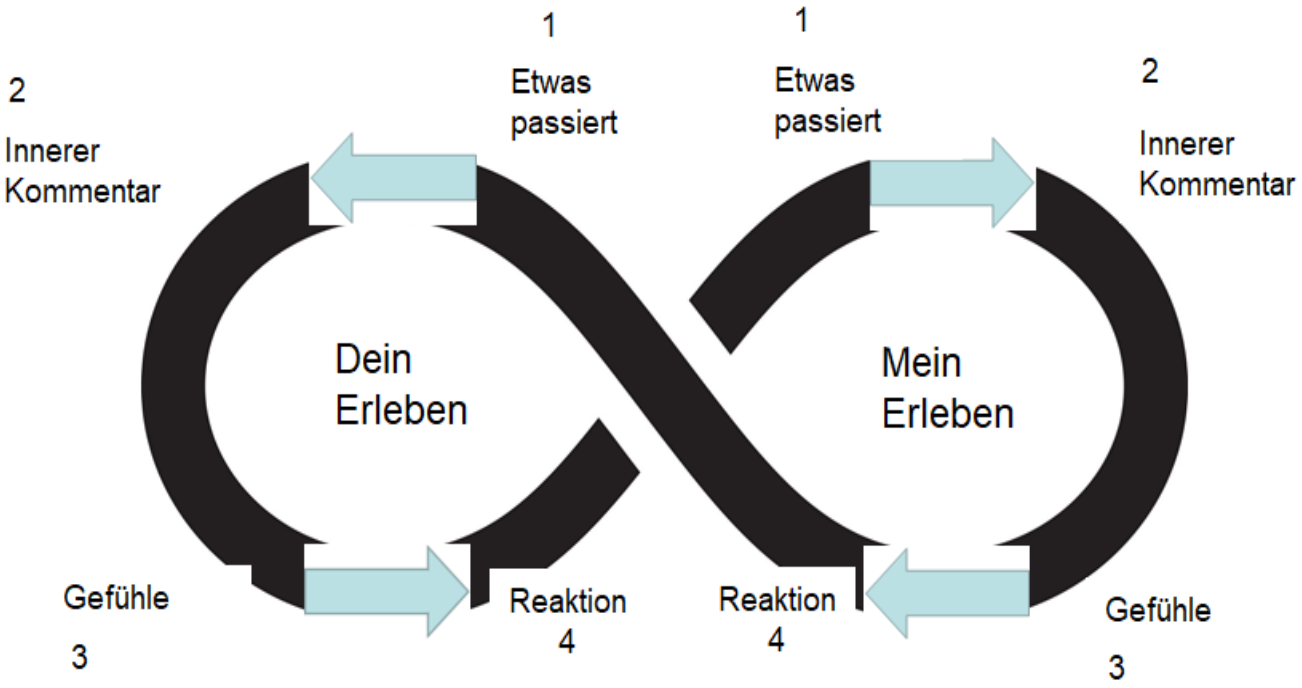
Psychoedukation

Beispiele

- Willensäußerung des Kindes bei Umgangsverweigerung
- Umgang bei kleinen Kindern
- Wer hat angefangen, wer ist schuld?
- Bindung(sstress)

Interventionen

- Die Achterbahn
- Wie bremse ich die Achterbahn?
- Der 18 Geburtstag



Achterbahn von
Kinder im Blick KiB

Wie drückt man auf die Bremse in der Achterbahn?

1) Ich bin motiviert, meinen Teil der Achterbahn auszubremsen/ ich möchte den Pausenknopf drücken
2) Ich atme tief durch (das entspannt mich)
3) Was geht in mir vor (Körper, Kommentare, Gefühle, erster Impuls und warum wäre das nicht gut? Was ist mein Ziel?
4) Ich hole einen hilfreichen Kommentar in mein Bewusstsein (vorher überlegt)
5) Ich reagiere bewusst anders

Der 18 Geburtstag:

Sie haben sich vor 15 Jahren vom anderen Elternteil getrennt.

Nach anfänglichen Schwierigkeiten haben sie ein gutes Miteinander mit dem anderen Elternteil hinbekommen.

Heute hat Ihr Sohn seinen achtzehnten Geburtstag.

Die ganze Familie sitzt im Restaurant. Ihr Sohn möchte eine Rede halten.

Er hält eine Lobrede auf Sie beide und beschreibt, was Sie trotz Trennung alles miteinander als Eltern super gemacht haben. Was könnte er sagen?

Was braucht gute Beratung für einen Rahmen?

Was hilft Ihnen, täglich gute Arbeit machen zu können?

Murmelrunde 3 Minuten

Was braucht gute Beratung für einen Rahmen

Gute Arbeitsstrukturen – einige Beispiele:

- Supervision, Kollegiale Beratung, Intervision, Fortbildung, vertrauensvolle Teamatmosphäre (Erfolge feiern, Fehlerfreundlichkeit, Akzeptanz von Unterschiedlichkeit), Tür und Angelgespräche, gut ausgebildetes Personal

- Gute Vorgesetzte (mit Zeit und offenem Ohr), geeignete Räumlichkeiten

- Selbstfürsorge: Achtsamkeit, Psychohygiene, Spaß und Freude in der Arbeit, Betriebsausflug, Weihnachtsfeier

- Wertschätzendes Menschenbild und Humanismus….nicht nur mit Klient:innen auch insgesamt auf der Arbeit und im Leben.

Hinweis auf informative Internetseite, auf der sich Eltern, Kinder und Fachkräfte informieren können:

- Rechtliche Hinweise
- Ökonomische Hinweise (Steuerklasse usw.)
- Pädagogisch/psychologische Informationen

- https://www.stark-familie.info