

Prävention bei Multiproblemfamilien

Weniger Stress im Erziehungsalltag

Ein schwerwiegender Belastungsfaktor für Eltern und Erziehende ist die Sorge im Alltag, „nicht gut genug zu sein“, die Angst „es nicht richtig zu machen“. So das Ergebnis einer aktuellen Studie von Prof. Klaus Hurrelmann, Universität Bielefeld *

Beispiel Sabine S.: 'Entweder bin ich zu streng, dann mögen mich die Kinder nicht oder ich bin zu weich, dann tanzen sie mir auf der Nase rum und ich mag mich selbst nicht.'

54% der deutschen Mütter und Väter fühlen sich oft mit der Erziehung überfordert (GfK). Es fehlt an der rechten Balance zwischen freundlich und bestimmt. Erst recht wenn es sich um die **sogenannten Multiproblemfamilien** handelt. Denn diese Familien belasten oft zudem Geldsorgen, Arbeitslosigkeit, die damit verbundene Perspektivlosigkeit und neben Schulproblemen der Kinder auch Gewalt innerhalb der Familie. Diese Familien brauchen besondere Unterstützung im täglichen Umgang mit ihren Kindern. Sie sind schwerer erreichbar als andere Eltern. **Angebote über Settings** wie Kindertagesstätten, Schulen und Jugendämter, spielen hier die entscheidende Rolle. Auch dies bestätigt die aktuelle Untersuchung der Universität Bielefeld.

Die Probleme beginnen früh – bereits bei den Kleinsten - und sie reißen nicht ab.... **Bei den Erziehenden herrscht vielfach Unsicherheit, Orientierungslosigkeit, Angst, Druck, Stress.** Die Folgen der unangemessenen Reaktionen der Eltern sind bekannt: Kinder entwickeln Verhaltensstörungen, Schulschwierigkeiten, Ängste, Depressionen und/oder werden gewalttätig. Zusammenhänge von Erlebnissen in der Kindheit und späteren psychischen Erkrankungen, sowie kriminellen 'Karrieren' werden von Fachleuten immer wieder betont und sind durch zahlreiche Forschungsergebnisse belegt.

Aktuelle Forschungsergebnisse bestätigen...

dass die **Erziehungskompetenz sozial benachteiligter Eltern** deutlich verbessert werden kann. Hierbei kann ein STEP Elternkurs die entscheidende Wende im Umgang miteinander herbeiführen. Bestätigt werden konnte, dass die Teilnahme an einem Elternkurs bei diesen Eltern zu einem deutlichen „**Empowerment**“, d.h. **gestärktem Selbstvertrauen durch Ermutigung und Kompetenzaufbau** führt.

Dies überträgt sich auf viele Bereiche des Lebens. Beim Beispiel der alleinerziehenden Mutter, Brigitte K., heißt das konkret, dass sie sich nach langer frustrierender Arbeitslosigkeit wieder aktiv um eine Arbeitsstelle bemüht und diese auch gefunden hat. Durch die Teilnahme an einem STEP Elternkurs hat sie an Selbstbewusstsein und an Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten gewonnen. Sie entwickelte Alternativen zu ihrem rigiden und oft verletzenden Verhalten im Umgang mit ihren Kindern, aber auch anderen Menschen gegenüber. Ihre gesteigerte Erziehungskompetenz, die Ermutigung und Wertschätzung, die sie selbst im Kurs erlebte, führten zu einem entspannteren, stressfreieren Familienleben. Das Verständnis füreinander ist gewachsen, der Umgang miteinander ist respektvoll geworden und Konflikte können jetzt oft gemeinsam gelöst werden.

Brigitte K. hat gelernt, weniger überzureagieren als früher, nicht alles persönlich zu nehmen und deshalb zu schreien, zu strafen und teilweise auch zu schlagen. Sie hat Mut gewonnen, sich auf ihre eigenen Fähigkeiten zu besinnen. Die Beziehung zu den eigenen Kindern hat sich zusehends verbessert, das Verhalten der Kinder hat sich geändert und auch anderen Problemen des täglichen Lebens kann sie jetzt mit neuem Mut und Tatkraft begegnen.

Dies konnte durch die vom **Bundesministerium für Bildung und Forschung** im Rahmen der Präventionsforschung geförderte und von **Professor Klaus Hurrelmann** durchgeführte Evaluation von STEP Elterntraining bereits erwiesen werden.

So sagt Claudia S., eine **Mutter von zwei kleinen Kindern**, am Ende eines STEP Elternkurses: 'Dank STEP kann ich unsere Welt auch aus der Kinderperspektive sehen und erleben. Meine eigenen Erwartungen, Anforderungen und meine doch häufig vorkommenden Wutausbrüche konnte ich zurückschrauben, die Entwicklungsstufen der Kinder erkennen und meine Kinder motivierend unterstützen'.

Stefan und Susanne, **Eltern von drei Teenagern**, atmen auf: 'Durch STEP haben wir gelernt, unseren Alltag harmonischer zu gestalten und aus dem Kreislauf – sich provozieren lassen, aus der Haut fahren, rumbrüllen oder Strafen verteilen – auszubrechen. STEP ist leicht umzusetzen, aber auch verblüffend effektiv. Respekt für sich selbst und für die Kinder spielt dabei die entscheidende Rolle'.

Fazit: Jeder kann erziehen lernen!

Sicher gilt: Je früher die Weichen für einen **erfolgreichen Erziehungs- und Beziehungsalltag** gestellt werden - umso besser für alle Beteiligten: die Eltern und die Kinder! Seit einigen Jahren wird STEP Elterntraining mit großem Erfolg in Deutschland, der Schweiz und Österreich u.a. an Schulen, in Kindergärten, Arztpraxen und Familienbildungseinrichtungen, aber auch von Jugendämtern angeboten.

Ein Beispiel für den präventiven Einsatz auf kommunaler Ebene: Die **Stadt Celle** bietet **STEP Elterntraining flächendeckend in Schulen, Kindergärten** und im Bereich '**Hilfe zur Erziehung**' an. Im 'Babypaket', das Mütter nach der Geburt in der Klinik erhalten, bekommen sie bereits einen Gutschein für die Teilnahme an einem STEP Elternkurs.

Aber auch bei akuten Erziehungsnotständen hat sich STEP Elterntraining (**STEP Tandem**) sehr bewährt. So sind beim **Jugendamt Landkreis Göttingen** STEP Elternkurse für Multiproblemfamilien und ihre Familienhelfer/innen ein fester Bestandteil der Hilfeplanung dieser Einrichtung.

Um psychisch erkrankte Eltern in ihrer Rolle als Mutter und Vater ihrer Kinder zu stützen und die Erziehungskompetenz auch innerhalb einer psychischen Erkrankung zu erhalten, zu erweitern oder wieder aufzubauen, wurde **STEP Duo** den besonderen Bedürfnissen psychisch erkrankter Menschen angepasst.

Am STEP Duo Elterntraining nehmen psychisch erkrankte Eltern(-teile) gemeinsam mit je einem Betreuer teil. Dies kann ein professionell tätiger Familienhelfer sein, aber auch eine Person, die stabilisierend in der Familie wirkt (Großmutter, Freundin o.ä.).

Gerne stehen wir Ihnen mit praktischen Beispielen aus den jeweiligen Bereichen zur Verfügung.

Die **STEP Elternbücher**, "**Die ersten 6 Jahre**", „**Kinder ab 6 Jahre**“ und "**Leben mit Teenagern**" sind im **Beltz Verlag** erschienen. Sie bilden die Basis der nach Alter der Kinder differenzierten Elternkurse.

STEP Die Weiterbildung für Erzieher/innen – Kinder wertschätzend und kompetent erziehen (Das **STEP Buch für Erzieher/innen**, **Cornelsen Scriptor**, 2008).

Weitere Informationen unter www.instep-online.de

*www.uni-bielefeld.de/gesundhw/beep/index.html

** Umfrage der GfK im Auftrag des Apothekermagazins „Baby und Familie“

STEP
Systematisches Training für
Eltern und Pädagogen
Anne Ehrensberger
Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 0211- 405 40 23
Mob.0173- 25 20 144
Fax 0211- 400 339
anne.ehrensberger@instep-online.de
www.instep-online.de