



ACHT SACHEN, DIE ERZIEHUNG STARK MACHEN

Stark durch Erziehung – zu stark für Sucht

**Eine Anleitung zur Zusammenarbeit von PädagogInnen und Eltern
zur Stärkung der Schutzfaktoren
von Kindergartenkindern**

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort & Allgemeines	3
Eltern und Kindergarten – Zwei starke Partner	4
Das Pilotprojekt	6
Projektbeschreibung	8
Methoden	10
Quellenverzeichnis & Anhang	12

IMPRESSUM

Herausgeber:

Amt der Kärntner Landesregierung
Abt. 5 –Gesundheit und Pflege
UA Prävention und Suchtkoordination
Bahnhofplatz 5/2
9020 Klagenfurt am Wörthersee
DSA Margit Nemeth

Klagenfurt, Juni 2014



VORWORT

Aufgabe der universellen Suchtprävention ist es vorzubeugen – das heißt, zu handeln, bevor Probleme entstehen. Darum ist es sinnvoll, so früh wie möglich anzusetzen, Kindern von klein auf die wichtigsten Schutzfaktoren mitzugeben. AnsprechpartnerInnen sind daher in erster Linie Eltern, KindergartenpädagogInnen und alle Erwachsenen, die sich mit Kindern beschäftigen.

Eine gute Möglichkeit, Erziehende/PädagogInnen zu diesem Thema zu erreichen, sind die „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“.

Die Kampagne „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ wurde in Nürnberg entwickelt und evaluiert. Es zeigte sich, dass diese einfachen Botschaften Grundhaltungen und Werte repräsentieren, hinter denen Erziehende problemlos stehen können. Erziehung wird positiv dargestellt und daher ist es ein guter Weg, Eltern und PädagogInnen über diese Werte ins Gespräch zu bringen.

Die Landesstelle Suchtprävention Kärnten hat 2010 das Copyright erworben und ist seither bemüht, die Broschüre mit den Kernbotschaften durch Elternabende, MultiplikatorInnen-schulungen, Inseratenkampagnen, Info-Stände etc. an möglichst viele Eltern, PädagogInnen und interessierte Erwachsene weiterzugeben.

Die „Acht Sachen“ (Liebe schenken, Streiten dürfen, Zuhören können, Grenzen setzen, Freiraum geben, Gefühle zeigen, Zeit haben und Mut machen) sind Grundwerte und Haltungen, die jeder Mensch ein Leben lang braucht. Sie den Kindern mitzugeben, gelingt am besten, wenn man diese Werte und Haltungen selbst lebt.

ALLGEMEINES

Erziehung ist ein lebendiger und spannender Prozess.

Der größte Wunsch aller Erziehenden ist es, eine gute Basis zu legen, damit aus Kindern gesunde, lebensfrohe, verantwortungsbewusste und suchtfreie Erwachsene werden. Aber wie kann das gelingen? Wie schützt man Kinder vor Sucht?

Professionelle Suchtvorbeugung stellt die Frage etwas anders: „Welche Stärken können wir Kindern mitgeben, damit sie gesund und suchtfrei bleiben? Diese Stärken werden Schutzfaktoren genannt, weil sie vor Sucht schützen können.“

Die wichtigsten Schutzfaktoren sind:

- + Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeit
- + eine gute Familienatmosphäre
- + Konfliktlösungsfähigkeit
- + Umgang mit Regeln und Grenzen
- + Umgang mit Langeweile

In den „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ wird darauf näher eingegangen.

ELTERN UND KINDERGARTEN – ZWEI STARKE PARTNER

Das wichtigste Lernfeld für Kinder ist natürlich das Elternhaus. Veränderungen in den Familienkonstellationen (Alleinerziehende, Patchwork-Familien, berufstätige Eltern etc.) und gesellschaftliche Entwicklungen (kleinere Haushalte, höhere Mobilität, ständige Erreichbarkeit etc.) haben die Rahmenbedingungen für das Aufwachsen und die Erziehung von Kindern verändert. Daher bekommen Kindergärten für die Erziehung eine immer größere Bedeutung.

Eine gute Zusammenarbeit zwischen Kindergarten und dem Elternhaus ist eine wichtige Basis für ressourcenorientierte, stärkende Erziehung. Meist funktioniert die Zusammenarbeit recht gut, doch gibt es immer wieder Eltern, die schwer erreichbar sind und trotz aller Bemühungen nicht zu Elternabenden oder Gesprächen kommen.

Mit dem vorliegenden Konzept wird ein anderer Zugang zur Gestaltung von Elternabenden vorgestellt. Es steht nicht „pädagogische Wissensvermittlung“ (durch Fachvorträge), Organisatorisches oder das (Fehl-)Verhalten der Kinder im Mittelpunkt – der Fokus liegt auf einer guten Beziehungsebene zwischen PädagogInnen und Eltern.

Kinder stärken durch Beziehung

Der Kontakt zwischen Eltern und PädagogInnen kann gelingen, wenn

- + sie „echt“ sein können (Kongruenz)
- + sie sich in andere hinein fühlen können (Empathie)
- + sie sich gegenseitig annehmen können (Akzeptanz)
- + sie ihre Grenzen kennen und diese gegenseitig respektieren

„Das gemeinsame Fazit: wer Eltern vertrauensvoll, offen, echt, akzeptierend und empathisch unter Berücksichtigung von Grenzen begegnet (und auch umgekehrt), kann Ähnliches ernten und leistet einen ganz wertvollen Beitrag für die Kinder.“
(Kammerer, Bernd (Hg), „Die Kampagne Erziehung – Ein Modellprojekt“; emwe-Verlag 2004)

Klarheit schafft Orientierung

Eltern und PädagogInnen können aus einer wahren Flut von Fachliteratur, Erziehungsratgebern, Broschüren usw. wählen. Dies kann Erziehende manchmal verunsichern. Die klaren Botschaften der „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ wirken entlastend und durch die positive Darstellung der Erziehung auch ermutigend.

Eine ressourcenfördernde Erziehung kann gelingen, wenn Eltern und PädagogInnen sich ihrer eigenen Stärken bzw. Lebenskompetenzen bewusst sind und diese selbst auch leben. Dadurch geben sie diese Fähigkeiten Kindern ganz selbstverständlich weiter.

Warum dies auch ein Thema für die Suchtprävention ist? Weil genau diese Lebenskompetenzen vor Suchtentstehung schützen!

Denn:

„Starke Eltern und Erziehende haben starke Kinder – zu stark für Sucht“



DAS PILOTPROJEKT

Das vorliegende Konzept (siehe S.8) wurde im Kindergartenjahr 2012/13 im Kindergarten St. Paul im Lavanttal als Pilotprojekt durchgeführt und von der UA Prävention und Suchtkoordination begleitet.

Der Kindergarten führte im Projektzeitraum 3 Gruppen mit jeweils einer Pädagogin und einer Helferin - aber nur eine davon war fix angestellt. Vormittags waren jeweils 25 Kinder, nachmittags 11 Kinder in der Gruppe.

Die Erfahrungen bei der Umsetzung des Projektes wurden nachträglich in das Konzept eingearbeitet. Nach den jeweiligen Elternworkshops wurden an die Teilnehmenden Rückmeldebögen verteilt.

Beim einführenden Elternabend waren alle anwesenden Eltern mit der Durchführung des Pilotprojektes einverstanden. An den vier Elternworkshops nahmen jeweils durchschnittlich 15 Eltern und 4 Pädagoginnen teil. Die Eltern wurden stets 1 Woche vor dem Workshop durch die Kindergartenpädagoginnen an den Termin und an das Thema erinnert und meldeten sich daraufhin verbindlich an.

Parallel dazu wurde mit den Kindern zu den einzelnen Themen gearbeitet.

Da die Eltern das Themenpaar des nächsten Workshops immer schon vorher wussten, nahmen sie bewusster wahr, was ihre Kinder in der Gruppe erarbeitet hatten. Der Austausch im Workshop war sehr spannend und interessant.

Die Kindergartenpädagoginnen berichteten, dass die Kinder begeistert zu den einzelnen Themen in der Gruppe gearbeitet hatten.

(Dabei ist auf die Bezeichnung zu achten, zum Beispiel „Liebe“ und nicht „Liebe schenken“, da die Kinder „schenken“ natürlich sofort mit „Geschenke“ verbinden.)

Alle Themen der „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ sind Themen des Kindergartenalltags, darum bedeutet das auch keinen zusätzlichen Mehraufwand. Lediglich die zeitliche Reihenfolge muss auf die Elternworkshops abgestimmt werden.

Als Besonderheit dieses Kindergartenjahres organisierten die Pädagoginnen mit den Eltern einen Basteltag: Es wurden Schirme mit den Symbolen der „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ gestaltet und jedes Kind bekam so einen Schirm als Geburtstagsgeschenk.



Auszüge aus den Rückmeldungen der Eltern nach den vier Workshops:

„Ich habe viele Tipps für den Alltag und für Problemlösungen gefunden“

„Ich habe viel über mich selbst erfahren“

„Ich gehe im Erziehungsalltag Sachen anders an“

„Ich habe immer wieder neue Aspekte kennengelernt, dadurch habe ich einige Sachen im Umgang mit den Kindern verändert und verbessert“

„Ich kann selbstsicherer gegenüber meinem Kind mit einem NEIN auftreten“

Rückmeldung der Pädagoginnen nach Projektende:

„Wir sind uns jedenfalls einig, dass das Projekt ein absoluter Erfolg war. Wenn auch die Teilnehmerzahl mit der Zeit geringer wurde, so sind die jeweiligen Teilnehmerinnen Multiplikatoren für andere Eltern gewesen.

Es wurde viel diskutiert und ausgetauscht. Dadurch haben sich einige Probleme relativiert, Mütter haben sich gegenseitig Tipps gegeben und es wurde viel gelacht. Viel Druck, perfekt sein zu müssen, wurde genommen.

Für jeden Elternteil war ein anderer Themenschwerpunkt von großer Bedeutung – besonderes Interesse aber fand der Themenkomplex „Freiraum geben - Grenzen setzen“.

Wir denken, dass auch Eltern, die in keinem der Workshops waren, es an ihren Kindern gemerkt haben, dass die Themen uns im Kindergartenalltag begleitet haben.“

Aus Sicht der UA Prävention und Suchtkoordination konnten die Ziele des Projektes – Förderung suchtpreventiver Lebenskompetenzen, Intensivierung der Elternarbeit, gute Beziehungsebene zwischen Pädagoginnen und Eltern - erreicht werden.

Es wurden insgesamt 47 Rückmeldebögen ausgefüllt abgegeben. Die Diskussion zum jeweiligen Themenpaar hat 89% der Teilnehmenden sehr gut gefallen und 11% gut gefallen. Des Weiteren gaben 85% an für ihren Erziehungsalltag profitiert zu haben, 15% meinten, sie konnten sich teilweise etwas mitnehmen.

Das Projektjahr wurde mit einem Abschlussfest, an dem neben den Kindern und Pädagoginnen die meisten Eltern teilnahmen, beendet.

Neben Darbietungen und Liedern gab es vier Aktionsstationen zu den jeweiligen Themenpaaren der „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“: ein Märchenzelt (Zeit haben – Zuhören können), „Wollwuschel“ basteln und eine Polsterschlacht über ein gespanntes Seil (Liebe schenken – Streiten dürfen), Dosen werfen und Mut-Parcours (Gefühle zeigen – Mut machen) sowie einen Pferdeleinen-Geschicklichkeitsparcours (Grenzen setzen – Freiraum geben). Diese Aktionsstationen absolvierten die Eltern gemeinsam mit ihren Kindern, wobei die einzelnen Stationen wurden von den Pädagoginnen betreut wurden.



PROJEKTDESCREIBUNG

Projektname

„Acht Sachen, die Erziehung stark machen – stark durch Erziehung – zu stark für Sucht“
Ein jahresbegleitendes Projekt zur Suchtvorbeugung im Kindergartenalter

Zeitraumen

Ein Kindergartenjahr und darüber hinaus

Zielgruppen

Eltern, Kinder und KindergartenpädagogInnen,

Voraussetzungen

- Basiswissen über Suchtprävention/Lebenskompetenzförderung der KindergartenpädagogInnen
- Bereitschaft, Eltern bei der Ausübung ihrer erzieherischen Verantwortung empathisch, akzeptierend und authentisch zu unterstützen

Ziele

- Förderung suchtpreventiver Lebenskompetenzen/Schutzfaktoren bei Kindergartenkindern
- Intensivierung der Elternarbeit
- Gute Beziehungsebene zwischen Eltern und PädagogInnen

Projektablauf

Das Kindergartenjahr wird unter das Motto „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ gestellt.



Einführender Elternabend zu Beginn des Kindergartenjahres:

Suchtprobleme werden im Allgemeinen dem Jugend- und Erwachsenenalter zugeordnet. Darum ist es wichtig, einfürend den Eltern zu erklären, dass wesentliche Fähigkeiten, die vor einer Suchterkrankung schützen können, bereits im Kindesalter erworben werden. Anhand des „Schutzfaktorenhandouts“ (siehe Anhang) lässt sich anschaulich darstellen, was Kinder brauchen, damit sie diese inneren Stärken entwickeln können.

Elternhaus und Kindergarten versuchen gemeinsam die Kinder zu stärken und ihnen wichtige Schutzfaktoren zu vermitteln. Dazu ist es jedoch notwendig, sich über ein paar Eckpunkte der Erziehung auszutauschen. Die „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ eignen sich dazu sehr gut.

Die Eltern werden darüber informiert, dass auch mit den Kindern zum jeweiligen Themenpaar (Liebe – Streit, Freiraum – Grenze, Gefühle – Mut, Zeit – Zuhören) ein bis zwei Wochen vor dem jeweiligen Workshop gearbeitet wird. Die Ergebnisse werden dann beim Elternworkshop präsentiert.

Wenn die Eltern mit der Durchführung des Projektes einverstanden sind, werden 4 Folgetermine zur Vertiefung der Inhalte vereinbart.

Als Abschluss kann die Broschüre „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ verteilt werden.

4 Elternworkshops:

Ziel der Elternworkshops ist, dass Eltern und PädagogInnen miteinander zum Thema „Erziehung“ ins Gespräch kommen. Es geht hier nicht um die Vermittlung von pädagogischem Fachwissen, sondern um Gespräche, in denen Mütter, Väter und KindergartenpädagogInnen gemeinsam ihre konkreten Alltagserfahrungen austauschen können. Bei dieser Auseinandersetzung über Erziehungshaltungen und -stile ist eine wertschätzende und akzeptierende Haltung auf beiden Seiten wichtig.

In jedem Workshop wird auf ein Themenpaar („Zeit haben – Zuhören können“, „Liebe schenken – Streiten dürfen“, „Gefühle zeigen – Mut machen“ und „Freiraum geben – Grenzen setzen“) gezielt eingegangen. Die Termine sollten über das Kindergartenjahr verteilt werden (z.B. November – Jänner – April – Juni). Die Themenpaare können ebenso gezielt gewählt werden, wenn es gerade einen aktuellen Anlass gibt.

Projektabschluss:

Eine zusammenfassende Präsentation der Ergebnisse, die mit den Kindern und Eltern während des Projektjahres erarbeitet wurden, rundet das Projektjahr ab. Wenn der Projektabschluss im Rahmen eines kleinen Festes stattfindet, können Kinder, Eltern und PädagogInnen gemeinsam genießen und feiern.

METHODEN

Allgemeines:

Während des Projektjahres sollten die Themenbereiche der „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“ im Kindergarten sichtbar sein – zum Beispiel durch ein Plakat mit den einzelnen Symbolen. Dies kann gemeinsam mit den Kindern und Eltern gestaltet werden.

Weitere Möglichkeiten:

- ✚ Kinder, Eltern und PädagogInnen bauen gemeinsam während des Kindergartenjahres an einem „Schutzhaus“. Dafür werden Aussagen oder Zeichnungen der Kinder, Streitregeln in der Gruppe, Fotos von Aktivitäten der Kinder und der Eltern, Gedichte, Lieder, Aussagen von Eltern in den Elternworkshops, Ergebnisse aus den Diskussionen, Sprüche usw. auf Karten gesammelt. Diese Karten symbolisieren die „Bausteine“ – Fenster, Türen, Dach,... – des Hauses
- ✚ Kinder, Eltern und PädagogInnen gestalten einen „Schutzschirm“

Dieser symbolische Rahmen kann beim einführenden Elternabend oder beim 1. Workshop vorgestellt oder zur kreativen Diskussion gestellt werden.

Die Elternworkshops gliedern sich in 4 Teile:

1. Als **Einstieg** ist es wichtig, dass sich Eltern und KindergartenpädagogInnen etwas näher kennenlernen. Vor allem beim 1. Termin ist ein „Warm-up“ unerlässlich für das Gelingen. Erziehungsthemen sind sehr persönlich und emotional besetzt. Ein „Warm-up“ hilft, sich persönlich näher zu kommen. Manche Eltern brauchen auch Zeit, sich auf diese Art der Diskussion einzulassen. Einigen Eltern ist es auch neu, gemeinsam mit PädagogInnen Werte und Haltungen in Erziehungsfragen zu diskutieren. Gegenseitiges respektvolles Verhalten fördert eine konstruktive Vertrauensbasis. Bei den Folgeterminen kann es auch genügen, als Einstiegsrunde nachzufragen, was vom letzten Mal noch offen geblieben ist.

Ein Beispiel für eine „Warm-up“-Methode:

„Ich suche jemanden, ...“

(siehe Anhang)

2. Die KindergartenpädagogInnen **erzählen**, was sie zum jeweiligen Themenpaar mit den Kindern gemacht haben. Zeichnungen und Aussagen der Kinder, Fotos über Aktivitäten etc. interessieren Eltern meist sehr. Durch gezielte Fragen kommt man mit den Eltern zum aktuellen Themenpaar des Workshops gut ins Gespräch – zum Beispiel:
 - ✚ „Haben Sie zuhause gemerkt, dass das Thema (z.B. Liebe) im Kindergarten gerade aktuell ist?“
 - ✚ „Hat Ihr Kind Ihnen etwas Besonderes erzählt?“
 - ✚ „Hat Ihr Kind etwas sehr beschäftigt (z.B. „Mut“)?“
3. Die **Impulsfragen** (siehe Anhang) sind als Unterstützung gedacht, um mit den Eltern die Inhalte des jeweiligen Themenpaares zu vertiefen. Sie müssen nicht zur Gänze „abgearbeitet“ werden! Vielleicht sind sie auch gar nicht notwendig – verlassen Sie sich auf Ihr Gefühl! Sammeln Sie die Aussagen der Eltern, machen Sie Fotos, wenn sich Gelegenheit bietet.

4. Als Abschluss hat es sich bewährt, dass die Eltern einen **Rückmeldebogen** (siehe Anhang) ausfüllen. Dort erhalten sie die Gelegenheit, Anmerkungen, Wünsche und Anregungen zu machen. Diese Vorgehensweise ist auch für Eltern, die sich nicht in der Gruppe (noch) nicht öffnen wollen, hilfreich.

Für Eltern, die nicht zu den Elternworkshops kommen:

Es gibt auch Eltern, die an den Elternworkshops nicht teilnehmen können oder möchten. Diese Entscheidung ist zu respektieren.

Diesen Eltern kann man nach dem jeweiligen Themenabend Fotos, Zitate, Zeichnungen, Basteleien, Streitregeln etc. ihrer Kinder zukommen lassen, die diese zum jeweiligen Themenpaar erarbeitet haben.

Vielleicht schüren Sie damit die Neugierde beim nächsten Elternworkshop dabei zu sein. Zumindest sind die Eltern informiert.

Abschlussfest

Präsentation des gemeinsam erbauten „Schutzhauses“, Schutzschirmes,....

Gemeinsam feiern, lachen, tanzen, singen...

Viel Spaß bei der Umsetzung!



QUELLENVERZEICHNIS UND ANHANG

Materialien zum Bestellen

Broschüre „Acht Sachen, die Erziehung stark machen“
unter www.suchtvorbeugung.ktn.gv.at zum Downloaden **oder**
Broschüre, Freecards und Plakat direkt bei der UA Prävention und Suchtkoordination
bestellen

Quellenverweis

Kammerer, Bernd (Hg): „Die Kampagne Erziehung – Ein Modellprojekt“; emwe-Verlag 2004

Weitere Quelle: www.jugendamt.nuernberg.de/kampagne/service

Weiterführende Literatur

- Haug-Schnabel, Gabriele & Schmid-Steinbrunner Barbara: Suchtprävention im Kindergarten; Herder Verlag 2000
- Haug-Schnabel, Gabriele & Schmid-Steinbrunner, Barbara: Wie man Kinder von Anfang an stark macht; Oberstebrink Verlag GmbH 2002
- Kammerer, Bernd: Starke Kinder – keine Drogen; emwe-Verlag 2000
- Wustmann, Corina: „Resilienz“ – Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern; Cornelsen Verlag 2004

Anhang

1. Schutzfaktorenhandout für Eltern
2. Ein Beispiel für eine „Warm-up“ – Methode zum Einstieg für die interaktiven Elternabende/Elternworkshops
3. Impulsfragen zu den einzelnen Themenpaaren der „*Acht Sachen, die Erziehung stark machen*“
4. Rückmeldebogen (Vorschlag)
5. Vorschlag für Einladung

Acht Sachen, die Erziehung stark machen Stark durch Erziehung – zu stark für Sucht



Seelisch ausgeglichene und selbstbewusste Kinder haben eine bessere Chance, später nicht süchtig zu werden.
Um so stark zu werden, brauchen Kinder und Jugendliche Vorbilder – sie brauchen Erwachsene.

Klassische Schutzfaktoren in der Suchtvorbeugung



Ein gutes Körpergefühl - **„ICH FÜHLE MICH WOHL“** - Liebe schenken, Gefühle zeigen

Selbstwirksamkeit - **„ICH KANN ES“** - Mut machen, Freiraum geben

Konfliktlösungsfähigkeit - **„WIR LÖSEN KONFLIKTE“** - Streiten dürfen, Gefühle zeigen

Problemlösungsfähigkeit - **„WIR GEHEN PROBLEME AN“** - Grenzen setzen, Zuhören können

Wohlbefinden in der Familie - **„WIR GEHÖREN ZUSAMMEN“** - Liebe schenken, Gefühle zeigen

Gefühle wahrnehmen - **„WIR VERSTEHEN DICH“** – Gefühle zeigen, Zuhören können

Kommunikationsfähigkeit - **„WIR REDEN MITEINANDER“** - Zuhören können, Zeit haben

Selbstwertgefühl - **„GIB NICHT AUF“** - Mut machen, Gefühle zeigen

Risikokompetenz - **„ICH PASS AUF MICH AUF“** - Freiraum geben, Grenzen setzen

Verbindliche Regeln - **„WIR VEREINBAREN REGELN“** - Grenzen setzen, Streiten dürfen

Anhang 2: Warm-up-Methode (ein Beispiel):

Name: _____

Ich suche jemanden, ...

Unterschrift

1	dessen/deren Vorname mit demselben Buchstaben beginnt wie meiner:	
2	die/der dieselbe Sportart mag wie ich:	
3	die/der im selben Monat geboren ist wie ich:	
4	die/der in meiner Nähe wohnt:	
5	die/der kleiner ist als ich:	
6	die/der die gleiche Lieblingsfarbe hat wie ich:	
7	die/der gleich viele Kinder hat:	
8	die/der keine Angst vorm Zahnarzt hat:	
9	die/der ein Geheimnis für sich behalten kann:	
10	die/der nicht in unserem Bundesland geboren wurde:	
11	die/den ich sofort sympathisch fand , als ich ihn oder sie kennen lernte:	
12	die/der gern im Urlaub campst:	
13	die/den ich besser kennen lernen möchte:	

Anhang 3: Impulsfragen zu den einzelnen Themenpaaren
 (aus: www.kampagne-erziehung.de; „Kampagne Erziehung, Kooperationsbereich Kindertagesbetreuung – Moderierte Gespräche“)

... Liebe schenken



• Impulsfragen:

- Was finden Sie an Ihrem Kind liebenswert?
- Was finden Sie an sich selbst liebenswert?
- Wann und wie zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie es lieben? (Nur wenn es „brav“ ist oder auch wenn es „unmöglich“ war?)
- Welche (altersabhängigen) Möglichkeiten haben Sie, Ihrem Kind zu zeigen, dass Sie es so mögen, wie es ist?
- Wie zeigt Ihnen Ihr Kind, dass es sich geliebt fühlt?

• Diskussion

... Streiten dürfen



- **Brainstorming** (auf Flipchartpapier):
 „Streiten“ bedeutet für mich ...
 anschließend Diskussion

• Impulsfragen:

- Wie gehen Sie mit Konflikten um? (z.B. mit dem/r Partner/in, mit Kolleg/innen, in der Familie)
- Was bedeutet für Sie „einen Konflikt haben“? (Negativ besetzt oder Chance für Entwicklung?)
- Wo gibt es immer wieder Streitpunkte?
- Wie finden Sie Lösungen – im Moment, längerfristig?
- Welches Vorbild möchten Sie für Ihr Kind sein? – oder: Welches Vorbild sind Sie für Ihr Kind?
- Wann ist der geeignete Zeitpunkt, um bei Streitigkeiten von Kinder einzuschreiten?
- Sollen Kinder den Streit von Eltern mitbekommen?

• Ergänzende Methode:

- Erarbeiten von Streitregeln

... Freiraum geben



• Methode

- Auslegen von verschiedenen Bildern (z.B. Kleinkind an Hand der Eltern, vergittertes Kinderbettchen, unaufgeräumtes Kinderzimmer, Teenager beim Rauchen ...). Jede/r sucht sich ein Bild aus mit der Überlegung: Wie definiere ich „Freiraum“, d.h., wo beginnt und wo endet er?
- Diskussion
Mein Freiraum versus dein Freiraum
Ist Freiraum nur im Schonraum möglich?
Freiraum als ein Prozess des Loslassen-Könnens
- Freiraum geben heißt auch „Vertrauen haben“

... Grenzen setzen



• Impulsfragen:

- Wann ist Ihre persönliche Grenze erreicht? Wo diskutieren Sie nicht mehr? Wie würden Sie entscheiden?
 - Sie sind mit Ihrem 2-jährigen Kind im Supermarkt an der Kassa. Ihr Kind möchte unbedingt eine Schokolade aus dem Regal. Nach einem ersten „Nein“ Ihrerseits fängt es laut zu schreien und zu toben an. Die Menschen in der Warteschlange zeigen stummes Interesse an diesem Schauspiel.
 - Am Wochenende kommt ein befreundetes Ehepaar mit ihrem 1 ½-jährigen Sohn zu Besuch. Sie sitzen gemütlich im Wohnzimmer, als der Kleine sichtlich fasziniert auf Ihre Stereoanlage zusteuert und begeistert an den Knöpfen zu drehen beginnt. Die Eltern des Kleinen beobachten ihn stolz und sagen nichts.
 - Ihr 10-jähriger Sohn sitzt seit mindestens 1 Stunde vor dem Fernseher. Nach mehrmaligen Aufforderungen auszuschalten, zeigt er immer noch keine Reaktion.
 - Ihre 16-jährige Tochter ist zum vereinbarten Zeitpunkt von der Party nicht zu Hause. Sie kommt 1 Stunde später als ausgemacht.
- Kennen Sie Ihre Grenze und können Sie sie deutlich machen, bevor jemand sie überschreitet? Was tun Sie, wenn Ihre Grenze überschritten wird?
- Wie haben Sie Grenzen als Kind bzw. Jugendliche/r erlebt?
- Wie vereinbaren Sie mit Ihrem Kind altersgerechte Regeln/Grenzen?
- **Diskussion**

... Gefühle zeigen



- **Impulsfragen:**
 - Wie beherrscht sind Sie selbst?
 - Wann haben Sie sich zuletzt überschwänglich gefreut?
 - Wann haben Sie sich zuletzt wahnsinnig geärgert?
 - Wann haben Sie die beiden „Zustände“ zum Ausdruck gebracht?
 - Wie gehen Sie mit den „Gefühlsausbrüchen“ Ihres Kindes um – positive wie negative?
- **Diskussion**
- **Anmerkung:** Gefühle sind immer richtig! (Die Frage ist, wie man sie ausdrückt.)

... Mut machen



- **Brainstorming** (auf Flipchart-Papier):
Was kennzeichnet einen mutigen Menschen? Gibt es Unterschiede zwischen Burschen und Mädchen, Müttern und Vätern, Kulturen ...?
- Gespräch: Wozu möchten Sie Ihr Kind ermutigen, wozu nicht?
- **Impulsfragen:**
 - Was brauchen Sie, um mutig in eine Situation zu gehen? (Selbstvertrauen, Wissen, dass Sie etwas Ähnliches schon geschafft haben, Zuspruch von anderen, die an sie glauben, „Sicherheitsgurt“ ...)
 - Wie gehen Sie mit Fehlern/ Fehlschlägen um?
 - Wie gelingt es Ihnen, Ihrem Kind Mut zu machen? (etwas Neues auszuprobieren, etwas Misslungenes noch einmal zu probieren, etwas Unangenehmes auszuhalten, usw.)

... Zeit haben



• Impulsfragen:

- Wie viel Zeit verbringen Sie mit Ihrem Kind?
- Reicht die Zeit, die Ihnen der Alltag lässt?
- Wie viel Zeit braucht Ihr Kind mit Ihnen?
- Wie viel Zeit brauchen Sie mit Ihrem Kind?

- **Brainstorming** (auf Flipchart-Papier):
Ich hätte gern mehr Zeit für ...
anschließend Diskussion: „Warum haben Sie dafür zu wenig Zeit?“ „Wo gibt es Ansatzpunkte etwas zu ändern?“ → Ideensammlung

... Zuhören können



• Impulsfragen:

- Wann haben Sie das letzte Mal Ihrem Kind richtig zugehört?
- Wann gelingt es Ihnen, Ihrem Kind zuzuhören? Wann nicht?
- Was brauchen Sie, damit Sie das Gefühl haben, jemand hört Ihnen zu?
- Wie viel Zeit braucht gutes Zuhören?

• Diskussion

• Ergänzende Methode:

- Partnerübung: A erzählt einen Satz; B versucht, diesen so lange zu interpretieren, bis der Satz in allen Facetten richtig wiedergegeben ist (A korrigiert die Interpretation nur mit „ja“ oder „nein“)
- Regeln für gutes Zuhören sammeln

Liebe Mütter und Väter!

Ihre Meinung ist sehr wichtig – darum bitten wir Sie, sich kurz Zeit zu nehmen:

Die Diskussion zum heutigen Themenpaar

_____ - _____

hat mir

- sehr gut gefallen
- gut gefallen
- weniger gut gefallen
- nicht gefallen

Ich habe vom heutigen Abend für meinen Erziehungsalltag profitieren können

- ja
- etwas
- nein



Wünsche/Anregungen

Ich werde am nächsten Elternworkshop zum Themenpaar

_____ - _____

am _____ voraussichtlich teilnehmen:

ja nein

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

Anhang : Einladung zum Elternabend (Vorschlag)

Liebe Mütter und Väter!

Wir alle wollen, dass aus Kindern lebensfrohe, verantwortungsbewusste, gesunde und suchtfreie Erwachsene werden. Seelisch ausgeglichene und selbstbewusste Kinder haben eine bessere Chance, später nicht süchtig zu werden.

Daher möchten wir das heurige Kindergartenjahr unter das folgende Motto stellen:

**„Acht Sachen, die Erziehung stark machen - stark durch Erziehung
– zu stark für Sucht“**



Was wir genau planen, möchten wir gerne mit Ihnen besprechen.

Wir laden sie deshalb sehr herzlich zu einem

Elterninformationsabend ein

am _____

um _____

Auf Ihr Kommen freuen sich...