

FAMILIENFREIZEIT FÜR ELTERN MIT KLEINEN KINDERN

# BILDUNG, DIE SPASS MACHT

EIN HANDBUCH FÜR DIE PRAXIS

HINTERGRUND UND ENTWICKLUNG DES PROJEKTS

THEORETISCHE GRUNDLAGEN

ANLEITUNGEN FÜR DIE PRAXIS

AUSGEWÄHLTE ERGEBNISSE DER EVALUATION

HERAUSGEBERIN: BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG



**FAMILIENFREIZEIT FÜR ELTERN MIT KLEINEN KINDERN**

# **BILDUNG, DIE SPASS MACHT**

**EIN HANDBUCH FÜR DIE PRAXIS**

Von Prof. Dr. Martina Eckert

Ergebnisse eines Modellprojekts im Auftrag der BZgA

in Kooperation mit dem Deutschen Familienverband (DFV)

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Köln, 2003

### **Bibliographische Information der Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 3-933191-91-2

Die Beiträge der Reihe Forschung und Praxis der Sexualaufklärung und Familienplanung geben die Meinung der Autorinnen und Autoren wieder, die von der Herausgeberin nicht in jedem Fall geteilt wird.

### **Herausgeberin**

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung  
Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln  
– Alle Rechte vorbehalten. –

### **Redaktion**

Mechthild Paul, Birgit Gaschina-Hergarten

### **Lektorat, Konzept und Gestaltung**

KÜHN & Partner Medien GbR, Hennef  
luxsiebenzwo, werkstatt für kommunikation und gestaltung, Köln

### **Druck**

Asmuth, Köln

### **Auflage**

2.3.07.07

Dieser Band der Fachheftreihe ist unter folgenden Bestelladressen erhältlich:

per Post: BZgA, 51101 Köln  
per Fax: 0221 8992-257  
per E-Mail: [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de)

Bestellnummer: 13300024

Diese Broschüre wird von der BZgA gegen eine Schutzgebühr von 20 Euro abgegeben.  
Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

# INHALT

<b>VORWORT</b>	7
<b>EINLEITUNG</b>	9

## HINTERGRUND UND ENTWICKLUNG DES PROJEKTS

<b>1 INNOVATIVE WEGE IN DER FAMILIENBILDUNG</b>	15
1.1 Entwicklung des Projekts „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“	15
1.2 Erfahrungen aus einem Vorläuferprojekt – „Wenn aus Partnern Eltern werden“	18
1.3 Konzeption eines neuen Modells in der Familienbildung	19
<b>2 ANGEBOTSFORMEN VON FAMILIENBILDUNG UND FAMILIENERHOLUNG</b>	21
2.1 Kursangebote mit wöchentlichen Treffen	21
2.2 Komprimierte Angebote	22
<b>3 URLAUB ALS LEBENSNAHE FAMILIENBILDUNG FÜR PAARE MIT KLEINEN KINDERN</b>	24
3.1 Problemorientierung und Bildungsangebote	25
3.2 Familienurlaub als Basis für Familienbildung	26
3.3 Freizeitorientierung zur Vermittlung von Wissen und Fertigkeiten	29

## THEORETISCHE GRUNDLAGEN

<b>1 THEORETISCHE ANSÄTZE IN DER FAMILIENBILDUNG</b>	35
<b>2 DAS FÜNF-EBENEN-MODELL VON COWAN &amp; COWAN</b>	37
2.1 Individuelle Ebene	41
2.2 Paar- und Partnerschaftsebene	43
2.3 Eltern-Kind-Ebene	45
2.4 Ebene der Herkunftsfamilie	49
2.5 Ebene der sozialen Netze und ökonomischen Rahmenbedingungen	50
2.6 Das Zusammenspiel der fünf Ebenen	52
<b>3 STANDORTBESTIMMUNG – ELTERN AM ANFANG EINER MASSNAHME</b>	53
3.1 Situation der Mütter	54
3.2 Situation der Väter	56
3.3 Situation der Kinder	59
3.4 Situation der Familien in der Familiengruppe	60

## ANLEITUNGEN FÜR DIE PRAXIS

<b>1 FORTBILDUNG FÜR MULTIPLIKATORINNEN</b>	65
1.1 Verbindung von Freizeit und Bildung	67
1.2 Familien- und Gruppendynamik bei Familienerholungsmaßnahmen	69
1.3 Akquisition von Familien und Organisation	71
1.4 Werbung und Information für Träger von Familienbildung und Veranstalter von Familienerholung	72
<b>2 PLANUNG UND ORGANISATION VON VERANSTALTUNGEN</b>	73
2.1 Allgemeine Rahmenbedingungen	74
2.2 Selbst organisierte Maßnahmen	76
2.3 Von Trägern organisierte Maßnahmen	78
2.4 Kinderbetreuung	79
2.5 Finanzierung	80
2.6 Werbung	82
<b>CHECKLISTEN ZUR VORBEREITUNG VON VERANSTALTUNGEN</b>	
Checklistenverzeichnis	85
Checklisten	87
<b>3 DURCHFÜHRUNG EINER FAMILIENFREIZEIT</b>	97
3.1 Einordnung der Methoden	97
3.2 Erstellung eines Programms	99
<b>METHODEN, ARBEITSBLÄTTER, CHECKLISTEN</b>	
Ablauf der Familienfreizeit	104
Methodenverzeichnis	117
Arbeitsmaterialien	119

## ANHANG

<b>1 ADRESSEN</b>	215
<b>2 LITERATUR</b>	216
<b>3 BIOGRAPHISCHES: PROF. DR. MARTINA ECKERT</b>	219

## AUSGEWÄHLTE ERGEBNISSE DER EVALUATION

<b>EINLEITUNG</b>	3
<b>1 AUFGABEN UND ARBEITEN DER WISSENSCHAFTLICHEN BEGLEITUNG</b>	4
1.1 Die Befragung der Eltern – Mütter und Väter	4
1.2 Die Befragung der Gruppenleitenden	5
<b>2 VORSTELLUNG DER DURCHFÜHRTEN MASSNAHMEN</b>	7
2.1 Strukturelle Merkmale	7
2.2 Die Gruppenleitenden	8
2.3 Vorbereitung und Organisation der Maßnahmen, Aufgaben und Erfahrungen der Gruppenleitenden	9
<b>3 DIE TEILNEHMENDEN FAMILIEN</b>	13
3.1 Soziodemographische Merkmale	13
3.2 Familienbezogene Bildung: Information – Erfahrungen – Aktivitäten	19
3.3 Das familienbezogene Kontaktnetz	21
<b>4 DURCHFÜHRUNG DER FAMILIENFREIZEITEN – ERFAHRUNGEN DER GRUPPENLEITENDEN</b>	24
4.1 Umsetzung des Curriculums – inhaltlich, zeitlich und interessenbezogen	24
4.2 Erfahrungen der Gruppenleitenden	26
4.3 Impulse für den Alltag zu Hause	28
4.4 Eignung des Konzepts und Vorschläge für Veränderungen	28
<b>5 ERFAHRUNGEN DER TEILNEHMENDEN MÜTTER UND VÄTER</b>	34
5.1 Ausgangskomponenten für die Teilnahme	34
5.2 Beurteilung der Teilnahme – ein Gesamtbild	40
5.3 Bilanzierung – Perspektiven	47

## ANHANG

<b>1 ABBILDUNGSVERZEICHNIS</b>	51
<b>2 BIOGRAPHISCHES: JOHANNA ZIERAU</b>	52



# VORWORT

Die Geburt eines Kindes und die damit verbundenen Veränderungen stellen Eltern häufig vor Herausforderungen. Das Leben und die bis dahin bestehenden Strukturen ändern sich ebenso wie die Grundlagen einer bestehenden Partnerschaft. Sowohl die Mütter als auch die Väter sind oftmals mit der Bewältigung der neuen Situation überfordert und benötigen Unterstützung.

Die vorliegende Publikation *Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern – Bildung, die Spaß macht* wendet sich an MultiplikatorInnen, die mit jungen Familien arbeiten und Angebote für sie bereit stellen.

Die zusammengestellten Materialien basieren auf einem zweijährigen Modellprojekt, das die BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDEITLICHE AUFKLÄRUNG (BZGA) von 1999 bis 2001 gefördert hat. Das Projekt „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ wurde in Zusammenarbeit mit dem DEUTSCHEN FAMILIENVERBAND (DFV) durchgeführt. Mit der Evaluation wurde das INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG (IES) GMBH an der UNIVERSITÄT HANNOVER beauftragt, die wissenschaftliche und konzeptionelle Betreuung lag bei PROF. DR. MARTINA ECKERT.

Ziel des im Modellprojekt erprobten und hier vorgestellten Programms ist es, junge Familien für Familienfreizeitmaßnahmen zu gewinnen, in denen eine Auseinandersetzung mit Familienfragen in Verbindung mit Freizeit und Erholung stattfinden kann. Im Vordergrund steht die Stabilisierung der familiären Situation in der Familiengründungsphase und den ersten Lebensjahren des Kindes/der Kinder. Die Ergebnisse der Evaluation des Modellprojektes zeigen, dass die Bildungsinhalte der erprobten Maßnahmen die teilnehmenden Mütter und Väter zur Reflexion anregen und dass der äußere Rahmen – ein urlaubsähnliches Ambiente – die Bereitschaft fördert, sich mit familiären Fragen bildungsbezogen auseinander zu setzen. Die Erfahrungen im Modellprojekt machen deutlich, die TeilnehmerInnen haben nachhaltige Impulse für die Bewältigung ihres Familienalltags bekommen.

Das Handbuch bietet neben theoretischen Grundlagen einen Überblick über die Inhalte der Schulungen von MultiplikatorInnen sowie eine Vielzahl von in der Praxis erprobten Methoden für die Arbeit mit Familien. Die Materialien umfassen sowohl Checklisten für die Vorbereitung und Durchführung von Veranstaltungen als auch konkrete Angaben wie und wann eine Methode innerhalb einer Maßnahme anzuwenden ist.

*Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern – Bildung, die Spaß macht* soll MultiplikatorInnen ermutigen und befähigen, die im Modellprojekt erprobte Form der Elternbildung in ihre Arbeit mit jungen Familien zu integrieren. Die Verbindung von Bildung und Freizeit ist in der Familienarbeit neu, wird aber von jungen Familien gut angenommen. Denn gerade die Kombination von Bildung und Freizeit setzt Hemmschwellen herab sich bildungsbezogen mit Familienfragen auseinander zusetzen.

Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung  
November 2003



# EINLEITUNG

*Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern – Bildung, die Spaß macht* ist ein innovatives Programm, in dem freizeit- und bildungsorientierte Elemente der Familienbildung kombiniert werden. Das Programm wurde im Rahmen des Modellprojekts der BZGA „Familienfreizeit für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ erprobt. Es baute auf den Erfahrungen des Modellprojektes des DEUTSCHEN FAMILIENVERBANDES (DFV) „Wenn aus Partnern Eltern werden“ auf, in dem Familienbildung in Elterngruppen entwickelt und erprobt wurde.

Das vorliegende Handbuch *Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern – Bildung, die Spaß macht* möchte GruppenleiterInnen ermuntern, Bildungsanteile im Familienurlaub zu etablieren, ohne den Familienurlaub zu belasten. Dies bedeutet, dass erlebnisorientiert und nicht therapeutisch gearbeitet wird.

Ziel dieser Publikation ist es, den Nutzen und das besondere Vorgehen bei der Kombination von Freizeit und Bildung im Sinne eines lebensnahen sozialen Lernens zu verdeutlichen. Ein Schwerpunkt ist die Vermittlung von Basiswissen über die Familiensituation in der Familiengründungsphase, um für die besondere Situation von Eltern mit kleinen Kindern zu sensibilisieren. Die Erfahrungen aus den durchgeführten Maßnahmen und die theoretischen Grundlagen zum Programm lassen sich im vorliegenden Handbuch nicht eindeutig voneinander trennen. In einigen Passagen ist daher die Grenze zwischen Theorie und Praxis fließend. Das ist bei Pilotprojekten typisch und gewollt.

Die Handreichung möchte bewusst neugierig machen und Fachkräfte aus der Familienbildung motivieren, sich die notwendigen Kompetenzen anzueignen und diesen innovativen Ansatz in der Praxis anzuwenden. Dazu ist ein gewisser Erfahrungsschatz erforderlich, den GruppenleiterInnen sich nach und nach erwerben müssen: Denn jede Maßnahme ist anders, und jede Maßnahme hat ein eigenes Gesicht.

## AUFBAU DES HANDBUCHS

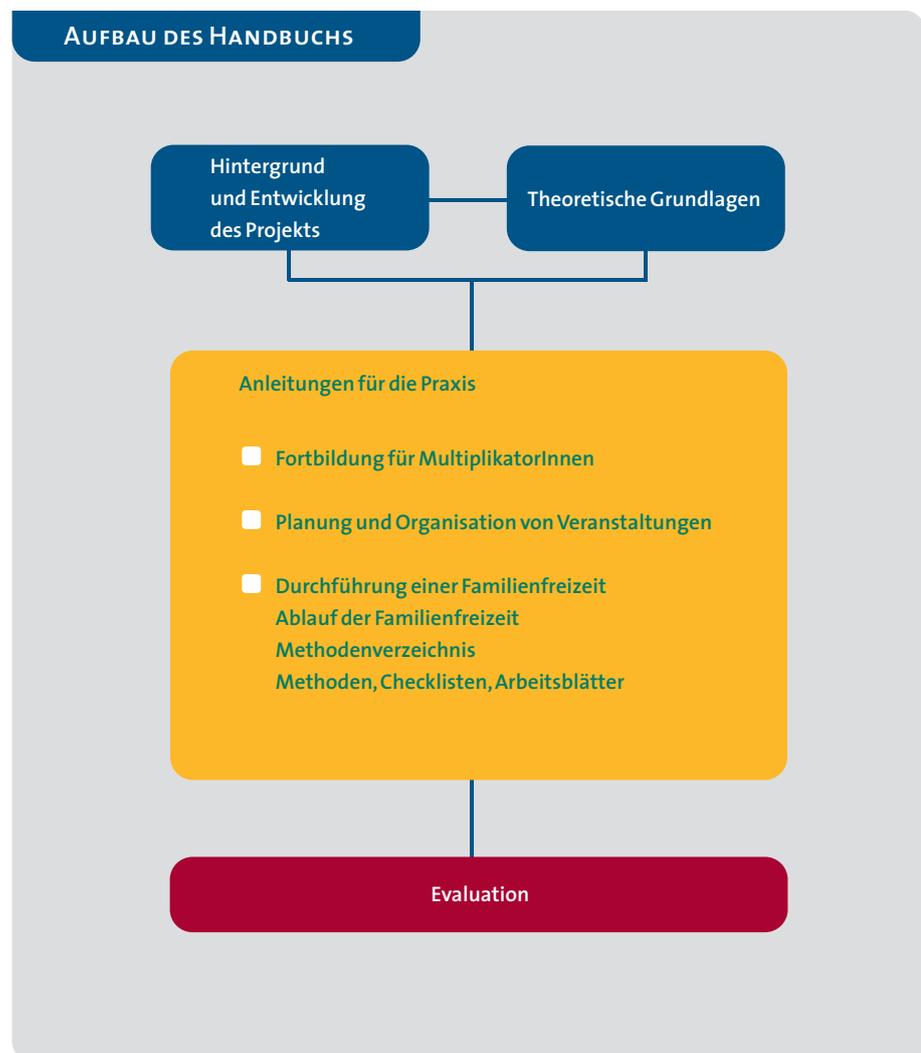
Das vorliegende Handbuch gliedert sich in vier Teile. Neben historischen Aspekten zum Entstehen des Projekts im ersten Teil zeigt das zweite Kapitel die dem Projekt zugrunde liegenden Forschungsansätze auf. Die Thesen und Erkenntnisse des amerikanischen Forscherpaares COWAN werden im Detail vorgestellt.

Teil drei des Handbuchs dokumentiert die Erfahrungen aus mehreren Maßnahmen innerhalb des Modellprojekts „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“. Die Eckdaten für die Schulung von GruppenleiterInnen werden aufbereitet, gefolgt von einer konsequenten Anleitung für die Vorbereitung einer Familienfreizeit.

Das Herzstück dieses Teils bildet der Vorschlag für eine siebentägige Ferienmaßnahme mit Eltern und Kindern. Die exemplarische Darstellung einer Maßnahme mit Hilfe ausgesuchter Methoden beschreibt einen neuen Weg, Bildung und Freizeit zu verbinden.

Die wichtigsten Ergebnisse der vom INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG (IES) GMBH an der UNIVERSITÄT HANNOVER durchgeführten Evaluation sind in Teil vier zusammengefasst und zeigen die Chancen eines innovativen Modells in der Familienarbeit.

Abb.1



**ZIELE DES HANDBUCHS**

- Es klärt über verschiedene Interessen auf, die Elternpaare dazu veranlassen, sich für unterschiedliche Bildungsangebote zu interessieren und diese für ihren Alltag zu nutzen.
- Es ermuntert dazu, in der Familienbildung über den Tellerrand zu schauen. Mit anderen Worten, die Handreichung soll Mut machen, Bildung in Phasen zu platzieren, die landläufig eher mit Freizeit assoziiert werden. Es soll aufgezeigt werden, dass Freizeiterfahrungen und Unterhaltung als begünstigende Situation für einen ganzheitlichen Bildungsprozess begriffen werden können.
- Es stellt den Nutzen heraus, der unter dem besonderen Einfluss von Familienerholung in der Familienbildung zu erkennen ist. D.h., die allgemein wahrgenommene Diskrepanz zwischen Bildung und Freizeit für die Familienerholung soll aufgehoben, stattdessen sollen die besonderen Synergieeffekte beider Anteile für die Familienerholung stärker herausgestellt werden.

**PHILOSOPHIE DES PROGRAMMS**

Alles, was wir machen, kann uns dazu bringen, dass wir etwas über uns erfahren und Neues lernen. Das Programm lebt von der bewussten Kombination von Bildung und Freizeit. Die Bildungsanteile können Raum schaffen, über etwas zu reden, und so die Einordnung von Aspekten des Familienlebens erleichtern. Freizeitanteile dienen der Übung und der Akzeptanz, weil neben dem „Über-etwas-Reden“ auch das „Miteinanderreden“ und „Sich-miteinander-Beschäftigen“ wichtig sind. Bildung und Freizeit sollen die Paare auf ihre Art entspannen, öffnen, entlasten und stärken.

Prof. Dr. Martina Eckert, Witten 2003



## HINTERGRUND UND ENTWICKLUNG DES PROJEKTS



# 1 INNOVATIVE WEGE IN DER FAMILIENBILDUNG

Urlaub ist für die Erholung da! Familien wollen ausspannen, wollen einmal von ihrem Alltag Abstand bekommen, wollen sich regenerieren und wieder zusammenwachsen!

Warum also sollten Paare mit kleinen Kindern in ihrem Urlaub Interesse daran haben, sich ausgerechnet ihr Familienleben genauer anzuschauen oder systematisch dazuzulernen?

Und warum sollten sich PraktikerInnen darum bemühen, Familienfragen in Verbindung mit Freizeit bzw. Erholung zu behandeln? Brauchen Eltern in ihrem Urlaub nicht eher den Abstand vom Alltag als das zusätzliche Eintauchen in die oft so belastende Familiendynamik? Funktioniert die bewusste Kombination von Bildung und Freizeit, und wird sie von Familien angenommen?

Im Rahmen des Projektes „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ wurde die Kombination aus Bildung und Freizeit mit Familien erprobt – und es funktionierte. Warum und wie diese Form der Familienbildung gelingt, soll das vorliegende Manual näher bringen.

## 1.1 ENTWICKLUNG DES PROJEKTS „FAMILIENERHOLUNG FÜR ELTERN MIT KINDERN BIS FÜNF JAHRE“

Das vorliegende Handbuch greift die für die Familiengründungsphase gesicherten Erkenntnisse auf, dass die Haltung gegenüber Kindern und Familie in der modernen Gesellschaft im Wandel begriffen ist. Die Familie tritt dabei in Konkurrenz zu anderen Lebenskonzepten.

In den letzten 30 Jahren gilt dies vor allem für die weiblichen Biographien in den westlichen Industrieländern. Zunehmend ist aber auch ein Wandel des Vaterbildes zu beobachten. Das hat unter anderem zur Folge, dass junge Männer immer weniger die starre Zweiteilung zwischen Beruf und Familie für das eigene Leben akzeptieren.

### SOZIALER WANDEL UND LEBENSVERLÄUFE

Wenn Lebensumstände und Lebensverläufe nicht mehr unbezweifelt als „allgemein gültig/natürlich“ oder für eine Gesellschaft als selbstverständlich wahrgenommen werden, erweitert sich für Menschen der Spielraum im Hinblick auf individuelle Entscheidungen. Die Ansprüche und Erwartungen der Männer und Frauen

← GESELLSCHAFT IM WANDEL  
 ↳ Sozialer Wandel und Individualisierung von Lebensverläufen stellt Familie als Lebenskonzept in Frage

**LEBENSKONZEPTE** →→ Kinderwunsch  
versus Karriere

in einer modernen Gesellschaft sind also komplexer Natur: Die eigene Biographie soll individuelle Besonderheiten aufweisen, d. h., sie soll sich primär an persönlich formulierten Zielen und Motiven orientieren. Mehr als jemals zuvor gilt dabei die Familie nicht mehr als einzig mögliche Lebensform, sondern wird als eine mögliche Alternative zu anderen Lebenskonzepten gesehen – z. B. dem Zusammenleben eines berufstätigen Paares ohne Kinder. Nach jüngsten Untersuchungen<sup>1</sup> verzichtet ein erheblicher Teil ausgebildeter Frauen bewusst auf Kinder und sucht die persönliche Erfüllung eher im Berufsleben sowie in einem breiten sozialen Freundesnetz.

**LEBENSPLANUNG** →→ Bewusste  
Entscheidung  
für ein Kind

Auch bei der Planung eines Lebens mit Kindern haben sich wesentliche Veränderungen ergeben. Paare realisieren ihren Kinderwunsch heute deutlich später als noch vor 20 Jahren. Hinzu kommt, dass getroffene Entscheidungen für eine Familie und Partnerschaft erfahrungsgemäß häufiger einer kritischen Betrachtung unterzogen werden. Vielfach ist zu beobachten, dass Kinder eher mit Verlust und Einschränkung als mit Gewinn assoziiert werden. Junge Männer und Frauen schieben den Zeitpunkt für ein Kind unter anderem deshalb so weit hinaus, weil sie zuvor noch etwas erleben oder erreichen wollen. Darüber hinaus führt die Entscheidung für ein Kind in der Regel zu kräftezehrenden Abstimmungsprozessen, z. B. hinsichtlich der Vereinbarkeit von Familie und Beruf auf Seiten der Mütter. Die daraus resultierende Auseinandersetzung über die Rollenzuschreibungen innerhalb einer Partnerschaft wird bestimmt von den Normen, Werten und Gewohnheiten eines Paares.

Familien bewegen sich folglich auf einem schmalen Grat zwischen den jeweiligen Wünschen der Frau und des Mannes, den Wünschen des Paares und den realen Möglichkeiten und Notwendigkeiten.

**VERLUST AN  
ORIENTIERUNG** →→ Orientierungslosigkeit  
durch individuelle  
Entscheidungs- und  
Handlungsspielräume

**FAZIT:** Die Handlungs- und Entscheidungsspielräume von Menschen in den westlichen Industrieländern haben sich deutlich vergrößert. Vielerorts ist ein Verlust an Orientierung in einem so wichtigen Lebensbereich wie dem Familienleben zu beobachten.

<sup>1</sup> BZgA (Hg.) (2000): frauen leben – Studie zu Lebensläufen und Familienplanung, Köln, und HULLEN, G. (1995): Frauenbiographien – Ergebnisse der retrospektiven Befragung zu Familien- und Erwerbsbiographien 35- bis 60-jähriger Frauen, BUNDESINSTITUT FÜR BEVÖLKERUNGSFORSCHUNG, Heft 83, und LÖHR, H. (1991): Kinderwunsch und Kinderzahl, in: BERTRAM, H. (Hg.): Die Familie in Westdeutschland. Stabilität und Wandel familiärer Lebensformen, Leske + Budrich, Opladen, S.461–496

**ARGUMENTE FÜR PRÄVENTIONSANGEBOTE IN DER FAMILIENGRÜNDUNGSPHASE**

Bewusste Lebensplanung bindet in allen Lebensbereichen Energie beim Abwägen, Entscheiden und Umsetzen. Hier unterscheidet sich die Familienplanung nicht von anderen Bereichen der Lebensplanung (z.B. Berufsplanung oder Altersvorsorge). Die Veränderungen nach der Geburt eines Kindes aber sind so komplex und die veränderte Situation ist so umwälzend, dass auch eine bewusste Entscheidung für das Kind häufig nicht ausreicht, um tatsächlich eine positive Bewältigung der ersten Jahre mit dem Kind garantieren zu können. Für die Familiengründungsphase gilt generell, dass junge Mütter und Väter aufgrund der radikalen Veränderung durch die Geburt eines Kindes zusätzlich über ein großes geistiges, körperliches und seelisches Energiepotential verfügen müssen, um die auftretenden Herausforderungen bewältigen zu können. Traditionelle Stützsysteme, wie Großeltern und familiäre Kontakte, fallen zunehmend weg oder werden von jungen Eltern nicht mehr als entlastend akzeptiert. Bei bis zu 40 %<sup>2</sup> aller Elternpaare kommt es in den ersten drei Jahren ihrer Elternschaft zu mittel- und langfristigen Störungen im Familiensystem. Nicht selten enden solche Partnerschaften mit Trennung und Scheidung. Die Auswirkungen auf die psychische und physische Gesundheit von Kindern und Eltern sind erheblich. Die Gründe hierfür liegen zum einen im erhöhten Belastungsniveau aufgrund der biologischen und emotionalen Bedürfnisse des Babys. Zum anderen verändert sich die vormals oft gleichberechtigte Arbeitsverteilung in der Partnerschaft zugunsten einer traditionellen. Die Veränderung sozialer Netze, die Neudefinition der Beziehungen zu den neuen Großeltern, Unsicherheiten bei der Pflege und Erziehung des Kindes usw. sind weiteres Konfliktpotenzial. Wenn junge Paare sich für ein Kind entscheiden, gehört es zu den Aufgaben einer ganzheitlichen Gesundheitsprävention, ihnen in dem neuen Lebensabschnitt und für die damit verbundenen Herausforderungen Unterstützung anzubieten.

← **STÖRUNGEN IM SYSTEM**  
 → Die Gründe für Störungen im Familiensystem sind vielfältig

<sup>2</sup> COWAN, C. P., COWAN, P. A. (1988): Changing in marriage during the transition to parenthood – must we blame the baby?, in: MICHAELS, G. Y. u. GOLDBERG, W. A. (Hg.): The transition to parenthood – current theory and research (S. 114–156), University Press, Cambridge und COWAN, C. P., COWAN, P. A. (1994): Wenn Partner Eltern werden, Piper (vergriffen); Original: COWAN, C. P., COWAN, P. A. (1992): When partners become parents – the big life change for couples, Basic Books, New York

## 1.2 ERFAHRUNGEN AUS EINEM VORLÄUFERPROJEKT – „WENN AUS PARTNERN ELTERN WERDEN“

### BELASTUNGEN → REDUZIEREN

→ 20 Jahre Forschungserfahrung zu Belastungen von werdenden und jungen Eltern

Im amerikanischen Raum haben die WissenschaftlerInnen Carolyn und Philip COWAN<sup>3</sup> eine präventive Methode entwickelt, mit der sich die Belastungen von Paaren im Übergang zur Elternschaft reduzieren lassen. Der Ansatz des Forscherpaares COWAN zeichnet sich vor allem dadurch aus, dass mit ihm seit über 20 Jahren die frühe Elternphase erforscht wird. COWAN und COWAN führen in Elterngruppen ihr Programm durch, und die Prozesse werden regelmäßig evaluiert. Das von ihnen entwickelte Programm wurde zwischen 1995 und 1998 vom DEUTSCHEN FAMILIENVERBAND (DFV) im Rahmen des Modellprojekts „Wenn aus Partnern Eltern werden“ für Deutschland adaptiert und evaluiert.

Im Gegensatz zu COWAN und COWAN, die vielmehr im Sinne von T-Groups, d. h. mit Gesprächsrunden, arbeiten, hat der DFV Körperübungen und pädagogische Übungen in das Projekt integriert. Der DFV-Ansatz ist deshalb multimethodischer und ganzheitlicher angelegt. Darüber hinaus arbeiten COWAN und COWAN ausschließlich mit Paaren nach der Geburt des ersten Kindes für einen Zeitraum von sechs Monaten. Im DFV-Projekt wurde der Betreuungszeitraum auf zwei Jahre verlängert. Einige Familien im DFV-Projekt wurden sogar erst nach dem zweiten Geburtstag des Kindes betreut.

Der DFV hat 1999 ein Handbuch<sup>4</sup> vorgelegt, in dem das Elternbildungsprogramm mit seinen theoretischen und methodischen Bausteinen dokumentiert wurde. Die Ergebnisse belegen, dass insbesondere Frauen von dem Paarprogramm profitieren, weil sie stärker und früher als die befragte Kontrollgruppe zu einem befriedigenden Frauenbild zurückkehren können, wenn sie nicht nur auf ihre Mutterrolle fixiert werden. Dies spielt eine erhebliche Rolle für das weibliche Selbstwertgefühl und das konkrete physische und psychische Belastungsniveau. Dennoch ist festzustellen, dass dieses Familienbildungsangebot nicht in dem Maße von Paaren in Anspruch genommen wurde wie vom Projektteam erhofft.<sup>5</sup>

### PAARANGEBOTE →

→ Komprimierte Angebote, ein Erfolgsschlüssel in der Familienbildung?

Die Erfahrungen im Modellprojekt „Wenn aus Partnern Eltern werden“ des DFV haben gezeigt, dass zwischen den regelmäßigen Treffen (insgesamt bis zu 40 innerhalb von zwei Jahren) eingestreute komprimierte Angebote (meist Wochenenden) von den Eltern gut angenommen wurden. Sowohl hinsichtlich der Gruppendynamik als auch hinsichtlich der Motivation von Paaren konnten beeindruckende Effekte beobachtet werden. Da die komprimierten Angebote zunächst nicht im Modellprojekt vorgesehen waren, konnte ihre genaue Wirkungsweise im Rahmen der vierjährigen Projektzeit nicht näher untersucht werden. Deshalb wurde vom DFV angeregt, die Wirksamkeit von Paarangeboten im Rahmen komprimierter Bildungssequenzen systematisch zu überprüfen.

<sup>3</sup> Ebd.

<sup>4</sup> DEUTSCHER FAMILIENVERBAND (Hg.) (1999): Handbuch Elternbildung, Band 1 und Band 2, Leske + Budrich

<sup>5</sup> Vgl. Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation, S. 7

## 1.3 KONZEPTION EINES NEUEN MODELLS IN DER FAMILIENBILDUNG

1998 legte der DFV der BZGA ein Konzept vor, das vorsah, neue Elemente der Elternbildung im Rahmen von Familienerholungsmaßnahmen zu erproben. Für die Mitarbeit am Projekt „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ konnten unterschiedliche Organisationen aus dem Bereich Familienbildung gewonnen werden. Dies waren unter anderem Familienferienstätten, Beratungsstellen und Bildungswerke. Darüber hinaus waren auch diverse Landesverbände des DFV (DFV Berlin, DFV Niedersachsen), die selbst Familienerholung anbieten, aktiv.

← FAMILIENERHOLUNG  
 → Reflexion des Familienalltags und Anregungen für positive Alltagsgestaltung

### MODIFIKATION DES URSPRÜNGLICHEN KONZEPTS

Für das Konzept wurden Teile des Programms „Wenn aus Partnern Eltern werden“ für Familienerholungsmaßnahmen erweitert und modifiziert. Ziel des neuen Konzeptes für Familienerholung war, Eltern mit präventiven Maßnahmen in einer Lebensphase zu erreichen, in der sie als Familie gebunden sind und Aktivitäten gemeinsam nachgehen. Außerdem sollte durch eine stärkere Mischung von Bildung und Freizeit die Zeit mit den Kindern und mit dem/der PartnerIn bewusst als Erprobungszeit für Gelerntes einbezogen werden. Das Angebot sollte zudem sicherstellen, dass nicht die Probleme der Familienmitglieder miteinander im Mittelpunkt stehen. Eltern sollten erleben, wie sie unter Ausnutzung ihrer persönlichen Ressourcen zu einem beglückenden Familienleben (zurück-)finden können.

Schließlich wollte das Konzept dem veränderten Bildungsverhalten junger Menschen entgegenkommen. Es lässt sich nachweisen, dass sich junge Menschen lieber einen kurzen Zeitraum intensiv mit Inhalten auseinander setzen, als sich langfristig an vorwiegend kognitiv wirkende regelmäßige Angebote zu binden. Diesen Ansprüchen wurde ein Programm mit ganzheitlichem komprimiertem Lernen in der Gruppe am ehesten gerecht.

Im Gegensatz zum Modellprojekt „Wenn aus Partnern Eltern werden“ richtete sich das neue Angebot nicht an werdende Eltern. Denn sie interessieren sich in der Regel nicht für Familienerholung. Sie genießen die Freizeit vor der Geburt des ersten Kindes vielmehr als letzte Gelegenheit, sich als Paar nahe zu sein. Das Projekt „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ stand nicht nur Eltern mit einem Kind, sondern auch ausdrücklich Eltern mit mehr als einem Kind offen. Das modifizierte Konzept basierte auf der Auffassung, dass der Übergang in die Elternschaft erst komplett vollzogen ist, wenn die jeweils letzte Schwangerschaft/Geburt auch tatsächlich stattgefunden hat. Familien mit mehreren Kindern durchlaufen wiederholt familiendynamisch wirksame Übergänge, jedes Mal wenn ein weiteres Kind hinzukommt. Das Beziehungsgeflecht zwischen den einzelnen Familienmitgliedern ist eine flexible Größe und muss der neuen Familienkonstellation angepasst werden.

Einige Bundesländer stellten Fördermittel zur Verfügung. Schließlich sollten von der präventiven Familienerholungsmaßnahme auch bildungsungewohnte und sozial schwache Familien profitieren – Zielgruppen, deren Vorbehalte gegenüber Familienbildungsangeboten konventioneller Art groß sind.

### KOMBINATION INNOVATIVER INHALTE

Ein Teil der Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter war bereits in dem Modellprojekt des DFV „Wenn aus Partnern Eltern werden“ tätig. Es wurden mehrere Fortbildungsveranstaltungen<sup>6</sup> für die GruppenleiterInnen durchgeführt, um sie mit dem neuen Konzept vertraut zu machen und auf ihre Arbeit mit Eltern vorzubereiten.

#### FORTBILDUNG →

→ Fortbildungen für GruppenleiterInnen vermitteln Voraussetzungen und Methoden des Programms

Die bewusste Kombination von Familienbildung und Familienfreizeit war für viele GruppenleiterInnen ungewohnt. Klassische FamilienbildnerInnen wenden inzwischen selbsterfahrungsorientierte Methoden in ihren Kursen an, dennoch bestehen gegenüber freizeitorientierten Angeboten bzw. solchen, die Eltern und Kinder unterhalten sollen, noch immer Vorbehalte. Umgekehrt bestehen Bedenken bei MultiplikatorInnen aus dem Bereich Familienfreizeit, Eltern mit Bildungsinhalten zu konfrontieren. Bildung wird in Familienfreizeiten häufig als notwendiges Übel angesehen, das Fördermittel für solche Angebote sichert, deren Nutzen aber bestritten wird. FamilienfreizeitbetreuerInnen laden deshalb gern externe Fachleute als ReferentInnen für Vorträge ein, statt Bildungsanteile selbst abzudecken oder gar in die eigene Arbeit zu integrieren.

<sup>6</sup>Vgl. Anleitungen für die Praxis, Kap. 1, Fortbildung für MultiplikatorInnen, S. 65 ff.

## 2 ANGEBOTSFORMEN VON FAMILIENBILDUNG UND FAMILIENERHOLUNG

Allen MultiplikatorInnen in der Familienbildung ist folgende Situation bekannt: Sie treffen sich regelmäßig mit Frauen oder Männern, manchmal auch Paaren. Sie vermitteln den TeilnehmerInnen Informationen, Wissen und diskutieren Erfahrungen, schaffen Raum für neue Erlebnisse. Sie erreichen also, dass die TeilnehmerInnen sich austauschen, gezielte Fragen stellen und relativ zufrieden nach Hause gehen. Bei solch einem Verlauf haben MultiplikatorInnen das Gefühl, die Zielgruppe hat unter ihrer Anleitung in der Sitzung etwas gelernt oder begriffen.

Bekannt sind aber auch Äußerungen wie „Das schaffen wir nie!“, „Hört sich alles ja ganz gut an, aber...“, „Alles graue Theorie...“ oder „Probiert haben wir es ja, aber es passt irgendwie nicht zu uns“. FamilienbildnerInnen nehmen die Resultate ihrer Arbeit oft als Wellenbewegungen wahr. Einmal sind sie ganz sicher: „Jetzt haben es alle kapiert!“, ein anderes Mal passiert etwas, wovon sie glaubten, die TeilnehmerInnen hätten diese Aspekte vor einigen Sitzungen schon längst hinter sich gelassen. Andererseits kann in der Rückschau der GruppenleiterInnen eine Stunde als sehr schleppend wahrgenommen werden, und umso erstaunlicher ist es, dass sich trotzdem bis zum nächsten Treffen etwas bei den Paaren entwickelt hat. Und schließlich stehen GruppenleiterInnen vor der Situation, keine sicheren Antworten auf diese Fragen geben zu können: „War’s nun gut oder nicht?“, „Treten die TeilnehmerInnen auf der Stelle, oder kommen sie tatsächlich weiter?“

### 2.1 KURSANGEBOTE MIT WÖCHENTLICHEN TREFFEN

Für Familienbildung, die den Charakter eines wöchentlichen Kursangebots (meist Doppelstunden) hat, ist es typisch, dass aufgrund der knappen Zeit und der Abstände zwischen den Sitzungen in Gang gekommene Prozesse durch den Alltag abgeschnitten werden können. Es ist auch typisch, dass die TeilnehmerInnen trotz steigender Vertrautheit bei jeder Sitzung wieder das Sichannähern üben müssen und Zeit benötigen, um eine vertrauensvolle Basis zu schaffen. GruppenleiterInnen haben oft den Eindruck, mit einem Thema wieder von neuem zu beginnen, insbesondere bei Themen, die zu kontroversen Diskussionen führen. Für die Einschätzung der eigenen Arbeit kann das bedeuten, dass GruppenleiterInnen mit der Geschwindigkeit und den Fortschritten in der Gruppe möglicherweise unzufrieden sind, weil die Gruppendynamik sich als „Effizienzkiller“ erweist.

← GRUPPENDYNAMIK  
 → Wöchentliche Kursangebote erzielen nicht immer die gewünschten Effekte

**KOMPRIMIERTE ANGEBOTE** →

→ Komprimierte Angebote ermöglichen effektives und ganzheitliches Arbeiten mit Familien

Deshalb bieten viele erfahrene GruppenleiterInnen ihren TeilnehmerInnen ergänzend zu abendlichen Sitzungen komprimierte Maßnahmen an, die ganztägig angelegt sind oder sogar ein ganzes Wochenende umfassen können. Die TeilnehmerInnen erhalten hier nicht nur ein inhaltlich verdichtetes Angebot, sondern werden auch dabei unterstützt, nicht zu früh aus Prozessen auszusteigen oder abzuschalten. Wenn eine Gruppe mehrere Tage miteinander verbringt, ist das Risiko kleiner, dass die TeilnehmerInnen „vom Alltag eingeholt“ werden. Umgekehrt können die TeilnehmerInnen mit dem neu erworbenen Wissen in einer intensiveren, verhaltensnäheren Form agieren oder es auch außerhalb der Bildungseinheiten diskutieren. Für GruppenleiterInnen ist diese Lernsituation zwar anstrengender, aber auch effektiver und persönlicher. Für die TeilnehmerInnen ist sie jedoch ganzheitlicher.

**2.2 KOMPRIMIERTE ANGEBOTE****KONKRETE BEOBACHTUNG** →

→ Lernen durch Beobachten

Anders als in wöchentlich stattfindenden Kursen erhält das **Tun** bei komprimierten Angeboten einen größeren Stellenwert als das Reden oder das Darstellen. GruppenleiterInnen brauchen beobachtbare Verhaltensweisen als Feedbackquelle, um einschätzen zu können, ob die TeilnehmerInnen ihr Wissen erweitern konnten. Oft ist es für GruppenleiterInnen aufschlussreicher, wenn sie die Elternpaare mit ihren Kindern erleben, statt sich typische Familiensituationen schildern zu lassen.

**INTEGRATION DER MÄNNER UND VÄTER** →

→ Komprimierte Angebote sind auch für Männer und Väter attraktiv

Es spricht also viel für komprimierte Angebote. Vor allem in Bezug auf Männer- und Väterarbeit haben Institutionen der Familienbildung längst ihren Wert erkannt. Zu wöchentlich stattfindenden Kursen werden Männer von ihren Partnerinnen „mitgebracht“, zu Wochenendfreizeiten melden sie sich – meist auch mit ihren Kindern – sogar selbst an.

Es gibt Gründe dafür, dass komprimierte Angebote von Eltern leichter angenommen werden – beispielsweise sind im „Bildungswerk der Katholiken“ in Bremen die wenigen Freizeiten für Familien meistens schon am ersten Vormittag nach Erscheinen des Jahresprogramms ausgebucht, während die Nachfrage für „normale“ Kursangebote deutlich geringer ist. Hier zeigen sich ein deutliches Interesse und ein Bedarf an komprimierten Angeboten. Die Motivationen, Bedürfnisse und auch die Ängste der TeilnehmerInnen unterscheiden sich. Dies gilt sowohl für die Motivation, die zur Anmeldung führt, als auch für die Motivation und die Bedürfnisse, erworbenes Wissen und erlangte Fähigkeiten tatsächlich in den Familienalltag zu integrieren.<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Vgl. Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation, S. 36 ff.

**UNTERSCHIEDE****ZWISCHEN KOMPRIMIERTEN ANGEBOTEN UND TRADITIONELLEN KURSEN**

Um den Nutzen verschiedenartiger Angebote gegeneinander abzuwägen, geht die vorliegende Handreichung von drei Prämissen aus:

1. Familienbildungsangebote erreichen je nach Form unterschiedliche Zielgruppen. Jede Form, ob Kursangebot, Wochenendfreizeit oder Bildungsarbeit im Rahmen von Familienerholung, hat ihre Berechtigung. Für alle Formen gilt: Sinnvoll ist ein spezifisches Angebot, das die Motivation und die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen berücksichtigt und konstruktiv aufnimmt.
2. Der Vorteil komprimierter Angebote liegt in der ganzheitlichen Form der Bildungsmaßnahme, die vor allem dann relevant ist, wenn sich TeilnehmerInnen in belastenden Situationen befinden und z.B. von Angeboten konkrete Bewältigungshilfen erwarten. Bei Erwartungen dieser Art ist nicht nur die kognitive Auseinandersetzung, sondern auch eine Bewältigung auf emotionaler und sozialer Ebene relevant. Die Einbeziehung der emotionalen und sozialen Ebene lässt sich aufgrund des erweiterten zeitlichen Rahmens bei komprimierten Angeboten in der Regel besser verfolgen und lenken.
3. Bei einer Familienbildung im Rahmen von Familienerholung und -urlaub handelt es sich zusätzlich um eine Sonderform der Bildungsarbeit, die von zwei Punkten profitiert. Einerseits ist eine positive Ausgangsmotivation bei Eltern festzustellen, wenn sie Familienerholung erwarten bzw. sich mit Urlaubsplänen beschäftigen. Im Urlaub wollen Familien – Mütter und Väter – etwas für sich tun. Das gemeinsame Erleben und der klare Wille, neue Kräfte zu sammeln, stehen im Vordergrund. Beides lässt sich als ressourcenorientierte Motivation beschreiben. Dies ist eine Motivation, die auf das Wiedererlangen von Stärken abzielt, weniger auf das Hervorheben von Schwächen (Problemorientierung). Andererseits zeigen sich TeilnehmerInnen in ihrem Urlaub offener gegenüber neuen Erfahrungen und Wagnissen als in ihrem Alltag. Es überrascht nicht, wenn Ferienreisende erklären, sie wollten in ihrem Urlaub den eigenen Horizont erweitern und sich auch einmal mit fremden Dingen/Kulturen beschäftigen. Dieses einfache Prinzip fand sich auch im Projekt „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“. Gerade im Urlaub sind Eltern besonders offen für Entdeckungen des „Kontinents Familie“. Die meisten TeilnehmerInnen verbinden mit der Möglichkeit, neue Erfahrungen zu machen, zunächst aktionsbezogene Beschäftigungen (z.B. erstmals mit dem Kind segeln oder mit dem/der PartnerIn die nahe gelegene Großstadt kennen lernen und eine Ausstellung besuchen). Aber auch reflektorische Beschäftigungen profitieren von dieser Offenheit.

### 3 URLAUB ALS LEBENSNAHE FAMILIENBILDUNG FÜR PAARE MIT KLEINEN KINDERN

Familienbildung hat sich in den letzten Jahrzehnten sehr verändert. Während sie sich zunächst an der Entwicklung bestimmter Fertigkeiten orientierte wie Kinderpflege und Ernährung, wird heute mehr und mehr die Vermittlung von Metakompetenzen angestrebt. Der Tradition von Selbsterfahrungsgruppen folgend, flossen in den letzten zehn Jahren auch immer mehr Elemente aus der Familienberatung in die Familienbildung ein. Diese Entwicklung zielt unter anderem darauf ab, der zunehmend zu beobachtenden Verunsicherung hinsichtlich Eltern-, Frauen- und Männerrollen zu begegnen und Veränderungen über die Verbesserung von Kommunikationsprozessen innerhalb von Familien zu erleichtern.

Realistischerweise müssen Verantwortliche aus der Familienbildung erkennen, dass unter diesen Bedingungen vorwiegend die Personengruppen erreicht werden, die ohnehin zu Reflexion und Kommunikation in ihren Beziehungen tendieren; die gelernt haben, diese Kompetenz zu nutzen, um etwaige Probleme in der Familie zu lösen.

Je stärker Konflikte in Partnerschaften und Familiensystemen verdrängt werden, umso größer ist die Hemmung, sie in einer Gruppe oder in einem Beratungskontext zu bearbeiten. Die Schwelle ist also hoch, sich als defizitär zu outen. Die Folge ist, dass Familienbildungsangebote, die einen reflektierten Umgang miteinander zum Ziel haben, erstens oft nicht in Anspruch genommen werden, auch wenn sie als nützlich und hilfreich erachtet werden. Zweitens ist es schwer, Verhaltensänderungen einzuleiten, solange Paare den Eindruck haben, versagt zu haben. Zu groß ist die Angst vor einer Blamage und vor den Konsequenzen, die sich aus einem verdeckten Spannungsfeld innerhalb der Familie ergeben und besser verborgen bleiben sollten – sei es vor sich selbst oder vor der Welt.

#### HEMMSCHWELLEN →

→ Problemorientierung von Angeboten wirkt abschreckend

### 3.1 PROBLEMORIENTIERUNG UND BILDUNGSANGEBOTE

Für alle Bildungsangebote, die auf das Beheben von Defiziten und das Aufheben von Risiken abzielen, steht die Problemorientierung im Vordergrund. Die Teilnahme an diesen Bildungsangeboten setzt voraus, dass Paare bereits erkannt haben, dass sie in der Familie ein Problem haben, sie die oben beschriebenen Hürden überwinden und sich Hilfe bzw. Unterstützung holen sollten. Mit diesen Vorbedingungen aber wird ein großer Teil der Zielgruppe für präventive Arbeit nicht erreicht.

#### PRÄVENTIONSMODELLE AUS ANDEREN BERUFSFELDERN

In anderen Feldern ist erkannt worden, dass präventive Maßnahmen beispielsweise dann angenommen werden, wenn sie institutionalisiert werden. Im Rahmen der Gesundheitsprävention (z. B. medizinische Vorsorge im Kleinkindalter) wurden Vorsorgemaßnahmen sehr stark an andere medizinische Leistungen geknüpft. Auch die Selbstverständlichkeit der Finanzierung durch Krankenkassen und die Kontrolle durch medizinisches Personal bewirken, dass Eltern und ÄrztInnen zusammenarbeiten können. In anderen Bereichen, in denen die Selbstverantwortung eine größere Rolle spielt (Kariesprophylaxe, Sexualpädagogik), erleichtert die spielerische Einbindung in das Bildungssystem (Kindergarten und Schule) den Zugang zu solchen Bevölkerungsgruppen, die nicht in erster Linie aus Einsicht oder Überzeugung auf die eigene Gesundheit oder die ihrer Kinder achten.

← NEUE MODELLE  
→ Lernen aus anderen Berufsfeldern

#### NUTZEN FÜR DIE LEBENSQUALITÄT UND DAS WOHLBEFINDEN

Wenn Personen den Entschluss fassen sollen, ihre Kenntnisse oder Fertigkeiten im Rahmen von Gesundheitsvorsorge zu erweitern, und dafür zusätzlich auch noch sein. Es spielt eine große Rolle, ob die Zielgruppe das Angebot mit kurz- oder mittelfristigen Erfolgen verknüpft und ob es mit persönlichem Wohlbefinden assoziiert wird.

Ein Beispiel ist die Fitnessbewegung, die dazu beigetragen hat, dass sich in den letzten 20 Jahren in Deutschland ein Markt entwickeln konnte. Diese Form gesundheitsbewussten Verhaltens ist nicht nur deshalb verbreitet, weil die Überzeugung herrscht, dass sich körperliche Fitness positiv auf die eigene Gesundheit auswirkt. Vielmehr verknüpfen Menschen mit sportlicher Betätigung auch verschiedene andere Motive wie gutes Aussehen, soziale Anerkennung, Attraktivität, Gemeinsamkeit und Austausch, Spaß, Spannungs- und Stressreduktion, Ablenkung, Kontakte, Freunde usw.

#### KONSEQUENZEN FÜR DIE FAMILIENBILDUNG

Die Teilnahme an Familienbildungsveranstaltungen kann – ebenso wenig wie der regelmäßige Besuch eines Fitnessstudios – bedauerlicherweise nicht via Verordnung „verschrieben“ werden. Sie setzt das persönliche und finanzielle Engagement der Mütter und Väter voraus.

← EIGENENGAGEMENT  
→ Wie lassen sich Eltern zu Eigeninitiative animieren?

**ANREIZE SCHAFFEN** →

→ Motive für persönliche Veränderungen

Es stellt sich die Frage, wie Familien ermuntert werden können, Zeit und Geld zu investieren, um sich mit Themen zu beschäftigen, die ihnen in ihrem Alltag Stress verursachen. Weiterhin stellt sich die Frage, inwieweit Anbieter von Familienbildung „Marketingstrategien“ anderer Bereiche übernehmen können, um Familien für Maßnahmen zu gewinnen. Familien werden beispielsweise in einem Zusammenhang erreicht, in dem sie keine zusätzlichen zeitlichen oder finanziellen Hürden überwinden müssen und in dem sie positive Effekte für sich erwarten. Zudem ist es hilfreich, wenn Männer und Frauen nicht das Lernen oder Verändern der Partnerschaft als einziges Motiv in den Mittelpunkt stellen müssen, sondern wenn sie auch noch andere Motive anstreben: das Zusammensein mit der Familie und mit anderen Personen, Entspannung, Entlastung usw. Menschen verstehen und erlernen Dinge immer dann besser, wenn sie sich für fähig halten, neue Herausforderungen zu bewältigen; d. h., Veränderungen werden nicht aufgrund von Problemen angestrebt, sondern aufgrund noch nicht genutzter Ressourcen.

### 3.2 FAMILIENURLAUB ALS BASIS FÜR FAMILIENBILDUNG

Für das Projekt „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ war der Familienurlaub bzw. die Familienfreizeit eine gute Basis für Familienbildung, bei der die oben genannten Aspekte zutreffen. Die Erwartungen, die Paare mit Familienerholung verknüpfen, sind grundsätzlich positiv. In dieser Zeit möchten sie zu Kräften kommen, sie möchten Dinge nachholen oder auskosten, für die im Alltag wenig Zeit vorhanden ist. Sie möchten auch wieder zu sich selbst und zum anderen kommen können. Diese positive Grundmotivation öffnet – das bestätigen auch die Erkenntnisse der Lernpsychologie<sup>8</sup> – gute Möglichkeiten hinsichtlich der Motivation zur Teilnahme an Familienerholungsmaßnahmen und hinsichtlich des Verarbeitungspotenzials während ihrer Durchführung. Diese Grundmotivation enthält eine Annäherungsbereitschaft. Meistens zeigen sich Personen in Entspannungsphasen besonders offen für neue Aufgaben. Sind diese Erfahrungen in eine Atmosphäre eingebettet, die komplexe und vielfältige Erfahrungen zulässt, ist außerdem der Druck geringer, z. B. aus einer Übungseinheit etwas lernen zu müssen.

**ENTSPANNTE  
ATMOSPHERE** →

→ Unbewusstes und zwangloses Lernen durch Familienfreizeit

Beispiel: Im Rahmen eines wöchentlich stattfindenden Elternkurses lautet an einem Abend das Thema „Spielen mit dem Kind“. Nach einer 90-minütigen Beschäftigung mit dem Thema prüfen die Eltern: „Konnte ich damit jetzt etwas anfangen oder nicht? Schließlich bin ich ja hier gewesen, weil ich etwas Neues erfahren wollte.“ Die Antwort wird davon abhängig sein, ob die „Botschaft“ der Unterrichtseinheit verstanden wurde und ob eine Offenheit dahin gehend bestand, Ratschläge zum Umgang mit dem Kind anzunehmen.

<sup>8</sup> HÜHOLDT, J. (1985): Wunderland des Lernens – Lernbiologie, Lernmethodik, Lerntechnik, Verlag für Didaktik, und SPIEL, C., KASTNER-KOLLER, U., DEIMANN, P. (Hg.) (1996): Motivation und Lernen aus der Perspektive lebenslangen Lernens, Waxmann, und VESTER, F. (1998): Denken, Lernen, Vergessen, DTV

Findet die gleiche thematische Beschäftigung im Rahmen von Familienerholung statt, besteht darüber hinaus die Möglichkeit, die erfahrenen Inhalte unmittelbar und mit dem Kind auszuprobieren. Hier wird der Unterschied zu herkömmlichen Angeboten deutlich. Die neuen Informationen und Anregungen aus den Bildungssequenzen haben also vielmehr den Charakter einer „inneren Einstimmung“ als den einer kognitiven Lerneinheit. Auf diese Weise sind TeilnehmerInnen eher bereit, die Spielsituation auf sich zukommen zu lassen, während das Gelernte gewissermaßen im Hinterkopf weiterwirkt. Es ist die Unmittelbarkeit der sich anschließenden „Trainingssituation“ (z. B. unverkrampft Zeit mit dem Kind und anderen Familien in der Natur verbringen), die einerseits von dem kognitiven Inhalt ablenkt, andererseits wird eine oberflächliche Bewertung („Habe etwas gelernt“ oder „Habe nichts gelernt“) nicht mehr notwendig. Im Spiel mit dem Kind erfahren Mütter und Väter sofort, ob sie sich an Inhalte erinnern und diese verstanden haben oder nicht. Darüber hinaus ist ein Vergleich mit anderen Eltern möglich, und sie lassen sich als Vorbilder nutzen.

#### ← ZWANGLOSES LERNEN

→ „Habe etwas gelernt“  
oder  
„Habe nichts gelernt“

#### FAMILIENBILDUNG IN DER MOGELPACKUNG?

Es stellt sich die Frage, ob Familienbildung, die in den Familienurlaub integriert wird, nichts anderes ist als ein Urlaub in der Mogelpackung. Tatsächlich konnte im Projekt „Familienerholung mit Kindern bis fünf Jahre“ festgestellt werden, dass der „Bildungsanteil“ sehr häufig am ersten Tag als notwendiges Übel betrachtet wurde, das nur hingenommen wurde, weil das Gesamtpaket für die Familienerholung finanziell günstiger war als klassische Urlaubsangebote. Zudem äußerten teilnehmende Frauen oft den Wunsch, den Bildungsteil nicht zu sehr zu betonen, da dies ihre Männer abschrecken würde. Hier wirken nach wie vor alte Rollenmuster von Mann und Frau. Die Frauen haben – als klassische Nutzerinnen von Familienbildung – ein Interesse, mit ihren Partnern an Familienfragen zu arbeiten, während die Familienväter sich sperren bzw. weniger motiviert sind<sup>9</sup>.

Es hat sich herausgestellt, dass die Vorbehalte und Ängste gegenüber Bildungsteilen immer dann hinfällig werden, wenn Paare erkennen, dass ihnen mit dem angekoppelten Bildungsangebot nicht die Familienerholung genommen wird, sie stattdessen Anregungen für einen erlebnisreicheren und aktiven Urlaub mit dem/der PartnerIn und den Kindern erhalten<sup>10</sup>. Diese Erfahrungen können TeilnehmerInnen nur dann machen, wenn Bildungsangebote und Freizeitangebote sich ergänzen und wenn die Bildung in einer Form stattfindet, die nicht mit Familienbildung im üblichen Sinn in Verbindung gebracht wird. Demnach wurde Bildung im Modellprojekt als Anstoß bzw. Einstimmung verstanden. Sehr oft wurde sie von den TeilnehmerInnen gar nicht als solche erkannt, weil sie sich nahtlos in Freizeitangebote einfügte bzw. so vermittelt wurde, dass Spaß und lustvolles Zu-

#### ← LERNZIELE IN URLAUBSLAUNE

→ Wie lassen sich  
Vorbehalte gegenüber  
Bildungsinhalten  
abbauen?

<sup>9</sup> Vgl. Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation, Abb. 20, S. 36

<sup>10</sup> Vgl. Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation, S. 44 ff.

**GANZHEITLICHES  
LERNEN**

→ Bildung umfasst  
nicht nur das  
kognitive Lernen

sammensein im Vordergrund standen. Solange allerdings TeilnehmerInnen keine Vorstellungen von dieser Form der Familienbildung haben, so lange bleiben die anfänglichen Vorbehalte bestehen.

**„BEGREIFEN“ IN FAMILIENERHOLUNGSMASSNAHMEN**

Das Wort „begreifen“ wurde im Zusammenhang mit Bildung nicht zufällig gewählt. Es steht stellvertretend für alle Formen von Bildung, die nicht nur auf kognitives Lernen abzielen, sondern das Lernen durch Anschauung, Ausprobieren, Erleben und Fühlen einbeziehen. Es gibt mehrere Gründe, weshalb sich der Urlaub besonders für diese Form des ganzheitlichen Lernens eignet.

- Urlaubszeit ist definiert als „Zeit für die Familie“ und „Zeit für Erholung“, „Zeit für neue Erfahrungen“. Diese Auszeit vom Alltag, auf die sich jeder freut, ist positiv besetzt und fördert Motivation und Offenheit.
- Urlaubszeit ist meistens mit dem Wunsch verknüpft, wieder mehr gemeinsame Zeit miteinander zu verbringen und das „Wir-Gefühl“ zu vertiefen. Wo das „Wir“ gesucht wird, ist die Abgrenzung gegenüber anderen schwächer, die Bereitschaft zur Kommunikation größer.
- Wer im Urlaub wieder zu Kräften kommen möchte, verfügt grundsätzlich über Ressourcen. Diese müssen nur geweckt und aufgefüllt werden. Eltern sind im Urlaub ohnehin meistens bestrebt, diese Ressourcen wieder zu füllen: Sie lassen sich versorgen, sind sportlich aktiv, ziehen sich zurück, um ein Buch zu lesen, sind in der Natur unterwegs oder schlafen einfach nur einmal aus. Selbst wenn es hin und wieder zu Abstimmungsschwierigkeiten zwischen den Eltern und/oder Kindern kommt – die häufigste Ursache für typische Urlaubsstreitereien in der ersten Woche –, besteht der Wille zur Eigeninitiative, eine Energie, die für die Verarbeitung neuer Erfahrungen sehr hilfreich ist.
- Wenn der „Alltagsfrust“, z. B. Wäschewaschen, Essen kochen oder Arbeit außer Haus, entfällt, bleibt Zeit für Muße. Von den Alltagsdingen entlastet zu sein heißt auch, das Denken und Fühlen von Routine zu entlasten – eine Grundvoraussetzung für die Freiheit, neue Erfahrungen machen zu können.
- Schließlich gibt es kaum einen Bereich, der so stark mit Freiwilligkeit bzw. Zwanglosigkeit verknüpft ist, wie der Familienurlaub. Selbst wenn eine Familie sehr stark belastet ist, wird in den Familienurlaub viel Hoffnung gesetzt (manchmal ist er auch die letzte Hoffnung oder Chance, was die erhöhten Trennungszahlen nach gemeinsamen Urlauben belegen). Entfällt der Zwang, etwas Bestimmtes tun zu müssen, werden neue und nichtalltägliche Erfahrungen und Herausforderungen meistens positiv angenommen. Freiwilligkeit stellt also in allen Bereichen das Motivationspotenzial schlechthin dar.

### 3.3 FREIZEITORIENTIERUNG ZUR VERMITTLUNG VON WISSEN UND FERTIGKEITEN

Lernen heißt, sich mit Neuem vertraut zu machen, Zusammenhänge zu erkennen oder sich Wissen anzueignen. Sowohl in der Lern- als auch in der pädagogischen Psychologie wird zwischen mehreren Lernarten unterschieden. Zum einen geht es darum, konkrete Inhalte aufzunehmen, abzuspeichern und zu bearbeiten – also um konzentrierte Beschäftigung mit Zusammenhängen, um so Wissen sammeln und Probleme systematisch lösen zu können. Zum anderen geht es aber auch um mittelbares Lernen, also um Erfahrungen und Erlebnisse, die das Verständnis vom Alltag und von der Welt unbewusst prägen. Lernen in diesem lebensnahen Sinn betrifft das Begreifen durch Anschauung und Beobachtung, durch Belohnung oder Vermeidung, wenn mit negativen Konsequenzen zu rechnen ist. Meistens sind die Zusammenhänge, die in Verbindung mit Lebenserfahrungen stehen, wenig bewusst. Erst bei auftauchenden Problemen beginnt die Beschäftigung mit Fragen wie: „Warum mache ich immer die gleichen Erfahrungen?“ oder „Wieso verhalte ich mich nun gerade so und nicht anders?“

#### WECHSELWIRKUNG ZWISCHEN WISSEN UND VERHALTEN

Familienbildung und andere Weiterbildungsbereiche konzentrierten sich in der Vergangenheit erstrangig auf das Vermitteln von Wissen: „Wie wickele ich mein Kind richtig?“, „Wie funktioniert das Stillen am besten?“, „Wie mache ich meinen Körper fit für die Geburt und die Zeit danach?“ Inzwischen ist bekannt, dass bei so komplexen und emotional stark überlagerten Feldern, wie der Partnerschaft und dem Familienleben, das bloße Wissen über bestimmte Zusammenhänge noch keine Verhaltensänderungen oder bewusstes Handeln einleitet. Die Familienbildung versucht inzwischen, über Selbstreflexion und Familienberatung Paare in Selbsterfahrungsgruppen zu unterstützen. In vielen Fällen führt dies tatsächlich dazu, dass Partnerschaften besser funktionieren. Dies belegen die Forschungen von COWAN und COWAN<sup>11</sup> in den USA und das Programm „Wenn aus Partnern Eltern werden“ des DFV<sup>12</sup>. Aber auch diese Herangehensweise ist nur bis zu einem bestimmten Grad erfolgversprechend – nicht selten scheitert sie an dem Bildungsniveau (nicht weil Menschen zu ungebildet für bestimmte Einsichten sind, sondern weil sie meinen, sich ohnehin nicht richtig ausdrücken zu können) oder weil Menschen tatsächlich die Sprache für die eigene Gefühlswelt oder die Prozesse in der Familie fehlt.

← WISSEN ERFAHRBAR  
MACHEN  
→ Das Wissen  
über bestimmte  
Zusammenhänge  
bewirkt noch keine  
Verhaltensänderung

<sup>11</sup> COWAN, C. P., COWAN, P. A. (1994)

<sup>12</sup> DEUTSCHER FAMILIENVERBAND (Hg.) (1999)

### VOM ERLEBEN ZUM ERKLÄREN ZUM VERÄNDERN

#### LERNEN →

→ Verständnis bewirkt  
Verhaltensänderungen

Wenn aber Paare nicht nur über den Weg intensiven Nachdenkens und bewussten Abwägens ihr Familienleben wieder positiver beurteilen sollen, müssen ganzheitliche Instrumentarien in der Familienbildung stärker berücksichtigt werden. Motivationspsychologisch betrachtet, behalten Menschen immer solche Dinge besonders gut, die sie ohne große Widerstände in ihr Verhaltensrepertoire übernehmen können, solche, die sie selbst erfahren oder hautnah erlebt haben, die eher mit positiven als mit negativen Erfahrungen verbunden waren und die sie außerdem in einen größeren Verständnisrahmen stellen konnten. Dauerhafte Effekte können also dann erzielt werden, wenn die Einsicht vorhanden ist, warum durch ein bestimmtes Verhalten positive Ergebnisse erzielt wurden bzw. warum ein bestimmtes Verhalten negative Konsequenzen zur Folge hatte.

#### RISIKO →

→ Mittelbares Erleben und  
Erkennen kann durch  
Konflikte überlagert  
werden

In Elternkursen machen Paare solche Erfahrungen durch Übungen oder Planspiele, kreative Techniken usw., die im vorliegenden Manual fester Bestandteil der Bildungsarbeit sind. Es gilt das Prinzip: vom Erleben zum Erklären zum Verändern. Paare stellen beispielsweise ein gemeinsames Bild über ihre Beziehung her und sprechen anschließend über ihre Erfahrungen beim Malen und dann über den aktuellen Stand ihrer Beziehung. Das heißt, über den Einsatz bestimmter Methoden erfahren sich Paare oft mittelbar. Die relevanten Schlussfolgerungen werden durch weitere Transferleistungen erbracht, für die erstens eine Bereitschaft und zweitens eine entsprechende Befähigung der TeilnehmerInnen vorhanden sein müssen („Was war beim Erstellen des Bildes so typisch für unsere Beziehung? Was machen wir im Alltag genauso oder anders?“). Der Nachteil: Sowohl die Fähigkeit, die aktuelle Familiensituation zu betrachten, als auch die Bereitschaft dazu können aufgrund von Belastungen im Familienleben phasenweise eingeschränkt sein (z. B. durch manifestierte Partnerschaftskonflikte oder eine gewisse Sprachlosigkeit zwischen dem Paar). Das Risiko: Die Methode an sich wird abgelehnt; ein Paar-konflikt wird negiert; die TeilnehmerInnen im Kurs schweigen; der Konflikt oder die Spannung zwischen dem Paar tritt offen zu Tage und kann nur ansatzweise im Kurs bearbeitet werden, weil auch andere TeilnehmerInnen berücksichtigt werden wollen; die Erkenntnisse überfordern das Paar, oder die Teilnahme wird sogar abgebrochen usw.

#### DIREKTES ERLEBEN →

→ Wirksamkeit von  
Erlernem fördert  
Verhaltensänderung

An dieser Stelle kommt ein weiteres Element zum Tragen, nämlich die direkte Erfahrung bzw. das direkte Erleben der Wirksamkeit oder Unwirksamkeit des Erlerneten in einem vertrauten (und deshalb relevanten) Umfeld. Ein Beispiel: Eine Mutter geht mit ihrem Kind übervorsichtig und ängstlich um. Möglicherweise wurde sie von ErzieherInnen oder befreundeten Müttern direkt oder indirekt darauf hingewiesen, dass sich ihre Ängstlichkeit sehr stark auf das Verhalten des Kindes auswirken kann. Auch ist es wahrscheinlich, dass sie schon Bücher oder Zeitschriften studiert hat, um sich über die Zurückhaltung oder Ängstlichkeit des eigenen Kindes, deren Ursache und ihren Anteil daran zu informieren. Nun kann sie zwar die Zusammenhänge rational nachvollziehen, ist dennoch aber nicht zwangsläufig in der Lage, ihr Verhalten zu ändern. In einem solchen Fall kann es

überaus hilfreich für sie sein, ohne Druck in einer entspannten Familienphase zu erleben, wie andere Mütter mit ihren Kindern umgehen. Hilfreich sind auch gezielte „Aufgaben“ für die Freizeit (mit der Familie, mit dem Kind, mit der Gruppe), um „waghalsiger“ sein zu können. Die Selbstverständlichkeit, das Kind während einer Familienfreizeit einer „fremden“ Person stundenweise überlassen zu können, weil eine Partnerübung auf dem Programm steht, ~~verhilft zu Einsichten~~, die intensivste Appelle nicht bewirken würden. ~~Kann die gemachte Erfahrung darüber hinaus in der Gruppe bearbeitet werden~~, so ist es wahrscheinlich, dass das unmittelbare Erleben und Reflektieren dazu führt, die überprotektive Erziehung zumindest im Urlaub zurückzuschrauben und zu erleben: „Ich kann’s ja doch.“

### INEINANDERGREIFEN VON BILDUNG UND FREIZEIT

Mit Eltern im Rahmen von Familienerholung zu arbeiten bedeutet, zur Verfügung stehende Zeit so zu gestalten und zu nutzen, dass Männer und Frauen unverkrampft und direkt Erfahrungen machen können, aus denen sie lernen. Freizeit und Bildung müssen unter diesem Gesichtspunkt einen neuen Zusammenklang finden. D. h., Bildung, die greifen soll, muss mit Freizeit kompatibel sein und Freizeit mit Bildungssequenzen. Sämtliche Erfahrungen, die direkten und unmittelbaren, die mittelbaren und die kognitiv erlernten, müssen wie Zahnräder ineinander greifen.

Unter oben genannten Voraussetzungen fällt den TeilnehmerInnen oft gar nicht auf, dass sie in ihrer Freizeit gerade lernen oder dass sie während der „Bildungsarbeit“ wertvolle Anregungen erhalten, wie sie die folgende freie Zeit in neuer Weise nutzen und gestalten können.

← KOMPATIBILITÄT  
 → Bildung und Freizeit  
 greifen ineinander

## SYNERGIEEFFEKTE VON BILDUNG UND FREIZEIT

## BILDUNG →

- Bildung darf nicht akademisch wirken. Ein anschaulicher Input von Theorie ist effektiver als komplexe und belehrende Vorträge, die ein „Richtig“ oder „Falsch“ implizieren oder mit Fakten überfrachtet sind.
- Bildungsanteile sollen neugierig und mutig machen, d.h. Perspektiven aufzeigen, Bildung soll herausfordern, im positiven Sinn fordern, aber nicht überfordern.
- Bildung soll sich an den aktuellen Bezugsrahmen (Urlaubskontext) anknüpfen lassen und nicht Wissen „auf Halde“ produzieren.
- Bildungssequenzen sollen abwechslungsreich sein, aber die Methodenvielfalt soll auch einen roten Faden erkennen lassen und sich jederzeit an diesen anbinden lassen.
- Bildung soll Spaß machen und das Gruppengefühl stärken.
- Bildung soll Eltern nicht unter Druck setzen. Es muss für Eltern möglich sein, keine Transferleistungen erbringen zu müssen, wenn sie einfach nur die angeleitete Freizeit genießen wollen. Freiwilligkeit ist also Grundvoraussetzung. Auch Personen, die sich erst einmal alles nur anhören und nur ihre Freizeit mit der Familie genießen wollen, werden etwas mitnehmen. Werden sie stattdessen unter Druck gesetzt, werden sie möglicherweise verprellt. Der Genuss und der Nutzen des Familienurlaubs – oft der einzige im Jahr – würden sich deutlich verringern.

## FREIZEIT →

- Freizeit soll so gestaltet sein, dass sich die neuen Bildungserfahrungen gut einbinden lassen. D.h., sie sollte gelegentlich durch GruppenleiterInnen angeleitet werden, so dass TeilnehmerInnen ihr Augenmerk auf einen bestimmten Anteil richten können, wenn sie das möchten (z.B. Methode 5, Paarspaziergang).
- Freizeitangebote sollen neugierig und mutig machen, mit der Familie oder mit anderen TeilnehmerInnen einmal Neues auszuprobieren (z.B. Methode 16, Vater-Kind-Überraschung für die Mütter, Methode 21, Männerwanderung).
- Freizeit soll TeilnehmerInnen die Möglichkeit geben, als Paar, als Familie, aber auch in der Gesamtgruppe oder in geschlechtshomogenen Gruppen vielfältigen Genuss zu erleben.
- Freizeit soll abwechseln zwischen lauten und leisen Erfahrungen, aktiven und passiven Phasen.
- Freie Zeit soll dem Paar zur Verfügung stehen; zur gleichen Zeit sollten die Kinder gut betreut werden.
- Freizeitanteile sollen aufarbeitbar sein. Das bedeutet, dass alle teilnehmenden Familien die Möglichkeit bekommen, ihre Freizeit in gleicher Weise zu gestalten, um eine gemeinsame Basis für Gespräche oder Übungen in der Gruppe zu haben.
- Freizeit soll Spaß machen und das Gruppengefühl stärken.
- Freizeitangebote können freiwillig gewählt werden. Verbindliche Anteile müssen so vermittelt werden, dass sie auf Zustimmung der teilnehmenden Familien stoßen.

## **THEORETISCHE GRUNDLAGEN**



# 1 THEORETISCHE ANSÄTZE IN DER FAMILIENBILDUNG

Ein gezieltes Arbeiten an Prozessen, die in Elterngruppen – und insbesondere im Rahmen von Familienerholung – wirken, setzt bei den GruppenleiterInnen Grundlagenwissen voraus. Sowohl im Projekt „Wenn aus Partnern Eltern werden“ als auch im Projekt „Familienerholung mit Kindern bis fünf Jahre“ war festzustellen, dass erfahrene FamilienbildnerInnen in der Regel bereits ein Grundlagenwissen in die Fortbildungsmaßnahmen mitbringen. Um sich die Familiendynamik erklären und mit ihr arbeiten zu können, lassen sich manche GruppenleiterInnen in ihrer Arbeit vom Kommunikationsmodell von Ruth COHN<sup>1</sup> oder vom EPL (Ein partnerschaftliches Lernprogramm)<sup>2</sup> leiten. Andere orientieren sich an GORDONS Familienkonferenz<sup>3</sup>. Wieder andere favorisieren den familientherapeutischen Ansatz von Virginia SATIR<sup>4</sup>. Alle Ansätze zielen darauf ab, die Kommunikation zwischen den Paaren anzuregen und zu verbessern. Die Projektleitung und die wissenschaftliche Begleitung im Projekt „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ konnten die Erfahrung machen, dass die Familien von jeder theoretischen und praktischen Orientierung der GruppenleiterInnen insofern profitiert haben, als das Augenmerk auf vielfältige Facetten des Familienlebens gerichtet werden konnte. Kein/Keine GruppenleiterIn war durch ihre Vorbildung so festgelegt, dass seine/ihre Vorstellungen mit dem Grundkonzept dieses Projektes kollidierten.

Mit dem vorliegenden Programm für die Familienerholung soll keine grundlegende Herangehensweise oder Überzeugung ersetzt werden. Gerade innerhalb von Familienfreizeiten ist es wichtig, dass sich GruppenleiterInnen mit ihrem eigenen Handwerkszeug sicher und zu Hause fühlen. Denn durch das Zusammensein mit den Familien während einer Woche, Tag und Nacht, stehen GruppenleiterInnen persönlich ganz anders auf dem Prüfstand als bei Angeboten mit wöchentlich stattfindenden Sitzungen. Es sind vor allem Authentizität und Flexibilität gefragt, auch weil GruppenleiterInnen während der gesamten Dauer der Erholungsmaßnahme für Fragen oder auch Sorgen einzelner TeilnehmerInnen AnsprechpartnerInnen sind. Es ist also wichtig, über gesichertes Wissen zu verfügen, das über den Rahmen der in diesem Handbuch vorgelegten Inhalte hinausgeht<sup>5</sup>.

## ← GRUNDLAGEN

→ Theoretische und praktische Ansätze in der Arbeit mit familiendynamischen Prozessen

## ← GESICHERTES WISSEN

→ Authentizität und Flexibilität durch fundiertes Grundlagenwissen

<sup>1</sup> COHN, R. (2001): Lebendiges Lehren und Lernen – TZI macht Schule, Klett-Cotta

COHN, R. (2000): Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion, Klett-Cotta

<sup>2</sup> ENGL, J., THURMAIER, F. (1997): Wie redest Du mit mir? – Fehler und Möglichkeiten der Paarkommunikation, Herder

<sup>3</sup> GORDON, T. (1972): Familienkonferenz, Hoffmann & Campe

<sup>4</sup> SATIR, V. (1996): Kommunikation, Selbstwert, Kongruenz, Jungfermann

<sup>5</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Kap. 1, Fortbildung für MultiplikatorInnen, S. 65 ff.

Dennoch lohnt sich die Orientierung an einem ökonomischen Rahmen, der besonders die Prozesse behandelt, die für Übergänge im Familienleben typisch sind. Als kleinster gemeinsamer Nenner für die Arbeit mit Familien, die Kinder bis zum Grundschulalter haben, hat sich das Modell von COWAN und COWAN<sup>6</sup> erwiesen. Die Hauptbestandteile dieses Modells sollen deshalb als Orientierungsrahmen dienen, weil mit ihnen die Besonderheiten des Übergangs zur Elternschaft explizit beschrieben werden.

#### UMBRUCHPHASEN →

→ Übergänge stellen hohe Herausforderungen dar

#### „ÜBERGÄNGE“ ALS FORSCHUNGSGEGENSTAND

Übergänge werden von COWAN und COWAN sowie anderen Transitionsforschenden als sensible Phasen behandelt, in denen sich Grundlegendes im Leben von Menschen ändert. Das Typische an Umbruchphasen ist die Notwendigkeit, in relativ kurzer Zeit vieles neu zu lernen und zu erfahren, um möglichst schnell die neue Situation zu adaptieren. Dies gilt für einschneidende Lebensereignisse, wie z. B. Scheidung oder Tod eines Angehörigen, ebenso wie für die Geburt eines Kindes. Die Veränderungen durch die Geburt eines Kindes können so grundsätzlich sein, dass Gefühle von Überforderung und Belastung die erhoffte Freude und Gelassenheit völlig überdecken. Zu Beginn des Anpassungsprozesses besteht daher immer Unklarheit darüber, in welche Richtung sich das Paar oder die Einzelperson entwickeln wird. Es besteht die Chance der persönlichen, positiven Weiterentwicklung durch zahlreiche neue Erfahrungen – die zuvor verschlossen blieben, weil sich die entsprechende Situation noch nicht eingestellt hatte. Es besteht aber auch das Risiko des Scheiterns. Dieses Risiko in der Familiengründungsphase führt nicht unbedingt zum Zerbrechen der Familie oder zur Trennung bzw. Scheidung. Aber wenn Familienmitglieder einen Teil ihrer Lebensqualität einbüßen oder Kompromisse machen, die sie vorwiegend mit Verlust in Zusammenhang bringen, kann das zum Risiko des Scheiterns führen. Die Konsequenzen dieser Entwicklung kommen manchmal erst Jahre später zum Tragen.

Da das Modell von COWAN und COWAN sehr übersichtlich ist und gewissermaßen als Prisma fungieren kann, in dem sich grundlegendere theoretische Orientierungen gut brechen lassen, dient es als Basismaterial für das vorliegende Programm. Erfahrungsgemäß erleichtert gerade der Bezug auf das Modell von COWAN und COWAN in Familienerholungsmaßnahmen die Arbeit mit Familien, aber auch die mit dem/der Ko-LeiterIn.

#### MODERATIONSPAAR →

→ Vorteile einer gemischtgeschlechtlichen Gruppenleitung

#### BEDEUTUNG DES GEMISCHTGESCHLECHTLICHEN MODERATIONSPAARS

Für alle Maßnahmen, die sich aus dem Modell von COWAN und COWAN ableiten, gilt, dass sie immer von einem Mann und einer Frau gleichzeitig geleitet werden. So hat jedes Geschlecht eine eigene Identifikationsfigur und einen/eine gleichgeschlechtliche/-n GesprächspartnerIn, um sich mit den Veränderungen im eigenen Leben auseinander zu setzen. Darüber hinaus dient ein GruppenleiterInnenpaar

<sup>6</sup> COWAN, C. P., COWAN, P. A. (1994), und DFV (Hg.) (1999)

immer als Vorbild hinsichtlich des kommunikativen Umgangs, den es miteinander pflegt. Als Paar sind GruppenleiterInnen also Projektionsfläche und Katalysator zugleich. Sind beide LeiterInnen darüber hinaus selbst Eltern, ist die Akzeptanz durch die TeilnehmerInnen in der Regel noch größer. Der Erfolg einer Maßnahme ist abhängig von der Überzeugungskraft (Kompetenz und Persönlichkeit) der GruppenleiterInnen im täglichen Umgang mit den TeilnehmerInnen.

## 2 DAS FÜNF-EBENEN-MODELL VON COWAN & COWAN

Im Folgenden werden die fünf Eckpfeiler des COWAN'schen Modells dargestellt. Alle Methoden, die während des Modellprojekts erprobt wurden und in diesem Manual<sup>7</sup> vorgestellt werden, lassen sich hinsichtlich einer fünfgeteilten Grobstruktur unterteilen und identifizieren. Das Fünf-Ebenen-Modell setzt das Grundverständnis von Übergängen im Familienentwicklungsprozess voraus, weil sich hieraus später ableiten lässt, warum die fünf Ebenen gerade in einer solchen Entwicklungsphase besonders beachtet werden müssen.

### ÜBERGÄNGE IN BIOGRAPHIEN

Carolyn und Philip COWAN betrachten den Übergang zur Elternschaft nicht als ein Einzelereignis in der Biographie von Paaren. Vielmehr wird die neue Lebensphase, die durch die Geburt eines Kindes eingeleitet wird, als „Übergang“ verstanden. Diese „Transition“ hat mit vergangenen und zukünftigen Übergängen im Leben – Eintritt ins Berufsleben, Scheidung, Kinder verlassen das Haus, Wiederaufnahme der Berufstätigkeit durch die Frau etc. – wesentliche Ähnlichkeiten, Chancen und Risiken. D.h., frühere Erfahrungen mit Übergängen wirken sich darauf aus, wie weitere Hürden im Leben genommen werden können. Wie aber lässt sich das wiederholte Zurückgreifen auf bestimmte Bewältigungsstrategien während eines Übergangs erklären, unabhängig davon, wie sie sich in der Vergangenheit bewährt haben? Eine Antwort liegt darin begründet, dass Übergänge in Biographien von Menschen bestimmte Charakteristika haben:

- Durch die Unterschiedlichkeit von Anforderungen zwischen dem „Vorher“ und dem „Nachher“ können die meisten Übergänge am Anfang mit Orientierungslosigkeit und Kontrollverlust unterschiedlichen Ausmaßes verbunden sein. Viele der Fähigkeiten, die z.B. vor der Geburt eines Kindes vorhanden waren – beispielsweise ein perfektes Organisationstalent bei der Planung eines Abenteuerurlaubs –, werden nach der Geburt nicht mehr so dringend benötigt.

← **TRANSITION**  
→ Übergänge sind keine isolierten Ereignisse

← **VORHER UND NACHHER**  
→ Übergänge führen zu Orientierungslosigkeit und Kontrollverlust

<sup>7</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis – Methoden, Arbeitsblätter, Checklisten, S. 103 ff.

Andere Fähigkeiten hingegen sind plötzlich von zentraler Bedeutung – z. B. mit sehr wenig Schlaf auszukommen und dennoch relativ ausgeglichen zu sein. Bis Paare merken, dass sie sich tatsächlich in einer Umbruchsituation befinden, können sie durchaus den Überblick verlieren.

#### EMOTIONEN →

→ Übergänge  
verändern das Leben  
fundamental

- Übergänge fordern Menschen in der Regel nicht nur punktuell – das gilt sowohl in zeitlicher als auch in emotionaler Hinsicht. Sie beeinflussen das Leben meist zu hundert Prozent. Wenn z. B. der Lebenspartner durch einen Unfall stirbt, können die sich ergebenden Konsequenzen nicht von anderen getragen oder bearbeitet werden. Die Belastung ist, auch wenn andere Menschen faktisch entlasten, emotional wie auch zeitlich in vollem Umfang spürbar. Die Situation trifft hier und jetzt und allumfassend zu. Nicht nur dramatische Ereignisse beanspruchen Menschen in dieser Form, das Gleiche gilt für positive Ereignisse, die sogar selbst herbeigeführt wurden, z. B. die bewusste Entscheidung für ein Kind.

#### SOZIALKOMPETENZ →

→ Übergänge  
beziehen immer  
andere Personen ein

- Wenn z. B. eine allein stehende Frau ein Kind bekommt, verändert sie sich nicht nur für sich allein, sondern auch für alle sozialen Beziehungen. Das soziale System, in dem sie sich bewegt, hat deshalb auch umgekehrt Auswirkungen auf die Bewältigung ihrer eigenen emotionalen Probleme, d. h.: Für die positive Bewältigung von Übergängen werden soziale Fertigkeiten benötigt.

#### UNTERSCHIEDE →

→ Übergänge sind  
immer individuell

- Auch wenn die meisten Paare Kinder bekommen und es deshalb nichts Besonderes zu sein scheint, ein Kind zu haben, so vollzieht sich der Übergang in jeder Familie in einer besonderen Form. Es nützt einem Paar unter Umständen sehr wenig, sich an anderen Familien zu orientieren, nur weil sich diese in der gleichen Situation befinden. Die mentale und emotionale Grundausstattung (z. B. die psychische Stabilität) von Paaren, die notwendig ist, um Übergänge bewältigen zu können, gleicht nicht zwangsläufig der anderer Familien. Das ist auch der Grund dafür, dass für viele Paare der direkte Vergleich mit anderen Eltern in Elterngruppen oft unbefriedigend ist oder zu einem „Wettbewerb“ entartet.

- An neue Lebensbedingungen passt sich der Mensch mit der Zeit „irgendwie“ an. D. h. nicht, dass nur genügend Zeit vergehen muss, um mit den neuen Herausforderungen zurechtzukommen. Das Gegenteil ist der Fall. Die Bewältigung von Übergängen im Familienleben ist überaus kräftezehrend. In der Folge kann Paaren – wie bei jedem anderen Dauerstress – die Kraft ausgehen. Ob der Übergang nun im positiven Sinne bewältigt<sup>8</sup> wurde oder das

<sup>8</sup> Dieser Status ist daran zu erkennen, dass alles in allem genommen eher Zufriedenheit vorherrscht und der Eindruck, sich persönlich und als Paar weiterentwickelt zu haben als gescheitert zu sein oder etwas verloren zu haben.

Paar sich nur resigniert angepasst und sich dem Schicksal ergeben hat – irgendwann hat jedes Paar einen Zustand erreicht, in dem das Familienleben als solches sich geordnet hat. Dies sind die Zustände, die als stabil und „festgezurr“ wahrgenommen werden. Manche Paare wachsen stärker zusammen, andere trennen sich oder distanzieren sich in ihrem Familienalltag voneinander. Wieder andere zeugen ein weiteres Kind oder geben sich mit einer ungeliebten, weil unerwünschten Aufgaben- und Rollenverteilung halbherzig zufrieden usw. Die zu beobachtende Anpassung an die neue Lebenssituation sagt dementsprechend nichts über die Qualität der Anpassung aus. Viele Paare realisieren erst beim zweiten Kind, wie viel beim ersten Kind schon „auf der Strecke“ geblieben ist und was sie erst jetzt bewusst vermissen. Andere bringen auch spätere Krisen niemals mit dieser anstrengenden Lebensphase in Verbindung, obwohl die Desillusionierung nicht selten hier ihren Anfang nahm, häufig nicht erkannt und aufgearbeitet wurde.

- Ob Übergänge positiv oder eher gesundheitsbeeinträchtigend bewältigt werden, ist erst festzustellen, wenn Personen den Eindruck gewonnen haben, mit den Anforderungen der neuen Lebenssituation inzwischen vertraut zu sein, oder wenn sie aufgeben. Entweder sie ziehen ein positives Resümee und stellen einen Gewinn fest, oder sie finden sich in der nun augenscheinlich vertrauten Situation noch immer nicht richtig zurecht, haben ihre Lebensqualität eingebüßt oder versuchen sogar, die alten Verhältnisse wiederherzustellen. Letzteres ist sehr häufig bei Paaren festzustellen, die sich trennen. Sie glauben, wenn sie sich nur des „störenden Partners entledigen“, zu ihrer alten Lebensform und Lebensqualität zurückzufinden. Das Gegenteil ist oft der Fall: Die Hoffnung, dass alles so wird, wie es einmal war, negiert die Notwendigkeit, in Übergängen die eigenen Rollen zu reorganisieren, Neues zu schaffen und anzuerkennen.

- Ohne es bewusst zu erleben, sind Paare im Übergang zur Elternschaft neben der Ausübung konkreter häuslicher Pflichten zum einen hauptsächlich damit beschäftigt das emotionale Ungleichgewicht zu bearbeiten, das durch mangelnde Kontrolle, Angst und ein verändertes Partnerbild entstanden ist. Zum Anderen werden in dieser Phase die eigene Rolle und die des anderen reorganisiert und mit dem eigenen Selbstverständnis bzw. Selbstwertgefühl abgeglichen. Durch die neuen Aufgaben und Lebensinhalte erhalten neue Rollen mehr Gewicht, z. B. Vater oder Mutter sein. Andere sind nicht mehr so zentral für die eigene Selbstbestätigung, weil sie entfallen, z. B. Kollegin oder Entscheidungsträgerin im Beruf zu sein, oder Rollen verändern sich, z. B. selbst Sohn sein. Die Neudefinition von Rollen vollzieht sich nicht durch das bloße Abstreifen einer alten und das Überziehen einer neuen Rolle. Die neuen bzw. veränderten Rollen müssen in das eigene Selbstbild eingefügt werden. Ebenso wichtig sind die Anerkennung durch die Umwelt, die Achtung und Bestätigung durch die Menschen, die für die eigene Person wichtig sind oder zum Vergleich dienen. Schwierig ist z. B. die Rolle des „neuen Vaters“, der

#### RESÜMEE

→ Bewältigungsprozesse werden bilanziert

#### BEWÄLTIGUNG

→ Neue Aufgaben und Lebensinhalte bestimmen die neue Rolle

bereit ist, die Verantwortung für sein Kind mit der Partnerin zu teilen, indem er die Elternzeit in Anspruch nimmt. Leider hat eine solche Entscheidung für Männer immer noch viele negative Konsequenzen, weil dieses Bild (noch) nicht zur gängigen Männerrolle zu passen scheint. Auch die Situation der Frau mit dem Kind, die nicht auf ihre Mutterrolle fixiert ist, sondern aktiv etwas unternimmt, findet nicht zwangsläufig eine Bestätigung durch ihr Umfeld. Unter mangelnder Anerkennung durch die eigene Mutter oder Schwiegermutter z. B. haben junge Frauen auch heute noch häufig zu leiden.

#### KOMMUNIKATION →

→ Kommunikation mit allen Beteiligten erleichtert Übergänge

- Es besteht immer ein Bedarf, sich mit den Personen abzustimmen, die ebenfalls vom Übergang betroffen sind bzw. ihn mit durchschreiten. In den meisten Fällen sind die individuellen Umstellungen durch Übergänge sehr strapaziös. Sich selbst in die neue Situation einzuleben benötigt eine Menge an Kraft und Konzentration. Gleichzeitig verändern sich aber auch die anderen Personen (meist innerhalb der Herkunftsfamilie des Paares). Ein deutliches Zeichen für Probleme ist das gehäufte Auftreten von Schweigen oder Rückzug in der Partnerschaft, das durch intensive Beschäftigung mit sich selbst entsteht („Was ist eigentlich mit mir passiert?“). Um sich unter diesen Bedingungen nicht aneinander vorbei oder gar auseinander zu entwickeln, brauchen Mann und Frau ein vielfach höheres Maß an Sensitivität, als sie schon vor der Geburt für einander hatten. Mit dieser doppelt benötigten Aufmerksamkeit – für die Veränderung durch das Kind und die Veränderung innerhalb der Partnerschaft – sind junge Eltern meist erheblich überfordert. Die Folge sind Missverständnisse und ein erhöhtes Streitpotenzial.

#### FÜNF EBENEN BEIM HINEINWACHSEN IN DIE ELTERNROLLE

Übergänge im familiären Kontext finden immer auf fünf Ebenen statt. Für sie lassen sich jeweils die charakteristischen Veränderungen, die zu bewältigenden Aufgaben und die Anhaltspunkte für eine positive Bewältigung beschreiben.

- 1 Individuelle Ebene
- 2 Paar- oder Partnerschaftsebene
- 3 Eltern-Kind-Ebene
- 4 Ebene der Herkunftsfamilie
- 5 Ebene der sozialen Netzwerke und der ökonomischen Rahmenbedingungen

## 2.1 INDIVIDUELLE EBENE

Wenn Paare ein Kind erwarten bzw. bekommen, vollzieht sich sowohl bei der Frau als auch beim Mann schon während der Schwangerschaft eine enorme Veränderung. Bei Frauen ist diese Veränderung durch das Fortschreiten der Schwangerschaft sichtbarer als beim Mann. Für beide aber gilt, dass das Selbstbild in einem erheblichen Maße „strapaziert“ wird. Selbst wenn die Entscheidung für ein Kind ganz bewusst von beiden Partnern getroffen wurde, zeigen alle Eltern in der Zeit der Schwangerschaft Selbstzweifel, Unsicherheit, gefühlsmäßige Schwankungen usw.

### VERÄNDERUNG DES SELBSTBILDES

Die Entscheidung für ein Kind verändert für Väter und Mütter das Ausmaß der ökonomischen, zeitlichen und emotionalen Abhängigkeit vom jeweils anderen. In der Regel erwarten werdende Eltern, dass sich ihr Leben mit einem Kind erheblich verändern wird. Es gilt, nicht nur für sich selbst und den/die PartnerIn Sorge zu tragen, sondern auch für das gemeinsame Kind – und das langfristig, meist ein ganzes Leben lang. Es ist offensichtlich, dass hier die Lebensplanung beider Elternteile betroffen ist. Besonders deutlich wird dieser Umstand bei den Paaren, für die die Schwangerschaft „überraschend“ eingetreten ist oder bei denen sich einer/eine der beiden PartnerInnen (noch) nicht eindeutig für das Kind und die damit verbundene neue Lebenssituation entscheiden konnte. In dieser Situation wird in der Regel sehr viel Abwägungsarbeit hinsichtlich „Pro und Kontra“ geleistet, oder es treten Zweifel und offenkundige Unsicherheiten auf, was die neue Lebenssituation angeht. „Passt das Kind in meine Planung und in die Vorstellungen, die ich persönlich vom Leben habe? Möchte ich mit diesem Mann/mit dieser Frau mein Leben teilen und Verantwortung für dieses Kind übernehmen? Was will ich eigentlich vom Leben? Bin ich reif genug für die Mutterschaft/Vaterschaft, oder fühle ich mich jetzt schon überfordert? Bin ich überhaupt ein Mutter-/Vatertyp, und kann ich je eine gute Mutter/ein guter Vater sein?“ usw.

#### ← ABWÄGUNGEN

→ Werdende Eltern müssen ihre Lebensplanung überdenken

Es ist festzustellen: Nicht nur Männer und Frauen, die nicht bzw. noch nicht Eltern werden wollen, machen sich diese Gedanken. Alle werdenden Eltern beschäftigen sich mit diesen Aspekten, wenn auch in abgeschwächter Form. Für den Großteil junger Paare steht zunächst der Kinderwunsch im Vordergrund, dessen Erfüllung in sehr vielen Fällen als die Krönung der Partnerschaft angesehen wird. Erst später machen sich Paare Gedanken darüber, wie sie persönlich mit den Veränderungen umgehen wollen/können/werden. Oft betreffen die Überlegungen sogar nur die oberflächlichen pragmatischen Dinge wie Wohnungswechsel, Sicherstellen der Kinderbetreuung, größeres Auto, Kinderzimmerausstattung und Planung des (phasenweisen) Ausstiegs aus dem Beruf. Die meisten Paare stellen sich auf das „Wir“ ein, viele bewusst nur auf das Kind. Tatsächlich müssen diese Schwerpunkte aber immer mit dem Selbstbild in Einklang gebracht werden, das bisher relevant war. Je stärker die Lebensweise oder das Selbstverständnis als Mann oder Frau von der neuen „Wir zu dritt“-Situation abweicht, desto mehr Aufwand ist erforderlich, um bis zum Ende der Schwangerschaft und in der schwierigen ersten Zeit mit dem

#### ← „WIR ZU DRITT“

→ Persönliche Veränderungen müssen mit dem Selbstbild in Einklang gebracht werden

Kind das neue Selbstbild in die Persönlichkeit zu integrieren. Dann hat die Partnerschaft die größte Chance, sich mit einem revidierten Rollenverständnis weiterzuentwickeln. Konkret heißt das: Hat sich eine junge Frau bisher sehr stark mit dem eigenen Beruf identifiziert und darüber hinaus viel Wert auf einen egalitären Umgang in der Partnerschaft gelegt, dann fällt ihr die traditionelle Mutterrolle möglicherweise schwerer als einer Frau, die ihre Beziehung eher nach traditionellen Maßstäben führte. Wenn der Freizeitbereich als sehr wichtig erachtet wird und beide viel Wert darauf legen, sich in ihrer freien Zeit mit Dingen zu beschäftigen, bei denen sie entspannen und „ganz sie selbst sein“ oder aus dem Alltag aussteigen können, kann dies bei Verknappung von Zeit zu Problemen in der Beziehung führen.

„WAS IST WICHTIG?“ →

→ Elternschaft stellt  
bisherige Lebens-  
gestaltung in Frage

### VERÄNDERUNG VON PRIORITÄTEN UND WÜNSCHEN

Männer und Frauen verändern sich durch Elternschaft hinsichtlich ihrer Prioritäten. „Was ist wichtig?“, „Was kann warten?“, „Worauf will/kann ich verzichten?“ Der Druck, für den/die PartnerIn und das Kind da sein zu müssen, zieht unweigerlich die Abwägung der Frage nach sich, welche Teile des Lebens besonderen Raum erhalten sollen und welche Teile zunächst einmal entfallen.

Nur selten können Paare an ihren Wunschvorstellungen festhalten. Gerade in den westlichen Industriestaaten sind der günstigste Zeitraum für Familienplanung und der Zeitraum, beruflich Karriere zu machen, nahezu deckungsgleich. Die Entscheidung für das eine bedeutet nicht selten den Verzicht auf das andere.

### ABSTRICHE IN DER SELBSTVERWIRKLICHUNG

Studien<sup>9</sup> haben gezeigt, dass Mütter und Väter in der frühen Familienphase Abstriche bei ihrer persönlichen Selbstverwirklichung machen. Für sehr viele Eltern ist das kein großes Problem, aber die Gedanken, die zu einer oben beschriebenen Umstrukturierung des eigenen Selbstbildes gehören, verbrauchen Energie. Die persönlichen Frustrationen (z. B. für das Kind sehr wenig Zeit zu haben, weil die Rolle als Familienvater Mehrarbeit bedeutet, um den Lebensstandard der Familie zu sichern) begünstigen Angstemotionen oder psychischen Stress. Die Doppelbelastung und der Schlafentzug durch den Säugling tun ein Übriges.

<sup>9</sup> DFV (1999): Handbuch Elternbildung, Band 1, Leske + Budrich, S. 89 ff., und

GOTTMAN, J. M. (1994): What predicts divorce?, Erlbaum, Hillsdale, N.J., und

SCHNEEWIND, K. A., VASKIVICS, L. A. (1992): Optionen der Lebensgestaltung junger Ehen und Kinderwunsch, Schriftenreihe des BUNDESMINISTERIUMS FÜR FAMILIE UND SENIOREN, Band 9, Kohlhammer

Männer und Frauen, die miteinander im Gespräch bleiben und in der Lage sind, mit Emotionen umzugehen, die sie beim Durchschreiten ihrer eigenen – vergangenen und zukünftigen – Lebenswelten erleben, sind in einer glücklichen Situation. Sie bleiben meist mit ihren eigenen Ängsten nicht allein oder können sie in Form einer allgemeinen Unzufriedenheit kommunizieren. Bei solchen Paaren ist auch das Risiko der Familienflucht (Überbetonung von Hobby und Berufstätigkeit) nicht so stark ausgeprägt.

← **KOMMUNIKATION**  
→ Austausch zwischen den Paaren unterstützt Bewältigung von Problemen

### KOMMUNIKATION ÜBER OFFENE WÜNSCHE

Verfügen Paare nicht über die Fähigkeit, sich auszutauschen, benötigen sie Anleitung. Viele Männer und Frauen erhalten diese in Form von Ratschlägen durch die eigenen Eltern oder FreundInnen. Dies geschieht jedoch selten in einer Form, die tatsächlich der spezifischen Lage der Ratsuchenden entspricht, denn sehr häufig hören sie lediglich die Geschichten, die andere während der entsprechenden Lebensphase erlebt haben, oder es wird an ihr Durchhaltevermögen appelliert. Menschen unterscheiden sich hinsichtlich der emotionalen Belastungen, die sie tragen können. Manche neigen in Stresssituationen zu depressiven Verstimmungen oder Aggressionen. Die „Schwäche“ einer Person kann in einer anstrengenden Zeit sehr leicht das ganze Familiensystem destabilisieren. In solchen Fällen ist es besonders wichtig, dass Betroffene sich der eigenen Schwächen und Verhaltensmuster bewusst werden, statt „bewährte“, aber fremde Lösungen zu übernehmen.

← **BEWUSSTWERDEN**  
→ werdende und junge Eltern müssen sich ihrer Wünsche bewusst werden

Zur Bearbeitung derartiger Probleme sollte angestrebt werden, Paaren die Möglichkeit zu verschaffen, sich die Veränderungen in ihrem Leben unter professioneller Anleitung einmal genauer vor Augen zu halten. Das gilt insbesondere für die Zeit der Schwangerschaft und der frühen Elternschaft. Auch wenn sie feststellen, dass ihre Wunschvorstellungen (noch) nicht mit ihrem realen Leben zu vereinbaren sind, so lassen sich in einem geschützten Raum Gefühle von unerschwelligem Unwohlsein oftmals leichter benennen. Wichtig ist: Nur wenn sich Frauen und Männer ihrer offenen Wünsche bewusst werden, können sie diese formulieren, sich Ziele setzen und lernen sich miteinander abzustimmen.

## 2.2 PAAR- UND PARTNERSCHAFTSEBENE

Bei den meisten Paaren kommt es nach der Geburt des Kindes zu einer Traditionalisierung der Geschlechterrollen. Der Mann übernimmt die finanzielle Verantwortung und ist in aller Regel der Hauptverdiener, die Frau kümmert sich um das Kind – zumindest in den ersten drei Jahren. Aufgrund dieser Verteilung wird der Frau mehr und mehr die Zuständigkeit für das Zuhause übertragen, bzw. sie akzeptiert diesen Verantwortungsbereich für sich. Die größte Brisanz in Partnerschaften entsteht demzufolge durch die veränderte Aufgabenverteilung im Haushalt. Vor allem Frauen sind mit

← **ZUSTÄNDIGKEITEN**  
→ Folgen durch veränderte Aufgabenverteilung im Haushalt

dieser Regelung unzufrieden. Die Ursachen für die Unzufriedenheit lassen sich nur zum Teil damit erklären, dass Hausarbeit keine geachtete Tätigkeit ist, eigentlich nie bewältigt, sondern ein Fass ohne Boden oder einfach schmutzig und unangenehm ist.

### ISOLATIONSSITUATION DER FRAU

Ein erheblicher Anteil der Unzufriedenheit liegt auch in der Isolationssituation, die durch die Konzentration auf „Heim und Herd“ für die Frau entstehen kann. Sie ist meist mit dem Säugling allein statt in Gesellschaft und zudem mit Dingen beschäftigt, die sie gleichzeitig über- und unterfordern können. Wenn der Partner am Abend nach Hause kommt, haben Mütter nicht selten den Wunsch, das Kind, das sie tagsüber so mit seinen Bedürfnissen vereinnahmt hat, abzugeben. Außerdem wollen sie aber auch reden, kommunizieren und über ihren Partner am „Leben draußen“ teilhaben.

Es ist leicht zu erkennen, welche partnerschaftlichen Schwierigkeiten daraus entstehen können. Die Bedürfnisstränge zwischen zwei Personen können nicht gegensätzlicher sein. Er will relaxen – sie will reden. Sie will Entlastung bei der Hausarbeit, er meint, er habe schon genug geleistet. Sie will Anerkennung für das, was sie geschafft hat, er will nur, dass alles in geordneten Bahnen läuft usw.

### ANFORDERUNGEN DURCH ELTERN- UND PARTNERSCHAFT

Ein zweiter Risikofaktor für Partnerschaften ist die Fixierung auf das Kind. Meist sind Eltern so verliebt in ihre Kinder, dass lange Zeit nichts wichtiger erscheint, als sich auf die Bedürfnisse des Kindes zu konzentrieren. Dieses Verhalten ist erst einmal positiv, schließlich schweißen der gemeinsame Stolz und die gemeinsame Freude an einem Kind, das sich gut entwickelt, auch das Paar zusammen. Dennoch verlieren sich die PartnerInnen in dieser Phase leicht aus den Augen. Viele sorgen nicht mehr so stark für Zeiten, in denen Frau und Mann wieder nur ein Liebespaar sein können. Hier ist nicht nur die Sexualität gemeint, sondern das ganze Spektrum, das Frauen für ihre Männer und Männer für ihre Frauen attraktiv macht. Hierzu werden Zeit und Freiräume benötigt, und Eltern müssen stärker als früher aktiv für „beschäftigungslose“ Zeiten sorgen. Nicht selten kollidiert aber die Paarorientierung auch mit der Überzeugung, dass eine gute Mutter oder ein guter Vater ausschließlich für das Kind da zu sein habe. Paare müssen sich an dieser Stelle mit den unterschiedlichen Ansprüchen der Eltern- und PartnerInnenrolle auseinandersetzen. Haben sie ähnliche Bedürfnisse und Vorstellungen hinsichtlich ihrer Rollen, ist dieser Prozess leichter zu vollziehen, als wenn innerhalb der Partnerschaft unterschiedliche Überzeugungen vorherrschen.

### FÖRDERUNG EINES AUSTAUSCHES ZWISCHEN PAAREN

Angestrebt werden sollte in Bezug auf die Paarebene ein Austausch zwischen den Paaren, der die Abstimmung von Bedürfnissen, Aufgaben und Zuständigkeiten erleichtert. Außerdem hat sich herausgestellt, dass flexible Lösungen eher die Partnerschaft entlasten als starre (z.B. starre Haushaltspläne oder langfristige Regelungen). Allerdings können übergangsweise feste und verbindliche Absprachen sinnvoll sein

#### ROLLENSUCHE →

→ Suche nach einer Elternrolle und einer neuen PartnerInnenrolle verläuft parallel

(z.B. feste Tätigkeitsbereiche), wenn massive Unzufriedenheit einer Partei an eine unverbindlichere Alternative gekoppelt ist.

### STÄRKUNG DES „WIR-VERSTÄNDNISSES“

Paare benötigen in der Zeit der Umstrukturierung ihrer Familie das Gefühl von gemeinschaftlicher Stärke und doppelter Kraft. Lösungen, die einsam machen, statten beide PartnerInnen nicht mit zusätzlicher Kraft aus, sondern entziehen zusätzlich Energie. Folglich finden Paare dann eine gesunde Distanz zu den Belastungen in ihrem Alltag, wenn sie es schaffen, zu einem „Wir-Verständnis“ zurückzukehren. Erinnerungen an Phasen der Verliebtheit oder Situationen mit hoher Intensität stellen hierbei Schlüsselerlebnisse dar und aktivieren Ressourcen, die relativ leicht zu nutzen sind. Je negativer und strapazierender allerdings die Erfahrungen mit der Partnerschaft im Alltag sind, desto schwerer ist es für Paare, an diese Ressourcen anzuknüpfen. Der Wunsch, das „Wir“ wieder zu beleben, ist häufig der Auslöser für einen gemeinsamen Urlaub oder eine Familienaktivität.

← „WIR-VERSTÄNDNIS“  
→ Rückbesinnung auf ein „Wir-Gefühl“ macht stark

### DESILLUSIONIERUNG

Bei Paaren, deren Kinder schon älter sind, lässt sich häufig feststellen, dass die Belastungen durch die Geburt des Kindes und die damit verbundenen Veränderungen auch Jahre später noch wirken. Sie hängen mit der Desillusionierung in der Phase der frühen Elternschaft zusammen. Eltern tragen Aggressionen und Enttäuschungen häufig mit sich herum, weil sie es nicht schaffen, nach den ersten anstrengenden Jahren wieder zueinander zu finden. Die völlig normale zeitweilige Distanzierung von Mann und Frau, die sich in allen Familien vollzieht, kann in solchen Fällen nicht zugunsten eines neuen PartnerInnenbildes überwunden werden. Auch sind Paare sehr häufig nicht bereit, Lebensbedingungen und Lebensstile, die sich etabliert haben, zu hinterfragen oder gar wieder zu verändern. Sie befürchten, dadurch erneut Unruhe in die Partnerschaft zu tragen: Da der letzte Übergang bereits als stark strapazierend empfunden wurde, traut man sich einen weiteren Versuch erst gar nicht zu. Wenn Paare eine Veränderung wagen, hat das meist aufbauende Effekte. Denn für neue Herausforderungen werden Kräfte mobilisiert, die nicht selten eine positive Spannung in die Partnerschaft hineinbringen und die Mann und Frau füreinander wieder attraktiver machen. Experimentierfelder und eine positive Bekräftigung sind also notwendig und sinnvoll.

← HERAUSFORDERUNG  
→ Der Wille nach Veränderungen stärkt Partnerschaft

## 2.3 ELTERN-KIND-EBENE

Die Beziehung zum Kind spielt zu jeder Zeit für Mutter und Vater eine Rolle. In der Zeit der Schwangerschaft und in den ersten Lebensmonaten des Kindes konstituiert sich die Eltern-Kind-Beziehung. Sie ist besonders wichtig und prägend für das Bild von Elternschaft an sich. Diese frühe Phase der Elternschaft ist besonders anfällig für längerfristig wirkende Konflikte. Es werden unter Umständen Rollenbilder und Verhaltensmuster dem Kind gegenüber manifestiert, die sich auf das weitere Zusammenleben der gesamten Familie auswirken können.

**ROLLENBILDER** →  
→ Einfluss der eigenen  
Kindheitserfahrungen

### KINDHEITSERFAHRUNGEN UND ROLLENBILDER

Grundsätzlich beschäftigen sich Mütter und Väter schon während der Schwangerschaft sehr intensiv damit, wie sie mit ihrem Kind umgehen werden, wie ihre emotionale Bindung zum Kind sein wird und welche Wünsche und Vorstellungen sie für das Zusammenleben mit dem Kind haben. In ganz erheblichem Maß sind diese Punkte abhängig von den eigenen Kindheitserfahrungen und den Mutter- und Vaterbildern, die die Kindheit bestimmt haben. Aber auch die realen Möglichkeiten nach der Geburt spielen eine große Rolle bei der Entwicklung der Eltern-Kind-Beziehung. Hierzu zählen die Gelegenheiten, emotionale Nähe zum Kind aufzubauen, aber auch die Möglichkeiten, sich von anderen Eltern-Kind-Beziehungen etwas abzuschauen oder sich auszutauschen.

**NEBENROLLE: VATER** →  
→ Gründe für die Rand-  
position der Väter

### VATER-KIND-BEZIEHUNG

Für Väter ist es inzwischen selbstverständlich, dass sie die Schwangerschaft und die Geburt aktiv begleiten. Frauen fordern diesen aktiven Part bei ihren Partnern ein. Auch wenn Väter sich manchmal bei Geburtsvorbereitungskursen oder „Wickelworkshops“ deplatziert vorkommen, sehen viele hierin eine gute Möglichkeit, zum Kind ebenfalls eine gewisse Nähe aufbauen und Verantwortung übernehmen zu können. Dennoch lässt sich nach der Geburt feststellen, meist unter dem Wirksamwerden traditioneller Aufgabenteilungen in der Familie, dass Männer die gewohnte Randposition in den Familien einnehmen. Woran kann das liegen? Zum einen steht dem Vater oft viel weniger tägliche Zeit mit dem Kind zur Verfügung als der Mutter. Zum anderen ist zu beobachten, dass Frauen in ihrer neuen Mutterrolle dazu neigen, das Kind emotional und versorgend für sich einzunehmen. Im Extremfall denken Mütter, es geschähe dem Partner ganz recht, wenn er „außen vor“ bleibe: Wenn sie schon gezwungen sind, ihr Leben in Gänze auf das Kind einzustellen, und unter Umständen auf vieles verzichten müssen, dann sei es nur recht, wenn das Kind der Mutter allein gehört. Solche Motive sind zweifelsfrei Dynamit für jede Familie. Sie setzen einen Kreislauf in Gang, der mit steigendem Alter des Kindes immer schwerer zu durchbrechen ist und bewirkt, dass sich nebeneinander getrennte Lebenskreise entwickeln – der eine umspannt die Mutter-Kind-Welt, der andere die männliche Versorgungswelt. Letztere ist gekennzeichnet durch ein punktuelles Eintauchen und Ausscheiden des Vaters in die/aus der Mutter-Kind-Beziehung.

Für die Vater-Kind-Beziehung hat ein solches Modell den Nachteil, dass sie nur dort stattfindet, wo dem Vater Raum für das Kind von der Mutter überlassen wird, in der Folge halten sich Väter in vielen Bereichen für unfähig. Sie haben das Gefühl, von der Mutter kontrolliert zu werden, ziehen es sogar häufig vor, auf das Älterwerden des Kindes zu warten oder sich mit ihrem Vatersein auf wenige Phasen zu beschränken – z. B. auf den Urlaub. Und in der Tat sind Väter aufgrund dieses Verhaltens dann für das Kind kein adäquater „Ersatz“ mehr für Personen, deren emotionale Beziehung zum Kind enger ist. Die vom BUNDESFAMILIENMINISTERIUM gestartete Kampagne „Mehr Spielraum für Väter“<sup>10</sup> möchte Väter ermutigen, diese

<sup>10</sup> Die im März 2001 gestartete bundesweite Kampagne zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf soll Männer, die sich mehr Zeit für ihre Familie nehmen wollen, ermutigen und unterstützen.

Randposition aufzugeben und den Wert einer tragfähigen Vater-Kind-Beziehung auch für sich persönlich zu erkennen.

### MUTTER-KIND-BEZIEHUNG

Auch die Mutter-Kind-Beziehung entsteht nicht automatisch, sobald das Kind auf der Welt ist. Mütter müssen in ihre neue Rolle ebenso hineinwachsen wie Väter. Mütter entwickeln erst während der ersten Monate ein klares Verständnis von ihrem Baby und ihrem Mutterbild. Sie sind deshalb oft unsicher, ob sie für das Kind alles richtig machen. Anders als in früheren Generationen werden junge Mütter außerdem nicht mehr durch ältere Verwandte oder gleichaltrige Mütter in ihrem Muttersein „unterwiesen“. Vielmehr erleben und erfahren sie ihre Mutterschaft sehr häufig sprichwörtlich „hinter verschlossenen Türen“. Sie bleiben folglich mit ihren Fragen und scheinbaren Unzulänglichkeiten allein. Dieser Umstand hat nicht nur damit zu tun, dass die Kontakte zu den eigenen Müttern oder gleichaltrigen Frauen mit Kindern nicht mehr so intensiv und häufig stattfinden. Großmütter und andere potenzielle „Ratgeberinnen“ werden auch nicht mehr in dem Maße als Vorbilder akzeptiert. Es ist auffällig, dass viele Frauen ihre Beziehung zum Kind für so etwas Einzigartiges halten, dass sie den Vergleich ihrer „Muttererfahrung“ mit den Meinungen anderen Personen scheuen.

← MUTTERBILD  
→ Definition der eigenen Mutterrolle ist ein Prozess

An die Stelle früherer spontaner Zusammenkünfte von Frauen in einem größeren Familien- oder Nachbarschaftsverbund treten heute vermehrt geplante und zeitlich begrenzte Treffen, wie z. B. PEKiP<sup>11</sup>-Gruppen, Familienbegleitung, Krabbelgruppen oder Treffen mit einem anderen, aber gezielten (meist das Kind fördernden) Hintergrund. Der Vorteil liegt im spezifischen, kompetenzerweiternden Austausch, nachteilig wirkt sich der sich aufbauende Konkurrenzdruck aus, der Fragen wie „Entwickelt sich mein Kind richtig? Bin ich eine gute Mutter? Kann mein Kind schon alles, was andere Kinder auch können?“ geradezu herausfordert.

### PERFEKTIONSDRUCK

Junge Mütter unterliegen in der heutigen Zeit aus vielerlei Gründen oft einem hohen Druck, perfekt sein zu müssen. Das Bild einer guten Mutter-Kind-Beziehung, das die Medien sowie die Meinung großer Teile unserer Gesellschaft beherrscht, ist zum einen das von Zugewandtheit, Symbiose und Nähe zwischen Mutter und Kind und zum anderen aber auch das von Eigenständigkeit, Aktivität und Autonomie der Frau. Zwischen diesen beiden Polen müssen sich junge Mütter mit ihrer Haltung zum Kind einordnen. Zusätzlich müssen Gefühle von körperlicher und psychischer Überforderung kontrolliert werden. Nicht selten entstehen Schuldgefühle, weil das Kind der Mutter zu viel abverlangt und sie Aggressionen verspürt, die „eine gute Mutter eigentlich nicht haben darf“ – z. B. wenn das Kind sich weigert, zu schlafen oder zu essen, wenn es seine Trotzphase auslebt oder sich an die Mutter klammert, ohne ihr Luft zum Atmen zu lassen.

← „PERFEKTE MUTTER“  
→ Das gesellschaftliche Idealbild der Mutter stellt hohe Anforderungen an Frauen

<sup>11</sup> Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP)

Häufig ist festzustellen, dass junge Mütter im Umgang mit dem Kind – zumindest gilt das für den öffentlichen Umgang – weit weniger spontan und intuitiv vorgehen, als das im Sinne einer emotionalen Mutter-Kind-Beziehung wünschenswert wäre. Vielmehr wirken junge Mütter oft zu rational und suchen bewusst den pädagogisch sinnvollen Umgang mit ihrem Kind.

#### ELTERNROLLEN →

→ Unbewusster Einfluss des Elternbildes auf die Bildung der eigenen Elternrolle

#### ERFAHRUNGEN MIT DEN EIGENEN ELTERN

Für beide Elternrollen gilt, dass sie in einem Höchstmaß abhängig von den Erfahrungen mit den eigenen Eltern sind. Unbewusst werden manche Muster der eigenen Eltern im Umgang mit dem eigenen Kind wiederholt. Andererseits gehen Eltern Dinge bewusst anders an, die sie in der eigenen Kindheit als einschränkend, kränkend oder schmerzhaft empfunden haben. Ungünstig wirkt sich auch das völlige Fehlen von Vater- oder Muttervorbildern aus, z. B. bleiben Väter ohne Vater Vorbild hinsichtlich der von ihnen gewünschten Vaterrolle sehr unsicher und kompensieren ihr „Defizit“ durch eine überaus bewusste oder nachlässige Vaterschaft.

#### LOSLÖSUNG VON UNGEEIGNETEN VORBILDERN

Für die Entwicklung und Reflexion einer eigenen Elternrolle ist Eltern anzuraten, sich von unpassenden Vorbildern oder Bildern aus den Medien zu emanzipieren. Ihr Umgang mit dem Kind sollte Kontinuität ermöglichen und von den spontanen Bedürfnissen der drei (oder bei größeren Familien mehr) Mitglieder bestimmt sein, nicht von möglicherweise ungeeigneten Idealbildern. Paare sollten ermuntert werden, dem jeweils anderen einen eigenen unkontrollierten und selbstverantwortlichen Spielraum mit dem Kind zuzugestehen. Insbesondere Männern muss dieser Spielraum explizit gegeben werden, weil sie meist ein traditionelles Bild vom eigenen Vater vermittelt bekommen haben. Dazu gehört aber auch, ihnen Toleranz dahin gehend entgegenzubringen, dass sie, was z. B. Kleidung, Ernährung und Versorgung des Kindes angeht, einen anderen Stil haben als den, den die Mutter im Alltag mit dem Kind etabliert hat. Ein überaus bekanntes Verhalten zeigt sich z. B., wenn die Mutter die Kleidung für das Kind auswählt, es für den Tag mit dem Vater kleidet, da sie dem Vater nicht zutraut oder zumutet, diese Tätigkeiten selbst zu übernehmen.

#### FAMILIENLEBEN →

→ Eltern sollten sich in das Kind hineinversetzen können

#### ELTERN-KIND-GERECHTER UMGANG

Eltern benötigen außerdem Anregungen für einen Eltern-Kind-gerechten Umgang, für Spiele, Formen des Zusammenseins oder einfach für Spaß im Familienleben. Denn viele Eltern wissen oft nicht, wie sie die Zeit mit ihren Kindern sinnvoll gestalten können, und es fällt ihnen schwer, die tatsächlichen Interessen und Möglichkeiten des Kindes zu erkennen.

### IDEALBILD VOM EIGENEN KIND

Viele Eltern haben ganz bestimmte Vorstellungen, wie ihr „Traumkind“ aussehen soll: Meist ist es aufgeweckt, lernwillig, aktiv und gesund, gleichzeitig aber auch unproblematisch, anpassungsfähig, niedlich und einfach im Umgang. Obwohl die meisten Eltern in das eigene Kind verliebt sind und es für das schönste, intelligenteste und beste Kind auf der Welt halten, messen sie ihr Kind auch immer an ihren Idealvorstellungen, z. B.: „Ist mein Sohn eigentlich noch ein richtiger Junge? Müsste er nicht viel männlicher sein?“ Viele Eltern entwickeln mit der Zeit eine Gelassenheit im Umgang mit dem Kind. Leider ist aber auch zu beobachten, dass Mütter und Väter ihr Kind unbewusst ablehnen oder aber mit bestimmten Eigenheiten des Kindes aggressiv, wenig wertschätzend oder sogar missachtend umgehen. Gerade in Partnerschaften, die sich in einer Krise befinden, werden Kinder manchmal als Blitzableiter benutzt. Sie werden nicht selten für etwas stellvertretend bestraft, was eigentlich an die Adresse des Partners/der Partnerin gerichtet werden müsste (z. B. wenn das Kind sich zärtlich dem/der PartnerIn zuwendet, zu dem/der man gerade ein gespanntes Verhältnis hat). Ebenso, wie Paare die Möglichkeit brauchen, sich selbst und den/die PartnerIn mit den Idealvorstellungen und realen Grenzen kennen zu lernen<sup>12</sup>, sollte dies auch für die Eltern-Kind-Beziehung gelten. Nur so können „geheime Erziehungspläne“ – auch hinsichtlich Geschlechtererziehung – von Müttern und Vätern zugunsten eines kindorientierten Umgangs aufgedeckt und bearbeitet werden.

#### ← ZIELE UND GRENZEN

→ Eltern-Kind-Beziehung  
zwischen Wunsch-  
vorstellung und realen  
Möglichkeiten

## 2.4 EBENE DER HERKUNFTSFAMILIE

Kein Einfluss wird in Übergängen so negiert wie der, den Mann und Frau aus dem Elternhaus mitbringen. In aller Regel werden dem/der PartnerIn für sein/ihr Verhalten Absichten unterstellt. Leider sind dies in belastenden Lebenssituationen eher böse Absichten. In Situationen, die neu für sie sind und in denen sie sich zuerst einmal Fertigkeiten aneignen müssen, greifen Menschen in einem bestimmten Maß und meist unbewusst auf Muster zurück, die sie gut kennen. Das sind zum Teil diejenigen, die ihnen im Elternhaus vermittelt wurden und die sie verinnerlicht haben. Diese Erfahrungen werden wie eine Folie immer wieder auf neue Situationen im Leben gelegt. Das gilt auch für den Bereich des Zusammenlebens in der Partnerschaft. Solange keine Kinder vorhanden sind und eine permanente Abstimmung aufeinander erfolgt, ist dieser Prozess allerdings nicht so offensichtlich, sondern schleichend. Am ehesten machen sich Verhaltensmuster aus der Herkunftsfamilie während der kinderlosen Zeit in der Phase des ersten Zusammenlebens eines Paares bemerkbar. Diese Zeit ist für viele Paare manchmal die erste richtige Krise.

<sup>12</sup>Theoretische Grundlagen Kap. 2.1., Individuelle Ebene, und Kap. 2.2., Paar- und Partnerschaftsebene, S. 41–45

**GROSSELTERN** →

→ Einflussnahme durch die neuen Großeltern

**AKTIVIEREN DER ROLLENBILDER AUS DER HERKUNFTSFAMILIE**

Wenn Paare Eltern werden, aktivieren sie das Mutter-, Vater- und Partnerschaftsbild der Herkunftsfamilie aufgrund der oben beschriebenen kompletten Umstellung stärker und zuweilen auch unreflektierter. Außerdem haben die neuen Großeltern faktisch mehr Einfluss, weil sie in aller Regel durch das Baby auch wieder mehr in die Familie einbezogen werden. Manche mischen sich ein, andere realisieren, dass sie die eigene Tochter/den eigenen Sohn nun gänzlich an die andere Familieneinheit „verloren“ haben, und reagieren mit einem größeren Bedürfnis nach Nähe. Wieder andere Großeltern werden vom Paar konkret zur Unterstützung und als Ratgeber nachgefragt und nehmen so mit dem eigenen Lebensstil wieder mehr Einfluss.

**PRÄGUNG** →

→ Stärkung durch Auseinandersetzung mit Rollenbildern aus der eigenen Familie

**ANREGUNGEN UND PERSPEKTIVEN**

Die Arbeit mit Eltern kleiner Kinder in der Familienbildung umfasst im Grunde vier weitere Personen: die jeweiligen Eltern des Paares – selbst wenn sie nicht mehr leben oder in der Kindheit des Paares nicht existent waren. Junge Eltern verwechseln die Beschäftigung mit den eigenen Eltern nicht selten mit unnötigem Psychologisieren. Trotzdem wird die Anregung, das eigene Verhalten einmal unter dem Gesichtspunkt der Prägung anzuschauen, in der Regel gerne angenommen, weil es dazu beiträgt, den/die PartnerIn und sein/ihr Verhalten weniger kritisch aus einer anderen Perspektive zu sehen. Darüber hinaus fördert die Betrachtung einen harmonischen, aber auch abgrenzenden Umgang mit der Großelterngeneration, zu dem die Einsicht gehören kann, diese familiären Beziehungen ganz konkret als Entlastungspotenzial nutzen zu können, ohne sich gegenseitig auszunutzen. Die Auseinandersetzung mit Rollenbildern regt im besten Fall zu einer Einsicht an, die anerkennt, dass das eigene Kind dazu beiträgt, selbst erwachsener zu werden, und der eigene Sohn- oder Tochterstatus dadurch ebenfalls verändert wird.

## 2.5 EBENE DER SOZIALEN NETZE UND ÖKONOMISCHEN RAHMENBEDINGUNGEN

Durch die größer gewordene Altersspanne, in der Paare heutzutage Kinder bekommen, werden auch die Lebenswelten der Menschen in sozialen Netzen vielfältiger. Es ist wesentlich unwahrscheinlicher als noch vor 20 Jahren, dass mehrere Frauen und Männer eines Bekanntenkreises gleichzeitig Kinder bekommen, und es wird zunehmend offensichtlicher, dass zur existenziellen Absicherung von Familien Mobilität erwartet wird.

**KONTAKTE** →

→ Entlastung durch soziale Netze

**VERÄNDERUNG DER SOZIALEN NETZE**

Wenn Paare Kinder bekommen, verändern sich ihre sozialen Netze. Manche Menschen sind als Bezugspersonen nicht mehr so relevant, andere rücken mehr ins Zentrum der Aufmerksamkeit. Nach dem Schritt in ein eigenes Familienleben verlieren frühere Freunde unter Umständen an Unterhaltungswert. Sie werden fremd oder rücken zumindest ein ganzes Stück weit weg. Soziale Netze sind aber für die

Entlastung der Familie überaus wichtig. Neben einem ausreichenden finanziellen Rahmen, sind soziale Netze der Faktor, der für eine junge Familie unmittelbar stresst-reduzierend wirkt. Es ist erstaunlich, wie kompetent viele junge Paare in ihrem Beruf für tragfähige Kontakte sorgen können und wie schwer es manchen fällt, sich alltägliche Entlastungen in Form sozialer Beziehungen zu verschaffen und aufrecht-zuerhalten, die unterschiedlich eng sein können.

In der Familienbildung erfahren Eltern oft erstmals wieder, wie leicht und wie entlastend soziale Beziehungen zu anderen Eltern sein können. Definiertes Ziel der Familienbildung sollte daher sein, Eltern die Möglichkeit zu geben, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten. Außerdem ist es für die Eltern überaus sinnvoll, sich der eigenen Eingebundenheit in sozialen Netzen bewusst zu werden und herauszuarbeiten, dass es nicht um überdimensionierte Erwartungen geht, sondern um Verlässlichkeit und Zweckdienlichkeit. Dabei sollte sich das Entlastungspotenzial, das soziale Netze bieten, auf alle Ebenen beziehen: geistig, emotional, pragmatisch, kurz-, mittel- und langfristig.

### FINANZIELLE BELANGE

Das Thema Geld wird in Beziehungen oft genauso ungerne angesprochen wie das Thema Sexualität. Das kann fatal sein, denn die meisten Familien müssen sich nach der Geburt eines (weiteren) Kindes finanziell einschränken. Existenzängste treten in dieser Zeit besonders häufig auf – selbst wenn sie unbegründet sind. Darüber hinaus versuchen manche Familien, nach außen ein Bild zu vermitteln, das den realen Verhältnissen nicht mehr entspricht. Diese Aufrechterhaltung einer Fassade kostet zusätzlich Kraft und kann von Minderwertigkeitsgefühlen und Ausgrenzungsfurcht begleitet sein, weil z. B. Freizeitaktivitäten mit Geldausgaben verbunden sind, die von der Familie nicht mehr getragen werden können. Aufgrund falsch verstandenen Stolzes neigen vor allem Väter dazu, die finanziellen Engpässe – auch der Partnerin gegenüber – zu verschweigen oder zumindest die Furcht davor herunterzuspielen. Ein nicht unerheblicher Teil des Männerbildes früherer Generationen lebte von dem Stolz, die eigene Familie allein absichern zu können. Dieses Idealbild hat auch heute noch eine erhebliche Wirkung auf junge Väter, von der sie sich nicht so ohne weiteres befreien können.

Transparenz ist unabdingbar, wenn es um finanzielle Fragen geht. Selbst wenn Paare keine finanziellen Nöte haben oder diese befürchten müssen, ist nicht auszuschließen, dass das Thema an sich Paarbeziehungen belasten kann. Die Frage, „wofür“ „wie viel“ Geld ausgegeben wird, kann Prioritäten in der Lebensführung abbilden, die gelegentlich die Unterschiedlichkeit der Vorstellungen über das aktuelle Leben zu Tage fördern. Manche Streitigkeit dreht sich um das Thema „Geldausgeben für ein kostspieliges Hobby“. Bei genauerer Betrachtung stellt sich jedoch häufig heraus, es geht weniger darum, Geld zu sparen, als um den Wunsch, mehr Zeit miteinander zu verbringen oder ihn/sie stärker für die Familienaufgaben zu verpflichten. Es ist eine wichtige Aufgabe, die Vermischungen solcher Motive aufzuzeigen, damit sich Paare nicht ständig wegen derselben Streitpunkte im Kreise drehen.

← FINANZEN  
→ Tabuthema „Geld“

← TRANSPARENZ  
→ Ursachen und Motive für Geldstreitigkeiten

## 2.6 DAS ZUSAMMENSPIEL DER FÜNF EBENEN

GruppenleiterInnen der Familienbildung, die sich die Veränderungen durch Übergänge und die Zielrichtungen auf den fünf COWAN'schen Ebenen zu Eigen gemacht haben, können in ihrer Arbeit darauf achten, ob in der Zusammenarbeit mit den Paaren auch alle fünf Ebenen angesprochen werden. Vor allem bei bestimmten Themen besteht die Tendenz, sich auf einige wenige Aspekte zu beschränken (z. B. bei der Arbeitsteilung oder der Versorgung der Kinder; Paarebene). Wenn GruppenleiterInnen bewusst ist, dass keine Ebene für sich allein eine Lebensphase bestimmt, fällt es auch leichter, in der konkreten Arbeit mit den Familien den Blick auf andere Ebenen zu richten. Diese „Umwege“ werden der Komplexität der Prozesse in der Familiengründungsphase wesentlich gerechter als die Konzentration auf die offensichtlichen Zusammenhänge.

**DYNAMISCHE PROZESSE** →  
→ Die fünf Ebenen stehen nicht isoliert für sich

### GRUNDSÄTZE FÜR DIE PRAKTISCHE ARBEIT

Folgende Grundsätze haben sich für die konkrete Familienbildung als sehr hilfreich erwiesen: Jedes Thema soll von mindestens drei der fünf Ebenen beleuchtet werden, und Überschneidungen und gegenseitige Beeinflussungspotenziale der Ebenen sollen verdeutlicht werden. Hier ist nicht gemeint, Elternpaare mit den theoretischen oder abstrakten Inhalten über die fünf Ebenen zu „bombardieren“. Vielmehr soll das Verständnis der Dynamik zwischen den verschiedenen Ebenen in die Gesprächsführung und in die Auswahl der Methoden einfließen. Dieses Vorgehen hat auch den positiven Nebeneffekt, dass GruppenleiterInnen sich nicht auf die Arbeit mit einem einzigen Paar konzentrieren, das aktuell ein Problem in die Gruppe einbringt. Mit Blick auf die nicht so offensichtlichen Einflussfaktoren anderer Ebenen werden die übrigen GruppenteilnehmerInnen schneller eingebunden. Aus einem intensiven Dreier- oder Vierergespräch (ein Paar, zwei GruppenleiterInnen) entsteht ein Gruppengespräch. Hier erweist sich auch das Grundprinzip als nützlich, immer mit einem Leitungspaar zu arbeiten. Während einer/eine die aktive Gesprächsführung bzw. Leitung der Gruppe übernimmt, kann der/die andere passiv/aktiv darauf achten, inwieweit weitere Ebenen angesprochen werden können, um so ein tieferes Verständnis der Prozesse zu ermöglichen.

### JONGLIERÜBUNG MIT DEN FÜNF EBENEN

Die Handhabung der fünf Ebenen in der Familienbildung ähnelt einer Jonglierübung, bei der immer „mehrere Bälle in der Luft“ gehalten werden. Auch wenn die fünf Ebenen nicht explizit in die Gruppe eingeführt werden, wird TeilnehmerInnen in der Regel schnell klar, dass ihre Familiensituation einerseits komplexer ist, als ihnen bewusst ist, und dass sie gleichzeitig eine übersichtliche Struktur hat. Selbst wenn Paare deutliche Unterschiede zu den Lebensformen und Problemen anderer Paare erkennen können, haben sie bei diesem Vorgehen und mit diesem Verständnis einen Minimalkonsens, der die Annäherung und Toleranz in der Gruppe und in der Partnerschaft fördert.

### 3 STANDORTBESTIMMUNG – ELTERN AM ANFANG EINER MASSNAHME

Um gezielt mit Familien in der Familienbildung zu arbeiten, muss bei jeder Maßnahme die Ausgangssituation der TeilnehmerInnen bewusst sein. Angebote, die der Familienerholung dienen, bilden dabei keine Ausnahme.

#### ZUR ERINNERUNG

##### GRUNDMOTIVE FÜR DIE TEILNAHME

- Erholung
- Zeit füreinander haben
- Preiswert Urlaub machen
- Kontakte knüpfen
- Sich wieder näher kommen
- Den Alltag hinter sich lassen

#### BESONDERHEITEN DER VERSCHIEDENEN PERSONENGRUPPEN

Die oben genannten Motive treffen auf die meisten TeilnehmerInnen in der Gruppe zu. Bei näherer Betrachtung sind allerdings für die einzelnen Personengruppen – Mütter, Väter, Kinder bzw. Familiengruppen – durchaus Besonderheiten zu erkennen, die zum Teil dafür verantwortlich sind, dass im Urlaub so oft Streit und Reibereien auftreten. Damit innerhalb von Familienerholungsmaßnahmen das Risiko für negative Erfahrungen möglichst klein bzw. bearbeitbar bleibt, ist es hilfreich, die einzelnen Gruppen genauer anzusehen.

#### GEMEINSAMKEITEN DER FAMILIEN MIT KLEINEN KINDERN

Nicht selten treffen GruppenleiterInnen mit Angeboten der Familienerholung auf Eltern, die das erste Mal eine solche Maßnahme ausgewählt haben. Für viele Familien, deren finanzielle Möglichkeiten begrenzt sind, handelt es sich sogar um den ersten gemeinsamen Urlaub mit der Familie, seit das Kind oder die Kinder auf der Welt sind. Ein großer Teil der Familien hat jedoch auch mit herkömmlichen Reiseangeboten negative Erfahrungen gemacht: Strapazen beim Reisen in ein anderes Land, enttäuschte Hoffnungen hinsichtlich der Kinderbetreuung, schwierige Bedingungen bei der Versorgung des Kindes, klimatische Umstellungen usw. Junge Mütter und Väter sind aber auch zwangsläufig enttäuscht, wenn sie Erwartungen an den Urlaub mit ihren Kindern hatten, die eher mit ihrem früheren Freizeitverhalten korrespondierten. Dies hat zur Folge, dass sie beim Urlaub mit ihren Kindern kaum positive Effekte feststellen können.

Für alle TeilnehmerInnen von Familienfreizeiten gilt im positiven Sinn, dass sie es entweder anstreben oder es in Kauf nehmen, mit anderen Familien etwas gemeinsam zu unternehmen, statt sich ausschließlich auf die eigene Kleinfamilie zu

#### ← KONFLIKTE

→ Innerhalb der Familienerholungsmaßnahmen treffen vier verschiedene Personengruppen aufeinander

konzentrieren. Meist wird es als durchaus angenehm beurteilt, nicht auf zufällige Urlaubsbekanntschaften hoffen zu müssen, sondern direkt in eine Gruppe eingebunden zu sein.

### GRÜNDE FÜR DIE TEILNAHME AN EINER FAMILIENFREIZEIT

Der anfängliche Grund, sich für eine Teilnahme an einer Familienfreizeit zu entscheiden, ist sicherlich ein anderer als bei konventionellen Reisen. Mütter und Väter aus dem Modellprojekt nannten verschiedene Gründe für die Teilnahme an einer Familienfreizeit.<sup>13</sup> Die Befragung machte große Unterschiede in den Motiven von Müttern und Vätern deutlich. Mütter wollen sich in der Regel über Kommunikation und Austausch mit anderen weiterentwickeln und streben Fortschritte im Familienleben an – eine typische Motivation für Bildungsarbeit. Väter hingegen müssen zur Teilnahme überredet werden. Sie sind zwar offen für Anregungen, finden sich mit den Bildungsanteilen ab und favorisieren eigentlich die mit der Familie verbrachte Zeit. Dieser Unterschied deutet darauf hin, dass die Situation der einzelnen Gruppen innerhalb der Familienerholung komplexer Natur ist. Deshalb sollen die Gruppierungen im Einzelnen für sich betrachten werden. Wo stehen Mütter, Väter, Kinder und ganze Familien zu Beginn einer Familienfreizeit?

#### FAMILIENERHOLUNG →

→ Mütter und Väter unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Motivation

## 3.1 SITUATION DER MÜTTER

Für die meisten Mütter, die ihren Urlaub oder eine Familienerholung antreten, gilt, dass sie in der Familiengründungsphase Zeiten von Überforderung und körperlicher Belastung ausgesetzt waren oder sind. Für sie ist es daher schon ein erheblicher Gewinn, wenn sie sich für einige Tage oder Wochen nicht um die alltäglichen Belange (Kochen, Putzen, Einkaufen) zu kümmern haben. Außerdem erwarten sie, dass ihre Männer/Partner in der Urlaubszeit mehr Verantwortung für das Kind übernehmen. Je jünger die Kinder sind, desto stärker empfinden gerade Mütter die negativen Effekte einer Fixierung auf diese. Dies trifft insbesondere dann zu, wenn ihre Hauptbeschäftigung die Versorgung und Erziehung ihrer Kinder ist, weil der Vater vollzeitberufstätig ist. Sie versprechen sich vom Urlaub einen gewissen Ausgleich.

#### AUSZEIT FÜR MÜTTER →

→ Mütter wollen Entlastung vom Alltag

### ERWARTUNGEN DER MÜTTER

Mütter erwarten vom Urlaub, dass sie die Möglichkeit erhalten, wieder zu sich selbst zu finden, Freiräume zu haben, in denen sie aufatmen können; sie hoffen, sich körperlich zu regenerieren. Wenn die Minimalbedingungen stimmen, nämlich für Verpflegung, Unterkunft und Ablenkung in einer Ferienanlage gesorgt ist, sind die meisten Mütter bereits zufrieden. Beteiligt sich der Partner darüber hinaus noch an den Aktivitäten und übernimmt trotz der eigenen Erschöpfung aus dem Alltagsstress auch noch die Kinder, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sich die gewünschten Erholungseffekte auch tatsächlich einstellen.

<sup>13</sup> Vgl. Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation, Abb. 20, S. 36, und Abb. 22, S. 39

### BEDÜRFNIS NACH KOMMUNIKATION

Es besteht die Gefahr, im Übergang zur Elternschaft tragfähige Kontakte einzubüßen oder aufgrund von Belastung nicht nutzen zu können. Für Mütter ist daher der Urlaub auch eine Möglichkeit, das Bedürfnis nach Kommunikation und Vielfalt von Erfahrungen außerhalb der Kindererziehung in stärkerem Maße zu befriedigen, als es ihnen der Alltag ermöglicht. Nicht nur der Partner steht der Frau im Urlaub unbeschränkt zur Verfügung, auch die Kontakte zu anderen Personen spielen eine größere Rolle. Viele Mütter versprechen sich aufgrund dieser Bedürfnislage einen bereichernden Urlaub, als wenn sie mit befreundeten Familien zusammen – konventionellen – Urlaub machen und beispielsweise gemeinsam ein Ferienhaus mieten. Bei dieser üblichen Form von Urlaub wird dafür meist unterschätzt, dass solche Arrangements oft verdeckte Partnerschaftsprobleme verstärken bzw. die Entlastung durch den Wegfall der häuslichen Pflichten nicht gegeben ist. Unter Umständen muss nicht nur die Versorgung der eigenen Familie geleistet werden, sondern zeitweise auch noch die für einige Personen der befreundeten Familie.

Maßnahmen der Familienerholung bieten gerade Müttern die Möglichkeit, ihrem Bedürfnis nach Austausch und Kommunikation in hohem Maße nachzukommen, ohne den eigenen Partner gerade in den ersten Tagen zu beanspruchen. Mütter in ähnlichen Lebenssituationen haben zudem in der Regel kaum Schwierigkeiten, miteinander in Kontakt zu kommen, weil sie ohnehin eine sehr ähnliche Welt miteinander teilen. Für den intensiven Austausch mit dem Partner ist in einigen Familien erst wieder eine emotionale und kommunikative Annäherung notwendig. Sind nämlich die arbeitsteiligen Verhältnisse innerhalb der Familie sehr traditionell geregelt, kann es zwischen Partner und Partnerin manchmal erhebliche Abstimmungsschwierigkeiten geben. Jeder/Jede muss sich zu Beginn der gemeinsamen Zeit im Urlaub erst wieder auf die Welt des anderen einstellen und ihn dort abholen, wo er/sie sich gerade mit seinen/ihren Lebensgewohnheiten befindet.

### UNTERSCHIEDE ZUR SITUATION DER VÄTER

Aktion und Ablenkung, Sport und Abwechslung stehen für viele Frauen mit kleineren Kindern erst an zweiter Stelle. Auch hier sind zwischen Mann und Frau Unterschiede festzustellen. Körperliche Regeneration benötigt Zeit zur Muße und zur Entspannung – „Programm-Machen“ hingegen kann als zusätzlicher Stress empfunden werden. Frauen reagieren gerade dann, wenn sie mit ihrem eigenen Selbstbild unzufrieden sind (Figur, Sportlichkeit, äußere Attraktivität), auf die partnerschaftlichen Vorschläge, miteinander Sport zu treiben, oder aktiv zu sein, wie auf einen Vorwurf („Lass dich nicht so gehen, du bist nicht mehr attraktiv!“).

← KONTAKTE  
→ Familienfreizeiten eröffnen Kontaktmöglichkeiten und Erfahrungen außerhalb des Alltags

← SCHWERPUNKTE  
→ „Programm-Machen“ versus Müßiggang

**HAUSARBEIT** →

→ Partnerschaftliche  
Arbeitsteilung ist  
selten

**DOPPELBELASTUNG**

Das beschriebene Bild gilt sicher nicht für alle Frauen. Die Erfahrung aus den Familienerholungsmaßnahmen belegt aber, dass es sehr verbreitet ist. Insbesondere gilt es aber für berufstätige Frauen, die trotz der Doppelbelastung in vielen Partnerschaften noch zusätzlich die Haushaltsaufgaben übernehmen und die Kinder versorgen. Studien<sup>14</sup> zeigen, dass auch in den Familien, in denen Mutter und Vater berufstätig sind, selten eine partnerschaftliche Aufteilung hinsichtlich der Hausarbeit herrscht – abgesehen von wenigen Ausnahmen. Die Mehrheit berufstätiger Frauen beurteilt es trotzdem insgesamt positiv, neben der Familie auch noch ein zweites Leben zu haben. Das Ausmaß körperlicher Erschöpfung ist allerdings bei diesen Frauen zu Beginn des Urlaubs meist erheblich.

**SELBSTBILD** →

→ Frauen wollen mehr als  
nur auf die Mutterrolle  
festgelegt sein

**DEFINITION AUSSERHALB DER MUTTERROLLE**

Schließlich haben Mütter nicht nur den Wunsch nach Entlastung, die sie sich auch davon versprechen, ihre Kinder zeitweise einmal abgeben zu können. Sie assoziieren damit auch die Möglichkeit, sich wieder als Person außerhalb der engen Mutterrolle zu empfinden. Es ist zu beobachten, dass Frauen mit Beginn ihrer Mutterschaft einen Großteil ihres Selbstbildes auf diesen Bereich zuschneiden und eingrenzen. Folglich verlieren sie andere wichtige Facetten ihrer Persönlichkeit umso mehr aus den Augen, je länger diese Fixierung auf Kind und Haushalt anhält. Gerade im Urlaub können Frauen wieder in Teilbereiche eintauchen, die sie in ihrem Alltag weniger leben können. Für viele ist diese Neu-Orientierung erst dann möglich, wenn das Kind anderweitig beschäftigt ist. Während sich im Alltag möglicherweise ein schlechtes Gewissen einstellt, wenn das Kind fremdbetreut wird, akzeptieren Mütter diese Alternative im Urlaub eher. Unterstützt ein Familienbildungsprogramm diesen Prozess außerdem explizit bzw. schafft es die entsprechenden Rahmenbedingungen, können sich Mütter auf eine „Rück- oder Neubewertung“ in ihrem Persönlichkeitsbild noch unbefangener einlassen sowie für ihren Alltag und die Sozialbeziehungen Kräfte sammeln.

## 3.2 SITUATION DER VÄTER

Anders als bei herkömmlichen Urlaubsangeboten werden Väter in Familienerholungsmaßnahmen von ihren Frauen „mitgenommen“. Für den Großteil der Väter gilt leider immer noch, dass sie Gruppenangeboten eher skeptisch gegenüber stehen; vor allem dann, wenn sie befürchten, in den Gruppen oder bei Gemeinschaftsaktivitäten einen „Seelenstriptease hinlegen“ zu müssen. Die Motive für einen Familienurlaub in Familienfreizeiten sind meist finanzieller Art. Außerdem schätzen Väter die Kürze der Angebote sowie die einfache Umsetzung – in der Regel ist die Anreise nicht sehr zeitaufwendig.

<sup>14</sup> BZgA (Hg.) (2000): frauen leben

### ERWARTUNGEN DER VÄTER

Väter haben für ihren Kurzurlaub folgende Wünsche: Sie möchten Zeit mit dem Kind und der Partnerin verbringen, möchten die Freizeit aktiv gestalten und möchten Sport treiben. Viele Männer schränken die eigenen Freizeitaktivitäten nach der Geburt von Kindern zugunsten einer Ausdehnung ihrer Berufstätigkeit – zwecks Sicherung des Familieneinkommens – ein. Wenn sie außerdem noch Familienaufgaben übernehmen, bleibt ihnen für Freizeit kaum Zeit. Der Urlaub soll ihnen Möglichkeiten eröffnen, dies nachzuholen.

Aufgrund ihrer beruflichen Tätigkeit außer Haus liegen die Bedürfnisse nach Austausch und Kommunikation häufig erheblich unterhalb dener ihrer Partnerinnen. Männer suchen ebenfalls Erholung, sie versprechen sich diese aber eher über sportliche Aktivitäten oder ein Zur-Ruhe-Kommen – nicht selten gepaart mit einem phasenweisen Rückzug aus sozialen Verpflichtungen. Väter wünschen sich eine intensive Zeit mit den Kindern. Sie möchten gerade im Urlaub mit den Kindern die Dinge nachholen, die sie in ihrem Alltag verpasst haben. Dennoch fehlt ihnen gelegentlich die Vorstellung über die Art der Aktivitäten, die ihnen und den Kindern Spaß machen können. Außerdem suchen Männer im Urlaub eine mentale Ablenkung von Sorgen und Ängsten, die häufig mit der Absicherung der Familie zusammenhängen oder mit den Spannungen mit der Partnerin. Es lässt sich beobachten, dass die Männer, die besonders stark nach Ablenkung und Aktivität suchen, kaum bzw. gar nicht gewohnt sind, Ängste solcher Art zu thematisieren. Sie wollen aber den Urlaub durch diese Themen in der Regel nicht belasten. Diese Bewältigungsstrategien sind zweifelsfrei unproduktiv. Sie behandeln nur die Symptome (innere Unruhe, Gereiztheit, Unsicherheit oder Stressanfälligkeit), nicht die Ursachen und sind lediglich dem Gefühl förderlich, nach dem Urlaub den Alltagsstress wieder aushalten zu können.

Mit der beschriebenen Orientierung lassen sich die Bedürfnisse eines Paares nur ansatzweise in Einklang bringen. Insbesondere in den ersten Urlaubstagen sind Eltern deshalb anfällig für Reibereien und Unruhe, zumal unverarbeiteter Stress durch die Urlaubsvorbereitungen hinzukommt. Insbesondere Väter aus traditionell strukturierten Familien müssen erst wieder in die Familie hineinwachsen – manchmal empfinden sie in den ersten Tagen eine gewisse Fremdheit ihren Kindern gegenüber, die sich häufig aufgrund der engen Bindung an die Mütter nicht ohne weiteres von dieser lösen möchten.

### AUFRECHTERHALTUNG DER ZWEIFELUNG

Das Risiko, dass Paare auch während der Urlaubszeit die Zweiteilung hinsichtlich der Verantwortung in der Familie aufrechterhalten, ist dementsprechend groß. Im Extremfall heißt das: Die Mutter versorgt das Kind und organisiert die richtigen Beschäftigungen mit ihm; delegiert unter Umständen einige Tagesordnungspunkte an den Vater; der Vater regeneriert sich, von Frau und Kind befreit, mit Aktivitäten, die er persönlich für reizvoll hält. Am Ende des „Kurzurlaubs“ ist er möglicherweise körperlich zu Kräften gekommen. Die Erwartungen, die Väter wieder stärker mit

← **AKTION DER VÄTER**  
→ Erholung durch Ablenkung und Aktivität

← **HARMONIE**  
→ Väter benötigen Zeit der Annäherung

ihren Kindern und Partnerinnen in Kontakt zu bringen und das „Wir-Gefühl“ zu steigern, werden dagegen nicht erfüllt. Mit anderen Worten: Die globalen Muster – Männer wollen im Urlaub mehr tun und Frauen eher reden – werden durch solche Arrangements selten durchbrochen. Die Chance zu alternativen Erfahrungen wird in diesem Fall nicht genutzt.

#### GEFÜHLE →

→ Suche nach Zeit  
für Zärtlichkeit  
und Nähe

### VERÄNDERUNGEN DES PARTNERINNENBILDES

Viele Männer berichten auch von einer Veränderung des Partnerinnenbildes. Je stärker die Frau sich auf ihre Mutterrolle konzentriert, desto weniger entspricht sie dem Bild von der attraktiven Frau und Geliebten, das für die Zweisamkeit in der Partnerschaft überaus relevant ist. Väter treten ihre Partnerinnen nicht selten in den ersten Jahren mit dem Kind an das Kind ab. Sie schrauben die eigenen Ansprüche nach Zärtlichkeit und Nähe zugunsten des Kindes zurück. Die Sexualität und erotische Anziehung verändern sich. Viele Väter sehen ihre Partnerinnen regelrecht von den Kindern blockiert. Die meisten Männer versprechen sich von ihrem Familienurlaub auch eine Wiederbelebung alter Gefühle. Zwischen den Ansprüchen, ein guter Vater sein zu wollen und der Partnerin nahe zu sein, bewegen sich Männer herkömmlicherweise in ihren Familien. Vor allem, wenn die Kinder noch klein sind, befällt Väter oft ein schlechtes Gewissen. Ein Urlaub ist dann eine gute Gelegenheit, sich Zeit füreinander zu nehmen und durch gemeinsame Aktivitäten eine gegenseitige Annäherung zu ermöglichen.

### VORTEIL VON FAMILIENFREIZEITEN

Familienfreizeiten kompensieren die Spannungen in den ersten Tagen durch Angebote, die unter anderem den Bedürfnissen der Väter entsprechen. Frauen haben für Ansprache und Kommunikation mehr Alternativen als bei einer Einzelreise und vermitteln so dem Partner nicht zu stark den Eindruck, ihn nun gänzlich zu vereinnahmen. Durch die Anleitung für Freizeit- und Paaraktivitäten können Väter von ihrer vorherrschenden Randposition innerhalb der Familie abrücken und erleben sich auch im Umgang mit dem Kind stärker als initiativ und verantwortlich. Die Vorbildfunktion durch andere Väter hat ebenso eine erhebliche Wirkung.

#### MÄNNERBILD →

→ Auseinandersetzung  
in Männergruppen  
fördert positives  
Selbstbild

### BEREICHERUNG DES SELBSTBILDES

Viele Väter erleben in Familienfreizeiten erstmals, dass sie sich in Männergruppen bewegen können, in denen das Reden über die eigene Familie oder männer-spezifische Interessen sowie Ängste Raum hat. Häufig sind es am Ende einer Familienfreizeit gerade die skeptischen Männer, die bedauern, dass die Freizeit sich schon dem Ende zuneigt. Ebenso, wie das Männerbild immer noch von einer Zweiteilung zwischen Familie und Beruf geprägt ist, haben Männer kaum Gelegenheit, in ihrem beruflichen Alltag familienspezifische Themen anzusprechen oder die damit verbundenen Schwierigkeiten zu thematisieren. Männerfreundschaften sind eher tätigkeitsorientiert, d. h. an ein Hobby gebunden. Dass sich Männer in naher Zukunft wie Frauen einfach nur zum „Miteinanderreden“ verabreden, ist höchst unwahrscheinlich. Ein solcher Prozess benötigt aber nach aller Erfahrung einen Anstoß durch die GruppenleiterInnen und wird durch ein entsprechendes Vorbild

deutlich gefördert. Familienerholungsmaßnahmen mit entsprechender Zielsetzung und Ausrichtung können für die Bereicherung des Selbstbildes von Männern und Vätern durchaus Nutzen bringen.

### 3.3 SITUATION DER KINDER

Aufgrund der Altersspanne bei den Kindern, die mit ihren Eltern an Familienerholungsmaßnahmen teilnehmen, kann man nicht von „Kindern an sich“ reden. Kinder unterscheiden sich darüber hinaus in ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten. Es ist von Bedeutung, ob sie als Einzelkinder anreisen oder zusammen mit Geschwistern. Die Situation der Kinder soll deshalb an dieser Stelle in erster Linie in Abgrenzung zu konventionellen Ferienangeboten skizziert werden – d. h. solche, bei denen der Urlaub nicht in einer Elterngruppe gebucht wurde.

#### UMSTELLUNGEN FÜR DAS KIND

Die meisten Kinder in den Familienerholungsmaßnahmen des Modellprojekts haben Väter, die vollzeitberufstätig sind, und Mütter, die in Teilzeit arbeiten oder gar nicht erwerbstätig sind<sup>15</sup>. Sie leben also zur Mehrheit mit den oben beschriebenen Rollenverteilungen ihrer Eltern in der Familie. Die Urlaubszeit ist demnach eine Phase, in der dem Kind beide Elternteile zur Verfügung stehen, die aber in den meisten Fällen während des Urlaubs ein vom Alltag abweichendes Lebenskonzept umsetzen möchten. Der Urlaubsbeginn ist deshalb in Abhängigkeit vom Alter der Kinder mit mehr oder weniger starken Umstellungen verbunden: eine neue Umgebung, andere soziale Kontakte, erhöhtes Stresspotenzial aufgrund der Urlaubsvorbereitungen usw. Je nach Ausmaß der Vorerfahrungen, die Kinder mit Urlaubs- oder Kurzreisen haben, müssen sie eine Menge neuer Erfahrungen verarbeiten.

← ABWECHSLUNG  
→ Auch für Kinder ist der Urlaub eine Auszeit vom Alltag

#### SICHERHEIT UND ÜBERSICHTLICHE ERFAHRUNGEN

Gegenüber konventionellen Urlaubsarrangements oder den verbreiteten Urlaubsreisen mit mehreren Familien (z. B. gemeinsame Anmietung eines Ferienhauses) bietet das Reisen in der Gruppe gerade den Kindern ein Feld für Sicherheit und neue, übersichtliche Erfahrungen. Gerade weil die Eltern am Urlaubsort sofort in der Gruppe unterstützt und eingebunden werden, entfällt eine zusätzliche Belastung durch Organisation, „Kontakteknüpfen“ oder „Sich-am-neuen-Ort-zurechtfinden“. Die Eltern haben direkt Zeit für ihre Kinder. Kontakte zu anderen Kindern sind ausdrücklich erwünscht, die Kinderbetreuung in kleinen Gruppen ist gewährleistet.

<sup>15</sup> Vgl. Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation, Abb. 9, S. 17

Durch Gesprächsrunden und Erfahrungen aus den Unterrichtseinheiten sollen die Eltern ihre Sicherheit und Kompetenz im Umgang mit dem Kind vergrößern. Eltern sind immer wieder erstaunt, wie gut sich plötzlich Ablösung und die arbeitsteilige Versorgung des Kindes gestalten. Schließlich sind es gerade die angeleiteten Aktivitäten für Mütter und Kinder bzw. Väter und Kinder, die die Kinder in einer Familiengruppe sehr genießen. Kinder erleben ihre Eltern in der Gruppe oft als gelöster und zugewandter als zu Hause. Sie profitieren von den neuen Ideen, die Eltern entwickeln, und vom Mut der Eltern, einmal etwas Neues auszuprobieren.

#### FAMILIENGERECHTE

#### FERIEN

Nachteile des konventionellen Urlaubs

Dieser Aspekt wird besonders deutlich beim Vergleich zwischen einer Familienmaßnahme und den ersten Tagen mit einem Kind in einer Ferienanlage in Spanien. Der erste Urlaubstag dient in der Regel dazu, die Umgebung zu erforschen und sich zu orientieren. Die folgenden Tage werden mit den obligatorischen Strandbesuchen und Ausflügen in die Umgebung verplant. Kinder kommen hier eher zufällig mit anderen Kindern in Kontakt. Dem Wunsch nach kinderorientierten Aktivitäten sind häufig praktische, aber auch klimatische Grenzen gesetzt, oder aber Freizeitaktivitäten sind mit zusätzlichen finanziellen Aufwendungen verbunden.

#### ETABLIEREN GEMEINSAMER INTERESSEN

In Familienfreizeiten geht es dagegen darum, unterschiedliche Interessen der einzelnen Familienmitglieder miteinander zu vereinbaren. Es geht aber auch darum, gemeinsame Interessen von Müttern, Vätern und Kindern zu finden und zu bündeln, die sich positiv auf die Innenbeziehungen der Familie auswirken. Die Balance zwischen diesen Kräften lässt sich in einer Familienerholungsmaßnahme eher herstellen als unter Eigenregie der Familie. Vor allem Kinder profitieren von diesem strukturierten Rahmen. Kindorientierte Aktivitäten sind explizit auf die kindlichen Interessen abgestimmt, andere sind so konzipiert, dass sie die Erwachsenen entlasten oder eine Neuorientierung unterstützen.

#### FAMILIENGRUPPEN

Vorteile und Nachteile einer Familienfreizeit liegen dicht beieinander

### 3.4 SITUATION DER FAMILIEN IN DER FAMILIENGRUPPE

Familien, die in einer Familiengruppe ihren Urlaub verbringen und sich außerdem auch noch mit Themen der Familienbildung beschäftigen, haben nicht nur ein großes Interesse, ihre Zeit mit anderen Menschen zu verbringen, sie genießen es in aller Regel auch, wenn hinsichtlich ihrer freien Zeit für sie gesorgt wird. Es gibt Programme und Angebote, denen sie sich anschließen können, ohne zusätzlich persönlichen Aufwand betreiben zu müssen.

#### ZUSÄTZLICHE HERAUSFORDERUNGEN

Die Familien müssen allerdings auch mit zusätzlichen Herausforderungen rechnen. Die Konzentration auf weitere Menschen kann gerade zu Beginn einer Familienerholungsmaßnahme auch als Stressfaktor wirken. Gerade wenn Paare sehr erholungsbedürftig sind, gelingt es ihnen nicht immer, gelassen mit der Gruppengröße

zurechtzukommen. Auch die im Programm festgelegten Zeiten – Essenszeiten und Zeiten für Gruppensitzungen und Gemeinschaftsaktivitäten – können als Einschränkungen der eigenen Freiheit empfunden werden. Die Anpassung an diese Bedingungen fällt Familien in Freizeiten manchmal schwer.

Von Vorteil ist, wenn GruppenleiterInnen mit den Mechanismen der Gruppendynamik gut vertraut sind. Denn dann schaffen sie es in aller Regel, die Gruppe, gerade in der ersten Zeit der Orientierung, zusammenzubringen. Nur wenn dieses Gruppengefühl entsteht, ziehen die TeilnehmerInnen weiteren Nutzen aus Familienerholungsmaßnahmen. Gemeinsam entwickeln sie das Bewusstsein, dass die typischen Herausforderungen im Familienleben bei allen teilnehmenden Familien anzutreffen sind – so unterschiedlich die Familien auch immer sein mögen –, und sie lernen, dass es Wege gibt, diese Herausforderungen anzunehmen und die Probleme zu lösen.

### SOZIALE NETZE

Familien verfügen in ihrem Alltag über soziale Netze unterschiedlicher Art. Manche Familien zählen nur noch die eigene Verwandtschaft dazu, andere haben einen relativ großen Freundes- oder Bekanntenkreis. Familien, die einige Urlaubstage miteinander verbringen, entwickeln während dieser Zeit ein zusätzliches soziales Netz, das aufgrund der gemeinsamen Erfahrungen als entlastend und unterstützend erlebt werden soll. Die Familien sind gegenseitig Vorbild und Quelle für Toleranz.

Es ist allerdings auch in der Familienerholungsmaßnahme sicherzustellen, dass Familien für sich als Kernzelle ausreichend Erfahrungsspielraum haben. Gerade bei gelungenen Freizeiten besteht eine gewisse Gefahr, dass Familien nur wenig Zeit miteinander verbringen, weil die Gruppenerfahrungen so angenehm sind, während die Zeit zu dritt oder zu viert nicht angemessen genutzt wird. Familienfreizeitmaßnahmen sollten folglich so gestaltet sein, dass ein ausgewogenes Verhältnis zwischen den beiden Polen „Familie in der Gruppe“ und „Familie für sich“ herrscht.

← VORBILDER  
→ Von anderen  
Familien lernen





## **ANLEITUNGEN FÜR DIE PRAXIS**

**FORTBILDUNG FÜR MULTIPLIKATORINNEN**

**PLANUNG UND ORGANISATION VON VERANSTALTUNGEN**

**CHECKLISTEN ZUR VORBEREITUNG VON VERANSTALTUNGEN**

**DURCHFÜHRUNG EINER FAMILIENFREIZEIT**

**METHODEN, ARBEITSBLÄTTER, CHECKLISTEN**



# 1 FORTBILDUNG FÜR MULTIPLIKATORINNEN

Familienbildung in der Familienerholung stellt an GruppenleiterInnen besondere Herausforderungen. Sie müssen nicht nur über pädagogisches Fachwissen und Erfahrung in der Familienbildung verfügen. Äußerst wichtig ist es auch, dass GruppenleiterInnen flexibel und belastbar sind. Anders als bei herkömmlichen Familienbildungsangeboten stehen sie den Eltern bei Erholungsmaßnahmen über Tage mehrere Stunden hintereinander zur Verfügung. Wie dem beispielhaften Ablauf für eine siebentägige Maßnahme<sup>1</sup> zu entnehmen ist, verteilen sich die Unterrichtseinheiten über den ganzen Tag. Ein echter Full-Time-Job also.

Gleichwohl ist zu beobachten, dass sich „FamilienbildnerInnen“ von ihrer Grundhaltung und ihrer Grundkompetenz eher schwerpunktmäßig mit Bildung, „FamilienfreizeitlerInnen“ eher mit Freizeitgestaltung beschäftigen. Es bestehen in der Regel anfänglich Hemmungen, den jeweils anderen Teil bewusst in die Arbeit aufzunehmen: „Ich will meine Arbeit nicht durch Bildung verderben. Das langweilt die TeilnehmerInnen doch nur!“; „Ich möchte nicht auch noch die Freizeit der Eltern mitgestalten. Das wird mir einfach zu viel, und ich habe Angst, komplett von den TeilnehmerInnen vereinnahmt zu werden!“

## ← HEMMUNGEN

→ FamilienbildnerInnen und -freizeitlerInnen müssen aufeinander zugehen

### NOTWENDIGE QUALIFIKATION DER GRUPPENLEITENDEN

- Gutes pädagogisches Wissen hinsichtlich Familien- und Gruppendynamik
- Erfahrungen mit Paararbeit oder zumindest mit der Leitung von Männer- und/oder Frauengruppen
- Erfahrungen mit Familien, die kleinere Kinder haben
- Offenheit gegenüber familienpsychologischen Fragen (z.B. bei der Auseinandersetzung mit dem COWAN'schen Grundmodell)
- Bereitschaft zur Arbeit in einem Team, das aus einer Frau und einem Mann besteht und das in der Familienfreizeit auch Vorbildcharakter haben kann
- Interesse an Freizeitgestaltung
- Belastbarkeit (z.B. zur Regulation von Nähe und Distanz in der Elterngruppe)
- Kommunikationsbefähigung (für die Leitung von Gesprächsrunden, aber auch für informelle Gespräche)
- Kompetenz zur Bearbeitung von Konflikten (in und zwischen Familien, zwischen den Gruppenleitenden)
- Organisationstalent, Verhandlungsfähigkeit und Belastbarkeit in Stress-Situationen (z.B. wenn Gruppenleitende Reisen selbst organisieren oder unterstützende Arbeit bei Werbung von Familien und Organisation vor Ort leisten)

<sup>1</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Übersicht „Ablauf der Familienfreizeit“, S.104–115

\* Die Bezeichnungen GruppenleiterInnen, Gruppenleitende und TeamerInnen werden im Weiteren als Synonyme verwendet.

Es ist von Vorteil, wenn GruppenleiterInnen in Abhängigkeit von ihrem Aufgabenumfang gezielte Fortbildungsveranstaltungen besuchen können, in denen die wesentlichen Voraussetzungen und Methoden des Programms praxisnah vermittelt werden können. Vier Themenblöcke haben sich als sinnvoll erwiesen:

- **THEMA 1:** die Verbindung von Freizeit und Bildung (unter anderem Synergieeffekte und Methoden), drei Tage
- **THEMA 2:** Familien- und Gruppendynamik bei Familienerholungsmaßnahmen, drei bis vier Tage
- **THEMA 3:** Akquisition von Familien und Organisation rund um die Erholungsmaßnahme, zwei Tage
- **THEMA 4:** Werbung für Träger von Familienbildung und Veranstalter von Familienerholung und Information über diese Träger, zwei bis drei Tage

Die beiden ersten Fortbildungssequenzen sollten aufbauend allen GruppenleiterInnen offen stehen und sich optimalerweise bereits an GruppenleiterInteams wenden. Die beiden letzten Sequenzen sind optional zu sehen.

#### TEILNEHMENDE DER TRAININGS

Neben der Vermittlung von Inhalten ist bei gemischten Zusammensetzungen von klassischen FamilienbildnerInnen und Familienfreizeit-GruppenleiterInnen besonders auch eine gute Kooperation zwischen beiden Gruppen anzuregen. Nur so kann gesichert werden, dass beide Seiten von den Kompetenzen der anderen Gruppen profitieren und anerkennen, dass beide Seiten für beide Bestandteile verantwortlich sind. Eine strikte Arbeitsteilung ist in Familienerholungsmaßnahmen des vorliegenden Programms weder möglich noch wünschenswert. Fortbildungsmaßnahmen, in denen beide Berufsgruppen zusammenkommen, sind also besonders zu begrüßen. Ebenso ist es sinnvoll, wenn mit gemischtgeschlechtlichen Gruppen gearbeitet werden kann.

#### KOOPERATION →

→ Wichtige  
Voraussetzung  
für Trainings

#### ANBIETERINNEN DER TRAININGS

Es ist sicherlich möglich, sich als Gruppenleiterin oder Gruppenleiter mit der Grundidee des Angebots „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ über schriftliche Unterlagen vertraut zu machen. Zusätzlich lassen sich außerdem wichtige Details und Anregungen dem Handbuch Elternbildung<sup>2</sup> entnehmen. Es steht aber außer Frage, dass ergänzende Fortbildungsmaßnahmen immer einen erheblichen Gewinn darstellen, um handfestes Lernen und gezieltes Anwenden zu ermöglichen. Der DEUTSCHE FAMILIENVERBAND wird hinsichtlich der Vermittlung entsprechender Fortbildungsmaßnahmen für GruppenleiterInnen in den kommenden Jahren weiterhin tätig sein. Außerdem bietet „Fabiuf – Familienbildung und Freizeit“ gezielte Fortbildungsveranstaltungen und eine Kontaktbörse für GruppenleiterInnen,

<sup>2</sup> DFV (Hg.) (1999): Handbuch Elternbildung, Band 1 und Band 2, Leske + Budrich

die nach dem vorliegenden Modell arbeiten, an.<sup>3</sup> Fortbildungsveranstaltungen als Börsen für GruppenleiterInnen haben nicht nur den Effekt, gezieltes Wissen zu vermitteln. Sie ermöglichen auch eine Form des Austauschs, der sich positiv auf das Zustandekommen von Angeboten auswirkt. Leider ist es nicht von der Hand zu weisen, dass es schwierig ist, männliche Gruppenleiter zu gewinnen. Es hat sich zwar während der Projektphase gezeigt, dass es Gruppenleiterinnen meistens gelingt, sich einen geeigneten Partner für Maßnahmen vor Ort zu suchen, wenn sie festgestellt haben, welche Art von Persönlichkeit die eigenen Stärken und Schwächen gut ergänzen kann. Während der Fortbildungsveranstaltungen in der Projektzeit lernen sich die TeilnehmerInnen oft so gut kennen, dass sich einige Teams spontan zusammenfanden bzw. Maßnahmen planten und durchführten, obwohl sie aus unterschiedlichen Regionen/Bundesländern kamen. Dieser Gedanke einer Börse zur gegenseitigen Unterstützung ist nicht zu unterschätzen.

Die folgenden Unterkapitel zu den einzelnen Fortbildungsveranstaltungen zeigen nur einen Überblick über die Inhalte und ersetzen nicht die Schulung.

← FORTBILDUNGS-  
VERANSTALTUNGEN  
→ Börse für Gruppenleiter-  
Innen

## 1.1 VERBINDUNG VON FREIZEIT UND BILDUNG

In der ersten konstituierenden Fortbildungsveranstaltung sollen die TeilnehmerInnen die Verbindung zwischen Bildung und Freizeit erkennen sowie lernen, diese konstruktiv zu nutzen.

← FORTBILDUNG 1  
→ Synergieeffekte von  
Freizeit und Bildung

### INHALTE UND MÖGLICHE METHODEN

- Standortbestimmung:  
Wie setzt sich die Gruppe zusammen?  
Schwerpunkte der TeilnehmerInnen, Erfahrungen mit Familienarbeit bzw. Paargruppen. Welche Ansätze und Methoden wurden bisher verwendet?  
Ziele und Erwartungen.  
Dieser Arbeitsschritt kann Bestandteil der Vorstellungsrunde sein bzw. sich unmittelbar an diese anschließen.
- Kurzer Überblick:  
die Besonderheiten von Übergängen in Familienbiographien (COWAN & COWAN; Fünf-Ebenen-Modell),  
Kurzvortrag mit anschließendem Brainstorming über die Phänomene (geschlechtsspezifisch, ebenenspezifisch),  
unter Umständen Verwendung der einzelnen Methoden<sup>4</sup>.

<sup>3</sup> Vgl. Anhang, Kap. 1, Adressen, S. 215

<sup>4</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Methoden, Checklisten, Arbeitsblätter, S. 117–211

- Auseinandersetzung mit den eigenen Vorstellungen:  
Was gehört nach unserer eigenen Vorstellung zur Bildung?  
Welche Aspekte sind für Freizeiterfahrungen besonders wichtig?  
Wie setzen wir diese Vorstellungen in unserer Arbeit mit Familien bisher um?  
Welche Ansätze kennen wir noch?
- Erkennen der eigenen Stärken in der Arbeit mit Familien:  
Bei diesem Schritt hat es sich bewährt, mit einem Kontinuum zu arbeiten. Hierzu wird ein Seil auf den Boden gelegt. Das eine Ende erhält die Bezeichnung „Bildung“, das andere die Benennung „Freizeit“. Die zuvor gesammelten Stichpunkte (auf Karten; z.B. Wissen erweitern, Entspannung, Ablenkung, Reflexion) zum Thema „Bildung – Freizeit“ werden neben dem Seil platziert. Doppelnennungen benötigen mehrere Karten. Anschließend erhalten alle TeilnehmerInnen runde Karten, auf die sie ihre Namen schreiben. Sie bekommen den Auftrag, sich mit ihren Karten an die Stelle des Seils zu stellen, die der Mischung von Bildung und Freizeit, die sie selbst favorisieren oder vertreten, am ehesten entspricht. Sie sollen ihren Standort mit Argumenten begründen bzw. sich überlegen, mit welcher anderen Person sie sich voraussichtlich am besten ergänzen könnten, um eine gute Mischung für Familienfreizeiten sicherzustellen.
- Sammeln von Fragen:  
Was genau müssen die Teilnehmenden wissen, um Synergieeffekte von Freizeit und Bildung gut nutzen zu können? Dieser Schritt bestimmt die weiteren Inhalte der Fortbildung.
- Kennenlernen des Curriculums und Erörterung der Grundidee:  
Kennenlernen und Erproben einzelner Methoden und Vorgehensweisen „am eigenen Leib“ – z.B. Durchspielen verschiedener Methoden mit Videoeinsatz.
- Erörterung der organisatorischen Strukturen:  
erstes Erarbeiten so genannter To-do-Listen, um eine Umsetzung des Programms vor Ort zu erleichtern. Vorlaufphasen, Abstimmungsbedarf, erste Werbemaßnahmen usw.

### ZIEL

Die TeilnehmerInnen sollten am Ende der ersten Fortbildung erkannt haben, wie und unter welchen Umständen mit Synergieeffekten zu rechnen ist. Außerdem sollen TeilnehmerInnen die eigenen Stärken in der Arbeit mit Familien erkennen und einschätzen können, in welchen Bereichen eine weitere Vertiefung notwendig ist. Schließlich ist es wünschenswert, dass die TeilnehmerInnen erkennen, wie sich ihr Gruppenleitungsteam am besten zusammensetzen lässt, um sich möglichst zu ergänzen. TeilnehmerInnen, die sich noch einen/eine TeampartnerIn suchen müssen, sollten nach dem Ende der Fortbildung genauere Vorstellungen darüber haben, nach wem sie Ausschau halten müssen. Da für etwaige Werbemaßnahmen Vorlaufzeit benötigt wird, sollen TeilnehmerInnen mit konkreten Vorstellungen nach Hause fahren, mit welchen Mitteln sie Familienfreizeitangebote anschieben können.

## 1.2 FAMILIEN- UND GRUPPENDYNAMIK BEI FAMILIENERHOLUNGSMASSNAHMEN

← FORTBILDUNG 2

→ Psychosoziale Aspekte

„Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ lebt nicht nur von den Methoden und der einfachen Verknüpfung von Freizeit und Bildung, sondern benötigt außerdem ein erhebliches Metawissen, das GruppenleiterInnen mitbringen sollten. Hierzu gehört eine gezielte gruppenspezifische Arbeit, die die unterschiedlichen Ausgangsbedingungen von Frauen, Männern, Kindern und Familien berücksichtigt. Ferner sollten Kenntnisse vorhanden sein, wie der Gruppenbildungsprozess forciert werden kann.

### BEDEUTUNG VON METAKOMPETENZEN IM KOMMUNIKATIONSPROZESS

Schließlich werden für einen Großteil der Methoden Kompetenzen hinsichtlich einer ebenenspezifischen Kommunikation benötigt.

- Erkennen von Hinweisen für die Relevanz einer oder mehrerer Ebenen im Familiengründungsprozess
- Gezieltes Aufgreifen geeigneter Perspektiven in Gruppen- oder Paargesprächen
- Partnerschaftliche Zusammenarbeit der beiden TeamerInnen gegenüber der Elterngruppe
- Zusammenbindung von Gruppen- und Einzelinteressen
- Teamkommunikation im Sinne einer konstruktiven Abstimmung (auch im Konfliktfall). Hierzu gehören auch Absprachen hinsichtlich Arbeitsteilung, Abgrenzung und allgemeiner Nähe-Distanz-Probleme in der Gruppe oder zwischen den TeamerInnen.

Es hat sich gezeigt, dass die Wirksamkeit von Angeboten in einem erheblichen Maße von diesen Metakompetenzen abhängt, die indirekt immer einfließen, selbst wenn die Eltern das Gefühl haben, mit einer reinen „Freizeitübung“ konfrontiert zu sein. Je geübter GruppenleiterInnen hinsichtlich dieser Fähigkeiten sind, desto weniger haben Bildungseinheiten tatsächlich den Charakter von Unterrichtseinheiten, sondern eher den von angeleiteten Gesprächs- oder Erfahrungsrunden.

Viele Aspekte bringen GruppenleiterInnen – vor allem solche, die aus der Familienbildung kommen – in der Regel bereits mit. Was neu hinzulernt werden muss, ist der Umgang mit dem Fünf-Ebenen-Modell wie auch die Abstimmung mit dem/der zweiten TeamerIn, die einen besonderen Stellenwert bei Familienerholungsmaßnahmen hat.

## INHALTE UND MÖGLICHE METHODEN

- **Intensivierung des psychologischen Grundlagenwissens:**  
Wenn TeilnehmerInnen aus der eigenen Arbeit Schwerpunkte mitbringen, die für die Gesamtgruppe hilfreich sind, lässt sich ohne weiteres auch im Sinne eines Team-Teachings der Grundlagenrahmen erweitern. Es hat sich als sinnvoll erwiesen, wenn TeilnehmerInnen sich vorbereitend mit entsprechenden Texten beschäftigt haben.<sup>5</sup>
- **Erprobung und Simulation von Gruppensitzungen:** Gruppenleitende sollten unter Verwendung von Methoden (M) mit hohem Bildungsanteil (z.B. M 4, „Die Torte“) im Rollenspiel eine gezielte Gesprächsführung ausprobieren können.
- **Einüben einer ebenenspezifischen Kommunikation:**  
In Form von Rollenspielen, zunächst in Unterrichtseinheiten, die einen hohen Bildungscharakter haben, z.B. M 8, „Ich finde Kinder toll ...“, oder M 26, „Ökoplan“, sollen die Methoden geübt werden.
- **Einüben kommunikativer Fähigkeiten im informellen Kontext:** z.B. durch Einheiten mit mehr Freizeitcharakter.
- **Einüben kommunikativer Fähigkeiten in geschlechtshomogenen Gruppen:** z.B. unter Verwendung der Methoden M 10 zum Frauentag bzw. M 17 zum Männertag).
- **Gruppenarbeit in der Vor- und Nachbereitung:**  
Klärung von Rollendefinitionen im Zweierteam, Konfliktgespräche und kollegiale Supervision.
- **Reflexion eigener Grenzen:**  
Kompetenzen, Vorurteile, Familienbilder usw. und Einüben eines konstruktiven Umgangs mit ihnen.  
Es ist sinnvoll, wenn TeamerInnen sich auch mit den eigenen Grenzen und Schwächen beschäftigen. Denn häufig reagieren GruppenleiterInnen besonders allergisch auf bestimmte Familienkonstellationen oder Charaktere in Familiengruppen. Es hat sich als hilfreich erwiesen, wenn GruppenleiterInnen sich bereits im Vorfeld über ihre persönlichen Einschränkungen, manchmal auch Vorurteile usw. im Klaren sind. Ein Teil der zweiten FORTBILDUNG sollte also der Reflexion der eigenen Familienbilder gelten, um den TeilnehmerInnen von Familienerholung auch in stressreichen Zeiten gelassen und vorurteilsfrei entgegenzutreten bzw. immer dann eine Arbeitsteilung zwischen Teamer und Teamerin zu realisieren, wenn einer/eine von beiden entlastet werden muss.

<sup>5</sup> ANTONS, K. (2000): Praxis der Gruppendynamik, Verlag für Psychologie, und DFV (1999): Handbuch Elternbildung, Band 1 und Band 2, Leske + Budrich, und ENGL, J., THURMAIER, F. (1997): Wie redest Du mit mir? Fehler und Möglichkeiten der Paarkommunikation, Herder, und GUDJONS, H. (1995): Spielbuch Interaktionserziehung, Verlag Julius Klinkhardt, und GUDJONS, H., PIEPER, M. (1992): Auf meinen Spuren, Bergmann und Helbig Verlag, und MOELLER, M.L. (1992): Die Wahrheit beginnt zu zweit – das Paar im Gespräch, Rowohlt, und VON SCHLIPPE, A., SCHWEITZER, J. (2002): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung, Vandenhoeck und Ruprecht, und SCHMIDBAUER, W. (1992): Wie Gruppen uns verändern, Selbsterfahrung, Therapie und Supervision, Kösel

- Reflexion von „Gefahren“:

z.B. das Abgleiten in die familientherapeutische Arbeit mit Familien oder Familiengruppen. Zwischen den TeamerInnen sollte geklärt werden, wie intensiv die Betreuung einzelner Familien, meist Problemfamilien, gehen soll. Grundsätzlich sind Familienerholungsmaßnahmen trotz des bewussten Umgangs mit familienpsychologischen Aspekten nicht mit familientherapeutischen Interventionen zu verwechseln. Ein erheblicher Teil des Nutzens geht sogar verloren, wenn die Grenzen hin zu einer eher familientherapeutischen Arbeit überschritten werden. Selbst wenn es im Einzelfall notwendig ist, psychologische Hilfestellungen zu geben, sollte dies ausschließlich als Krisenintervention und außerhalb der Gruppe stattfinden. Grundsätzlich ist dahin gehend Vorsicht geboten, wenn die Beschäftigung der Eltern mit ihren Problemen sich dermaßen intensiviert, dass der flexible und leichte Wechsel zwischen dem Freizeit- und Bildungsbereich nicht mehr möglich ist.

**ZIEL**

Die TeilnehmerInnen sollten am Ende dieses zweiten Fortbildungsschrittes in der Lage sein, ein psychologisches Grundgerüst für diese Form der Familienarbeit anzuwenden. Sie sollten darüber hinaus den eigenen Handlungs- und Kompetenzradius erweitert haben. Unter konkreter Anwendung einiger Methoden mit unterschiedlicher Mischung von Freizeit und Bildung sollte sich ein Teil des Wissens und der Metakompetenzen bereits gut etabliert haben. Schließlich sollten TeamerInnen auch den Nutzen von Absprachen im Team und zur Arbeitsteilung erkannt haben und in der Lage sein, Teambesprechungen sachlich und konstruktiv durchzuführen. Auch sollten sie als Team die eigenen Rollendefinitionen gefunden haben.

## 1.3 AKQUISITION VON FAMILIEN UND ORGANISATION

In diesem Fortbildungsschritt wird erarbeitet, welche organisatorischen und strukturellen Voraussetzungen erfüllt sein müssen, um mit Familien in der beschriebenen Art zu arbeiten.

← FORTBILDUNG 3  
→ Strukturelle Aspekte

**INHALTE**

- Reflexion über Kooperationsmöglichkeiten mit Trägern, Veranstaltern, Häusern oder anderen Verantwortlichen (z. B. Kirchengemeinden).
- Klärung der Unterschiedlichkeit von Angeboten, die sich an bereits bestehende oder freie Familiengruppen richten sollen, und Überlegung wie sich die entsprechenden Mischungen auf die konkrete Arbeit mit den Familien auswirken können. Immer dann, wenn ein komprimiertes Angebot Bestandteil einer Gruppenarbeit ist, die, als Einzelsitzungen konzipiert,

bereits besteht, sind die Grundvoraussetzungen für die Maßnahmen andere, als wenn sich die Familien zum einen nicht kennen und zum anderen noch nicht miteinander gearbeitet haben.

- Reflexion über die Altersmischung der teilnehmenden Kinder. Das Projekt „Familienerholung mit Eltern von Kindern bis fünf Jahre“ ließ, wie der Name bereits ausdrückt, nur Familien mit Kindern bis zu fünf Jahren zu. Grundsätzlich ist allerdings eine Ausweitung auf Familien mit älteren Kindern durchaus möglich. Allerdings verändert sich hierdurch nicht nur der Bedarf an Freizeitmöglichkeiten und/oder Freizeitangeboten. Die Themen, die in der Gruppe zu erarbeiten sind, können sich ebenfalls noch erweitern oder einen anderen Schwerpunkt haben. Das Programm<sup>6</sup> muss konsequenterweise angepasst werden.

### ZIEL

Am Ende des dritten Fortbildungsschrittes sollten die TeilnehmerInnen erarbeitet haben, mit „welchen Familien“ sie „wie“ arbeiten möchten. Konkrete Planungen hinsichtlich Organisation und Lehrplan sollten feststehen, damit die Umsetzung möglichst reibungslos in Angriff genommen werden kann. Diese Festlegung erleichtert auch eine standardisierte Information für Familien, die telefonisch oder persönlich nachfragen. Darüber hinaus sollten die Verantwortlichen und/oder GruppenleiterInnen eine klare Vorstellung über die Eignung von Häusern oder Regionen haben, um gezielt entsprechende Familienferienstätten aussuchen und buchen zu können.

## 1.4 WERBUNG UND INFORMATION FÜR TRÄGER VON FAMILIENBILDUNG UND VERANSTALTER VON FAMILIENERHOLUNG

FORTBILDUNG 4 →  
→ Strategien zur  
Umsetzung

Im Fortbildungsschritt 4 sollen wichtige Informationen über die in der Projektphase bewährten Akquisitions- und Werbemethoden vermittelt werden. Es zeigt sich, dass das Angebot „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ immer dann gut angenommen wird, wenn es sich in eine bereits bestehende Tradition von Erholungsmaßnahmen eingliedert. Dies kann bedeuten, dass es Häuser gibt, die Familien gezielt bewerben und außerdem auf Gruppenleitende zurückgreifen. Es kann aber auch sein, dass ein Träger für Familienfreizeiten dieser Art bekannt ist und der „Zugriff“ auf Eltern daher relativ leicht ist. Je ungewohnter aber ein Angebot für eine bestimmte Region ist und je dezentraler die Werbung, desto eher sind GruppenleiterInnen gefragt, um den Anmeldeprozess zu beschleunigen.

<sup>6</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Übersicht „Ablauf der Familienfreizeit“, S.104–115

Die vierte Fortbildung sollte sich mit den unterschiedlichen Wegen der Akquisition beschäftigen und eine konkrete Verfahrensstruktur für die jeweilige Region bzw. Organisationsform finden. Dabei müssen Sachkosten ebenso berücksichtigt werden wie der Personalaufwand (manchmal der ehrenamtliche Aufwand), der mit dieser manchmal schwierigen und langwierigen Arbeit verknüpft ist.

#### INHALTE

- Werbestrategien: Was sollen/wollen InteressentInnen wissen?  
Wie vermittelt man InteressentInnen das Programm, ohne sie abzustoßen oder falsche Hoffnungen/Befürchtungen zu wecken?
- Kosten und Nutzen bestimmter Strategien
- Abstimmung zwischen Gruppenleitung und Institution
- Rechtliche Grundlagen bei der Buchung von Maßnahmen
- Werbemittel: Flyer, Plakate, Anzeigen, Aushänge, Informationsabende
- Abwicklung der Werbeaktion und Arbeitsteilung zwischen Gruppenleitung und Institution

#### ZIEL

TeilnehmerInnen am vierten Fortbildungsschritt sind nicht zwingend die Gruppenleitenden selbst. Dennoch ist es sinnvoll, sich mit der Art der Arbeit auseinander zu setzen oder aber inhaltliche Abstimmungen durchzuführen. Nicht selten entscheiden sich Familien für Familienerholungsmaßnahmen erst, nachdem sie sich noch einmal persönlich über die Ziele und Möglichkeiten informiert haben. TeilnehmerInnen sollten am Ende der Fortbildung eine klare Vorstellung davon haben, wie sie bei der Akquisition in ihrer Region vorgehen können und wollen. Ferner soll Klarheit über den zeitlichen und finanziellen Bedarf geschaffen werden, um beispielsweise wichtige Termine für die Unterbringung von Anzeigen in entsprechenden Medien nicht zu verpassen.

## 2 PLANUNG UND ORGANISATION VON VERANSTALTUNGEN

Freizeitorientierte Familienbildung hat viele denkbare Rahmenbedingungen. Während in der Projektphase darauf Wert gelegt wurde, möglichst viele Freizeiten zum Zwecke der Vergleichbarkeit und Evaluation standardisiert durchzuführen, lassen sich entsprechende Maßnahmen mit hoher Flexibilität in unterschiedlichen Kontexten realisieren. Dann hat jedes Angebot ein eigenes Anforderungsprofil hinsichtlich Organisation, Werbung, Planungsvorlauf und Aufwand. Grundsätzlich aber gilt: Je weniger das Angebot in ein gut etabliertes Familienerholungsnetz eingebunden ist, desto größer der Aufwand für die planenden Gruppenleitenden – und zwar meistens der unentgeltliche Aufwand.

## UNTERSCHIEDLICHE MASSNAHMENMODELLE FÜR FAMILIENBILDUNGSFREIZEITEN

- Verlängerte Wochenenden oder mehrtägige Angebote, die Bestandteil von Familienbildung mit bestehenden Gruppen sind, beispielsweise ein gemeinsam verbrachtes Wochenende einer PEKiP-Gruppe
- Mehrtägige Reisen von Familien, die sich kennen, aber noch nicht thematisch miteinander gearbeitet haben, z. B. Krabbelgruppen
- Mehrtägige Veranstaltungen für Familien, die sich noch nicht kennen, die z. B. gezielt über Gemeindearbeit angesprochen werden
- Familienerholungsmaßnahmen, die von Trägern organisiert werden (Diakonie, DRK, DEUTSCHER FAMILIENVERBAND usw.)
- Mehrtägige Reisen für Familien, die sich direkt bei den Häusern (Familienferienstätten) anmelden und sich dort ausdrücklich für Angebote mit einer Gruppenleitung oder mit einem bestimmten Thema interessieren

## 2.1 ALLGEMEINE RAHMENBEDINGUNGEN

Ferienstätten, in denen die Familienmaßnahmen durchgeführt werden sollen, müssen bestimmte Kriterien hinsichtlich der Ausstattung, der Räumlichkeiten und der äußeren Umgebung erfüllen.

### AUSSTATTUNG VON FERIENSTÄTTEN

- Familienfreundliche Atmosphäre
- Unkomplizierte Regelungen für die Verpflegung außerhalb der offiziellen Öffnungszeiten
- Die Zimmer der teilnehmenden Familien sollten nah beieinander liegen, damit ein Babysitterdienst bei den abendlichen Veranstaltungen gleich mehrere Kinder im Auge haben kann.
- Es werden mindestens ein großer Gruppenraum, ein kleinerer Gruppenraum, bzw. Abtrennmöglichkeiten, ein Raum für die Kinderbetreuung und Räumlichkeiten für informelle Treffen benötigt. Manchmal müssen die Gruppenräume zusätzlich hergerichtet werden, um einladend zu sein. Es lohnt sich immer, alle Räumlichkeiten vor der Freizeit zu besichtigen und sich von der Hausleitung verbindlich bestätigen zu lassen, mit welchen Räumlichkeiten man rechnen kann.
- Die Kinderbetreuung sollte deutlich abgetrennt von den Gruppensitzungen stattfinden, damit die Schwelle, sich gerade bei den Eltern bemerkbar zu machen, von Kindern nicht so leicht überwunden werden kann.
- Eine Ausstattung mit altersgerechtem Spielzeug ist sinnvoll, kann aber auch von der Gruppenleitung organisiert werden.
- Für manche Beschäftigungen reichen Gemeinschaftsspielzimmer für die Kinder aller Hausgäste aus, manchmal sind diese allerdings kleinen Kindern zu unruhig.
- Spielplätze und kindgerechte Außenanlagen

### ANFORDERUNGEN AN DIE ÄUSSEREN BEDINGUNGEN VON FERIENSTÄTTEN

- Ein naturnaher Kontext ist für Familien mit kleinen Kindern bereichernd, wenn Eltern ein paar Anregungen für kinderorientierte Freizeitaktivitäten bekommen (ein Naturbett für das Kuscheltier bauen, Holz für ein Lagerfeuer sammeln, durch Bäche waten oder Naturmaterialien sammeln).
- Für ältere Kinder ist ein weit abgelegenes Haus ohne zusätzliche Freizeitangebote eher langweilig. Hier ist die Nähe zu zentralen Einrichtungen entlastend (Schwimmbäder, Abenteuerspielplätze, Räumlichkeiten mit Kickern, Billard, Brettspielen, organisierte Angebote des Hauses wie Disko oder Spieleabende mit Gleichaltrigen).
- Zu berücksichtigen ist selbstverständlich auch die Jahreszeit, in der das Angebot stattfinden soll. Was im Sommer für Familien entspannend sein kann, erweist sich im Winter als mühsam und fad.

### STORNOKOSTEN

Wenn nicht die Häuser selbst Familienerholungsmaßnahmen anbieten, stellt sich immer wieder das Problem mit etwaigen Stornokosten. Gerade attraktive Häuser weichen nicht gern davon ab, dass sie spätestens ab sechs Wochen vor Angebotsbeginn Stornogebühren für das Nicht-zustande-Kommen von Maßnahmen erheben. Diese Zeitspanne bestimmt also auch den Zeitpunkt für die Werbung und konkrete Anmeldung von Familien. D. h., Familienerholungsmaßnahmen sind selten spontan zu planen, sondern haben einen gewissen zeitlichen Vorlauf und müssen von den Familien auch verbindlich gebucht werden, damit die „Organisation“ die anfallenden Kosten nicht tragen muss. Manche Häuser verlangen außerdem eine Anzahlung.

Die einfachste Form der Buchung ist die, dass sich die Familien einzeln bei den Häusern anmelden und z. B. entscheiden, ob sie eine Reiserücktrittsversicherung benötigen. Diese Regelung ist natürlich nur möglich, wenn den Familien keine zusätzlichen Kosten für die Gruppenleitungshonorare oder die Kinderbetreuung entstehen. Sobald dies der Fall ist, sollte die Kooperation mit Trägern in der Familienbildung und Familienerholung angestrebt werden, die meistens eine zentrale Anmeldung und Abwicklung sicherstellen können.

### KINDERBETREUUNG

Ein tragendes Element des Angebots ist die Kinderbetreuung, denn für Teile von Programmeinheiten ist vorgesehen, diese ohne Kinder durchzuführen. Es geht, insbesondere bei der Betreuung kleiner Kinder, nicht darum, die Kinder zwischendurch für ein paar Stunden irgendwo „parken“ zu können. Vielmehr ist die Kinderbetreuung manchmal das Zünglein an der Waage, weil Paare sich auf eine intensive Arbeit nur dann einlassen können, wenn sie Vertrauen in die Kinderbetreuung haben<sup>7</sup>.

← AUSFALLGEBÜHREN  
→ Wie können Kosten und Risiken vermindert werden?

← BETREUUNG  
KLEINER KINDER  
→ Kinderbetreuung ist keine Verwahrstation

<sup>7</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Kap. 2.4, Kinderbetreuung, S. 79–80

### INFORMATION AN DIE FAMILIEN

Alle Eltern, die an Familienerholungsmaßnahmen teilnehmen, sollten vor ihrer Reise über den genauen Ablauf des ersten Tages informiert werden. Auch hat sich die Versendung von Listen bewährt, die Eltern einen Überblick verschaffen sollen, was sie in den nächsten Tagen benötigen werden (Babyphon, bestimmtes Spielzeug, Kleidung für bestimmte Aktivitäten, z. B. festes Schuhwerk für Spaziergänge oder die Männerwanderung)<sup>8</sup>. Gerade wenn die Verantwortlichkeiten organisatorisch auf mehreren Schultern lasten, werden solche schriftlichen Benachrichtigungen vergessen oder nicht rechtzeitig durchgeführt.

### HINWEISE ZUM EMPFANG DER FAMILIEN

Alle Eltern erleben die Vorbereitungen für eine Reise als mehr oder weniger starken Stress. Wenn sie am Urlaubsort mit einem Willkommensritual begrüßt werden, fühlen sie sich weniger verloren und erhalten erste organisatorische Tipps. Die Begrüßung sollte auf jeden Fall durch die Gruppenleitenden erfolgen. Mit den Häusern sind im Vorfeld entsprechende Möglichkeiten zu klären: ein bunter Tisch im Eingangsbereich, ein Hinweis auf ein erstes Treffen in einem bestimmten Raum, ein Willkommensgetränk usw.<sup>9</sup>

## 2.2 SELBST ORGANISIERTE MASSNAHMEN

In der Familienbildung kommt es relativ häufig vor, dass Familien, die sich in Gruppen zusammengefunden haben und die sich gut verstehen, den Wunsch nach einem verlängerten Wochenende äußern. Grundsätzlich lässt sich ab einem Umfang von drei Tagen ein „Curriculum“ entwickeln, das eine gezielte Arbeit erlaubt. Bei weniger als drei Tagen lassen sich nur einige wenige Methoden anwenden. Gruppenleitende, die sich bereit erklären, „ihre“ Familien zu begleiten, oder solche, die von vornherein Blockveranstaltungen in ihr Bildungsprogramm aufnehmen, sind sehr oft auch hinsichtlich der Organisation gefordert.

Der Hauptschwerpunkt bei der Organisation liegt in der Auswahl des richtigen Hauses. Kann nicht auf Empfehlungen zurückgegriffen werden, bietet die Broschüre *Familienerholung in Deutschland*<sup>10</sup> der BUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT FAMILIENERHOLUNG eine gute Auswahl. Je jünger die mitreisenden Kinder, desto weniger anstrengend sollte die Anreise sein. Folglich sind Häuser, die maximal zwei bis drei Stunden Anfahrt benötigen, entfernteren Zielen vorzuziehen. Kosten und Nutzen attraktiverer Reiseziele sind abzuwägen.

<sup>8</sup> Vgl. Checklisten zur Vorbereitung von Veranstaltungen, Checkliste 2, S. 89

<sup>9</sup> Vgl. Checklisten zur Vorbereitung von Veranstaltungen, Checkliste 3, S. 91–92

<sup>10</sup> BUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT FAMILIENERHOLUNG (Hg.) (2000): *Familienerholung in Deutschland*; zu beziehen über den KATHOLISCHEN ARBEITSKREIS FÜR FAMILIENERHOLUNG, Kolpingplatz 5-11, 50667 Köln.

Wenn sich Familien noch nicht kennen, sind die ersten Stunden nach der Anreise wichtig, um möglichst bald ein Gefühl von Gemeinschaft herzustellen. Die Begrüßung sollte so organisiert werden, dass sie zum gegenseitigen Kennenlernen beiträgt.

### WICHTIGE ASPEKTE BEIM KONTAKT MIT FAMILIENFERIENSTÄTTEN

- Es können Stornogebühren entstehen bei Ausfall der Maßnahme.<sup>11</sup> Wenn die Reise kompakt gebucht wird, sollte die Gruppenleitung sicherstellen, dass mindestens diese Gebühren aus den Anzahlungen der Eltern bezahlt werden können.
- Selten übernehmen Häuser, zu denen noch kein persönlicher Kontakt besteht, die Organisation für Einzelanmeldungen. Wenn einzelne Familien sich vor Ort anmelden, kann es sein, dass sie nicht wie eine zusammengehörende Gruppe behandelt werden, so dass die oben beschriebene Raumvergabe an die Familien sich nicht unbedingt nach den Ansprüchen der Gruppe richtet.
- Viele Familienferienstätten gehen von einem Mindestaufenthalt von sieben Tagen aus. Es muss damit gerechnet werden, dass sie bei drei- bis viertägigen Angeboten weniger motiviert sind, die Ansprüche der Familiengruppe zu erfüllen, weil sie diese Art der Freizeit eher als gute Gelegenheit sehen, Restplätze zu verbuchen.
- Soll die manchmal von Ferienhäusern angebotene Kinderbetreuung in Anspruch genommen werden, ist genau zu erfragen, unter welchen Bedingungen diese im Haus möglich ist und ob das Betreuungsangebot sich auf alle Altersgruppen bezieht. Manche Häuser bieten nur saisonal oder auf Vorbestellung eine Kinderbetreuung an, andere betreuen erst Kinder ab drei Jahre.
- Wenn Kinder betreut werden müssen, sollten Räumlichkeiten auch auf ihre Bedürfnisse abgestimmt sein. Sollte es keine ansprechenden Räumlichkeiten geben, müssen sich die GruppenleiterInnen darauf einstellen, selbst für ein entsprechendes Ambiente zu sorgen. Das gilt vor allem auch dann, wenn ein normaler Gruppenraum zum Kinderbetreuungsraum für die Zeit des Aufenthalts umgestaltet werden muss. Entsprechende Utensilien wie bunte Dekoration, geeignetes, ungefährliches Spielzeug, Dekoration, Materialien für Kuschel-Ecken, Bilderbücher usw. müssen vor der Reise organisiert werden.

<sup>11</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Kap. 2.1, Allgemeine Rahmenbedingungen, S. 75

## 2.3 VON TRÄGERN ORGANISIERTE MASSNAHMEN

Viele Träger von Familienerholungsmaßnahmen arbeiten mit festen Häusern zusammen. Aufgrund der besonderen Anforderungen an Räumlichkeiten und Materialien ist es sinnvoll, sich die Ausstattung genauer anzusehen, um zu entscheiden, ob das vorliegende Programm auch tatsächlich unter günstigen Rahmenbedingungen durchgeführt werden kann.

Treten externe GruppenleiterInnen an Ferienstätten heran, die selbst Familienbildung anbieten und sich bereit erklären, die Gruppen für eine Familienmaßnahme selbst aufzufüllen, kann gelegentlich eine gewisse Konkurrenz beobachtet werden, wenn es darum geht, „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ in die eigenen Programmhefte aufzunehmen. Die meisten Häuser sehen in dem Angebot allerdings eine Bereicherung und nehmen entsprechende Informationen gerne in ihr Programm auf.

Selten können Häuser neben der Aufnahme in die Anmeldeliste und Werbung über Hausprospekte zusätzliche Informationen an InteressentInnen weitergeben oder die Gruppenleitung detailliert informieren. Deshalb ist es notwendig, in regelmäßigen Abständen den aktuellen Stand der Anmeldungen zu erfragen.

### INFORMATIONEN FÜR FAMILIEN

Abspraken mit Trägern sollten hinsichtlich des genauen Zeitplans für die Anmeldung der Familien, die Informationspost an die Familien und die Information zum Reisebeginn getroffen werden. Es hat sich gezeigt, dass Institutionen/Träger Familien oft über ihre Standardanschriften informieren. Das kann Familien irritieren, weil sie gezielte Informationen über die Maßnahme erwartet haben. Träger sollten auf jeden Fall sicherstellen, dass die GruppenleiterInnen in die Betreuung interessierter und angemeldeter Familien einbezogen werden. Mit anderen Worten, GruppenleiterInnen sollte es möglich sein, den Familien ihr Angebot mit einigen wenigen Worten schriftlich vorzustellen. Das ist wichtig, weil das Vorgehen sich von den konventionellen Angeboten mancher Träger unterscheiden kann. Es hat sich gezeigt, dass Familien manchmal zu Beginn der Reise und in der ersten Gesprächsrunde Erwartungen haben, die sich mit dem Grundmodell „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ nicht decken.

### ÖFFENTLICHE FÖRDERMITTEL

Wenn von Trägern öffentliche Fördermittel in Anspruch genommen werden, ist für Eltern die Teilnahme an Bildungseinheiten verbindlich. In Niedersachsen z.B. werden die TeilnehmerInnen außerdem gebeten, einen eigenen Abschlussbericht anzufertigen, der Voraussetzung für diese Fördergelder ist. Je nach Formulierung erleben Familien diesen Anspruch an sie als störend und möchten insbesondere bei einem Angebot, das auf Kommunikation und Reflexion ausgerichtet ist, die Möglichkeit haben, freiwillig über das Ausmaß ihrer Aktivitäten zu entscheiden.

#### ZUSAMMENARBEIT

GruppenleiterInnen müssen bei der Organisation von Maßnahmen mit einbezogen werden

In der Projektphase hat es sich jedoch gezeigt, dass die Erfüllung solcher Voraussetzungen am Ende einer Freizeit kein Problem ist. Es ist lediglich abzuwägen, wie und wann Eltern mit diesen Ansprüchen konfrontiert werden sollen. Geschieht dies über vorauslaufende Informationspost, sollte der Träger oder die Gruppenleitung den genauen Wortlaut prüfen und ihn mit den eigenen Zielen für eine Ferienmaßnahme abstimmen.

### ARBEITSORGANISATION

Je abgetrennter die Organisation einer Familienmaßnahme von der Arbeit der Gruppenleitung ist, desto klarer müssen die Aufgabengebiete und der Kooperationsbedarf definiert sein. Absprachen über Arbeits- und Verantwortungsteilung sind hinsichtlich der folgenden Punkte zu treffen:

- zeitlicher Rahmen und Vorlaufzeit
- Verantwortlichkeit für Werbung (Inhalte und Form von Werbung)
- benötigte Materialien<sup>12</sup>
- Kinderbetreuung (Organisation und Kontakt, Bezahlung)
- schriftliche Informationen für TeilnehmerInnen
- Zuständigkeit bei telefonischen Rückfragen der TeilnehmerInnen
- Kontakte mit dem Haus (Raumvergabe und sonstige Rahmenbedingungen, Sonderwünsche bei der Verpflegung, z. B. Grillabende oder Lunchpakete)
- Finanzierung der Honorare für Gruppenleitende, Anzahlungen, Stornogebühren

## 2.4 KINDERBETREUUNG

Gelegentlich wird von Trägern von Familienerholungsmaßnahmen die Kinderbetreuung fest eingeplant. Andere verlassen sich auf die guten Bedingungen vor Ort. Wieder andere treten die Organisation an die Gruppenleitung ab. Grundsätzlich ist die Kinderbetreuung während der Ferienmaßnahme überaus wichtig. Nicht selten steht und fällt der Erfolg der Familienfreizeit mit der Qualität der Kinderbetreuung. Gerade Eltern mit kleinen Kindern müssen das Gefühl haben, dass sie ihre Kinder einer umsichtigen Betreuung anvertrauen, damit sie entspannt und offen in der Erwachsenengruppe kommunizieren können. Unzureichende Kinderbetreuung wird von Eltern gern als Argument dafür verwendet, sich nicht von den Kindern trennen zu wollen oder nicht an Aktivitäten in der Elterngruppe teilzunehmen. Nur eine gute Kinderbetreuung kann dieses Argument entkräften.

<sup>12</sup> Vgl. Checklisten zur Vorbereitung von Veranstaltungen, Checkliste 3, S. 91–92

### KINDERBETREUUNG IST IMMER DANN UNTERSTÜTZEND, WENN ...

- ... KinderbetreuerInnen sich zumindest oberflächlich auch mit den Inhalten des Programms auskennen und zumindest teilweise in die Gruppe einbezogen werden können.
- ... KinderbetreuerInnen in ausreichender Zahl vor Ort sind. Je nach Anzahl/Alter der Kinder und je nach Tagesprogramm sind zwei BetreuerInnen für eine optimale Betreuung vorteilhaft
- ... KinderbetreuerInnen das Vertrauen der Eltern besitzen. D. h., neben der fachlichen Qualifikation ist es notwendig, dass die BetreuerInnen auch persönlich überzeugen und am Anreisetag vor Ort sind, um sich vorzustellen.
- ... KinderbetreuerInnen ein gutes Verhältnis zu den GruppenleiterInnen haben.
- ... KinderbetreuerInnen nachts als Babysitter zur Verfügung stehen – eventuell gegen separate Bezahlung durch die Eltern, wenn die Kosten nicht durch die Maßnahme abgesichert sind. Die Eltern sollten über mögliche Kosten vorab informiert werden.

Der Betreuungsaufwand und die dadurch entstehenden Kosten müssen zwischen Träger und Gruppenleitung abgestimmt und kalkuliert werden. Über die Zusammenarbeit mit Fachschulen für ErzieherInnen können Träger kostengünstig qualifizierte KinderbetreuerInnen engagieren, sollte die Betreuung nicht in der Institution bereits etabliert sein.

## 2.5 FINANZIERUNG

Familienferienmaßnahmen sind nicht billig. Wenn GruppenleiterInnen darüber hinaus für die Stunden ihrer Anwesenheit und Aktivität bezahlt werden müssten, wären sie kaum finanzierbar. Eine Umlage der kompletten Kosten auf die TeilnehmerInnen ist unrealistisch. Eine Ausnahme können die Kosten für die Kinderbetreuung darstellen, was aber klare Absprachen mit den teilnehmenden Familien erfordert.

### HONORARE FÜR GRUPPENLEITUNG UND KINDERBETREUUNG

Um die Größenordnung der Honorare einschätzen zu können, kann die Anzahl der Unterrichtseinheiten, die tatsächlich in der Gruppe durchgeführt werden, als Orientierung dienen. Legt man die üblichen Honorarsätze für Familienbildung an und geht man von ca. 12 bis 14 Einheiten pro Maßnahme aus<sup>13</sup>, so fällt auf, dass die

<sup>13</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Übersicht „Ablauf der Familienfreizeit“, S. 104–115

Honorare den zeitlichen Aufwand nicht decken und somit weit unter den üblichen Tagessätzen z. B. für Fortbildungsveranstaltungen liegen. GruppenleiterInnen, die sich für ein entsprechendes Angebot interessieren, ist meistens klar, dass sie einen Teil der Arbeit mit den Familien unentgeltlich durchführen bzw. von Trägern kleine Aufwandsentschädigungen erhalten, die aber nicht im Verhältnis zu den eigentlich anfallenden Kosten stehen.

### **FÖRDERMITTEL**

Fördermittel können von Trägern bzw. von Organisatoren beantragt werden. Allerdings handhaben die Landesjugendämter und Kommunen in Deutschland die Vergabe unterschiedlich. Manchmal sind die Mittel an Bildungseinheiten mit einem besonderen Thema gebunden, z. B. gewaltfreie Erziehung, oder es ist eine Mindestaufenthaltsdauer notwendig, z. B. 14 Tage. Dennoch lohnt sich die Anfrage bei Kommunen, Kirchenkreisen oder Verbänden, um die Kosten für die Maßnahme abzudecken und den Eigenanteil der Eltern möglichst niedrig zu halten.

### **KOSTEN FÜR UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG**

Die Tagessätze für die Unterkunft und Verpflegung liegen bei den Familienferienstätten bei durchschnittlich 25 bis 40 Euro für Erwachsene und 10 bis 20 Euro für Kinder in Abhängigkeit von deren Alter sowie der Ausstattung und der Lage des Hauses. Relativ günstig sind auch Naturfreundehäuser, die aber meistens sehr einfach ausgestattet sind.

Im Projekt wurden unter anderem zwei Maßnahmen durchgeführt, bei denen sich die Gruppe selbst verpflegte; übernachtet wurde in Zelten, weil das Angebot an eine Kanutour geknüpft war. Die Kosten waren demzufolge nicht so hoch wie bei fester Unterbringung mit Verpflegung.

### **KOSTEN FÜR MATERIAL UND ARBEITSMITTEL**

Ein nicht unbedeutender Anteil finanzieller Mittel ist auch für Materialien und Arbeitsmittel aufzuwenden. Es ist Trägern dringend anzuraten, Gruppenleitenden einen Materialkoffer<sup>14</sup> zur Verfügung zu stellen, in dem sich Metaplantechnik (Moderationsmaterial), Farbkästen, einfache Spiele, Stifte und Straßenkreide, Springseile, Luftballons, bunte Schwungtücher sowie Büroartikel und anderes befinden sollten. Nicht immer verfügen Ferienfreizeitstätten über entsprechende Materialien bzw. können GruppenleiterInnen entsprechende Materialien kostengünstig einkaufen.

### **KOSTEN FÜR WERBUNG**

Schließlich kosten auch die Bewerbung des Angebots und die Verschickung von Infomaterialien und TeilnehmerInnenunterlagen Geld. Die Größenordnung ist vom Einzugsgebiet und von der Wahl der Werbemittel abhängig.

<sup>14</sup> Bestückung siehe Checkliste 5, „Materialkoffer“, S.95

**KOSTEN FÜR TAGESAKTIVITÄTEN**

Für Tagesaktivitäten vor Ort, z.B. den gemeinsamen Besuch eines Planetariums, Naturkundemuseums oder Schwimmbades, werden zusätzliche Mittel benötigt. Natürlich können Familien die Eintrittspreise auch jeweils aus der eigenen Tasche bezahlen. Bei Gemeinschaftsaktivitäten ist es besser, wenn die Kosten bei der Anmeldung bereits einkalkuliert und ausgewiesen wurden. Über Gruppenpauschalen lässt sich außerdem oftmals im Vorfeld ein kostengünstiges Angebot aushandeln.

**2.6 WERBUNG**

Die Art der Werbemaßnahmen ist abhängig von dem Grad des Eingebundenseins einer Maßnahme in bestehende Familienerholungskontexte. Die meist kostenlosen Werbeaktivitäten der Häuser sollten in jedem Fall ausgenutzt werden (Jahres- und Halbjahresprogramme, Faltblätter für Auslagen usw.). Die Beteiligung an solchen Werbeaktivitäten muss von langer Hand geplant und angekündigt werden.

**KOSTENLOSE MÖGLICHKEITEN**

- Kostenlose Stadtteilzeitungen (erwarten meistens einen kleinen Text)
- Branchenspezifische Zeitungen von Apotheken, Bäckereien, Metzgereien, DFV-Familie usw. (erwarten in der Regel einen kleinen Artikel oder Text)
- Homepages im Internet
- Homepages von Verbänden
- Pressemitteilungen an Fachzeitschriften (benötigen einen langen Vorlauf)

**KOSTENGÜNSTIGE MÖGLICHKEITEN**

Selbst hergestellte Werbematerialien sind relativ kostengünstig, wenn auch abhängig vom Engagement und der Anzahl derjenigen, die sich an ihrer Herstellung und Verteilung beteiligen.

- Faltblätter (DIN A 4 als doppelseitige Kopie) zur Auslage in Kindergärten, Krankenhäusern, Geschäften für Babyausstattung, Stadtbibliotheken, VHS, Kinderarztpraxen usw.)
- Einlegeblätter für bestehende Medien, z.B. Information der Familienferienhäuser, VHS-Programm, Informationen von Krankenkassen, (benötigt allerdings eine sehr gute Planung und kostet unter Umständen etwas, z.B. Kostenbeteiligung bei der Zusammenstellung durch die Druckerei)

**AUFWENDIGE UND KOSTENINTENSIVE WERBEMITTEL**

Als besonders wirkungsvoll hat sich ein teureres Werbemittel (Vierfarbendruck) im Projekt „Familienerholung für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ erwiesen. Hier handelte es sich um ein Plakat, das auf Briefumschlaggröße zusammengefaltet werden konnte und auf dem mehrere Maßnahmen – graphisch ansprechend gestaltet – angeboten wurden. Wenn es gelingt, mehrere Häuser zu einer Zusammenarbeit zu motivieren, lässt sich ein Teil der Herstellungskosten auch auf die Familienferienstätten umlegen. Allerdings gilt auch bei diesem Medium, dass es gezielt verteilt und/oder ausgehängt werden muss, damit es wirken kann.

Sollen vor allem Angebote für Familien aus einer bestimmten Region beworben werden, haben sich Anzeigen in der Tageszeitung bewährt, die den Charakter von Urlaubsangeboten haben. Der im Vergleich zum üblichen Urlaub niedrige Preis der Familienmaßnahme ist für viele Familien attraktiv. Interessierte Familien haben nach Erscheinen der Anzeige allerdings einen großen Informationsbedarf, und der anschließende zeitliche Aufwand für Beratung und Aufklärung am Telefon kann hoch sein. Zudem sind Anzeigen, die auffallen, immer relativ teuer, und mit Preisnachlässen ist bei Tageszeitungen nicht zu rechnen.

**NUTZUNG BESTEHENDER KONTAKTE**

Schließlich kommen vielerlei Erholungsmaßnahmen zustande, weil ein guter persönlicher Kontakt zu Familien besteht und GruppenleiterInnen oder kooperierende Institutionen in ihrer alltäglichen Arbeit über die Erholungsmaßnahmen offiziell oder informell informieren. Für diesen Fall eignet sich ein einfaches Informationsblatt, dem InteressentInnen die wichtigsten Daten entnehmen können.



# CHECKLISTEN ZUR VORBEREITUNG VON VERANSTALTUNGEN

Planung und Umsetzung einer Ferienfreizeit mit Eltern und Kindern stellen hohe Anforderungen an das Organisationstalent von GruppenleiterInnen. Eine Unmenge von Details und Kleinigkeiten muss schon im Vorfeld berücksichtigt werden, um den Erfolg einer Maßnahme nicht zu gefährden. Während der Projektlaufzeit wurden daher Checklisten entwickelt – als Gedächtnisstütze –, um die Gruppenleitung zu entlasten. Im Folgenden werden diverse Checklisten angeboten, die in unterschiedlichen Phasen der Planung zum Einsatz kommen oder aber bestimmte Themenbereiche strukturieren.

## CHECKLISTENVERZEICHNIS

CHECKLISTE 1	ANFORDERUNGEN AN FERIENHÄUSER	87
	BLATT FÜR NOTIZEN ZU CHECKLISTE 1	88
CHECKLISTE 2	PACKLISTE FÜR FAMILIEN	89
CHECKLISTE 3	TO-DO- UND PACKLISTE FÜR GRUPPENLEITERINNEN	91
CHECKLISTE 4	KINDERBETREUUNG	93
CHECKLISTE 5	MATERIALKOFFER	95



**CHECKLISTE 1 ANFORDERUNGEN AN FERIENHÄUSER**

- Bestellung von Hausprospekten
- Bestellung bzw. Sammeln von Material zu Ausflugszielen in der näheren Umgebung
- Gibt es in der Nähe einen Radverleih?
- Gibt es in der Nähe eine Videothek?
- Sind genügend Kinderbetten und Hochstühle vorhanden?
- Ist eine Kinderbetreuung im Haus möglich?
- Sind spezielle Kinderaufenthaltsräume vorhanden?
- Welche unterschiedlichen Aufenthaltsräume stehen zur Verfügung?
- Sind Spielesammlungen für Erwachsene und Kinder vorhanden?
- Gibt es die Möglichkeit zu kopieren?
- Sind Videorecorder, Kassettenrecorder, CD-Player vorhanden?
- Gibt es Stellwände, Pinnwände?
- Gibt es am Haus einen Platz für Lagerfeuer, und ist Holz vorhanden?
- Welche Sportmöglichkeiten gibt es im Haus, am Haus oder in der näheren Umgebung?
- Gibt es Fahrpläne von öffentlichen Verkehrsmitteln?
- Können Getränke, Eis usw. erworben werden?

Wenn ja, zu welchem Preis?

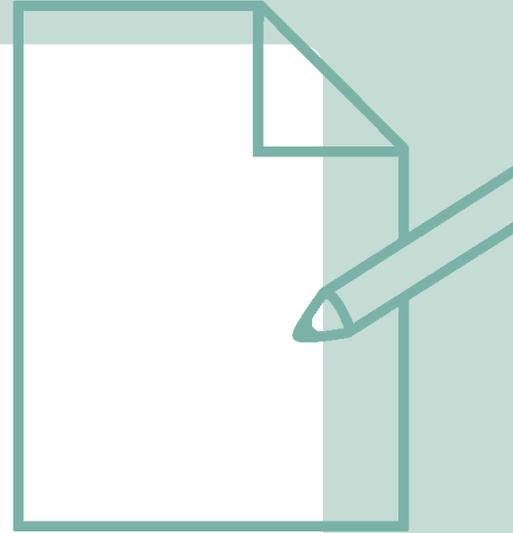
Wenn ein Kiosk vorhanden ist, wie sind die Öffnungszeiten des Kiosks usw.?

- Sind Lunchpakete möglich (Tag vorher bekannt geben)?

Weiter nächste Seite

Fortsetzung Checkliste 1

**NOTIZEN ZU CHECKLISTE 1**



## CHECKLISTE 2

## PACKLISTE FÜR FAMILIEN

- Ausreichend Kleidung für alle Wetterlagen, z. B. Regenjacke, Gummistiefel, feste Schuhe bzw. Wanderschuhe (Männerwanderung)
- Schwimmsachen, Badetücher, Sportkleidung
- Bequeme Kleidung für Entspannungsübungen
- Verkleidungsklamotten
- Nahrung für Kleinkinder, Lieblingskuscheltier, Schnuller, Flaschen, Schmusetücher
- Babybetten, Hochstuhl, wenn im Haus nicht vorhanden
- Babyphon
- Medikamente (regelmäßig einzunehmende und Notfallmedikamente)
- Sonnenmilch, Ohropax
- Rucksack, Plastiktüten (eventuell ein kleiner Rucksack für Kinder)
- Malkittel für Kinder
- Musikinstrumente, Lieblingsmusik für alle Familienmitglieder
- Kosmetikartikel
- Fotos von Haus, Familie, Freunden, Hobbys, Haustier etc.;  
Foto von der ersten Zeit der Partnerschaft (siehe Methode Paarspaziergang)
- Modekataloge, Frauenzeitschriften und andere Zeitschriften
- Decken
- Bücher für alle Familienmitglieder, Vorlesebücher für Erwachsene
- Einige sinnvolle Spielsachen (mit Namen versehen), Sandspielzeug, Federball, Ball, Tischtennis etc.
- Gesellschaftsspiele für Groß und Klein
- Knabbereien für Abendrunden, Obst



**CHECKLISTE 3 TO-DO- UND PACKLISTE FÜR GRUPPENLEITERINNEN****VOR DER FREIZEIT**

- Brief an Familien mit Checkliste und Infomaterial
- Brief an Ferienhäuser mit Infos und Fragen
- Radverleih und Videoverleih eventuell vorab informieren

**FÜR DIE FREIZEIT**

- Materialkoffer\*
- Handbücher und Materialien aus den Rundbriefen
- Liederhefte
- Musikinstrument
- Papier (weiß und farbig)
- Kopiervorlage für Übungen in ausreichender Zahl
- Packpapierbögen und DIN-A3-Bögen
- Kleber, Klebeband
- Zeitungspapier und Folie als Malunterlage
- Vorbereitung der Stellwand mit Informationen zur Umgebung mit dem angeforderten Prospektmaterial, Karten, Plänen etc.
- Gesellschaftsspiele für Groß und Klein
- Neue Spiele zu Hause ausprobieren
- Schwungtuch (falls vorhanden), alternativ zusammengeknotete Seidentücher, können auch von TeilnehmerInnen mitgebracht werden
- Kerze, Teelichter, Duftöl, Duftlampe, Blumen, Decken, Tücher und Dekorationsmaterial für den Gemeinschaftsraum



\* Bestückung siehe Checkliste 5, „Materialkoffer“, S. 95

Weiter nächste Seite

Fortsetzung Checkliste 3

**CHECKLISTE 3      TO-DO- UND PACKLISTE FÜR GRUPPENLEITERINNEN**

- Musikanlage
- Eventuell Videofilme ausleihen
- Fotoapparat, Filme in ausreichender Menge
- Mais, um Popcorn herzustellen
- Schachteln, Papprollen und Kartons zum Basteln sammeln
- Mehl, Salz und Hefe für Stockbrot
- Beautyutensilien: in Geschäften um Proben bitten
- Sammlung von Frauenkatalogen und -zeitschriften
- Zutaten für Glühwein und Kinderpunsch sowie weitere Lebensmittel
- Utensilien zum Verkleiden
- Ball, Federball, Tischtennisschläger und Bälle
- Frankierte und beschriftete Umschläge für den Brief nach Hause
- Feedbackrunde: Plakatwand vorbereiten

**WÄHREND DER FREIZEIT**

- Eventuell Filme entwickeln lassen
- Lunchpakete rechtzeitig vorbestellen
- GruppenleiterInnen-Feedbackrunde, Teamsitzungen einplanen
- Obst und Getränke für den Abschied
- Zertifikate als Druckvorlagen vorbereiten (vgl. M 30)
- Zu jedem Paar Notizen machen

**CHECKLISTE 4 KINDERBETREUUNG**

Sollten die Personen für die Kinderbetreuung schon vor der Maßnahme feststehen, empfiehlt sich ein gemeinsamer Abend zum gegenseitigen Kennenlernen.

Die Termine und Aktivitäten der Kinderbetreuung müssen zu Beginn der Maßnahme aushängen bzw. allen Eltern mitgeteilt werden.

Möchte das Gruppenleitungspaar die Eltern zu bestimmten Terminen zur Unterbringung der Kinder anregen, muss das deutlich werden. Wann ist die Kinderbetreuung „verbindlich“, wann steht sie den Eltern auf jeden Fall zur Verfügung? Wann müssen Eltern sich selbst darum kümmern (wenn sie z.B. einen freien Abend außerhalb des Programms planen)?

Zu Beginn der Freizeit muss gewährleistet sein, dass Eltern Informationen zu Schlaf-, Essens- und Trinkgewohnheiten ihrer Kinder an die Kinderbetreuung weitergegeben haben, bevor das Kind übergeben wird.

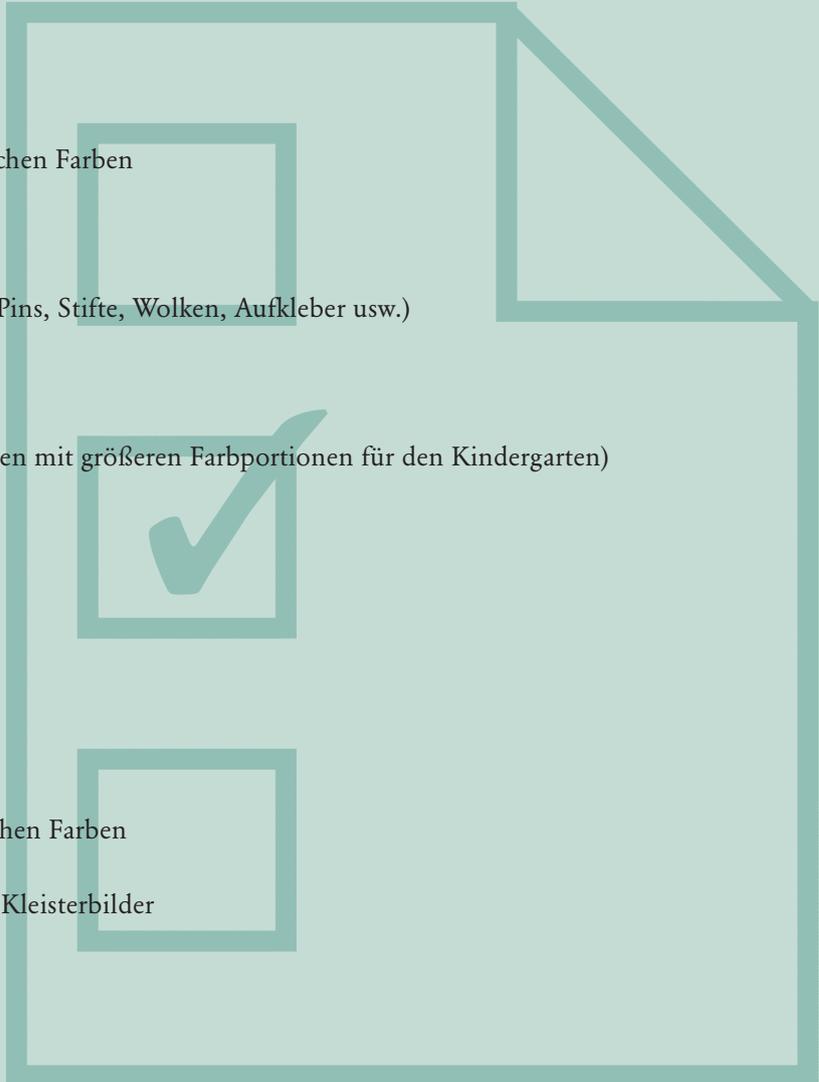
Absprachen zwischen Eltern, Gruppenleitung und Kinderbetreuung müssen eingehalten werden.

Die Kinderbetreuung kann einen Steckbrief zur eigenen Person verfassen, ein buntes Plakat gestalten und aushängen (Foto, Lieblingsspiel o. Ä.). Darin sollte auch angegeben sein, wo die Betreuungsperson erreicht werden kann (Raum, Handynummer etc.).



**CHECKLISTE 5 MATERIALKOFFER\***

- Luftballons
- Straßenkreide
- Klebeband
- Schreibpapier in unterschiedlichen Farben
- Stifte unterschiedlicher Dicke
- Metaplanmaterialien (Karten, Pins, Stifte, Wolken, Aufkleber usw.)
- Malblöcke für Kinder
- Malkästen (4–6 Stück, am besten mit größeren Farbportionen für den Kindergarten)
- Pinsel
- Kleine Tücher zum Säubern
- Kinderschere (10 Stück)
- Mindestens eine Papierschere
- Krepp-Papier in unterschiedlichen Farben
- Unter Umständen Kleister für Kleisterbilder
- Packband
- Wäscheleine
- Heftzwecken
- Kleber (lösungsmittelfrei für Kinder), Bastelkleber, Klebestifte für Collagen usw.



\* Gute kleinere Spielwarengeschäfte (weniger Ketten) sind in der Regel sehr aufgeschlossen beim Zusammenstellen von Materialien und geben in der Regel auch einen günstigen Rabatt.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung Checkliste 5

**CHECKLISTE 5 MATERIALKOFFER**

- Plastikbeutel
- Abdeckfolie oder Unterlagen
- Packpapierbögen, Flippchart-Papier
- Diverse Kartenspiele für Kinder und Erwachsene
- Springseile oder anderes gut zu verstauendes Bewegungsspielzeug
- Diverse einfache Platz sparende Reisespiele
- Kinderschminkkasten
- Schwungtuch oder diverse Seidentücher, zusammengenäht oder verknotet
- Wäscheklammern
- 2 aufblasbare Gymnastikbälle
- Erste-Hilfe-Set
- Dekorationsmaterial je nach Jahreszeit
- Kerzen
- Entspannungsmusik, Tanzmusik, Hintergrundmusik, diverse Vorlesebücher für Erwachsene und Kinder



## 3 DURCHFÜHRUNG EINER FAMILIENFREIZEIT

### ZUR ERINNERUNG

#### BILDUNG SOLLTE...

- anschaulich sein, nicht akademisch, „richtig“ oder „falsch“ nicht implizieren
- neugierig und mutig machen, fordern, aber nicht überfordern
- an den aktuellen Bezugsrahmen anknüpfen statt „Wissen auf Halde“ produzieren
- abwechslungsreich sein, vielfältige Methoden benutzen, aber einen roten Faden erkennen lassen
- Spaß machen und das Gruppengefühl stärken
- Eltern nicht unter Druck setzen

#### FREIZEIT SOLLTE...

- so gestaltet sein, dass sich das Gelernte gut anbinden lässt
- neugierig und mutig machen, um Neues auszuprobieren
- es ermöglichen, mit unterschiedlichen Menschen (Gruppenkonstellationen) unterschiedlichen Genuss zu erleben
- abwechslungsreich sein, laut/leise, aktiv/reflexiv
- aufarbeitbar sein – z.B. in späteren Gruppengesprächen

### 3.1 EINORDNUNG DER METHODEN

Für die Erstellung eines Programms für die Maßnahme müssen in Frage kommende Methoden für Freizeit- und Bildungsangebote zunächst überprüft werden:

1. Inwiefern sind sie gruppenspezifisch zweckdienlich? D.h., sie sollten es ermöglichen, die Gruppenbildungsprozesse in den verschiedenen Phasen während der Familienerholungsmaßnahme zu unterstützen. Da die Gruppendynamik von der Dauer und der Gestaltung einer Freizeitmaßnahme abhängt, kann in diesem Kapitel nur exemplarisch die Wirkungsweise einzelner Methoden erörtert werden. Es ist GruppenleiterInnen dringend anzuraten, sich hinsichtlich der Platzierung einer Methode genaue Gedanken zu machen und die Wirkung auf die Gruppendynamik nicht zu unterschätzen. Denn jede Methode ist nur so gut, wie sie platziert wird.

2. Für jede Methode wird entschieden, welche COWAN'sche Ebene sie in der Familiengründungsphase dominant anspricht. Die Einordnung in die vorrangigen Ebenen soll es den Gruppenleitenden erleichtern, sich in der Gesprächsführung zu orientieren. Sie stellt sicher, dass alle fünf Ebenen bei den TeilnehmerInnen angesprochen werden.

#### ZUR ERINNERUNG

#### FÜNF EBENEN IM FAMILIENENTWICKLUNGSPROZESS

- **Die individuelle Ebene:** Selbstbild, persönliche Lebensplanung, Kompetenz, Stärken und Schwächen
- **Die Paar- oder Partnerschaftsebene:** Veränderung der Rollen, Arbeitsteilung, Sexualität etc.
- **Die Eltern-Kind-Ebene:** elterliche Kompetenz, Unsicherheit, Anstrengungspotenzial, Belastungspotenzial etc.
- **Die Ebene der Herkunftsfamilie:** eigene Vorbilder aus der Kindheit, aktuelle Einflussnahme, generationsübergreifende und konträre/verbindende Ansprüche
- **Die Ebene der sozialen Beziehungen und der finanziellen Belastungen:** Veränderung des sozialen Umfeldes, Wegfall von Stützungssystemen, neue Kontakte etc.

3. Es ist außerordentlich wichtig, dass bei Anwendung einer bestimmten Methode das erwünschte vorrangige Erleben der TeilnehmerInnen festgelegt wird, damit die einzelnen curricularen Schritte sich gegenseitig positiv beeinflussen können. GruppenleiterInnen, die sich über die affektiven Ziele, die sie mit den Übungen/Methoden/Aktivitäten verknüpfen, klar werden, unterliegen seltener der Gefahr, ein eigentlich leichtes Thema in ein zu ernstes/belastendes oder ein ernstes in ein zu oberflächliches Thema zu verkehren.
4. Freizeit- und Bildungsaspekte werden zeitlich (in der Abfolge) aufeinander abgestimmt, so dass ein gegenseitiges Befruchten gewährleistet ist.
5. Bei allen methodischen Vorschlägen und Aktivitäten muss besonders sorgfältig darauf geachtet werden, dass den unterschiedlichen Bedürfnissen von Männern, Frauen und Kindern Rechnung getragen wird. Hierbei ist vor allem Wert darauf zu legen, hinsichtlich der neu vermittelten Fertigkeiten eine gute Balance zwischen „bereits in einem Bereich sicher sein“ und „fremd, aber neugierig sein“ herzustellen.

6. Die Wirkrichtung geht bei allen verzahnten Methoden entweder von „freizeitorientierter Anleitung“ zu „bildungsorientierter Aufarbeitung“ oder von „bildungsorientiertem Input“ zu „freizeitorientierter Erprobung/Festigung“.

### INEINANDERGREIFEN VON FREIZEITORIENTIERTER ANLEITUNG UND BILDUNGSORIENTIERTER AUFARBEITUNG VON ERFAHRUNG

Die beiden Methoden heißen „Paarspaziergang“ (M 5) und „Weißt du noch?“ (M 6). Man kann sie auch als eine Einheit begreifen, in deren erstem Teil die Paare die Gelegenheit haben sollen, ein Stück ihrer Freizeit unter der Perspektive „Wiederaktivieren partnerschaftlicher Ressourcen“ zu verbringen. Die vorrangige Ebene, die beim Paarspaziergang eine Rolle spielt, ist demzufolge die Paarebene. Paare reaktivieren ihre Erinnerung an eine Zeit erster oder intensiver Verliebtheit. Sie werden zurückgeführt in eine Phase ihres Lebens, die sehr wahrscheinlich freier von Belastungen war als die aktuelle Familienzeit. Verwandte Ebene ist die individuelle Ebene, auf der es darum gehen kann, die persönlichen Besonderheiten in dieser Zeit zu betrachten und das Selbstbild, das bei beiden Partnern vorherrschte.

Nach dem Paarspaziergang, bei dem die Paare aufgrund der freizeitorientierten Heranführung entscheiden, wie tief und wie lange sie in die eigene Vergangenheit einsteigen wollen, folgt am Abend eine Methode mit stärkerem Bildungsbezug. „Weißt du noch?“ greift in der Elterngruppe die Gesprächsinhalte und Gefühle aus dem Paarspaziergang auf. Das Paar wird hierbei aufgefordert, die gemeinsamen Erlebnisse zusammen in einem Bild darzustellen. Auch wenn ein Paar beim Paarspaziergang eher oberflächlich oder aufgrund von Spannungen nicht „positiv“ in die Thematik einsteigen konnte, kann durch diese Instruktion der Inhalt wieder aufgenommen werden, und meistens führt diese zweite Aufforderung zur Reflexion über die Paarebene zu einer kreativen Zweierarbeit. In der Gesprächsrunde werden die Bilder vorgestellt und unter Anleitung durch die Gruppenleitenden die Gemeinsamkeiten/Unterschiede und die früheren und aktuellen Erfahrungen aus der Paarbeziehung beleuchtet. Ziel ist es, den Paaren wieder einen Teil ihrer früheren Gefühle zugänglich zu machen und die positiven Ressourcen, die aus diesen resultieren, zu wecken.

← BEISPIEL  
→ Kombination von  
zwei Methoden

## 3.2 ERSTELLUNG EINES PROGRAMMS

Die Auswahl der Methoden und Aktivitäten in einer Familienfreizeit vollzieht sich in mehreren Schritten.

1. Festlegen der Dauer der Maßnahme. Je länger die Maßnahme, umso strukturierter kann zu den verschiedenen Ebenen gearbeitet werden.

2. Wenn die Familien nur drei oder vier Tage bleiben, sollten ein oder zwei Schwerpunkte ausgewählt werden. Soll vorrangig die Paarbeziehung gestärkt werden, oder besteht eher Interesse, dass die Eltern ihre Eltern-Kind-Beziehung reflektieren oder stabilisieren?
3. Eine Grundsatzentscheidung sollte gefällt werden, ob die Familienerholungsmaßnahme eher unter dem Motto „Bildung“ oder „Freizeit“ laufen soll. Das im Folgenden dargestellte Gesamtprogramm, der exemplarische Ablauf für eine siebentägige Reise, macht deutlich, dass hier vor allem der Bildungsaspekt betont wird. Die Familien haben nach diesem Modell keinen ganzen Tag zur freien Verfügung. Wenn die Gruppenleitung einen anderen Weg gehen will, fallen zwangsläufig bestimmte Methoden heraus.

### SYSTEMATISCHE PLANUNG

Eine gewisse Systematik bei der Planung kann mit dem folgenden Ablauf erreicht werden.

1. Zunächst wird eine erste Grobplanung vorgenommen. Die einzelnen Tage werden in mehrere Abschnitte eingeteilt (vormittags, nachmittags, abends) und entsprechende Methoden eingefügt, die eine bestimmte Platzierung oder eine bestimmte Zeit beanspruchen. Der Männer- und Frauentag lässt sich beispielsweise nicht gleich am zweiten Tag durchführen, da die Gruppe erst Vertrauen aufbauen muss und in der neuen Umgebung eine gewisse Eingewöhnungszeit benötigt. Andererseits sind auch Freizeitangebote an bestimmte Zeiten gebunden. Ein Schwimmbadtag mit der ganzen Familie schließt das Arbeiten an einem Thema am Vormittag aus, weil die Zeit zu knapp wird.
2. Der zweite Schritt sollte eine Übersicht über die Schwerpunkte, mit denen gearbeitet werden soll, verschaffen. Beispielsweise werden alle Methoden zum Thema Eltern-Kind-Ebene herausgesucht und kombiniert. Da alle anderen Ebenen ebenso eine Rolle spielen, ergeben sich im konkreten Fall immer Möglichkeiten, auf die anderen Ebenen im Gespräch abzuheben.
3. Im dritten Schritt geht es um die Verzahnung von Methoden, also um Abwechslung, logischen Aufbau und die Kombination von Freizeit und Bildung. Berücksichtigt wird die Gattung der jeweiligen Methoden (Freizeit versus Bildung). Wichtig ist, dass über einen längeren Zeitraum hinweg keine Einseitigkeit entsteht. Auf eine bildungslastige Methode sollte eine Freizeitaktivität folgen oder ein freizeitlastiger Baustein zu einem ähnlichen Thema.

Es hat sich als sinnvoll erwiesen, die einzelnen Methoden vor der Entscheidung in unterschiedlicher Reihenfolge miteinander zu kombinieren. Faustregel: die Methoden untereinander in eine Liste eintragen.<sup>17</sup> Im Idealfall wechseln Bildungsangebote und Freizeitaktivitäten hinsichtlich ihrer Gattung. Das Verhältnis ist ausgewogen.

<sup>17</sup> Vgl. Abb. 1, S. 101

4. Die „Ausgewogenheit“ gilt auch für Methodenkombinationen, in denen die TeilnehmerInnen phasenweise die eigene Inkompetenz erfahren oder sich unvollkommen fühlen können. Wenn zu erwarten ist, dass Väter oder Mütter sich in einer Methode mit den eigenen Defiziten auseinandersetzen müssen, sollte sie mit einer Übung oder Freizeitaktivität kombiniert werden, in der die Eltern relativ leicht neue Fertigkeiten in diesem relevanten Bereich erleben, aufbauen oder ausprobieren können. Das kann im Rahmen von Freizeitaktivitäten geschehen oder aber mit Hilfe angeleiteter Übungen. Die GruppenleiterInnen entscheiden, ob sie diese positive Ressource vorausschicken, wie z.B. beim Vätertag die nützliche Erfahrung, mit dem Kind etwas auf die Beine stellen zu können, was sich sehen lassen kann – hier die Überraschung für die Mütter am Abend (M 16) – oder ob sich ein Erfahrungsfeld für positive Ressourcen anschließt, z.B. nach „Ich finde Kinder toll ...“ eine Freizeitaktivität, bei der man mit dem Kind ausgiebig spielt und alternative Erziehungsmethoden ausprobieren kann (M 8).
5. Schließlich ist darauf zu achten, dass in der Gruppe ein balanciertes Verhältnis zwischen Nähe und Distanz herrscht. An Einheiten, die sehr persönlich und nah sind, sollten sich Rahmenbedingungen anschließen, in denen ohne Gruppendruck oder ohne Druck durch die eigene Partnerin/den eigenen Partner eine gewisse Distanz für die TeilnehmerInnen wieder möglich wird. Das konkrete Klima und die Zusammensetzung der Gruppe sind zu berücksichtigen. Nehmen TeilnehmerInnen aufgrund von Unsicherheit oder Konflikten in der eigenen Partnerschaft andere Familien sehr stark in Anspruch, muss die Gruppenleitung für Freiräume sorgen. Am leichtesten

Abb. 1

	DATUM/ TAGESZEIT	AKTIVITÄT	EBENE	GATTUNG: FREIZEIT BILDUNG		MATERIAL
	2.7. Abends	Aktivität A		F	B	
	3.7. Vormittags	Übung B		F	B	
	3.7. Nachmittags	Angeleitete Freizeit C		F	B	
	4.7. Abends	Übung D		F	B	

erreicht man das durch Programmpunkte wie einen Auftrag an eine einzelne Familie bei einer Kinderwanderung, das Erstellen eines Produktes (Bett aus Naturmaterialien für das Kuscheltier) usw.

6. GruppenleiterInnen sollten mit ihrer Ko-Leitung die einzelnen Methoden diskutieren und abwägen, wie sie zu einer guten Arbeitsteilung kommen und wie viel sie sich selbst zutrauen können. Es wird sich so relativ schnell ein aufbauendes und umsetzbares Curriculum herauskristallisieren.

### KARTEISYSTEM ZU DEN METHODEN

Wenn die einzelnen Methoden mit den relevanten Kategorien (Ebenen, Gattung Freizeit/Bildung) auf Karten übertragen werden und wenn die GruppenleiterInnen mit ihren eigenen Erfahrungen hinsichtlich Übungen und Freizeitaktivitäten genauso verfahren, kommen sie am ehesten zu einem Baukastensystem, mit dem sie einzelne Lösungen am grünen Tisch ausprobieren und diskutieren können.

Abb.2

M 5 PAARSPAZIERGANG			
<b>Ziel</b>	<b>Positive Stimmung zwischen dem Paar herstellen. Zeit als Paar miteinander verbringen</b>		
<b>Ebenen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Individuelle Ebene</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Paarebene</li> <li><input type="checkbox"/> Eltern-Kind-Ebene</li> <li><input type="checkbox"/> Herkunftsfamilie</li> <li><input type="checkbox"/> Soziale Netze</li> </ul>	F	B
<b>Genauere Instruktion und benötigte Materialien auf der Rückseite vermerken</b>			

# METHODEN, ARBEITSBLÄTTER, CHECKLISTEN

Der folgende Teil „Methoden, Arbeitsblätter, Checklisten“ gibt als Erstes einen exemplarischen Überblick über die im Modellprojekt durchgeführte siebentägige Maßnahme.

Die Übersicht „Ablauf der Familienfreizeit“ auf den nächsten vier Seiten zeigt auf einen Blick alle für die Bewertung einer Methode wichtigen Kriterien und macht die Ausgewogenheit der Familienfreizeit unter dem Aspekt Bildung und Freizeit deutlich. Im Weiteren werden alle verwendeten Methoden und ihre Anwendung ausführlich beschrieben.

Alle Methoden zeigen den gleichen Aufbau: An erster Stelle stehen die Bewertung und Einordnung jeder Methode mit den Ebenen, die angesprochen werden, und den Wirkungen, die erzielt werden.

Die Einordnung bezüglich des Freizeit- bzw. des Bildungsanteils ist graphisch dargestellt mit entsprechend größeren oder kleineren Farbfelder, jeweils gekennzeichnet mit einem F für Freizeit und einem B für Bildung. Es folgen die Beschreibung der Ziele und des notwendigen Materials sowie die konkrete Anleitung für die GruppenleiterInnen.

Die Methoden sind von M 1 bis M 30 durchnummeriert. Zugehörige Arbeitsblätter und Checklisten für die TeilnehmerInnen liegen jeweils hinter einer Methode.

Um die Arbeit mit dem Methodenteil zu erleichtern, liegen die Materialien als PDF-Dateien auf einer CD-ROM bei: Sie können entweder als schwarz-weiße Version oder in Farbe ausgedruckt werden.

# Ablauf der Familienfreizeit

## 1. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag	Anreise der Familien				
Nachmittag	<b>M 1 Steckbrief</b> Sich kennenlernen, Sich miteinander vertraut machen	Paarebene Allgemeiner Einstieg Familie	<b>F</b> <b>B</b>	A3-Papier, Stifte, Farben, Pinnwand und Pins, für Kinder eventuell Wachsmaler	Zusammenfinden der Gruppe, zurückhaltendes Beobachten. Ziel: Scheu voreinander reduzieren.
	<b>M 2 Hausrallye</b> (Aktion in Haus und Umgebung)  Sich mit der Umgebung vertraut machen, Familien in Bewegung bringen  <b>M 3 Kinderspiele</b> (Bei schlechtem Wetter im Haus oder wenn man sich im Haus ruhig verhalten muss, weil kleine Kinder schlafen) Schwungtuch, Lieder singen, Obstsalat, Kindertänze, mein rechter Platz ist leer usw.	Eltern-Kind- Ebene, Familie Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Blatt mit den zu erledigenden Aufgaben für die Familien; unter Umständen Stifte oder sonstige Hilfsmittel, die für die Lösung notwendig sind; Preis für den Sieger, Medaille, sich ein Lied aussuchen dürfen o.Ä.; Vorbereitung vor der Freizeit notwendig, Schwungtücher, Stühle, Liederhefte.	Abbau von Spannungen innerhalb der Familie durch Aktivität. Zwanglose Begegnung der Familien – erste „Überprüfung“, wer gefällt mir gut, wer weniger?
Abend	<b>M 4 Torte</b> Betrachtung der Rollen und Bedürfnisse von Mann und Frau in der Gruppe. In der Gruppe ins Gespräch kommen.	Individuelle Ebene Paarebene	<b>F</b> <b>B</b>	Arbeitsblätter „Torte“, eventuell je eine Version für „Alltag“, „Urlaub“ und „Wünsche“	Erster intensiver Kontakt der Teil- nehmerInnen, Reden über sich selbst kann ungewohnt sein. Ziel: Gemeinsamkeiten ent- decken; Toleranz üben.



# 2. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag	Freizeit mit kleinem Arbeitsauftrag: Kennenlernen der Umgebung (Natur) und Sammeln von Naturmaterialien, um anschließend einen Tisch im Gruppenraum zu dekorieren	Eltern-Kind-Ebene, Familie	F	Im Gruppenraum sollte es einen Tisch geben, der mit den Mitbringseln dekoriert werden kann. Jede Familie kann auch „ihren“ Tisch gestalten. Tücher und Kerzen o.Ä. dazulegen.	Gruppe kann sich in informellem Rahmen zusammenfinden. Ausprobieren der Elternrollen aus der Abendsitzung (M 4). Ziel: Die Gruppe findet zunehmend ihre Identität durch die Herstellung eines gemeinsamen Tisches.
Mittag bzw. Nachmittag (Dauer für die Paare ca. 60 Minuten)	<b>M 5 Paarspaziergang</b> Positive Stimmung zwischen den Partnern herstellen; Zeit als Paar miteinander verbringen	Individuelle Ebene Paarebene	F B	Entspannungsmusik, Fragezeichen aus Pappe, Wolke o.Ä. für jedes Paar zum Mitnehmen	Stärkung der Paarorientierung in der Gruppe. Familie als Einheit/Stärke in einer neuen Gruppe empfinden.
Nachmittag	siehe oben, oder zur freien Verfügung, wenn der Paarspaziergang in der Mittagszeit stattfindet				Nach einer kurzen Zeit als Paar ohne Kinder Zeit für die Familie. Abbau von möglichen Spannungen, die durch das „Alleinlassen der Kinder“ entstanden sein könnten.
Abend	<b>M 6 Weißt du noch...?</b> Festhalten der gemeinsamen Erinnerungen in einem Produkt; Vergleichen „früher-heute“	Paarebene Soziale Netze	F B	Farben, Pinsel, Stift, A3- oder A2-Papier, Folie oder Zeitungspapier zum Unterlegen	Symbolisieren von Paar-gemeinsamkeiten in einer Gruppe, die sich nun gefunden hat. Ziele: Wahrnehmen und Tolerieren von Unterschieden zwischen Paaren, Gleichwertigsein.

# 3. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag	<b>M 7 Als Familie aktiv sein</b> Freizeit ohne Anleitung, Gruppenleitung kann Vorschläge machen.  Paare/Eltern planen und erleben sich als selbständig.	Eltern-Kind- Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Information über die Möglichkeiten in der Umgebung, im Haus vor der Maßnahme sammeln – Infowand im Gruppen- raum mit Prospekten und Ideen zur Freizeitgestaltung auf Karten aufhängen: „Wo ist was?“, „Wie kommen wir dorthin?“	Zustandekommen erster spontaner Kontakte zwischen den Familien. Sympathien entscheiden.
Mittag bzw. Nachmittag	<b>M 8 Ich finde Kinder toll...</b> Reflexion zum eigenen Bild vom Kind und zu den unbewussten Wünschen bezogen auf das Kind	Eltern-Kind- Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Verschiedenfarbige Kartei- karten, Stifte, Pinnwand, Pins zum Anheften oder Klebeband	In einer zunehmend gefestigten Gruppe kann es zu Unstimmig- keiten kommen, da sich bereits „Typen“ heraus- kristallisiert haben. Ziel: Akzeptanz, Subjektivität anerkennen, allein gültige Maßstäbe vermeiden; Gruppenleitende können Einfluss auf Positionie- rungen nehmen. Kon- flikte möglich (meist geschlechtshomogen).
Abend	<b>M 9 Aktivitäten am Abend</b> Mit anderen Paaren/ Familien ohne festes Programm zusammen sein; klönen, spielen, etwas trinken etc.	Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	GLs* stellen den Raum zur Verfügung und bereiten zusammen mit TeilnehmerInnen vor: Gesellschaftsspiele; Kerzen, Musik, Tanzmusik, Snacks, Getränke etc.; Anwesenheit der GLs nur am Anfang notwendig.	Gruppe und Paare organisieren sich selbst.  Wichtige Erfahrung zur Tragfähigkeit einer Gruppe ohne Leitung.

\*GLs=Gruppenleitende

# 4. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag ca. 10-11 h <b>Frauentag</b>	<b>M 10 Frauentag</b> „Wo stehe ich?“ Standortbestimmung	Individuelle Ebene Soziale Netze	F B	Arbeitsblatt, Karteikarten	Geschlechtshomogene Gruppen entstehen. 1. Phase Beschnuppern, Ziel: Gemeinsamkeiten über Rollen herstellen.
Vormittag ca. 11-11.30 h <b>Frauentag</b>	<b>M 11 Planung für den Tag</b> Interessen kennen lernen, auch ein Programm fest- legen, um nicht abgelenkt zu werden, Gefühle akzeptieren, heute nicht für die Kinder/den Partner da zu sein	Individuelle Ebene Soziale Netze	F B	Pinnwand mit Abläufen, Räumen, Zeitangaben.  Der Abend wird von der Gruppenleiterin vorgege- ben, Gestaltung des Abends ergibt sich aus M 16.	Positionen in der Gruppe können deutlich werden. Ziel: auf Gleichwertigkeit und gegenseitigen Einfluss achten.
Kurz vor dem Mittagessen <b>Frauentag</b>	<b>M 12 Entspannungsübung</b> Konzentrierte Entspannung* (z. B. Tagtraum, Meditation); Ballmassage, Levitation o. Ä. zur Ruhe kommen	Individuelle Ebene	F B	Entspannungsmusik, Matten, Decken	Einstimmung auf subjektive Stärke; Positionen innerhalb der Gruppe relativieren sich durch Konzentration auf sich selbst.
Mittagessen <b>Frauentag</b>	<b>M 13 Mittagessen unter Frauen</b> Gemeinsames Essen draußen oder drinnen ohne Familie	Soziale Netze	F B	Lunchpakete, wenn die Männer mit den Kindern im Haus sind, ansonsten Mittagessen im Haus	

\* Fachbegriff aus der Psychotherapie: Konzentrierte Entspannung ist eine Übungsmethode zur Spannungsregulierung

# 4. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Nachmittag <b>Frauentag</b>	<b>M 14 Programm für den Frauentag</b> Frauen widmen sich gemeinsam den Dingen, die sie geplant haben.	Individuelle Ebene	<b>F</b> <b>B</b>	Gruppenleiterin macht Vorschläge: <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Ausflug</li> <li>■ Malen, Modecollage</li> <li>■ Beauty (Massagen, Kosmetik)</li> <li>■ Erholung (Lesen, Vorlesen, Märchen)</li> <li>■ Bewegung (Fitness, Gymnastik)</li> </ul>	Sind Entscheidungen nicht einstimmig, können Konflikte entstehen, da sich meistens starke Positionen durchsetzen. Infragestellen der Gruppenleiterin möglich.
Abend <b>Frauentag</b>	Abendessen mit oder ohne Familie (je nach Wunsch) anschließend Abendgestaltung <b>M 16</b> (Ergebnis)  Frauen genießen einen Abend ohne Kinder und/oder einen von Vätern/Kindern vorbereiteten.	Eltern-Kind-Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Väter und Kinder haben einen Kinoraum am Nachmittag für die Frauen vorbereitet ( <b>M 16</b> ). Dekoration, Popcorn, Getränke, Programmheft.  Technik und Filme, z. B. Greencard, Grüne Tomaten, Babyboom, vorher besorgen. Andere Überraschungen sehen das Zusammensein aller vor!	Beim Zusammenführen der beiden geschlechts-homogenen Gruppen kann Skepsis spürbar sein.  Ziel: das Füreinander betonen – durch Überraschung oder dadurch, dass die Frauen heute viel entspannter sind.



# 4. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag bis nach dem Mittagessen <b>Vätertag mit Kindern</b>	<b>M 15 Vätertag</b> „Was machen wir heute?“ Planung des Tages. Väter erleben gemeinsam ihre Kinder und übernehmen Verantwortung.	Vater-Kind-Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Gruppenleiter sammelt bzw. macht Vorschläge. Pinnwand für Programm- ablauf. <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Natur erleben (Bach, Wald, Naturbett bauen)</li> <li>■ Musikinstrumente basteln und spielen</li> <li>■ Malen, gipsen, kneten</li> <li>■ Bewegung/ Schwimmbad (siehe Planung Frauen)</li> <li>■ Schneemann bauen</li> <li>■ Schneeballschlacht u. U. Kinderbetreuung organisieren für die Säuglinge (während ihrer Schlafenszeit im Haus).</li> </ul>	Positionen in der Gruppe können deutlich werden.  Ziel: auf Gleichwertig- keit und gegenseitigen Einfluss achten.  Überforderungsgefühle bei den Vätern sind möglich, die zu „symbolischen“ Verhaltensweisen führen können, wie besondere Coolness, sich an eine starke Person anschließen usw.
Mittagessen <b>Vätertag mit Kindern</b>	Mittagessen in Abstimmung mit der Frauengruppe entweder im Haus oder außerhalb			Lunchpakete, wenn das Mittagessen außerhalb des Hauses stattfindet	
Später Nachmittag <b>Vätertag mit Kindern</b>	<b>M 16 Kinovorbereitung für die Frauen/Mütter</b> Väter und Kinder organisieren gemeinsam etwas für die Frauen, Väter bringen die Kinder zu Bett.	Eltern-Kind- Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Popcorn herstellen (Mais vorher besorgen), Stifte, Papier/Pappe, Scheren etc. zur Herstellung eines Kinoprogrammheftes, Dekoration und Getränke	Die Vätergruppe wächst aufgrund der gemeinsamen Aktivität und des Hand-in-Hand- Arbeitens zusammen. Ziel: Stärkung und Entlastung, hoher Zusammenhalt zu erwarten, aber auch Reibung möglich.

# 5. Tag

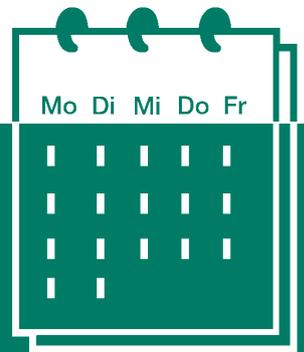
Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag ca. 10 h-11 h <b>Männertag</b>	<b>M 17</b> <b>Männertag „Wo stehe ich?“</b>	Individuelle Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Karikatur als lebensgroße Figur und/oder als Arbeitsblatt für jeden Mann	Eine vom Vortag gestärkte geschlechts- homogene Gruppe ist entstanden. Gefahr von übergroßer Harmonie und Konformität. Ziel: auf Individualität achten.
ca. 11 h-11.30 h <b>Männertag</b>	<b>M 18</b> <b>Planen für den Männertag</b> Interessen kennen lernen, Festlegung auf ein Programm, um nicht ab- gelenkt zu werden, Gefühle akzeptieren, heute nicht für die Kinder/Partnerin da zu sein. Gruppenleiter schlägt Wanderung vor.	Individuelle Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Pinnwand mit Abläufen, Räumen, Zeitangaben. Der Abend wird vom Programm vorgegeben, ergibt sich aus <b>M 18</b> .	Positionen in der Gruppe können deutlich werden.  Ziel: auf Gleichwertig- keit und gegenseitigen Einfluss achten.
	<b>M 19</b> <b>Entspannungsübungen für Männertag</b> Konzentrierte Entspannung (z. B. Tagtraum, Meditation); Ballmassage, Levitation o. Ä., zur Ruhe kommen  Ergänzend: <b>M 20 Sportprogramm</b>	Individuelle Ebene	<b>F</b> <b>B</b>	Entspannungsmusik, Matten, Decken  Bälle, Fahrräder vom Rad- verleih	Widerstand möglich, da ungewohnt. Gruppenleiter sollte seine Position gefestigt haben.

# 5. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Nachmittag <b>Männertag</b>	<b>M 21 Männerwanderung – „Männer auf meinen Wegen“</b> Männer widmen sich in Etappen den männlichen Vorbildern in ihrem Leben.	Individuelle Ebene Herkunftsfamilie	F B	Keine Materialien. Wanderung zeitlich planen, vier Pausen berücksichtigen. „Männer auf meine Wege“. Et. 1: Alter 0–6 Jahre Et. 2: 7–12 Jahre Et. 3: Pubertät bis 20 Jahre Et. 4: 20 Jahre bis jetzt	Die Gruppe kann während der Wanderung in einzelne kleine Gruppen zerfallen. Ziel: Fixierungen, Ausgrenzungen und persönliche Stressreaktionen im Auge haben. Variieren von Zweierbeziehungen oder diese bewusst zulassen.
Mittagessen <b>Männertag</b>	<b>M 22 Mittagessen unter Männern</b> Gemeinsames Essen ohne Familie während der Wanderung	Soziale Netze	F B	Lunchpakete oder Einkehren während der Wanderung, Kosten beachten	
Abend <b>Männertag</b>	Abendessen mit oder ohne Familie (nach Wunsch). Anschließend <b>M 25 Feuer mit der Familie</b> Männer genießen den von Kindern und Partnerin vorbereiteten Abend.	Eltern-Kind-Ebene Soziale Netze	F B	Mütter und Kinder haben am Nachmittag einen Lagerfeuerplatz für die Männer vorbereitet. Alternative: Kinderzirkus, Schneemann o. Ä. je nach Jahreszeit Stockbrot, Kartoffelfeuer, Glühwein, Kinderpunsch.	Widersprüchliche Motive möglich (Männer besinnlich, stabilisiert, instabil usw.; die Frauen wollen ihr Programm vorstellen). Konflikte oder Abgrenzung möglich. Ziel: auf Gruppendruck achten.
Abend nach dem Abendprogramm	<b>M 23 Paarentspannung – „Wir machen eine Reise“</b> Paare finden nach zwei getrennt verbrachten Tagen wieder zusammen.	Paarebene	F B	Entspannungsmusik, Matten, Decken	Zwei geschlechtshomogene Gruppen werden zusammengebracht. Auf Widerstände achten, Freiwilligkeit. Ziel: Balance herstellen zwischen den Rollen in der Gruppe/als Partner. Balance zwischen erspürten Defiziten und hilfreichen Perspektiven.

# 5. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag bis nach dem Mittagessen <b>Müttertag mit Kindern</b>	<b>M 24 Müttertag Planung</b> Planung des Tages. Ziel: Mütter erleben ihre Kinder.	Mutter-Kind- Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	<p>Pinnwand für Programm- ablauf. Das Programm des Vortages ist zu beachten (Wiederholungen für die Kinder vermeiden).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Märchen vorlesen</li> <li>■ Bewegung</li> <li>■ Spielen mit den Dingen aus dem Medienkoffer</li> <li>■ Kreisspiele</li> <li>■ Ausflug unter Umständen</li> </ul> <p>Kinderbetreuung für die Säuglinge (während der Schlafenszeit im Haus).</p>	Ziel: als Gruppenleiterin bei der Programm- planung strukturierend helfen und den Druck nach Konkurrenz zu den Vätern nehmen
Mittagessen <b>Müttertag mit Kindern</b>	Mittagessen im Haus oder als Picknick			Lunchpakete, wenn das Mittagessen draußen stattfinden soll	
Nachmittag <b>Müttertag mit Kindern</b>	<b>M 25 Müttertag – Vorbereitung für ein Familientreffen am Abend</b> Mütter und Kinder organisieren gemeinsam etwas für die Männer.	Eltern-Kind- Ebene Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Je nach Entscheidung Feuerstelle suchen oder Rundweg abstecken etc. Zutaten für Kinderpunsch bereitstellen oder mit den Frauen und Kindern besorgen.	Die Müttergruppe wächst aufgrund der gemeinsamen Aktivität und des Hand-in-Hand- Arbeitens zusammen. Ziel: Stärkung und Entlastung, hoher Zusammenhalt zu erwarten, aber auch Reibung und Erschöp- fung/produktive Langsamkeit aufgrund von Entspannung vom Vortag.



# 5. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Nachmittag <b>Müttertag mit Kindern</b>					Ziel: als Gruppenleiterin bei der Programmplanung strukturierend helfen und den Druck nach Konkurrenz zu den Vätern nehmen
Abend <b>Müttertag mit Kindern</b>	Durchführung gemäß Planung Abendessen mit oder ohne Familie (nach Wunsch). Anschließend <b>M 23</b> .	Paarebene	<b>F</b> <b>B</b>	Entspannungsmusik, Matten, Decken	

# 6. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung	Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Vormittag <b>Müttertag mit Kindern</b>	Freizeit Ohne Vorgaben		<b>F</b>	Unter Umständen beim Frühstück auf Infowand mit Umgebungstipps hinweisen. Kinderbetreuung anbieten, falls gewünscht.	Gruppenmitglieder brauchen nach intensiver Arbeit an zwei Tagen Distanz, unter Umständen auch von den eigenen Kindern.
Nachmittag <b>Müttertag mit Kindern</b>	<b>M 26 Der Ökoplan</b> Paare sollen das Unterstützungspotenzial des sozialen Umfeldes erkennen und ermuntert werden dies zu nutzen. Kinder sind dabei und können mithelfen.	Soziale Netze Herkunftsfamilie	<b>F</b> <b>B</b>	Pappe, Kleber, Stifte, Wachsmaler, Farbe, mitgebrachte Fotos vom eigenen Haus, von der eigenen Familie, von Freunden etc.	Gruppe orientiert sich wieder auf das Netz zu Hause. Wünsche und Zukunftphantasien einbeziehen. Beginnende Loslösung von der Familienfreizeitgruppe.
Später Nachmittag	<b>M 27 Abschiedsfest – Vorbereitung für den Abend</b> Familien sprechen miteinander ab, was und wie sie den Abend vorbereiten wollen. Beteiligung der GruppenleiterInnen nicht zwingend notwendig.		<b>F</b> <b>B</b>	In den Händen der Familien	Einstimmung auf das Ende der Familienfreizeit. Anspannung durch Aktivität abbauen.
Abend	<b>M 27 Abschiedsfest</b> Paare erfahren spielerisch das „Erbe“ aus den Herkunftsfamilien.	Herkunftsfamilie Soziale Netze	<b>F</b> <b>B</b>	Alle erdenklichen Gegenstände, Kleidungsstücke von Kursleitenden und Familien, Fotoapparat oder Video; GruppenleiterInnen sollten zusätzliche Requisiten und Kleidungsstücke mitbringen.	Spielerisches lautes Agieren löst Spannung. Festigung der Kleingruppe „Familie“.

# 7. Tag

Tag/ Uhrzeit	Aktivität und Zweck	Ebene	Gattung: Freizeit vs. Bildung		Material und Vorbereitung	Gruppendynamik Ziel
Abreisetag Vormittag	<b>M 28 Der Brief nach Hause</b> Alle TeilnehmerInnen wenden sich am Ende des Urlaubs noch einmal brieflich an ihren/ihre PartnerIn. Zu Hause bekommen dann alle Post.	Paarebene	F	B	Papier, Stifte, Aufkleber, an TeilnehmerInnen adressierte Briefumschläge	Positionen in der Gruppe können deutlich werden. Auf Gleichwertigkeit und gegenseitigen Einfluss achten.
	<b>M 29 Feedbackrunde</b> TeilnehmerInnen sollen noch einmal erkennen, was gemacht worden ist, und eine Rückmeldung erhalten bzw. geben.		F	B	Plakatwand, Stifte, Metaplanutensilien	Am Ende steht das Auflösen der Gruppe. Wert der Familie als beständige Kleingruppe hervorheben. Positive Effekte des Zusammenseins in der Freizeitgruppe bewusst machen.
	<b>M 30 Abschlussritual</b> Abschied nehmen	Alle Ebenen	F	B	Unter Umständen ein Zertifikat mit persönlichem Eindruck und Wünschen der Gruppenleitenden. Obst, Müsli, Trinkpäckchen etc.	



# METHODENVERZEICHNIS

<b>M 1</b>	Der Steckbrief der Familie	119
<b>M 2</b>	Die Hausrallye	121
<b>M 3</b>	Kinderspiele	123
<b>M 4</b>	Die Torte	125
<b>Arbeitsblatt</b>	Meine Rollen im Alltag	129
<b>Arbeitsblatt</b>	Meine Rollen im Urlaub	131
<b>Arbeitsblatt</b>	Meine Wünsche – Idealvorstellungen	133
<b>M 5</b>	Der Paarspaziergang	135
<b>M 6</b>	Weißt du noch?	137
<b>M 7</b>	Als Familie aktiv sein	139
<b>M 8</b>	Ich finde Kinder toll ...	141
<b>M 9</b>	Aktivitäten am Abend	145
<b>M 10</b>	Frauentag „Wo stehe ich?“	147
<b>Arbeitsblatt</b>	Wo stehe ich?	149
<b>M 11</b>	Planen für den Frauentag	151
<b>Checkliste</b>	Frauentag	153
<b>M 12</b>	Entspannungsübung für den Frauentag	155
<b>M 13</b>	Mittagessen unter Frauen	159
<b>M 14</b>	Programm für den Frauentag	161
<b>M 15</b>	Vätertag „Was machen wir heute?“	165
<b>Checkliste</b>	Anregungen zum Vätertag	167
<b>M 16</b>	Vätertag: Kinoabend für die Frauen vorbereiten	169
<b>M 17</b>	Männertag „Wo stehe ich?“	171
<b>Arbeitsblatt</b>	Wo stehe ich?	173
<b>M 18</b>	Planen für den Männertag	175
<b>Checkliste</b>	Männertag	177
<b>M 19</b>	Entspannungsübungen für den Männertag	179
<b>M 20</b>	Sportprogramm am Männertag	181
<b>M 21</b>	Männerwanderung – „Männer auf meinen Wegen“	183
<b>M 22</b>	Mittagessen unter Männern	189
<b>M 23</b>	Paarentspannung – „Wir machen eine Reise“	191
<b>M 24</b>	Planung für den Mütterttag	193
<b>M 25</b>	Mütterttag – Vorbereitungen für ein Familientreffen am Abend	195
<b>M 26</b>	Der Ökoplan	197
<b>M 27</b>	Abschiedsfest	199
<b>CHECKLISTE</b>	Abschiedsfest	201
<b>M 28</b>	Der Brief nach Hause	203
<b>M 29</b>	Feedbackrunde	205
	Skizze für die Feedbackrunde (auch Orientierungsrahmen)	207
<b>M 30</b>	Abschlussritual	209
<b>ARBEITSBLATT</b>	Druckvorlage Zertifikat	211



# Der Steckbrief der Familie

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Paarebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten erkennen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Gegenseitiges Vorstellen und Kennenlernen der TeilnehmerInnen
- Entspannung und Aufwärmen
- Erkennen und Schätzen der Besonderheiten der einzelnen Familien
- Neugier und Interesse für andere TeilnehmerInnen wecken

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M1

## MATERIAL

A3-Papier, Stifte, Farben für die TeilnehmerInnen, Pinnwand und Pins, für Kinder eventuell Wachsmaler

## ANLEITUNG

Die Familien sollen sich selbst vorstellen, indem sie ihren Familiennamen und die Vornamen der Familienmitglieder auf ein großes Blatt schreiben. Um die Namen herum können sie Symbole, Skizzen, Zeichnungen anbringen, die die eigene Familie oder aber den Familiennamen beschreiben (Bäcker – Brötchen; Kaufmann – Geschäft; Merks – Radfahrer etc.). Außerdem können Hobbys, Informationen zu den Bereichen Wohnen, Ferien, Arbeit etc. genannt werden.

Anschließend werden die Bilder erläutert und an die Wand gehängt, damit jede Familie den anderen Teilnehmenden auch später noch im Gedächtnis bleibt.

## WEITERE ERGÄNZUNGEN

Fragen an die Familien richten: Jeder/Jede TeilnehmerIn richtet mindestens zwei Fragen an andere anwesende Familien zu Aspekten, die ihn oder sie interessieren (zum Beruf, Hobby, Wohnort, Alter des Kindes usw.).

Oder: Die Familien lassen eine gezielte Lüge einfließen, die die Gruppe herausbekommen soll.

## BESONDERE HINWEISE

Kinder können/sollen bei diesem Schritt anwesend sein; sie werden in die Erstellung und die Präsentation des Bildes einbezogen.

Wenn die Gruppe schnell miteinander vertraut wird, können im zweiten Teil dieser Methode die Besonderheiten des Partners/der Partnerin gewürdigt werden. GruppenleiterInnen können an dieser Stelle auf die jeweiligen Stärken des Paares eingehen.

# Die Hausrallye

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Erholung und Entspannung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Kennenlernen der Räumlichkeiten und der näheren Umgebung
- Erleichtern der Orientierung im und am Haus für die Kinder
- Entdecken der Besonderheiten im Haus
- Aufmerksam machen auf Gefahren für kleine Kinder (steile Treppe, Teich im Garten o. Ä.)

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 2

## MATERIAL

Blatt mit den zu erledigenden Aufgaben für die Familien, eventuell zusätzliche Stifte und Plastiktüten zum Sammeln von Materialien, Preis für die GewinnerInnen des Spiels (Medaille, ein geschmückter Familientisch, eine Flasche Orangensaft o.Ä.)

## ANLEITUNG

Jede Familie erhält ein Blatt mit den Aufgaben, die sie zu erledigen hat. Die Aufgaben sind so schnell wie möglich zu lösen. Wer als Erstes alle richtigen Lösungen gesammelt hat, hat gewonnen und erhält einen Preis.

## BEISPIELE FÜR AUFGABEN

- ? Wie heißt der Koch?
- ? Wie viele Fenster hat die Südseite des Hauses?
- ? Wie viele Handtücher liegen auf den Betten in eurem Zimmer?
- Sammelt in der Umgebung des Hauses zehn Tannenzapfen!
- ? Wie weit ist es bis zur nächsten Ortschaft?
- ? Wie viele Eissorten kann man im Haus kaufen?
- ? Wie viele Stufen führen ins oberste Stockwerk?
- Der Vater trägt alle Familienmitglieder die Treppe zur ersten Etage hinauf!
- Wer findet im Gruppenraum die Schminke? Malt euch eine besondere Familienfarbe auf die Nase!
- Sammelt möglichst viele Teile, die mit einem D beginnen!
- Sammelt in der näheren Umgebung Gegenstände, mit denen wir gemeinsam den Gruppenraum dekorieren können!

## BESONDERE HINWEISE

Die Methode kann durch weitere Kinderspiele (z. B. M 3) ergänzt werden.

# Kinderspiele

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Spaß, Bewegung, Entspannung

## MATERIAL

Schwungtücher, Stühle in ausreichender Zahl, Liederhefte

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 3

### Mögliche Spiele

1. „Mein rechter Platz ist frei, ich rufe mir den Jakob herbei!“

2. Spiele mit Schwungtuch

- Schwingen lassen
- Namen aufrufen und unter dem hochgeschwungenen Tuch durchlaufen
- Alle TeilnehmerInnen mit blauen Pullovern versammeln sich unter dem Tuch
- Luftballons auf dem sich bewegenden Tuch tanzen lassen, ohne dass sie herunterfallen
- Auf das Tuch legen und „Wind“ machen

3. Obstsalat

Bis auf eine Person haben alle MitspielerInnen einen Sitzplatz. Kleine Kinder werden auf den Schoß genommen. Die Person ohne Sitzplatz steht in der Mitte und ruft z. B.: „Alle mit Turnschuhen – Plätze wechseln.“

Die Person, die nun keinen Platz bekommt, ruft als Nächstes.

Wird „Obstsalat“ gerufen, müssen alle TeilnehmerInnen den Platz wechseln.

Zweite Schwierigkeitsstufe „Obstsalat“:

Alle TeilnehmerInnen werden in Obstsorten eingeteilt wie Pflaumen, Birnen, Bananen, Trauben etc. Eine Obstsorte wird aufgerufen, und die Personen tauschen die Plätze. Bei „Obstsalat“ suchen sich alle Teilnehmenden einen neuen Platz.

4. Lieder singen

Texthefte mitbringen oder vorbereiten: Die Gruppenleitung achtet darauf, dass die Lieder auch für Kinder geeignet sind.

### BESONDERE HINWEISE

Es eignen sich auch andere Kinderspiele. Viele kurze Spiele sind besser als ein sehr langes. Das Alter der Kinder und ihre Verfassung am Anreisetag müssen berücksichtigt werden.

# Die Torte

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Paarebene

### Wirkung

- Sich wohl fühlen
- Soziale Entlastung
- Solidarität erfahren
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Stärken erkennen
- Defizite zulassen und bearbeiten
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Auseinandersetzung mit den eigenen Rollen, dem eigenen Selbstverständnis
- Auseinandersetzung mit den eigenen Wunschvorstellungen und Erwartungen bezüglich der eigenen Rollen bzw. der Paarrolle

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 4

## MATERIAL

Arbeitsblätter „Torten“, zwei, eventuell drei Versionen für „Alltag“, „Urlaub“ und „Wünsche“

### Anleitung

Arbeitsschritt 1: Die TeilnehmerInnen füllen zunächst die Torten jeder für sich aus und teilen sie mit ihren verschiedenen Rollen in Tortenstücke. Sie können sie als Paar anschließend miteinander vergleichen. Im Gruppengespräch werden dann die Besonderheiten, Überraschungen, Unterschiede und die Diskrepanzen besprochen. Weil diese Methode sich als Einstieg in die Bildungsarbeit eignet, kann man bei der Vorstellung der Torten gut die Gruppenregeln einfließen lassen (andere aussprechen lassen, in der Ich-Form sprechen, Toleranz gegenüber anderen Ansichten üben). Ihre ausgefüllten Torten nehmen die TeilnehmerInnen anschließend mit auf ihre Zimmer.

Es kann sich lohnen, die Zeit vor der Geburt des ersten Kindes als Vergleichsmaßstab für die Zufriedenheit in der Beziehung anzusprechen, wenn TeilnehmerInnen dies im Gruppengespräch anbieten.\*

Fragen für die Gruppenleitung, um die Auseinandersetzung anzuregen:

- ? Was ist dir leichter gefallen, die aktuelle Torte zu gestalten oder die erwartete (die Alltagstorte oder die Urlaubstorte)? Welche Unterschiede gibt es zwischen den beiden Torten?
- ? Für wie realistisch hältst du deine erwarteten Rollen? Wo bist du unsicher?
- ? Einige Anteile, die bisher dein Leben bestimmen, werden sicherlich kleiner werden oder mit der Zeit ganz wegfallen. Andere werden sich erweitern. Wie sieht es mit deinen Gefühlen zu diesen Veränderungen aus (Bedauern, Erleichterung, Ungläubigkeit...)?
- ? Wie sehen deine Erwartungen gegenüber der Veränderung der „Partnerstücke“ aus?

\* Hinweise für die „Gesprächsführung“ siehe: DFV (1999): Handbuch Elternbildung, Kap. 8, S. 656

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 4

Mögliche Gesprächsführung für den Vergleich Urlaub/Alltag:

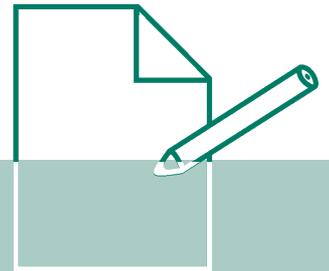
- ❓ Wo unterscheiden sich die Torten aus deinem Alltag und deine Urlaubstorte am ehesten? Welchem Teil möchtest du in den nächsten Tagen mehr Raum geben?
- ❓ Welche Teile kommen in deinem Alltag insgesamt zu kurz? Was empfindest du dabei – Ärger, Enttäuschung, Pragmatismus?
- ❓ Wie könnt ihr als Paar im Urlaub von deinen Erwartungen profitieren – wo siehst du mit den Anteilen, die du im Urlaub „nachholen“ möchtest, Konfliktpotenzial/Munition zum Streiten?

### BESONDERE HINWEISE

Weil diese Übung sehr viel Konzentration braucht, sollte sie am Abend durchgeführt werden, wenn die Kinder schon schlafen.

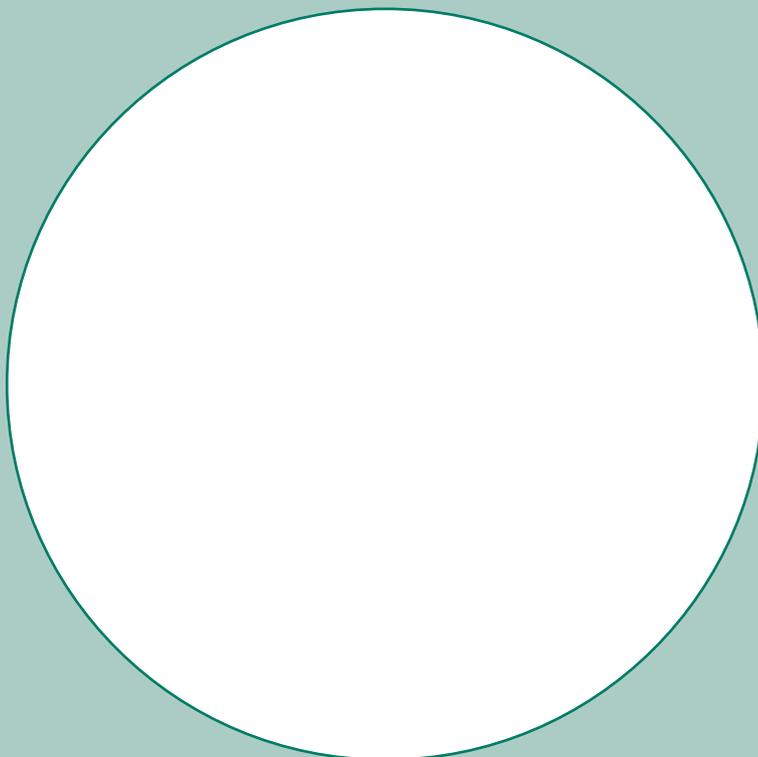


# Meine Rollen im Alltag



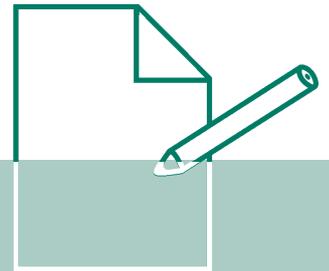
## ARBEITSBLATT

Teil die Torte in Stücke. Benutz für jede Rolle oder für jeden Bereich, der dir in deinem Leben wichtig ist und der dein Verhalten bestimmt, ein Stück (Mutter/Vater, PartnerIn, Tochter/Sohn, FreundIn, SportlerIn, KollegIn usw.). Wähl die Größe der Tortenstücke so aus, dass sie deinem Eindruck entsprechen. Die Zeit, mit der du bestimmte Tätigkeiten übernimmst, ist dabei nicht so wichtig. Man kann z. B. für die eigene Vaterrolle viel Platz benötigen, obwohl man die Kinder vielleicht nur drei Stunden täglich sieht. Es kommt also auf die persönliche Bedeutung einer Rolle oder eines Lebensbereiches an, nicht so sehr auf die tatsächliche Zeit, die man hat.



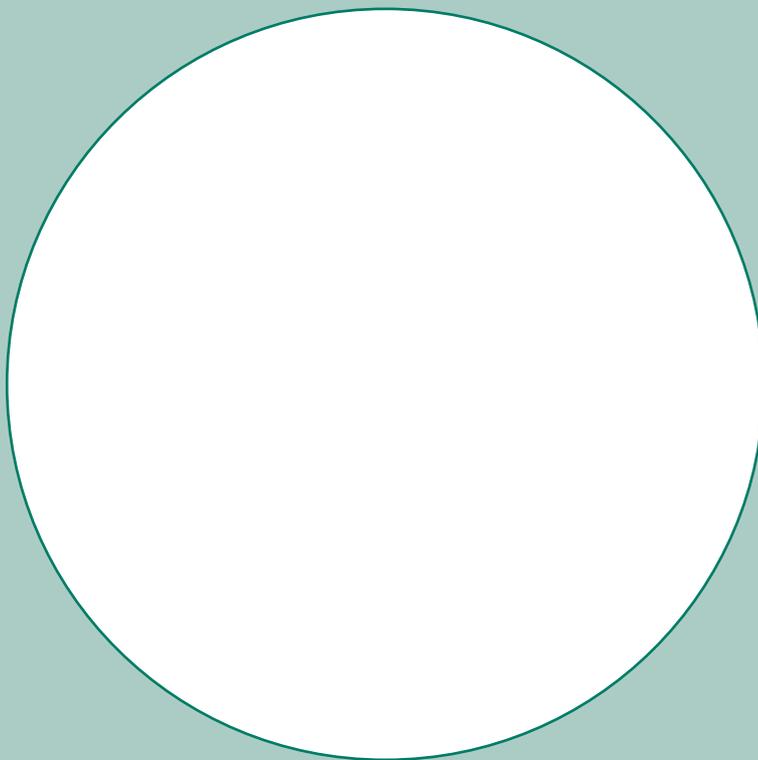


# Meine Rollen im Urlaub



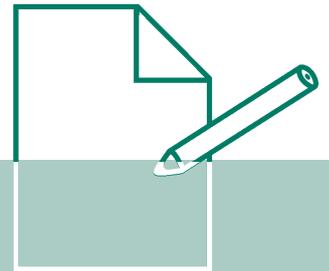
## ARBEITSBLATT

Die Rollen und mein Selbstverständnis: Das hätte ich gern im Urlaub. Welche Anteile meiner eigenen Person sollen in unserem Urlaub eine wichtige Rolle spielen?



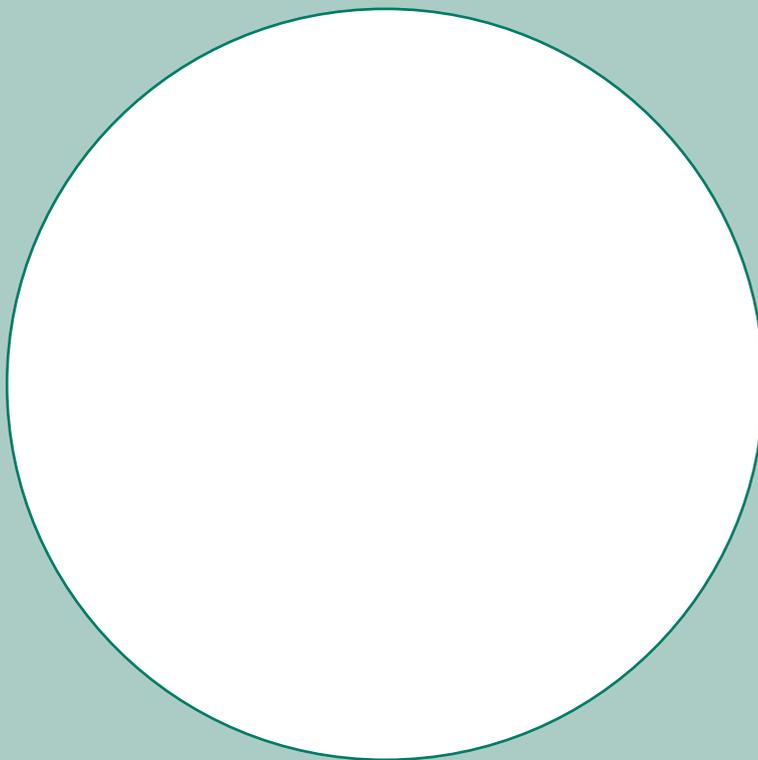


# Meine Wünsche – Idealvorstellungen



## ARBEITSBLATT

Meine Wünsche – meine Idealvorstellungen für mein Leben:  
wie ich mich gern sehen würde.





# Der Paarspaziergang

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

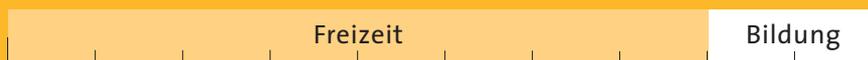
### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Paarebene

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Geborgenheit, Liebe wahrnehmen
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Besinnung auf die Paarbeziehung
- Wecken positiver Ressourcen des Paares
- Verdeutlichung der Unterschiede in der Wahrnehmung der aktuellen Paarsituationen

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M5

## MATERIAL

Die Paare sollten auf ihrem Spaziergang etwas in die Hand bekommen, was sie an die Aufgabe erinnert, z.B. ein Fragezeichen aus Pappe, eine Wolke, eine Karte mit der Frage „Erinnerst du dich?“ oder ein Foto aus der frühen Zeit der Partnerschaft (Achtung: beim Anschreiben an die Paare vor der Freizeit in die Mitbringliste aufnehmen).

Für die einführende Instruktion werden ein paar ruhige Lovesongs oder entspannte Musik benötigt.

## ANLEITUNG

Die Instruktion für die Paare kann kurz sein. „Ihr werdet euch gleich zusammen auf einen mindestens 30-minütigen Spaziergang begeben, während die Kinder schlafen oder in der Kinderbetreuung sind. Versetzt euch in die Zeit zurück, als ihr noch zu zweit wart. Sicher gab es da ein Ereignis, an das ihr euch gern erinnert; etwas, wo ihr euch mit dem anderen sehr verbunden gefühlt habt. Schwelgt in Erinnerungen an euer Kennenlernen, euren ersten Urlaub, einen Kinobesuch oder ein bestimmtes Rendezvous. Um uns einzustimmen, wollen wir uns jeder für sich fünf Minuten lang sammeln und die Augen schließen. Entspannt euch, und ruft euch eine Erinnerung ins Gedächtnis zurück. Findet heraus, was euch an dieser Erinnerung so gefallen hat und euch so nachhaltig eingestimmt hat auf den anderen.“

Nach fünf Minuten werden die Paare auf den Weg geschickt. Man sollte ihnen noch versichern, dass die Kinder gut aufgehoben sind und dass sie Bescheid erhalten, sollte etwas Unerwartetes passieren. Die Paare sollen ganz abgesichert auf diesen Spaziergang gehen. Sie können sich auch irgendwo im Haus zurückziehen, allerdings ist das Gespräch in der Natur und während man läuft dem Im-Hause-Bleiben vorzuziehen. Die Paare sollen selbst einen Weg finden, sich auszutauschen, wenn beide Partner sich an etwas Unterschiedliches erinnern.

## BESONDERE HINWEISE

Der Paarspaziergang sollte auf jeden Fall ohne Kinder stattfinden!

Nicht zwangsläufig bedeutet Nicht-Übereinstimmung zwischen den Paaren Dissens, es kommt auf die Grundhaltung füreinander an.

# Weißt du noch?

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Paarebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Geborgenheit, Liebe wahrnehmen
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Unterschiede wahrnehmen
- PartnerInnenrolle einschätzen, (wieder-)entdecken
- Stärken erkennen
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Fortsetzung und Abschluss von M 5, Paarspaziergang
- Intensivierung der Paarbeziehung
- Über persönliche Dinge miteinander ins Gespräch kommen

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 6

## MATERIAL

Farben, Pinsel, Wachsmaler, Folien zum Unterlegen, Pins zum Anheften an der Wand (abends im Gruppenraum, später im Zimmer der Paare)

## ANLEITUNG

Die Paare werden aufgefordert, ihre Erinnerungen vom Nachmittag zu Papier zu bringen, und zwar in Form eines gemeinsamen Bildes, Malzeit ca. 50 Minuten. Anschließend wird im Gespräch jedes Bild von beiden PartnerInnen den anderen TeilnehmerInnen vorgestellt.

### Diskussion:

- ? Wie ist es den Paaren beim Malen gegangen?
- ? Was ist ihnen wieder eingefallen?
- ? Haben sie von den Gefühlen, die sie damals hatten, etwas in die aktuelle Zeit hinüberretten können?
- ? Ist ihnen etwas abhanden gekommen?
- ? Was können sie tun, damit sich ihre Gefühle zueinander wieder vertiefen? Wie können sie sich neue „Ereignisse“ schaffen, an die sie sich später gern erinnern werden usw.?

# Als Familie aktiv sein

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Erholung, Entspannung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Lust auf Ausflüge anregen für „Familie aktiv“

## MATERIAL

Plakatpappe (zweimal DIN A3), Prospektmaterial

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M7

## ANLEITUNG

Vor der Maßnahme:

Prospektmaterial über Ausflugsorte in der näheren Umgebung vom Verkehrsamt der Gemeinde oder vom Ferienhaus zusenden lassen. (Zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbare Ausflugsziele berücksichtigen.)

Bei Ortsbesichtigung vorher oder im Gespräch mit der Ferienhausleitung Möglichkeiten der unmittelbaren Umgebung erfragen (Picknick-, Grillstellen, Bachläufe, Tümpel, Teiche, Höhlen ...).

Prospektmaterial aushängen bzw. Infowand damit gestalten und Ziele mit Fragezeichen oder Ausrufezeichen versehen (gemeinsam oder von den Gruppenleitenden vorbereitet). In der Gruppe ermuntern, entsprechende Materialien auch von Spaziergängen oder Shoppings mitzubringen (möglicherweise wird ein Ausflugsort auch am Frauen-/Mütter-, Männer-/Vätertag genutzt).

## BESONDERE HINWEISE

Gruppenzusammensetzung und Alter der Kinder berücksichtigen.

Eventuell eine kurze Übersicht auf DIN-A4-Blatt erstellen, damit den Familien das mühsame Notieren der Busverbindungen erspart bleibt.

# Ich finde Kinder toll ...

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Spaß
- Solidarität erfahren
- Geborgenheit, Liebe wahrnehmen
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Unterschiede wahrnehmen
- Elternrolle einschätzen, entdecken
- Neue Fähigkeiten entwickeln
- Stärken erkennen
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Die Eltern sollen erkennen, dass ihre Vorlieben sich im Sinne eines „geheimen Lehrplanes“ auf das Verhältnis zum Kind und auf das Verhalten des Kindes auswirken können.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 8

## MATERIAL

Zwei verschiedenfarbige Karteikarten für jeden/jede TeilnehmerIn, Stifte, z. B.:

- rot („Ich finde Kinder nicht so toll, die...“)
- grün („Ich finde Kinder toll, die...“)

## ANLEITUNG (WÖRTLICH)

Wir alle haben bestimmte Vorstellungen darüber, wie Kinder sein sollen, was gesunde und aufgeweckte Kinder sind, und darüber, wie das „Wunschkind“ aussieht und sich verhält. Manche lieben vitale, wilde und laute Kinder. Andere Eltern fühlen sich eher zu dem scheuen, konzentrierten und weniger lebhaften Kind mit viel beobachtender Neugier hingezogen. Für viele ist die körperliche Entwicklung (frühes Laufen, Sichhochziehen usw.) ganz besonders attraktiv, für andere hingegen ist die geistige und soziale (früher Blickkontakt, sprechen lernen, zuhören können) von Bedeutung. Keine dieser Vorstellungen über die Entwicklung eures Kindes ist besser oder schlechter als die andere. Aber diese Vorlieben bestimmen auch unseren Umgang mit dem Kind; wir werden manches nämlich besonders stark belohnen, was wir mögen, und Dinge eher ignorieren oder sogar verhindern, die wir nicht so gut finden. Wir wollen hier einige Vorstellungen sammeln und sie uns genauer ansehen. Bitte schreibt auf diese beiden Karteikarten eure eigenen Erwartungen darüber, was ihr an einem Kind besonders toll oder nicht so toll findet.

Die ausgefüllten Karten werden gemischt und verdeckt in die Mitte des Raumes gelegt. Jeder/Jede TeilnehmerIn liest zwei Karten aus dem Stapel ohne Kommentar vor. Die Karten werden dann an großen Plakatwänden den Gruppen „toll“ oder „nicht toll“ zugeordnet.

### Anregung zur Gesprächsführung:

- ? Gibt es Mehrfachnennungen?
- ? Ist ein Trend erkennbar?
- ? Welche Rolle spielt das Geschlecht?
- ? Gibt es Vorstellungen, die ihr teilt oder gar nicht teilen könnt? Könnt ihr manche Vorlieben von anderen in der Gruppe tolerieren?
- ? Wann möchtet ihr jemandem ganz besonders gern widersprechen?

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 8

- ❓ Welche Erinnerungen an euch als Kinder habt ihr? Ist von eurem „Kindsein“ noch etwas übrig?
- ❓ Was haben eure Eltern an euch immer so toll gefunden?
- ❓ Wie geht ihr in der Familie mit unterschiedlichen Vorlieben um (mutige Kinder, vorsichtige Kinder)?
- ❓ Habt ihr besondere Vorlieben, weil euer Kind ein Junge/Mädchen ist?

### BESONDERE HINWEISE

Aufgrund des stärkeren Bildungscharakters der Methode sind Kinder besser in der Kinderbetreuung untergebracht. Es ist aber auch möglich, die Kinder einzubeziehen, z. B. beim Anbringen der Karten.



# Aktivitäten am Abend

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Erholung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Anregen und Fördern des Kontakts unter den Erwachsenen über ein formloses, ungebundenes Angebot von Gesellschaftsspielen

## MATERIAL

Die Gruppenleitung sollte im Haus vorher erfragen, was an Spielen vorhanden ist, auch von den Familien mitgebrachte Kinderspiele berücksichtigen. Gläser bereitstellen, eventuell eine Auswahl an Getränken (mit Preisliste).

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 9

## ANLEITUNG

Das Gruppenleitungspaar muss an diesem Abend keineswegs die ganze Zeit anwesend sein. Wichtig ist, die Ankommenden zu begrüßen, vor allem wenn das Spieleangebot direkt am ersten Abend stattfinden soll. Die Gruppenleitung kann zu Beginn einige Spiele anregen und erklären. Es soll sich ein zwangloser Abend ergeben, der sicher in Gespräche übergeht und bei dem sich niemand verpflichtet fühlen muss mitzuspielen.

- Gesellschaftsspiele auslegen
- Familien bitten, Knabberereien, Spiele und Lieblingsmusik mitzubringen
- Preisliste mit Namen, Art des Getränkes und Spalte für Anzahl zur Abrechnung vorbereiten
- Einen/Eine TeilnehmerIn um Abrechnung bitten
- Musik vorbereiten
- Raum mit Kerzen etc. dekorieren

## BESONDERE HINWEISE

Diese Art „Unterhaltung“ ist nicht an bestimmte Abende geknüpft. Es ist aber sinnvoll, das Zusammensein an einem der ersten Abende anzuregen, damit sich etwas Sinnvolleres als miteinander fernsehen etablieren kann.

Dieser Abend bietet sicher Gelegenheit für das Gruppenleitungspaar, ein wenig auszuspannen, abzuschalten oder etwas zu besprechen.

# Frauentag „Wo stehe ich?“

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Soziale Entlastung
- Solidarität erfahren
- Stärken erkennen
- Defizite zulassen und bearbeiten
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Erkennen der momentanen Situation, Standortbestimmung
- Auseinandersetzung mit Gefühlen und Gedanken, täglichen Belastungen und Wünschen

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 10

## MATERIAL

Arbeitsblatt, Karteikarten, Stifte

## ANLEITUNG

1. Selbstreflexion: Jede Frau beschäftigt sich ca. 20 Minuten mit dem Arbeitsblatt oder schreibt ihre Antworten zu jedem Punkt auf Kärtchen.
2. Die Antworten werden anschließend vorgelesen und an eine lebensgroße Karikatur angepinnt.
3. Die große Figur oder die Arbeitsblätter bleiben während des ganzen Frauentages sichtbar im Gruppenraum hängen.

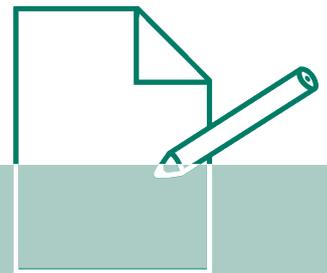
Die Gruppenleitung gibt folgende Anweisung:

Die Frau auf dem Bild bist du. Wie du siehst, hat sie einige Dinge für sich zu klären bzw. sich bewusst zu machen. Nimm dir 20 Minuten Zeit, um die einzelnen Fragen aus deiner persönlichen Sicht zu beantworten. Schreib alle Aspekte auf, die für dich wichtig sind. Du kannst einzelne Karten anfertigen oder mehrere Stichworte auf eine Karte schreiben. Anschließend kommen wir wieder zusammen und werden miteinander unsere Eindrücke austauschen.

Mögliche Gesprächsführung nach dem Zusammenstellen der gemeinsamen Karikatur mit allen Antworten aus der Gruppe:

- ? Bei welchem Aspekt sind dir die Antworten leicht gefallen, bei welchem schwer?
- ? Was hat sich bei dir in den letzten Jahren am meisten verändert?
- ? Wie beurteilst du diese Veränderungen?
- ? Wenn du die Frau anschaust, welchen Eindruck macht sie insgesamt auf dich?
- ? Welche Überschrift würdet ihr der Frau auf diesem Blatt geben?

# Wo stehe ich?



## ARBEITSBLATT



Aus: DFV-Handbuch Elternbildung  
Illustration: Anouschka Büttner



# Planen für den Frauentag

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Unterschiede wahrnehmen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Erkennen und Formulieren von Wünschen und Bedürfnissen
- Abgleichen der Wünsche mit den realen Bedingungen für die anstehende Aktivität

### Übergeordnetes Ziel

- Als Familie in zukünftigen Situationen gemeinsam planvoll und überlegt vorgehen (z. B. Ferien, Alltagssituationen, Feste, Freizeit oder Wochenende).
- Berücksichtigung der Bedürfnisse von allen Familienmitgliedern

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 11

- ❑ Einsicht gewinnen in die Notwendigkeit, Bedürfnisse und Wünsche zu äußern, damit andere sie verstehen und berücksichtigen
- ❑ Einsicht gewinnen in die Notwendigkeit und Möglichkeit von Freiräumen: „Es kostet nicht so viel Zeit, sich eine Pause für Entspannung, Körperpflege und Muße zu gönnen.“

## MATERIAL

Große Blätter (oder mehrere zusammenkleben), Stifte (gut lesbare, dicke Marker), Karteikarten, Klebeband, Pins

## ANLEITUNG

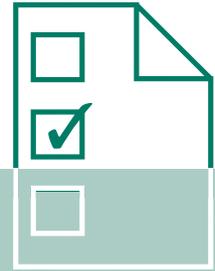
In zwei Gruppen (bei mehr als sieben Teilnehmerinnen) werden Wünsche und Vorstellungen für den laufenden Tag zusammengetragen, und eine Reihenfolge der Aktivitäten wird erstellt. Die Gruppenleitung kann Möglichkeiten – Beauty, Wanderung, Entspannung – sowie Rahmenbedingungen nennen, wie z. B. Kino am Abend. Die Anregungen sollen aber grundsätzlich eher aus der Gruppe kommen.

Danach erfolgt das Vorstellen der Ergebnisse beider Gruppen, und die tatsächliche Planung und Reihenfolge werden festgelegt. Endprodukt ist eine Pinnwand zum Tagesablauf mit Schwerpunkten und Zeitangaben.

## BESONDERE HINWEISE

Alle Punkte sammeln, keinen zurückweisen, hier geht es darum, zu lernen, Wünsche zu formulieren.

# Frauentag



## CHECKLISTE

Was kann die Gruppenleitung anbieten?

Was muss dafür vorbereitet/besorgt werden?

## AUSFLUG

- Route
- Rucksäcke
- Lunchpakete

## MALEN

- Tapetenrollen
- Große Blätter
- Farbkästen

## BEAUTY

- Ruhiger Raum
- Entspannungsmusik
- Kosmetik
- Masken
- Nagellack, Massageöl

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von Checkliste M 11

- Anleitung für Gesichtsmassage
- Modecollage basteln
- Kataloge
- Modeprospekte

### VORLESEN

Märchen, Kurzgeschichten für Frauen:

- „Töchter Egalias“ (lustig)
- „Wolfsfrau“ (gesprächsanregend)
- „Windeln, Wut und wilde Träume“ (charmant boshaft)
- „Ich spüre unter meinen Füßen das Gras“ (entspannende Traumreisen)

### BEWEGUNG/FITNESS

Unter Anleitung (gegebenenfalls Video zeigen) und flotter Musik Bewegungsabläufe vorgeben:

- Arme nach vorn strecken und beugen
- Arme kreisen
- Hände öffnen und schließen
- Hüfte kreisen



# Entspannungsübung für den Frauentag

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene

### Wirkung

- Erholung, Entspannung
- Sich wohl fühlen
- Stärken erkennen
- Psychische Entlastung

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Entspannen des Körpers
- Sich einlassen auf die Besonderheit dieses Ferientages
- Lösen von Familie, Kinder, Mann
- Sich einlassen auf die anderen Frauen
- Spüren des eigenen Körpers, zur Ruhe kommen

## MATERIAL

Bequeme Kleidung, Decke, Duftöl und -lampe, Musik

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M12

## ANLEITUNG

Als Einführung ist die progressive Muskelentspannung nach JACOBSON geeignet, die Anspannung und Entspannung miteinander verbindet\*. Auch in Entspannung Ungeübte können bei dieser Methode den Unterschied zwischen An- und Entspannung erfassen. Zudem ist sie leicht in den Alltag zu integrieren; alternativ: eine Traumreise mit Elementen aus dem autogenen Training, z. B. von Else MÜLLER\*\*.

### In Anlehnung an JACOBSON:

Such eine bequeme Position auf der Unterlage, und deck dich ruhig zu.

Wir wollen eine Reise durch den Körper machen. Hör erst der Musik eine kurze Weile zu, atme so ruhig, wie du kannst, durch die Nase ein und durch den Mund aus. Gedanken kommen – lass sie einfach vorbeiziehen. Im Moment ist nichts anderes wichtig, als deinen Atemzügen zu folgen und dich so gut, wie du kannst, zu entspannen. Wenn du merkst, dass deine Liegeposition noch nicht bequem ist, such dir eine neue Position.

Lass in Gedanken den heutigen Morgen an dir vorbeiziehen. Spür deinen Gefühlen nach. Hast du dich auf diesen Tag gefreut, bist du ängstlich, ob ohne dich alles klappt? Lass die Gefühle aufkommen, und versuch, durch deine Atmung der Anspannung und Aufgeregtheit entgegenzuatmen.

Spür in deinen rechten Arm und die Hand, ball diese zur Faust, und spanne die Armmuskeln an. Diese höchste Anspannung nennen wir 100 %. Halte die Anspannung nun einige Sekunden, und auf Ansprache entspannst du die Faust und die Muskulatur im Arm schrittweise

... auf 80 %

... auf 60 %

... auf 40 %

... 20 %

... bis zur völligen Entspannung. Liegt der Arm entspannt und locker auf der Unterlage, ist die Hand geöffnet? (Pause.)

Verfahr genauso mit dem linken Arm und der linken Hand. Zunächst die Spannung einige Sekunden halten, dann langsam Schritt für Schritt loslassen bis zu ... 0 %. (Pause.)

Widme dich nun dem Kopf: Zur Anspannung ziehst du alle Gesichtsmuskeln an, runzelst die Stirn. Keine Sorge, niemand sieht deine Grimasse. Nun entspannst du von der Stirn bis zur Kiefern-muskulatur alle Gesichtsmuskeln bis zur völligen Entspannung. (Pause.)

\*BERNSTEIN, D., BORKOVEC, T. (1992): Entspannungstraining – Handbuch der progressiven Muskelentspannung, Pfeiffer, München

\*\*MÜLLER, E. (1999): Inseln der Ruhe, Kösel, München

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 12

Geh nun in Gedanken zur Brust und Bauchregion. Zieh den Bauch ein, spür, wie die Atmung stockt, und lasse nun wieder langsam los:

... 80 %

... 60 %

... 40 %

... 20 %

... 0 % und atme ruhig weiter. (Pause.)

Wenn dein Atem gleichmäßig fließt, geh in Gedanken zu deinen Beinen, press sie so fest, wie du kannst, in die Unterlage, und lass dann die Anspannung in kleinen Schritten los, bis das Gefühl eintritt, die Beine liegen bequem und entspannt auf der Unterlage. (Pause.)

Streck und beug deine Füße, und halte die jeweilige Anspannung einige Sekunden, bis du mit dem Loslassen beginnst. (Pause.)

Geh zurück über die Beine zu deinem Po, spanne ihn an, halte die Spannung. Dann lässt du wieder langsam und gleichmäßig los, bis die Muskulatur entspannt ist. (Pause.)

Verfahre nun genauso mit dem Rücken: Press ihn in die Unterlage, zieh deine Schultern fast bis an die Ohren hoch, halt die Spannung, und lass dann in kleinen Schritten diese Anspannung weichen von 100 %

... auf 80 %

... 60 %

... 40 %

... 20 %

... bis 0 %. (Pause.)

Du hast viel geschafft. Nun ruh aus, lausch der leisen Musik, und versuch, an nichts zu denken.

Die Gruppenleitung sollte den Frauen noch etwa fünf Minuten Zeit lassen, sie dann durch Aufforderung zum Recken und Strecken aus der Entspannung holen.

#### **Möglicherweise besteht Interesse an einer Gesprächsrunde:**

**?** Wie ging es dir mit der Aufgabe?

**?** Wo war Entspannung schwierig?

**?** Wie ist eine solche Form der Entspannung in deinen Alltag integrierbar?



# Mittagessen unter Frauen

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Erholung, Entspannung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Lernen, sich Freiraum zu nehmen, auch für einen längeren Zeitraum den Vätern die Kinder zu überlassen
- Sich einen Tag ohne Unterbrechung gönnen (schwierig bei Stillkindern)
- Essen genießen lernen, Genuss wieder als wichtig erachten und in das eigene Leben integrieren, nicht nur in das der Kinder

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M13

## **MATERIAL**

Lunchpakete vorbereiten lassen oder in einem anderen Raum des Hauses nur unter Frauen zu Mittag essen (in sicherer Entfernung von den Kindern, vorher mit der Hausleitung besprechen!)

## **ANLEITUNG**

Die Gruppenleitung hat die Aufgabe, die Gespräche zu lenken: hin zur eigenen Person, weg von Kindern, Haushaltsorganisation und Paarproblemen.

# Programm für den Frauentag

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Eventuell Paarebene
- Herkunftsfamilie

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Erholung, Entspannung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Entwicklung eines Nachmittagsprogramms aus den Vorschlägen und Bedürfnissen der Frauen einschließlich Reflexionseinheiten
- Forcieren von Zweiergesprächen (Gespräche zwischen den Teilnehmerinnen lenken)

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M14

### VARIANTE 1

## Sich mit der eigenen Attraktivität auseinander setzen (Selbstbild und Mode)

### MATERIAL

Kataloge, Frauenzeitschriften, bunte Tücher, Accessoires, Schmuck, Hüte etc.

### ANLEITUNG

Die Frauen sollen in Paararbeit in den Katalogen stöbern und überlegen:

- Was würde ich mir gern kaufen?
- Welche Sachen trage ich bisher?
- Welche Sachen würde ich gern mal anziehen, aber ...?
- Worin fühle ich mich wohl?
- Worin würde ich mich unwohl fühlen?
- Welchen Typ würde ich gern einmal ausprobieren?
- Was würde ich mich nie trauen?
- Was würde meinem Mann wohl gefallen?
- Was würde ich der anderen Teilnehmerin gern vorschlagen?
- Was würde der anderen aus meiner Sicht stehen?
- Welcher Typ ist sie eigentlich in meinen Augen?

Anschließend sollen alle Frauen in Einzelarbeit eine Collage erstellen. Mögliche Schwerpunkte können sein:

- vorher – nachher
- Wunsch und Wirklichkeit
- meine Wunschliste
- die Frau, die ich sein möchte
- von Kopf bis Fuß einmal anders sein

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M14

## VARIANTE 2

# Körperpflege, Kosmetik

### MATERIAL

Schminkutensilien, Pflegeprodukte (in Drogerien nach Proben fragen). Kosmetik selbst herstellen – Masken anrühren o.Ä. (Bücher oder Rezepte mit Anleitung). Kämme/Bürsten, Haarspangen, Nagellacke, Schüsseln und Tücher für warme Kompressen etc.; Frauenzeitschriften mit Tipps als Vorlagen.

### ANLEITUNG

Die Frauen sollen sich in Zweier- oder Dreierteams zusammenfinden und überlegen, welche Schönheitsprogramme jede möchte (einen Saunagang vorausschicken, wenn möglich, sonst Baden, Duschen o.Ä.).

Ausführen: Die Teilnehmerinnen sollten sich bequem anziehen. Wenn die Gruppe im Haus bleibt, einen Raum vorbereiten mit Decken, improvisiertem Kosmetikstuhl (Gartenliege). Die Frauen sollen gemeinsam die einzelnen Anwendungen durchführen.

Fragen, die eine Rolle spielen können:

- ❓ Wann können wir uns im Alltag entspannen?
- ❓ Wie zufrieden sind wir mit unserem Äußeren?
- ❓ Was gönnen wir uns, um mit uns zufrieden zu sein?
- ❓ Wie ist das, wenn wir uns so gegenseitig versorgen, berühren, es uns wohl gehen lassen?

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 14

### VARIANTE 3

## Fitness und Gymnastik

### MATERIAL

Wenn die Gruppenleiterin nicht selbst gymnastische Übungen anleiten kann, können Teilnehmerinnen dies übernehmen. Außerdem können Videos eingesetzt werden, nach denen man sich gemeinsam bewegt. Es eignen sich Stretching- und einfache Aerobic-Übungen, aber auch „Die 5 Tibeter“ oder „Qi-Gong“-Übungen (zu beziehen über die Krankenkassen oder im Fachhandel).

### ANLEITUNG

Die Übungen als Möglichkeit anbieten und den Frauen vorher den Druck des Vergleichs nehmen. Unter Umständen darauf eingehen, welche Überzeugungen jede Frau von sich hat. Die Variationsbreite reicht von Gleichgültigkeit über Frustration bis zu Verbissenheit und übersteigertem Leistungsdenken: „Ich bin sowieso unsportlich“, „Ich bin viel zu fett für sportliche Betätigung!“, „Ich stelle mich immer blöder an als die anderen!“, „Ich möchte die Übungen unbedingt perfekt machen und gebe alles!“. Auf die Atmung achten – bei Anstrengung ausatmen!

Die Übungen sollten nicht länger als 30 Minuten dauern, und die Gruppenleitung muss darauf achten, dass die Frauen sich nicht überfordern. Anschließend können andere Programmpunkte folgen.

Den Abschluss des Frauentages bildet z. B. ein Kinoabend, den die Väter gemeinsam mit den Kindern vorbereiten (siehe M 16). Manche Väter und Kinder denken sich auch andere Überraschungen aus. GruppenleiterInnen sollten sich miteinander absprechen, um die Programmpunkte zu koordinieren.

# Vätertag „Was machen wir heute?“

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

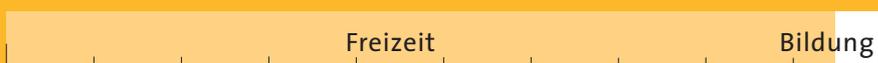
### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Solidarität erfahren
- Gruppenzugehörigkeit
- Elternrolle einschätzen, entdecken

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Erkennen und Formulieren der Wünsche von Kindern und Vätern
- Abgleich der Wünsche mit den realen Möglichkeiten vor Ort

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M15

### Übergeordnetes Ziel

- Als Familie in zukünftigen Situationen gemeinsam planvoll und überlegt vorgehen (z. B. Ferien, Alltagssituationen, Feste, Freizeit oder Wochenende)
- Lernen, das eigene Bedürfnis nach Nähe zum Kind zu formulieren, und sich den Raum nehmen, etwas ganz Eigenes für das Kind zu sein

### MATERIAL

Große Blätter (oder mehrere zusammenkleben), Tageszeitplan, Stifte (gut lesbare, dicke Marker), Karteikarten, Klebeband, Pins

### ANLEITUNG

In zwei Kinder-Väter-Gruppen Wünsche und Vorstellungen für den heutigen Tag zusammentragen lassen (Gruppenleitung kann Möglichkeiten wie Natur erleben, Musikinstrumente basteln, Ausflug machen sowie Rahmenbedingungen – Kino vorbereiten für Frauen am Abend – vorschlagen). Daraufhin lässt die Gruppenleitung eine Reihenfolge erstellen, und die Ergebnisse beider Gruppen und die tatsächliche Planung sowie Reihenfolge werden festgelegt.

Da es für die Kinder wichtig ist, relativ schnell aktiv zu werden, sollten die Absprachen nicht zu lange Zeit in Anspruch nehmen: besser eine weniger spektakuläre Aktion als eine, bei der sich die Gruppe schon bei der Planung die Laune verdirbt.

### BESONDERE HINWEISE

Die Gruppenleitung sollte alle Punkte sammeln, keinen zurückweisen, denn bei dieser Methode geht es darum, Wünsche zu formulieren.

# Anregungen zum Vätertag



## CHECKLISTE

Was kann die Gruppenleitung anbieten?

Was muss dafür vorbereitet/besorgt werden?

## WANDERUNG

Route, Rucksäcke, Lunchpakete bestellen:

- Waldhaus bauen
- Ritterspiel (Schild auf Pappe malen, Schwerter aus Zeitungsrollen)
- Indianerspiel (Federn)

## NATUR ERFORSCHEN

Buch „Stutzen, Staunen, Stöbern“\*

## STRANDAUSFLUG

Piratenspiel

## RODELAUSFLUG

Iglu bauen, Schneemann, Schneeballschlacht:

- für heißen Kakao sorgen

## MALEN

Tapetenrollen, große Blätter, Farbkästen

## ENTSPANNUNG

Vorlesen von Geschichten zur Mittagszeit für größere Kinder:

- Klopfmassage (siehe Anleitung Entspannung)

Weiter nächste Seite

\* HOFFRAGE, H., SAHELIAN, F., SANDER, U. (1998): Stutzen, Staunen, Stöbern – Spiele mit Knud dem Umweltbär, Ökotopia Verlag

Fortsetzung von Checkliste M15

## CHECKLISTE

### BEWEGUNG/FITNESS

Sportprogramm:

- gemeinsames Ballspielen
- (siehe Koffer Spielanleitungen; Bälle, Sportkleidung)

### MUSIKINSTRUMENTE BASTELN

Tonnen, Papprollen, Blumentöpfe aus Ton

### AUSFLÜGE IN DIE UMGEBUNG

Was schaffen Kinder? Realistisch einschätzen!

Alle Aktivitäten sollten auf Fotos festgehalten werden, als Erinnerung für Väter und Kinder.



# Vätertag: Kinoabend für die Frauen vorbereiten

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Spaß
- Sozialer Austausch
- Gruppenzugehörigkeit
- Elternrolle einschätzen, entdecken
- Neue Fähigkeiten entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Väter und Kinder bereiten gemeinsam etwas für die Frauen vor und bieten ihnen am Abend damit eine Überraschung.

### Übergeordnetes Ziel

Stärkung des Selbstbewusstseins: „Das können wir zusammen mit unseren Kindern auch!“

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M16

## MATERIALIEN FÜR KINOABEND

Kinofilm, Mais, Zucker, Karteikarten, Getränke

## ANLEITUNG

- Kinofilm gemeinsam aussuchen, Recorder installieren
- Popcorn machen (auch für die Kinder am Nachmittag)
- Auf Karteikarten Eintrittskarten malen
- Tüten für das Popcorn basteln
- Kinoraum gestalten und schmücken
- Drinks vorbereiten usw.

Popcorn herstellen:

Lustig sind Popcornmaschinen. Wer Zugang zur Küche hat, kann auch Popcorn ohne Maschine herstellen: etwas Sonnenblumenöl in einem höheren, großen Topf leicht erhitzen, Maiskörner hineingeben, Deckel schließen! Hitze eventuell erhöhen und Topf auf der Herdplatte bewegen. Das fertige Popcorn knallt unter den Deckel.

Vom Herd nehmen, in eine Schüssel geben und je nach Wunsch zuckern oder salzen. (Anweisungen stehen auch oft auf Packungen.)

## BESONDERE HINWEISE

Der Kinoabend ist nur ein Beispiel. Möglich sind auch Zirkusaktionen oder anderes. In der Regel kommen aus der Vätergruppe eine Menge Vorschläge.

# Männertag „Wo stehe ich?“

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Soziale Entlastung
- Solidarität erfahren
- Stärken erkennen
- Defizite zulassen und bearbeiten
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Bewusstmachung der momentanen Situation, Standortbestimmung
- Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen und Gedanken, täglichen Belastungen und Wünschen

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M17

## MATERIAL

Arbeitsblatt, Karteikarten, Stifte

## ANLEITUNG

1. Selbstreflexion: Jeder Mann beschäftigt sich ca. 20 Minuten mit dem Arbeitsblatt oder schreibt seine Antworten zu jedem Punkt auf Kärtchen.
2. Die Antworten werden anschließend vorgelesen und an eine lebensgroße Karikatur geheftet.
3. Die große Figur oder die Arbeitsblätter bleiben während des ganzen Männertages sichtbar im Gruppenraum hängen und können bei der Zusammenführung am Abend neben die Frauenkarikaturen gehängt werden.

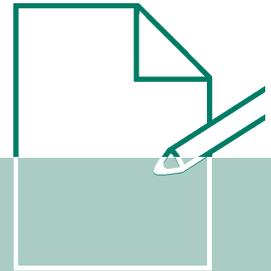
Die Gruppenleitung gibt folgende Anweisung:

Der Mann auf dem Bild bist du. Wie du siehst, hat er einige Dinge für sich zu klären bzw. sich bewusst zu machen. Nimm dir 20 Minuten Zeit, um die einzelnen Fragen aus deiner persönlichen Sicht zu beantworten. Schreib alle Aspekte auf, die für dich wichtig sind. Du kannst einzelne Karten anfertigen oder mehrere Stichworte auf eine Karte schreiben. Anschließend kommen wir wieder zusammen und werden miteinander unsere Eindrücke austauschen.

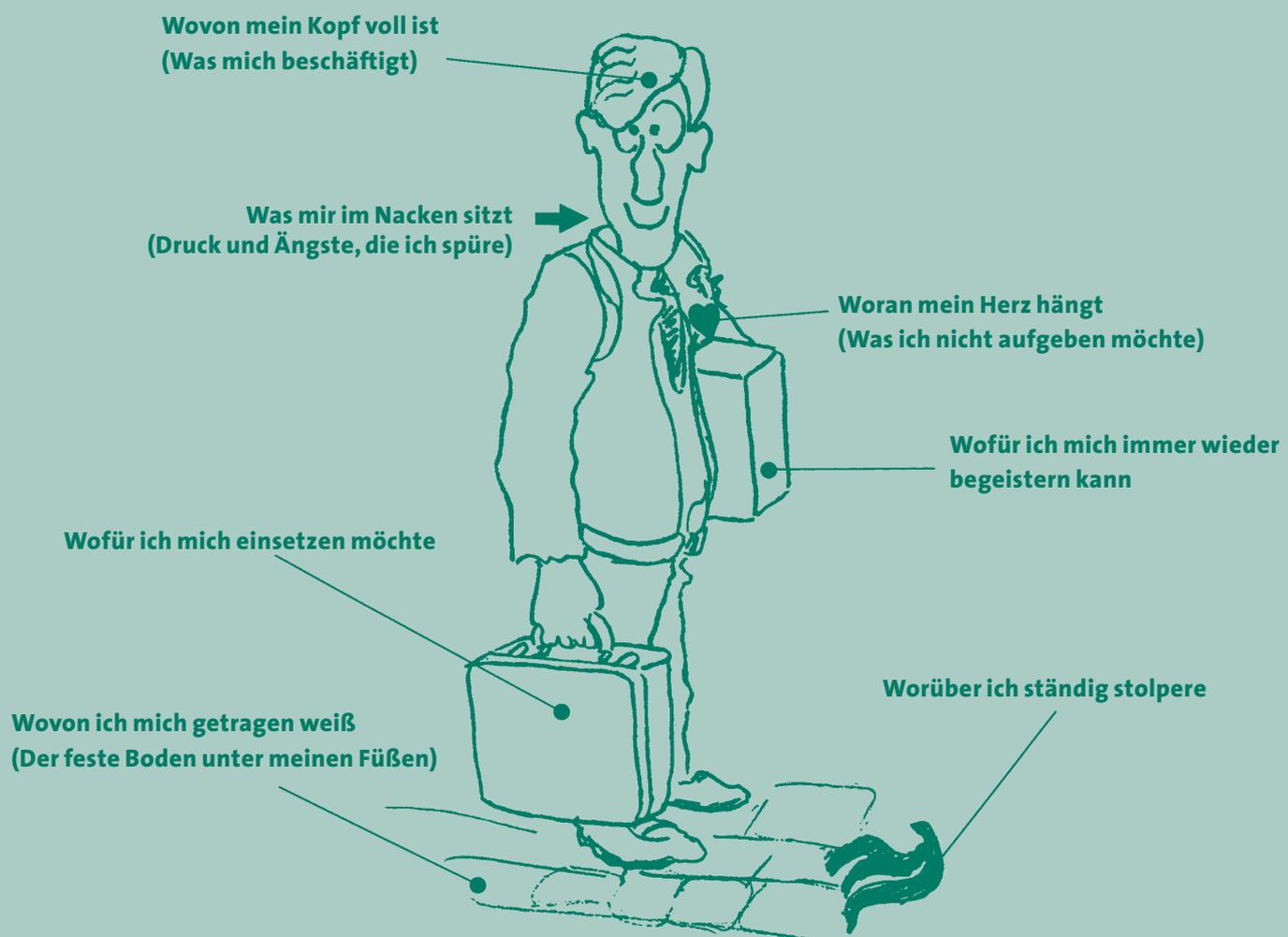
Mögliche Gesprächsführung nach dem Zusammenstellen der gemeinsamen Karikatur mit allen Antworten aus der Gruppe:

- ? Bei welchem Aspekt sind dir die Antworten leicht gefallen, bei welchem schwer?
- ? Was hat sich bei dir in den letzten Jahren am meisten verändert?
- ? Wie beurteilst du diese Veränderungen?
- ? Wenn du den Mann anschaust, welchen Eindruck macht er insgesamt auf dich?
- ? Welche Überschrift würdet ihr dem Mann auf diesem Blatt geben?

# Wo stehe ich?



## ARBEITSBLATT



Aus: BZgA (1998): Filmbegleitheft –  
Aus zwei werden drei, Köln



# Planen für den Männertag

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Unterschiede wahrnehmen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Erkennen und Formulieren von Wünschen
- Miteinander ins Gespräch kommen
- Abgleich der Wünsche mit den realen Bedingungen

Dem Gruppenleiter kommt die Aufgabe zu, die Teilnehmer für die Männerwanderung zu begeistern und einen realistischen Zeitrahmen vorzugeben.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M18

## MATERIAL

Rahmen und Zeitplan für alle Teilnehmer vorher zur Orientierung aushängen, große Blätter (oder mehrere zusammenkleben), Stifte (gut lesbare, dicke Marker), Karteikarten, Klebeband, Pins

## ANLEITUNG

In zwei Gruppen werden Wünsche und Vorstellungen für den laufenden Tag zusammengetragen, und eine Reihenfolge wird erstellt (der Gruppenleiter kann Möglichkeiten und Themen wie Männer und Arbeit, Männer und Familie, Männer untereinander, Entspannung erwähnen sowie Rahmenbedingungen wie z. B. Wanderung am Vormittag und Zusammensein mit der Familie am Abend vorschlagen).

Dann werden die Ergebnisse beider Gruppen und die tatsächliche Planung und Reihenfolge vorgestellt.

## BESONDERE HINWEISE

Achtung: Wenn man sich als Gruppenleiter sicher ist, dass man auf jeden Fall die Männerwanderung machen möchte (kann auch Radwanderung oder gemeinsames Schlittschuhlaufen o. Ä. sein; Voraussetzung ist nur, dass sich die Aktivität in Etappen einteilen lässt), sollte man die Optionen nicht zu offen halten, sondern eher ein allgemeines Brainstorming machen.

Die Gruppenleitung sollte alle Punkte sammeln, keinen zurückweisen, denn es geht in dieser Methode darum, zu lernen, Wünsche zu formulieren.

# Männertag



## CHECKLISTE

Was kann die Gruppenleitung anbieten?

Was muss dafür vorbereitet/besorgt werden?

## WANDERUNG

Route festlegen, Rucksäcke mitnehmen,  
Lunchpakete bestellen

## MALEN

Tapetenrollen, große Blätter, Farbkästen

## ENTSPANNUNG

Musik, Klopfmassage-Anleitung

## BEWEGUNG/FITNESS

Sportprogramm:

- gemeinsames Laufen
- Basketball
- Tischtennis
- Fußball (je nach Möglichkeiten), Bälle besorgen



# Entspannungsübungen für den Männertag

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene

### Wirkung

- Unterhaltung
- Erholung, Entspannung
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Erfahrungsgemäß sind Männer weiter davon entfernt, Entspannungsübungen ernst zu nehmen. Sie werden traditionell den Frauen zugeschrieben. Körperwahrnehmung ist jedoch im Alltag von Männern genauso wichtig. Wenn Männer in der Freizeit Entspannung als ein Element der Energieschöpfung verstehen lernen, akzeptieren sie dies vielleicht auch eher für ihren Alltag und suchen sich dort Methoden, die zu ihnen passen (meistens solche mit Bewegung, z. B. Tai-Chi).

## MATERIAL

Bequeme Kleidung, rhythmische Musik

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 19

## ANLEITUNG

Der Gruppenleiter gibt folgende Anweisung:

Bildet Zweier- oder Dreiergruppen. Eine Person stellt sich mit guter Bodenhaftung, breitbeinig, mit nach vorn gebücktem Oberkörper und herunterhängenden Armen hin. Der eine oder die beiden anderen Männer postieren sich links und rechts der Person und klopfen mit der flachen Hand den Rücken, Arme, Beine und Füße im Rhythmus der Musik ab oder streichen Anspannungen aus.

Körper am Ende von oben nach unten ausstreichen, aufrichten lassen.  
Dann werden die Positionen gewechselt.

Diese Form der Klopfmassage ist auch als Paar und in der Familie machbar, und es kann angeregt werden, sie im Alltag anzuwenden.

Möglicherweise Gesprächsrunde mit Fragen zum Anregen der Diskussion:

- ? Wie entspanne ich mich im Alltag?
- ? Wie ist das, mich von jemandem Fremden berühren zu lassen?
- ? Wann konnte ich gerade Entspannung feststellen?
- ? Was hat mich davon abgehalten?

# Sportprogramm am Männertag

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Erholung, Entspannung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Solidarität erfahren
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Psychische Entlastung

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Körperliches Ausarbeiten liegt vielen Männern als Ausgleich zum Familienleben und/oder Bürojob bzw. zu Berufssparten mit einseitiger körperlicher Belastung. Erfahrungsgemäß reduzieren Männer nach der Geburt der Kinder ihre sportlichen Aktivitäten sehr.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 20

Mit diesem Sportprogramm erfahren sie, dass eine Integration von Beruf, Familie und Sport möglich ist.

## MATERIAL

Es muss im Vorfeld abgeklärt werden, welcher Sport am Ort möglich ist. Fußball, Volleyball, Basketball, Radfahren (Räderverleih) und Laufen kann „Mann“ überall. Das körperliche Sichverausgaben stellt eine Ergänzung der Massageübung und/oder eine Alternative dar.

## ANLEITUNG

Mit den Männern zusammen die Sportart, Regeln und Zeitaufwand besprechen. Bei Bedarf werden Mannschaften gebildet. Bei der Planung Zeit für anschließende Körperpflege berücksichtigen.

# Männerwanderung – „Männer auf meinen Wegen“

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Eltern-Kind-Ebene (auf der letzten Etappe)
- Herkunftsfamilie

### Wirkung

- Erholung, Entspannung
- Sozialer Austausch
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Unterschiede wahrnehmen
- Stärken erkennen
- Defizite zulassen und bearbeiten
- Psychische Entlastung

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 21

## ZIEL

Die Männer sollen sich mit den männlichen Vorbildern in ihrem Leben beschäftigen und sich über den Zusammenhang ihrer Männer- und Väterbilder und ihrer eigenen Vaterschaft und ihres Mannseins bewusst werden.

Die Männer sollen in einer angenehmen Atmosphäre während der gemeinsamen Wanderung erfahren, wie wohltuend der Austausch mit anderen Männern ist. Das Unterwegssein soll erleichtern, sich über eigene Empfindungen, persönliche Belange und auch Ängste auszutauschen. Der Aufenthalt in der Natur ermöglicht andererseits genügend Ablenkung, wenn Themen den Teilnehmern zu nahe kommen oder sie sich während der Wanderung einmal mit sich selbst beschäftigen wollen.

Der Gruppenleiter hat darauf zu achten, dass die Mischung aus reden, bewegen, sich austauschen und „für sich sein“ gelingt. Unter Umständen muss er regulierend eingreifen, wenn z. B. ein Teilnehmer sich zu sehr abschottet oder einen anderen zu sehr beansprucht.

## ANLEITUNG

Die Männer haben am Vormittag die Wanderung miteinander geplant. Die Wanderung hat insgesamt mindestens vier Etappen, in denen die eigentlichen Bildungseinheiten untergebracht werden sollen.

### Erste Etappe:

Nach der ersten Etappe wird den Männern angeboten, sich einmal damit zu beschäftigen, welche männlichen Vorbilder oder welche Männer sie als Kind selbst erlebt haben. Und zwar geht es in der ersten Pause nach Etappe eins um die Zeit bis zu sechs Jahren, also das Alter, in dem sich gerade ihre eigenen Kinder befinden. Der Gruppenleiter regt an, spontan einige Männer zu benennen, die in der Familie oder um die Familie herum eine Rolle gespielt haben. Natürlich fallen zuerst die Väter und Brüder ein. Es lohnt sich aber auch nachzufragen, an wen die Männer sich sonst noch erinnern können. Sie sollen die einzelnen Männer beschreiben (Äußeres, Charaktereigenschaften, das Verhalten gegenüber dem damaligen Kind, das Verhalten gegenüber Frauen oder der eigenen Mutter etc.).

Dann soll die Frage angerissen werden, inwiefern sich aus diesen konkreten „Vorbildern“ für das aktuell bestehende Männer- und Väterbild etwas ableiten lässt. Sind sie heute ganz anders? Wo sehen sie Übereinstimmungen?

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 21

Es ist sehr wahrscheinlich, dass einzelne Teilnehmer gar nicht viele Männer benennen können, weil sie sich entweder nicht erinnern (erinnert man sich eher an Frauen, oder hat man generell wenig Erinnerungen an diese Zeit?) oder weil die Männer der entsprechenden Generation gar nicht präsent waren. Daraus entwickeln sich Fragen wie: Was hat das für Konsequenzen für sie? Was wünschen sie sich für das eigene Kind?

Der Gruppenleiter sollte bei Etappe eins berücksichtigen, dass einige der Fragen sich auch in späteren Etappen bearbeiten lassen, und die Gesprächsführung entsprechend planen. Die Bildungspause sollte nicht länger als 30 Minuten sein. Für den weiteren Weg auf der Wanderschaft bis zur nächsten Pause gibt es keine Anweisungen. Die Männer können sich weiter unterhalten, aber auch in sich gehen oder wieder über andere Dinge reden.

### **Zweite Etappe:**

Nach der zweiten Etappe geht es um die Zeit, als die Männer zwischen sieben und zwölf Jahren alt waren. Das ist das Alter, in dem z. B. das eigene Leistungsverhalten ausgeprägt wird, sich auch Jungen zum ersten Mal verlieben, nachdem die Mädchen erst einmal alle blöd waren. Auch an dieser Stelle sollte über die männlichen Vorbilder gesprochen werden. Wie haben die eigenen Väter, Verwandte und die sonstigen männlichen Personen diese Zeit geprägt? An wen kann man sich erinnern, warum haben einige Personen einen Eindruck hinterlassen und andere nicht? Was hat man als Kind über diese Personen gedacht? Wie hat man sich in ihrer Nähe gefühlt?

### **Mittagessen: M 22, S. 189 ff.**

### **Dritte Etappe:**

Nach der dritten Etappe widmen sich die Männer der Pubertät. Relevante Fragestellungen werden erörtert: sexuelle Entwicklung, sexuelle Orientierung (Homo- und Heterosexualität), Berufswahl, Verpflichtung gegenüber der eigenen Familie, Interessenkonflikte (ausbrechen – Geborgenheit suchen). Gab es hier Männer, die prägend, aufklärend, hilfreich waren? In der Pubertät spielen auch männliche Vorbilder gleichen Alters eine Rolle, also sollte der Gruppenleiter nicht nur an die erwachsenen Vorbilder denken.

### **Vierte Etappe:**

Nach der vierten Etappe geht es um die Zeit zwischen 20 Jahre und der aktuellen Situation. Keine Etappenpause sollte länger als 30 Minuten sein. Die Wanderung sollte insgesamt maximal vier Stunden dauern, inkl. Mittagessen und Bildungspausen. Nach der Rückkehr sollte noch Zeit für eine Ruhephase und innere Einkehr sein.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 21

### **Fünfte Etappe:**

Während der letzten Etappe oder kurz vor Ende sollten sich die Männer damit beschäftigen, welche Wünsche sie für ihre eigenen Kinder haben. Wie sollen die eigenen Kinder aufwachsen? Was haben sie vom Vater? Wie erlebt er sich in der Familie – ist er Randfigur oder mittendrin, auch wenn er weniger zu Hause ist als die Frau? Wie sollte der heutige Abend aussehen? Haben die Männer ein besonderes Bedürfnis, ihren Kindern und/oder Partnerinnen heute Abend nahe zu sein? Wie wollen sie den Abend, abgesehen vom Lagerfeuer (siehe M 25), gestalten? Absprachen mit den Frauen sollten dann getroffen werden, sobald „Mann“ wieder zu Hause (in der Freizeitstätte) ist. Wie sehen die Männer ihre Rolle, sobald sie wieder an ihrem Wohnort sind? Bestehen Ängste, das zu realisieren, was man sich vorgenommen hat?

### **BESONDERE HINWEISE**

Der Gruppenleiter sollte darauf achten, dass Männer, die ohne Vater aufgewachsen sind, sich möglicherweise als besonders defizitär erleben. Hier muss betont werden, dass „Mann“ mit dem eigenen Kind die Chance hat, Dinge nachzuholen, die in der eigenen Kindheit nicht gegeben waren. Der Gruppenleiter sollte zum Austausch mit anderen Männern für die Zeit nach dem Familienurlaub ermuntern.

Die Gespräche zu allen Etappenpausen können durch Rollenspiele und Standbilder ergänzt werden, wenn diese als Medium hilfreich sind. Es sollte aber berücksichtigt werden, dass nicht jede Pause ein Standbild/Rollenspiel benötigt. Gruppenleiter sollten diese Methodik nur anwenden, wenn sie mit ihr vertraut sind – keine Experimente!

Der Gruppenleiter muss bei allen Abschnitten darauf achten, ob ein oder mehrere Teilnehmer besondere Gespräche mit dem Gruppenleiter benötigen. Es ist allerdings abzuwägen, ob Teilnehmer nicht auch mit einem anderen Mann zusammengebracht werden können. Das Gespräch zwischen den Männern ist relevant, der Gruppenleiter sollte sich während des Wanderns eher zurückhalten.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 21

### VARIANTE 1

## Standbilder/Statuen

### ZIEL

- Durch Einnehmen der Haltung und Position einer männlichen Person aus der eigenen Biographie oder der eigenen Person körperliche oder gefühlsmäßige Besonderheiten spüren, Gefühle erkennen
- Sich tiefer in die Position einlassen, die man selbst als Kind oder als Erwachsener hatte/hat

Andere Männer stellen das Standbild, während der Reflektierende selbst beobachtet und Regie führt, d. h. Anweisungen zur Pose erteilt.

### MATERIAL

Nur wenige Gegenstände zur Untermauerung einer Aussage der Person in die Hand geben (im Wald z. B. Stöcke), die anweisende Person soll vielmehr auf Haltung, Gesten und Gesichtsausdruck achten; Fotos machen

### ANLEITUNG

Während der Wanderung kann eine Person nach einem Stopp (z. B. 12–18 Jahre) die Mitspieler auffordern, Rollen und Positionen durch Gesten und Haltungen einzunehmen. Die Mitspieler müssen den Anweisungen folgen. Haltungen einige Sekunden schweigend fixieren.

Von der Gruppenleitung wird jede einzelne Person befragt:

- ? Wie geht es dir in der Position?
- ? Was ist schwierig/einfach an ihr?
- ? Was würdest du gerne verändern?
- Neue geänderte Haltungen einnehmen!

(Kann ein kleiner Schritt zur Lösung von Konflikten sein)

Das Schweigen in der Position und die Kommunikation über den Gruppenleiter nehmen die Schärfe aus Konflikten. Nicht zu viel reden, wirken lassen. Die Teilnehmer gut aus den Rollen und Positionen entlassen (vor allem aus den weniger schmeichelhaften und negativen).

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 21

## VARIANTE 2

# Rollenspiel

### ZIEL

- Sich in fiktive Personen und Situationen spielerisch einfühlen und damit auseinander setzen

In einer anderen Person kann man viel einfacher unpopuläre Meinungen, Ticks, Gefühle ausleben und zum eigenen Spaß bzw. zum Spaß anderer trotzdem Anteile der eigenen Person feststellen.

### MATERIAL

Bei der Wanderung ist kein Material notwendig.

### ANLEITUNG

Der erzählende Mann bestimmt vier bis fünf Männer, die von ihm vorgegebene Rollen und Namen sowie kurze Charakteristiken erhalten.

Beispiel:

„Du bist jetzt Hans, mein Freund, als ich zwölf war. Er hat mir die große, weite Welt erklärt und mich immer zu allem Neuen überredet. Mit ihm hab ich zum ersten Mal geraucht und über Mädchen geredet.“

„Du bist Christian. Mit dir konnte ich immer so schön philosophieren in der Zeit. Ich war hin- und hergerissen zwischen euch. Jeder wollte mit mir was zu tun haben.“

„Du stellst mich mit zwölf dar. Ich war wild und neugierig und an Schule wenig interessiert.“

Alle Beteiligten spielen ca. zehn Minuten die vorgegebene Person, leben sich in sie ein und vertreten deren mögliche Argumente. Der Gruppenleiter regt zum Gespräch an:

- ? Was hat mir an der Person, die ich gespielt habe, gefallen, was an anderen, was nicht?
- ? Was hat mich rasend gemacht?
- ? Was hätte ich gerne von der Person, die ich gespielt habe?

Nach anfänglicher Scheu macht das Spielen Spaß, verleitet dazu zu übertreiben, verführt dazu, andere Positionen auszuprobieren, und bringt Erwachsene den Kindern näher, die sehr häufig Rollenspiele spielen. Ein entscheidender Aspekt, diese Übung in die Ferien mit einzubeziehen, ist diese Spielnähe zu unseren Kindern.

### BESONDERE HINWEISE

Wichtig: alle Personen aus den Rollen entlassen!

# Mittagessen unter Männern

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

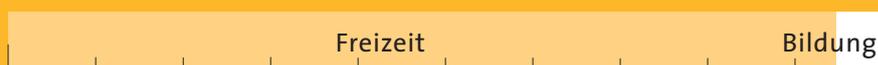
### Angesprochene Ebenen

- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Erholung, Entspannung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Die Männer sollen für die Verpflegung selbst sorgen. Entweder unterwegs einkehren oder Lunchpakete im Haus bestellen. (Hier ist Kreativität gefragt: Kosten beachten. Nicht alle Familien haben genug Geld, um außerhalb zu essen.)

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 22

## MATERIAL

Wanderkarte, Informationen über die Umgebung, Kurzziele als Alternative im Vorfeld recherchieren

## ANLEITUNG

Die Gruppenleitung sollte den Platz zum Essen je nach Witterung und Bedingungen nach den Wünschen der Teilnehmer auswählen, aber erst nach etwa zwei Begegnungen mit „Männern auf meinen Wegen“ (M 21).

## BESONDERE HINWEISE

Entscheidet sich die Gruppe dafür, unterwegs zu sein, sollte der Gruppenleiter einen Ort im Auge haben, an dem (besonders bei schlechtem Wetter) das Einkehren oder Picknicken möglich ist.

# Paarentspannung – „Wir machen eine Reise“

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Paarebene

### Wirkung

- Unterhaltung
- Erholung, Entspannung
- Sich wohl fühlen
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- PartnerInnenrolle einschätzen, (wieder-)entdecken

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Die Übung dient der Entspannung und der Unterstützung der Gemeinsamkeit. Sie kann je nach Phantasiebegabung der Paare und Abstimmungspotenzial sehr sinnlich sein. Für weniger aufeinander eingestimmte Paare ergeben sich keine beeinträchtigenden Konsequenzen.

## MATERIAL

Entspannungsmusik, Recorder

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 23

## ANLEITUNG

Die Paare setzen sich Rücken an Rücken im Raum verteilt außer Hörweite der anderen Paare. Jedes Paar bestimmt eine Person, die zunächst mit der Reise beginnt.

Mit einer allgemeinen Entspannungsübung wird begonnen. Zunächst muss Raum sein, eine gute Sitzposition zu finden, den Atem ruhig fließen zu lassen. Die Augen sollen geschlossen sein. Die Körperwärme des Partners ist spürbar, und jedes Paar kann nach Wunsch leicht rhythmisches Wiegen beginnen.

Die Gruppenleitung gibt folgende Anweisung:

Da ihr jetzt so entspannt Rücken an Rücken sitzt, möchte ich euch auf eine Reise einladen. Das Ziel bestimmt ihr selbst. Eine/Eine von euch beginnt und schildert, was ihm/ihr als Erstes in den Sinn kommt.

- Beschreibt eure Bilder
- Schildert Farben, Geräusche
- Beschreibt, was ihr riecht oder schmeckt und auf der Haut spürt
- ? Wer begegnet euch auf der Reise?

Nach einiger Zeit kann der zuhörende Teil des Paares den Schilderungsfaden aufnehmen und ebenfalls erzählen, wohin er mit dir reist.

Schildert das, was ihr seht, und verreist miteinander in Länder eurer Wünsche oder Phantasien. Lasst euch Zeit, und genießt die Eindrücke. Wiegt euch nun langsam ein, und macht euch ganz entspannt auf euren Weg.

Lasst euch Zeit, einen Anfang zu finden. Derjenige, der zuerst ein Bild erwischt, kann beginnen, oder ihr gebt euch ein Handzeichen, wenn ihr etwas sagen wollt.

## BESONDERE HINWEISE

Die Übung empfiehlt sich insbesondere als Endübung nach zwei eher getrennt erlebten Tagen. Sie kann ein guter Ausgangspunkt zur Verständigung sein. Sie benötigt keine Nachbesprechung, obwohl es spannend und lustig sein kann, wohin die Paare gereist sind.

Die Kinder sollten alle zur Ruhe gekommen sein, deshalb am besten den Abend für diese Übung vorsehen.

# Planung für den Müttertag

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Gruppenzugehörigkeit
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Elternrolle einschätzen, entdecken
- Stärken erkennen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Erkennen der Wünsche von Müttern und Kindern
- Vergleich mit realen Bedingungen

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 24

Von der Gruppenleitung sollen neue Impulse und Anregungen gegeben werden. Der zeitliche Rahmen sowie die großen Eckpunkte (z. B. Essen allein ohne Väter oder das Familientreffen am Abend) sollen allen bekannt sein.

## MATERIAL

Große Blätter, Stifte

## ANLEITUNG

In ca. zwei Gruppen sollen Kinder und Mütter ihre Ideen für den Tag notieren. Die Gruppenleitung sagt (oder hat auf einer Liste notiert), was ihre Möglichkeiten sind.

Schließlich wird eine Reihenfolge erstellt und eine Auswahl getroffen.  
Das Programm sollte sich vom Vätertag unterscheiden.

## BESONDERE HINWEISE

Checkliste für den Tag siehe Vätertag (M 15).

Alle Aktivitäten sollten als Fotos festgehalten werden – Erinnerungen für zu Hause!

# Müttertag – Vorbereitungen für ein Familientreffen am Abend

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Eltern-Kind-Ebene
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Sozialer Austausch
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Elternrolle einschätzen, entdecken
- PartnerInnenrolle einschätzen, (wieder-)entdecken

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Mütter und Kinder bereiten eine (traditionell eher den Männern vorbehaltene) Aktivität vor:

- Sportaktion
- Lagerfeuer

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 25

- Schneeballschlacht
- Lichterwanderung
- Familienquiz

Der Schwerpunkt liegt hier im Treffen der Familie und in der gemeinsamen Aktion nach zwei eher getrennten Tagen.

## MATERIAL

Feuerstelle bzw. geschützte Stelle für Schneeballschlacht, alternativ einen kleinen Rundweg als Spazierweg im Dunkeln mit Lichtern (Teelichter, Partyleuchten) versehen

Eventuell Liederhefte mitnehmen, Lieder einüben  
Lebensmittel für Kinderpunsch und Glühwein

## ANLEITUNG

Diese drei oder noch (wenige) andere Ideen für den Abend als Aktion vorschlagen, Entscheidung treffen und dann Aufgaben verteilen. Jede Aktion kann noch weiter ausgestaltet werden mit Liedern und/oder einer Geschichte, die vorgelesen wird.

Rezept Kinderpunsch:

Mischung aus rotem Tee (Früchtetee), Orangensaft oder gepressten Orangen und Honig

Rezept Glühwein:

Rotwein, Gewürz für Glühwein, Rum und Honig

## BESONDERE HINWEISE

Frauen bringen die Kinder ins Bett, es sei denn, die Väter möchten dies gemeinsam mit ihnen tun. PartnerInnen sollten sich absprechen (Bedeutung des Vaters für seine Kinder bedenken).

# Der Ökoplan

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Herkunftsfamilie
- Soziale Netze

### Wirkung

- Sozialer Austausch
- Soziale Entlastung
- Solidarität erfahren
- Gemeinsamkeiten wahrnehmen
- Unterschiede wahrnehmen
- Stärken erkennen
- Defizite zulassen und bearbeiten
- Konflikte erkennen/bearbeiten
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

Verdeutlichung der Einbindung der Familie in ihre persönliche „Gesellschaft oder Kultur“

## MATERIALIEN

Großes Blatt Papier pro Paar (Kinder können dabei sein), unterschiedlichste Stifte (oder zwei unterschiedliche Farben für die PartnerInnen), mitgebrachte Fotos von Haus, Freunden, Haustieren, Familie im weitesten Sinne

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 26

## ANLEITUNG (WÖRTLICH)

Keine Familie ist wie die andere. Trotz vieler Ähnlichkeiten zeichnen sich Besonderheiten ab durch die Art, wie sie lebt, wer an diesem Leben teilnimmt, wie die Kontakte zu Nachbarschaft, Wohnviertel, Kindergarten etc. sind.

Wir wollen heute bildlich darstellen, welche Personen und welche Umstände sich aktuell im Umfeld der einzelnen Familie befinden. Zu diesem Zweck können alle ihre Wohnung in die Mitte des Bildes malen oder ein Foto einkleben. Gruppiert dann um euren Familienstandort herum alle die Personen, Orte und Einrichtungen, die in eurem Leben eine Rolle spielen und eure Familie zu dieser unverwechselbaren Familie machen, die sie ist. Ihr könnt die Personen oder Einrichtungen (Büro, Kirche, Kindergarten) auch mit Kilometerangaben oder Zeitangaben versehen.

Eurer Phantasie sind in der Gestaltung keine Grenzen gesetzt. Malt Freunde, klebt Bilder ein. Bemüht euch auch darum, die Anteile, die für eure/euren PartnerIn wichtig sind, euch aber eventuell gar nicht gefallen, nicht negativ zu kommentieren, sondern nehmt auch das als Besonderheit eures Lebens auf.

Dann stellen die einzelnen Familien ihre Pläne vor. Nachfragen der anderen TeilnehmerInnen ist möglich.

Anregungen zum Gespräch für die Paare:

- ? Wie war die Erstellung des Planes für euch als Paar?
- ? Was ist euch aufgefallen?
- ? Was war überraschend?
- ? Habt ihr eine erkennbare Einteilung oder unterschiedliche Verantwortlichkeit, unterschiedliche Bereiche und Kontakte feststellen können?
- ? Seid ihr zufrieden mit der Aufteilung?
- ? Würdet ihr gerne etwas ändern?
- ? Gibt es etwas, was euer Leben sehr prägt (Hobby, Arbeit)?
- ? Habt ihr Aspekte vergessen?
- ? Was macht ihr mit dem Plan?

# Abschiedsfest

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Herkunftsfamilie
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Ablenkung
- Erholung, Entspannung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Gruppenzugehörigkeit
- Konflikte erkennen/bearbeiten

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Bewusstmachung der Phantasien über den/die PartnerIn
- Auseinandersetzung damit in entspannter Atmosphäre

Der Spaß bei und an der Sache zwischen PartnerInnen, Kindern und Eltern soll eindeutig im Vordergrund stehen.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 27

## MATERIAL

Alle erdenklichen Gegenstände, Verkleidungsstücke von Gruppenleitenden und Familie, Fotoapparat oder Videokamera

Karten vorbereiten (nach Geschlechtern getrennt):

Verkleide deinen Partner in eine gleichgeschlechtliche Person aus seiner Familie, z. B. Vater, Großvater, Cousin, Bruder, Onkel.

## ANLEITUNG

1. Die Gesamtgruppe in die tatsächlichen Paare/Familien aufteilen (Kinder sollen mitmachen). Alle ziehen nach Geschlechtern getrennt Karten mit der Auflage, über den Inhalt zu schweigen.

Jeder/Jede verkleidet seine/ihren PartnerIn als eine Person aus der jeweiligen Ursprungsfamilie (z. B. Ehefrau wird verkleidet als Mutter, Großmutter, Tante, Schwester, Cousine).

Die PartnerInnen raten nach der Verkleidung, wen sie darstellen sollen.

Fotos von allen Verkleideten bringen eine schöne Gemeinschaftserinnerung. Möglichkeit zum Austausch in Kleingruppen oder Familien bieten.

Gesprächsanleitung:

- ❓ Warum hast du mich so verkleidet?
- ❓ Wie ging es mir dabei, wenn jemand mir so nahe tritt?
- ❓ Wie habe ich mich in der Verkleidung gefühlt?
- ❓ Habe ich Anteile von dieser Person?

2. Die gesamte Frauengruppe verkleidet eine Frau als „Traummann“ / „Traumpartner“. Alle Männer verkleiden gemeinsam einen Mann als „Traumfrau“ / „Traumpartnerin“.

Diese werden am Ende nebeneinander platziert und sollen miteinander flirten und diskutieren, ob sie gemeinsam eine Familie gründen wollen. Sind die beiden füreinander attraktiv?

# Abschiedsfest



## CHECKLISTE

### RAHMENBEDINGUNGEN

- Zeitrahmen festlegen für die Kinder mit Familien
- Verkleidungs- und Dekorationssachen, auch von den Familien
- Knabberien
- Lieblingsmusik aller TeilnehmerInnen (auch die der Kinder)

### AUFGABENVERTEILUNG

- Wer sorgt für Getränke für Erwachsene und Kinder und die Abrechnung?
- Wer dekoriert den Raum („Bühne“ bereitstellen, Raum zum Tanzen etc.)?
- Wer besorgt die Musikanlage?
- Wer hilft aufräumen?
- Kann über das Haus etwas bestellt werden? Wenn ja, zu welchen Konditionen?



# Der Brief nach Hause

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Paarebene

### Wirkung

- Sich wohl fühlen
- Geborgenheit, Liebe wahrnehmen
- PartnerInnenrolle einschätzen, (wieder-)entdecken
- Zukunftsperspektiven entwickeln

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Formulierung von Wünschen, Vorstellungen, Ansprüchen an sich selbst oder andere
- Entwicklung von Zukunftsvisionen
- Mit sich und anderen in Dialog treten

## MATERIAL

Papier, Stifte und eventuell Symbole, Aufkleber, Umschläge mit Adressen der TeilnehmerInnen

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 28

## ANLEITUNG

Mit einem Brief wenden sich alle TeilnehmerInnen am Ende der Urlaubswoche an den Partner bzw. die Partnerin. Der Brief kann ein Dankeschön, Wünsche, Liebeserklärungen, aber auch kritische Worte enthalten. Wenn man Positives in der Freizeit erfahren hat, was man gern in den Alltag hinüberretten möchte, lässt sich dies in einem Brief manchmal leichter ausdrücken als in einem Gespräch.

Der Brief wird verschlossen eingesammelt und von der Gruppenleitung zu einem eher unbestimmten Datum (ca. drei bis vier Wochen nach der Maßnahme) an die AdressatInnen abgeschickt. Die Familien können sich vornehmen, dann bereits die Urlaubsfotos entwickelt zu haben, und sich noch einmal mit den letzten Ferien beschäftigen.

GruppenleiterInnen können außerdem noch eine TeilnehmerInnenliste mit Telefonnummern dazulegen. Das bietet die Chance, soziale Kontakte wieder aufzufrischen.

# Feedbackrunde

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene

### Wirkung

- Spaß
- Stärken erkennen
- Defizite zulassen und bearbeiten

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Auseinandersetzung mit den Erlebnissen
- Eintragen von persönlichen Wertungen auf den persönlichen Vorlagen
- Vermerken auf einem großen Plakat
- Rückblick auf die Übungen, Bewertung und Einschätzung der Gesamtzeit

## MATERIAL

Große Plakatwand, auf der die einzelnen Übungen (siehe Überblick „Ablauf der Familienfreizeit“ oder nachfolgende „Skizze für Feedbackrunde“) eingetragen sind, Stifte, Metaplanutensilien (Smileys, Ausrufezeichen, Tränen, Wolken etc.).

Viel Raum lassen für die Bemerkungen der TeilnehmerInnen.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 29

## ANLEITUNG (WÖRTLICH)

Bitte lasst die Woche mit allen Aktivitäten an euch vorüberziehen und tragt in die große Wandtafel eure Kommentare und Bemerkungen ein. Nutzt dazu Symbole, die ihr euch ausdenkt oder hier vorfindet.

Es gibt keine Pflicht, für alles einen Kommentar zu finden, doch es ist wichtig für uns zu erfahren, wie ihr die einzelnen Abschnitte erlebt habt und einschätzt.

Anregungen für Gesprächsführung:

- ❓ Was war der Hit der Woche?
- ❓ Was hat euch unter- oder überfordert?
- ❓ Welche Überschrift würdet ihr der Freizeit geben?

## SKIZZE FÜR DIE FEEDBACKRUNDE (AUCH ORIENTIERUNGSRAHMEN)

Auf Infowand aus großer Packpapierrolle übertragen. Für die Eintragungen (die auch während der Woche erfolgen können) genug Raum lassen. Die Skizze kann auch kopiert werden.

TAG	VORMITTAG	NACHMITTAG	ABEND	EINTRAGUNGEN
1. Tag		<b>Kennenlernen</b> <b>Steckbrief</b> <b>Hausrallye</b>	<b>Torte</b>	
2. Tag	Freizeit	<b>Paarspaziergang</b>	<b>Weißt du noch ...?</b>	
3. Tag	<b>Als Familie aktiv sein</b>	<b>Ich finde Kinder toll ...</b>	Aktivitäten am Abend	
4. Tag	<b>Frauentag</b> Mittagsentspannung Wo stehe ich?  <b>Vätertag</b> Freizeit mit Kindern	<b>Frauentag</b> Programm nach Wahl  <b>Vätertag</b> Freizeit mit Kindern	<b>Frauentag</b> Freizeit  Kino für Frauen	
5. Tag	<b>Männertag</b> Wo stehe ich? Mittagsentspannung Sportprogramm  <b>Mütterttag</b> Freizeit mit Kindern	<b>Männertag</b> Männerwanderung („Männer auf meinen Wegen“) Standbild/Rollenspiel  <b>Mütterttag</b> Freizeit mit Kindern	<b>Männertag</b> Freizeit Abendprogramm mit Familie  <b>Paarentspannung</b>	
6. Tag	Freizeit	<b>Ökoplan</b>	<b>Abschiedsfest</b> Verkleiden	
Abreisetag	Der <b>Brief</b> nach Hause  <b>Abschlussrunde</b> Abschlussritual	Abreise		



# Abschlussritual

## BEWERTUNG UND EINORDNUNG

### Angesprochene Ebenen

- Individuelle Ebene
- Paarebene
- Eltern-Kind-Ebene
- Herkunftsfamilie
- Soziale Netze

### Wirkung

- Unterhaltung
- Spaß
- Sich wohl fühlen
- Soziale Entlastung
- Stärken erkennen

### Einordnung hinsichtlich Freizeit- und Bildungsorientierung



## ZIEL

- Abschied nehmen – voneinander, vom Urlaubsort, von der Einrichtung und den GruppenleiterInnen.
- Auch für GruppenleiterInnen ist es wichtig, eine Zäsur zu machen. Von großer Bedeutung sind auch die Kontakte der Kinder untereinander.

Weiter nächste Seite

Fortsetzung von M 30

## MATERIAL

Zertifikate der Gruppenleitung (siehe Druckvorlagen für jede Familie)

## ANLEITUNG

Die Zertifikate sollen persönliche, positive Sätze enthalten, z. B.:  
„Hiermit bestätigen wir Familie Meyer, viel für die Fröhlichkeit in diesen Ferien getan zu haben. Wir haben wohl alle davon profitiert und werden eine Portion mit nach Hause nehmen.“

Die Zertifikate können die Form persönlicher Rückmeldungen haben, die die Gruppenleitenden den TeilnehmerInnen geben wollen (Wünsche, Beobachtungen, besondere Stärken usw.). Diese sind dann natürlich nicht öffentlich.

Es wird ein Gruppenfoto gemacht, das anschließend verschickt wird (eventuell Pauschalbetrag einsammeln). TeilnehmerInnenliste fotokopiert ausgeben, wenn alle einverstanden sind. Von TeilnehmerInnen organisiertes Nachtreffen anregen, wenn es nicht zu weite Anreisen sind.

Die Kinder pflücken einen Blumenstrauß, rollen Abschiedsschneebälle, suchen Tannenzapfen.

Abschiedslied:

Alle Leut', alle Leut' gehen jetzt nach Haus,  
Gehen in ihr Kämmerlein, lassen fünf gerade sein.

Alle Leut' gehen jetzt nach Haus.

Sagen „Auf Wiedersehen,  
es war so wunderschön.“

Alle Leut', alle Leut' gehen jetzt nach Haus.

Der Fritz geht nach Haus...die Lisa geht nach Haus...

Obst, Müsliriegel, Trinkpäckchen etc. für Kinder und Erwachsene für die Heimfahrt bereitstellen. Alle dürfen sich etwas nehmen. Aufforderung, sich zu verabschieden.

# Druckvorlage Zertifikat

## ARBEITSBLATT

Zertifikat

Liebe \_\_\_\_\_, lieber \_\_\_\_\_, (hier Vornamen des Paares eintragen)

Persönlicher Text (manchmal ist es ratsam, wenn er mit der Hand geschrieben wird, unterstützt den persönlichen Charakter)

Beispiel:

Liebe Ulla, lieber Hans,

in der kurzen Zeit, in der wir hier alle zusammen waren, haben wir euch sehr unterschiedlich erlebt. Am Anfang warst du, Hans, besonders reserviert und kritisch. Wir haben uns sehr gefreut, dass du diese Haltung schon am zweiten Tag mehr und mehr aufgegeben hast und dich vor allem in der Männergruppe öffnen konntest. Wir hatten viel Spaß mit deinem trockenen Humor. Die Kinder schätzten dein zupackendes Wesen beim Lagerfeuer. Bei dir, Ulla, spürt man sehr genau deine Belastung durch Beruf und Kinder. Dass Hans während der Woche nicht zu Hause wohnt, hat sicher den Eindruck verstärkt, dass alles an dir hängt. Wir haben dich so erlebt, dass du im Moment deshalb auch sehr zweifelnd eure Partnerschaft betrachtest. Trotzdem haben wir in dieser Woche gesehen, wie du mit Hans ein Stück Leichtigkeit zurückgewonnen hast und wie sehr du es genossen hast, dass Hans so prima an deiner Seite stand und sich auch um Tobias, euren Sohn, so selbstverständlich kümmerte, als dieser Mittwochnacht wegen seines Durchfalls kaum geschlafen hat. Wir haben den Eindruck, dass ihr in den letzten Tagen wieder etwas zusammengerückt seid, glauben aber, dass ihr noch ein gehöriges Stück vor euch habt, für das wir euch alles Gute wünschen. Ihr seid ein gutes Team, und die wenige Zeit zu zweit hat euch und eurer Partnerschaft sehr gut getan. Man kann damit auch zu Hause weitermachen!

Gebt gut aufeinander acht

Martina und Hartmut (Gruppenleitende)



## **ANHANG**



## 1 ADRESSEN

### **DEUTSCHER FAMILIENVERBAND**

Luisenstraße 48  
10117 Berlin  
Tel. 030/30 88 29-60  
Fax 030/30 88 29-61  
www.deutscher-familienverband.org  
zentrale@Deutscher-Familienverband.org  
(AnsprechpartnerInnen für das Modellprojekt)

### **FABIUF – FAMILIENBILDUNG UND FREIZEIT**

Meesmannstraße 8  
58456 Witten  
Tel. 0 23 02/27 77 01  
Fax 0 23 02/27 77 02  
Dr.M.Eckert@t-online.de  
(AnsprechpartnerInnen für Fortbildungen)

### **BUNDESGESCHÄFTSSTELLE DER NATURFREUNDE**

Kolpingplatz 5–11  
50667 Köln  
Tel. 02 21/2 07 01-170  
Fax 02 21/2 07 01-210  
(Verzeichnis von Familienferienstätten)

### **BUNDESGESCHÄFTSSTELLE DER NATURFREUNDE**

Postfach 60 04 41  
70304 Stuttgart  
Tel. 07 11/40 95 40  
(Verzeichnis relativ günstiger Naturfreundehäuser)

### **DJH SERVICE GMBH (JUGENDHERBERGSWERK)**

Bismarckstraße 8  
32756 Detmold  
Tel. 0 52 31/7 40 10  
www.djh.de  
(Verzeichnis der deutschen Jugendherbergen)

## 2 LITERATUR

### A

ANTONS, K. (2000): Praxis der Gruppendynamik, Verlag für Psychologie

### B

BERNSTEIN, D., BORKOVEC, T. (1999): Entspannungstraining – Handbuch der progressiven Muskelentspannung, Pfeiffer, München

BUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT FAMILIENERHOLUNG (Hg.)(2000): Familienerholung in Deutschland; zu beziehen über den KATHOLISCHEN ARBEITSKREIS FÜR FAMILIENERHOLUNG, Kolpingplatz 5-11, 50667 Köln;

BUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT KATHOLISCHER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTEN (Hg.) (1995): Männer-Väterbildung in katholischen Familienbildungsstätten, Prinz-Georg-Straße 44, 40477 Düsseldorf

BZgA (Hg.) (2000): frauen leben – Studie zu Lebensläufen und Familienplanung, Köln

### C

COHN, R. (2001): Lebendiges Lehren und Lernen – TZI macht Schule, Klett-Cotta

COHN, R. (2000): Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion, Klett-Cotta

COWAN, C. P., COWAN, P. A. (1988): Changing in marriage during the transition to parenthood – must we blame the baby?, in: MICHAELS, G. Y. u. GOLDBERG, W. A. (Hg.): The transition to parenthood – current theory and research (S. 114–156), University Press, Cambridge

COWAN, C. P., COWAN, P. A. (1994): Wenn Partner Eltern werden, Piper (vergriffen); Original: COWAN, C. P. u. COWAN, P. A. (1992): When partners become parents – the big life change for couples, Basic Books, New York

### D

DFV (1999): Handbuch Elternbildung, Band 1 und Band 2, Leske + Budrich

DFV (2001): Sonderheft Familienurlaub DFV (unter anderem mit einer Übersicht über finanzielle Fördermöglichkeiten); zu beziehen über den DEUTSCHEN FAMILIENVERBAND, Luisenstraße 48, 10117 Berlin

### E

ECKERT, M. (1999): Wenn wir Eltern werden ... ist alles anders, Urania-Ravensburger

ENGL, J., THURMAIER, F. (1997): Wie redest Du mit mir? – Fehler und Möglichkeiten der Paarkommunikation, Herder

GONSER, U., HELBRECHT-JORDAN, I. (1994): ...Vater sein dagegen sehr – Wege zur erweiterten Familienorientierung von Männern, Kleine

GORDON, T. (1972): Familienkonferenz, Hoffmann & Campe

GOTTMAN, J. M. (1994): What predicts divorce?, Erlbaum, Hillsdale, N.J.

GUDJONS, H. (1995): Spielbuch Interaktionserziehung, Verlag Julius Klinkhardt

GUDJONS, H., PIEPER, M. (1992): Auf meinen Spuren, Bergmann und Helbig Verlag

HOFFRAGE, H., SAHELIAN, F., SANDER, U. (1998): Stutzen, Staunen, Stöbern – Spiele mit Knud dem Umweltbär, Ökotopia Verlag

HÜHOLDT, J. (1985): Wunderland des Lernens – Lernbiologie, Lernmethodik, Lerntechnik, Verlag für Didaktik

HULLEN, G. (1995): Frauenbiographien – Ergebnisse der retrospektiven Befragung zu Familien- und Erwerbsbiographien 35- bis 60-jähriger Frauen, BUNDESINSTITUT FÜR BEVÖLKERUNGSFORSCHUNG, Heft 83

LÖHR, H. (1991): Kinderwunsch und Kinderzahl, in: BERTRAM, H. (Hg.): Die Familie in Westdeutschland – Stabilität und Wandel familiärer Lebensformen, Leske + Budrich, Opladen, S. 461–496

MOELLER, M. L. (1992): Die Wahrheit beginnt zu zweit – das Paar im Gespräch, Rowohlt

MÜLLER, E. (1999): Inseln der Ruhe, Kösel, München

SATIR, V. (1996): Kommunikation, Selbstwert, Kongruenz, Jungfermann

VON SCHLIPPE, A., SCHWEITZER, J. (2002): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung, Vandenhoeck und Ruprecht

SCHMIDBAUER, W. (1992): Wie Gruppen uns verändern – Selbsterfahrung, Therapie und Supervision, Kösel

G

H

L

M

S

SCHNACK, D., GERSTERKAMP, T. (1996): Hauptsache Arbeit – Männer zwischen Beruf und Familie, Rowohlt

SCHNEEWIND, K. A., RUPPERT, S. (1995): Familien gestern und heute – ein Generationenvergleich über 16 Jahre, Quintessenz

SCHNEEWIND, K. A., VASKIVICS, L. A. (1992): Optionen der Lebensgestaltung junger Ehen und Kinderwunsch, Schriftenreihe des BUNDESMINISTERIUMS FÜR FAMILIE UND SENIOREN, Band 9, Kohlhammer

SPIEL, C., KASTNER-KOLLER, U., DEIMANN, P. (Hg.) (1996): Motivation und Lernen aus der Perspektive lebenslangen Lernens, Waxmann

V

VESTER, F. (1998): Denken, Lernen, Vergessen, DTV

Z

ZIERAU, J. (2000): Modellprojekt „Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern“, Ergebnisse der bundesweiten Befragung der Familienferienstätten, INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG GMBH an der UNIVERSITÄT HANNOVER (Hg.), IES-Projektbericht 105.00, Hannover

ZIERAU, J. (2001): Modellprojekt „Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern“, Ergebnisbericht der wissenschaftlichen Begleitung, INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG GMBH an der UNIVERSITÄT HANNOVER (Hg.), IES-Bericht 111.01, Hannover

### 3 BIOGRAPHISCHES: PROF. DR. MARTINA ECKERT

Prof. Dr. Martina **ECKERT**

Meesmannstraße 8

58456 Witten

Tel. 0 23 02/27 77 00

Dr.M.Eckert@t-online.de

#### BERUFLICHE BIOGRAPHIE

1980–1985 Psychologiestudium an der UNIVERSITÄT BOCHUM, Abschluss Diplom-Psychologin

1985–1992 Vorlesungen, Grund- und Hauptseminare an der UNIVERSITÄT BIELEFELD für Studierende der Psychologie im Fach Sozialpsychologie

1988 Promotion

1992–1994 freiberufliche Tätigkeit in Unternehmensberatung, Beratung und Fortbildung

1995–1998 Entwicklung und Evaluation eines Bildungsprogramms für Paare beim DEUTSCHEN FAMILIENVERBAND, Bonn, Projektstandort München

Seit 2/1998 Fortbildungsleiterin des DFV-Elternbildungsprogramms (EbiP)

WS 1998/99 Lehrauftrag an der UNIVERSITÄT DÜSSELDORF für Studierende der Pädagogik

Seit 12/1998 Professorin für Psychologie/Verhaltenstraining an der FH FÜR ÖFFENTLICHE VERWALTUNG NRW, Abt. Hagen

#### LEHRE UND FORTBILDUNGSVERANSTALTUNGEN IN PRAXISFELDERN

LEGASTHENIE- UND LEHRZENTRUM: Diagnostik, Einzel- und Gruppenunterricht für Kinder und Jugendliche mit Lese- und Schreibschwäche und sonstigen Leistungsstörungen

STUDIENKREIS, Bochum: NLP, Menschenführung und Kommunikation für LehrerInnen; „Neue Wege des Lernens“ – Vorträge für Schulen

ISP DORTMUND (INSTITUT FÜR SEXUALPÄDAGOGIK): Aidsprävention, MultiplikatorInnenfortbildung, BeraterInnenkompetenzen in sozialen Berufsfeldern

WEISSER RING E. V.: Gewalt gegen Kinder (Ausbildung ehrenamtlicher MitarbeiterInnen, seit 1995)

### AUSGEWÄHLTE PUBLIKATIONEN UND GUTACHTEN

ECKERT, M. (1994): Missbrauch an Kindern, Zeitschrift des WEISSEN RINGS E.V., Nr. 5

ECKERT, M. (1996): Sexualpädagogische Materialien für ErzieherInnen im Vorschulbereich, Gutachten im Auftrag der BZgA, Köln

ECKERT, M. (1997): Sexueller Missbrauch von Kindern und Jugendlichen, Gutachten und Stellungnahme im Auftrag des DEUTSCHEN BUNDESTAGES, Bonn

ECKERT, M. (1997): Aus zwei werden drei, Broschüre im Auftrag der BZgA, Köln

ECKERT, M. (1997): Begleitmaterial für einen Film zum sexuellen Missbrauch und didaktische Anregungen für den Unterricht für Lehrer und Lehrerinnen, WEISSER RING E.V., Mainz

ECKERT, M. (1999): Verschiedene Aufsätze zum Thema Elternschaft, in: DFV (Hg.) (1999): Handbuch Elternbildung, Band 1 und 2, Leske + Budrich

FTHENAKIS, W. E., ECKERT, M. (1997): Präventive Hilfen für Familien in Familienbildung und Beratung, in: MACHA, H., MAUERMANN, L. (Hg.): Brennpunkte der Familienerziehung, S. 219–239, Deutscher Studien Verlag

### SONSTIGE BERUFSERFAHRUNG UND KENNTNISSE U. A.

Ehrenamtliche Tätigkeit für den WEISSEN RING E. V. (Opferbetreuung und -beratung – vorwiegend Kinder und Frauen)

Leitendes Redaktionsmitglied und -sprecherin für den Diskus, Zeitschrift der FHÖV, NRW

Vorträge zu Themen wie sexueller Missbrauch, Sexualaufklärung und Elternschaft

# **AUSGEWÄHLTE ERGEBNISSE DER EVALUATION**

**Johanna Zierau**



## EINLEITUNG

Familienerholungsmaßnahmen mit Bildungscharakter sind für Familien etwas Neues. Mit den gängigen Vorstellungen von Urlaub decken sie sich selten. Es ist daher illusorisch zu glauben, dass Familienerholungsmaßnahmen nach dem Vorbild „Familienfreizeit für Eltern mit Kindern bis fünf Jahre“ gängige Urlaubskonzeptionen ablösen und ersetzen könnten. Sollen sie auch nicht! Vielmehr sollen sie als Mittel begriffen werden, Familienbildung mit positiven und ganzheitlichen Erfahrungen anzureichern und an den Mann / an die Frau zu bringen.

Die Erfahrungen, wie Eltern dieses Angebot im Modellprojekt angenommen haben, sind dennoch anfällig für Vergleiche

- mit anderen Urlaubsformen,
- mit anderen Bildungsformen,
- mit anderen Freizeitangeboten.

Für die Entscheidung darüber, was und wie Gruppenleitende zukünftig mit dem vorliegenden Konzept arbeiten möchten, ist daher weniger relevant, ob Familien genauso viel Erholung erfahren wie in anderen Erholungsmaßnahmen oder ob sie mehr lernen als bei herkömmlichen Familienbildungsangeboten. Vielmehr ist es für interessierte Gruppenleitende relevant, ob diese Form der Bildung/Freizeit bzw. ihre Umsetzung als implizit stimmig erscheint und wie die Familien dieses Angebot in der Modellphase beurteilt haben.

Das INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG (IES) GMBH<sup>1</sup> an der UNIVERSITÄT HANNOVER hat das Modellprojekt evaluiert und konnte einige Ergebnisse vorlegen, die zur Beurteilung der vorliegenden Handreichung für Gruppenleitende durchaus informativ sind. Ganz gleich, wie später mit den Bausteinen und Konzepten gearbeitet wird, Gruppenleitende werden Sicherheit dahin gehend benötigen, ob die vorausgesagten Effekte auch tatsächlich bei den Familien erzielt werden konnten.

Johanna Zierau, Hannover 2003

<sup>1</sup> ZIERAU, J. (2001): Modellprojekt „Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern“, Ergebnisbericht der wissenschaftlichen Begleitung, INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG GMBH an der UNIVERSITÄT HANNOVER (Hg.), IES-Bericht 111.01, Hannover

# 1 AUFGABEN UND ARBEITEN DER WISSENSCHAFTLICHEN BEGLEITUNG

Es war vorgesehen, in die Evaluation zwölf Maßnahmen einzubeziehen. Die Evaluation der Maßnahmen im Modellprojekt richtete sich dabei an verschiedene Personengruppen: die teilnehmenden Mütter und Väter, die Gruppenleitenden und die Träger oder Leitungskräfte der Familienferieneinrichtungen<sup>2</sup>, in denen Modellprojektveranstaltungen stattfanden. Es wurden sowohl standardisierte Befragungen als auch leitfadengestützte Telefoninterviews durchgeführt.

## 1.1 DIE BEFRAGUNG DER ELTERN – MÜTTER UND VÄTER

Bei den teilnehmenden Eltern zielte die Evaluation darauf ab zu ermitteln,

- ❓ inwieweit das Bildungsangebot im Rahmen einer Familienfreizeit von Eltern – Mutter und Vater gemeinsam – akzeptiert wird,
- ❓ inwieweit die besondere Phase der Familiengründung dadurch unterstützt und erleichtert werden kann und
- ❓ wie vor allem eher bildungsungewohnte Eltern erreicht werden können.

Alle Mütter und Väter wurden schriftlich zu Beginn und am Ende der Maßnahme befragt. Außerdem erfolgte eine Nachbefragung bei 14 Müttern und Vätern als Telefoninterviews etwa drei Monaten nach Beendigung der jeweiligen Maßnahme. Nach diesem Zeitraum sind die Erfahrungen einerseits noch relativ präsent, andererseits hat sich bereits ein Meinungsbild darüber ergeben, ob Auswirkungen auf das Familienleben zu beobachten oder konkret absehbar sind.

<sup>2</sup> Zur Einrichtungsbefragung liegt ein eigener Bericht vor: ZIERAU, J. (2000): Modellprojekt „Familienfreizeit für Eltern mit kleinen Kindern“, Ergebnisse der bundesweiten Befragung der Familienferienstätten, INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG GMBH an der UNIVERSITÄT HANNOVER (Hg.), IES-Projektbericht 105.00, Hannover.

## 1.2 DIE BEFRAGUNG DER GRUPPENLEITENDEN

Mit der Befragung der Gruppenleitenden sollten Informationen ermittelt werden, ob und wie aus der Sicht derjenigen, die die Maßnahmen umsetzen sollten, die mit dem Modellprojekt beabsichtigten Ziele erreicht werden können. Wichtige Fragen hierzu waren:

- ❓ Welches sind die günstigsten Wege, um (bildungsungewohnte) Familien – Mutter und Vater mit Kind/Kindern – für das Freizeit-Bildungs-Angebot in Familieneinrichtungen zu gewinnen?
- ❓ Kann das Bildungsprogramm wie vom konzipierten „Programm“<sup>3</sup> vorgegeben umgesetzt werden, bzw. was sollte geändert werden?
- ❓ Worin zeigen sich Unterschiede zwischen Modelltyp „A“ und „B“<sup>4</sup>? Ist ein Typ für die Weiterführung des Programms zu favorisieren? Welche Gründe sprechen dafür?

Die Befragung der Gruppenleitenden erfolgte schriftlich zu jeder Maßnahme vor Beginn und nach dem Abschluss. Außerdem wurde noch ein Kurzfragebogen eingesetzt, der tagesbezogen zur Kursdurchführung wichtige Informationen liefern sollte und der ebenfalls von den Gruppenleitenden auszufüllen war.

Es war vorgesehen, den Informations- und Erfahrungsaustausch mit den verschiedenen am Modellprojekt beteiligten Gruppen – BZgA, DFV, IES und Gruppenleitenden der Maßnahme – im Rahmen von zwei Workshops zu gewährleisten. Der erste Workshop sollte die Möglichkeit einer Zwischenbilanzierung bieten, eventuell aufgrund vorliegender Ergebnisse auch eine Revision des „Programms“ eröffnen. Der zweite sollte die Funktion eines Abschlussworkshops haben.

Der Verlauf des Modellprojekts, insbesondere im Zusammenhang mit der Durchführung von Maßnahmen – erst im Frühjahr 2000 konnten die ersten Maßnahmen realisiert werden –, machte es erforderlich, von dieser Konstruktion abzuweichen. Es wurde ein Arbeitstreffen der projektverantwortlichen Gruppen zum Jahresbeginn 2000 in Bonn veranstaltet. Auf dieser Tagung ging es darum, ob und wie es doch noch gelingen kann, zumindest eine gewisse Zahl an Maßnahmen in die Tat umzusetzen. Die Tagung wurde deshalb insbesondere genutzt, um nach den Ursachen für diesen Zwischenstand zu forschen sowie Werbestrategien zu entwickeln und kurzfristig zu starten, damit das Modellprojekt erfolgreich beendet werden konnte. Das Abschlusstreffen fand im Dezember 2000 ebenfalls in Bonn statt, und zwar kurz nach Beendi-

<sup>3</sup> Vgl. Anleitungen für die Praxis, Übersicht „Ablauf einer Familienfreizeit“, S. 104–115

<sup>4</sup> Beschreibung der Maßnahmetypen, Ausgewählte Ergebnisse der Evaluation, Kap. 2.1, S. 7

gung der letzten durchgeführten Modellprojektmaßnahme im November 2000. Es hatte den Zweck, erste Ergebnisse der Evaluation durch das IES vorzustellen. Es sollte jedoch auch ein abschließender Informations- und Erfahrungsaustausch mit den an den Maßnahmen beteiligten Gruppenleitenden stattfinden. Hieraus sollten weitere Hintergrundinformationen für die Ergebnisdarstellung gewonnen werden. Außerdem war es ein wichtiges Anliegen aller Beteiligten, Fragen zu weiterführenden Perspektiven des Programms zu diskutieren.

## 2 VORSTELLUNG DER DURCHFÜHRTEN MASSNAHMEN

### 2.1 STRUKTURELLE MERKMALE

Das Angebot sollte in zwei Formen durchgeführt werden:

- Modelltyp „A“ war als Sieben-Tage-Angebot konzipiert, als so genannte geschlossene Maßnahme, in der Erholung und Bildung in einer Woche miteinander verbunden stattfinden sollten.
- Modelltyp „B“ war als Kompakteinheit von vier Tagen und integraler Bestandteil einer Erholungsreise z. B. von 14 Tagen vorgesehen. Bereits zu Beginn der Durchführungsphase wurde von der Zeitstruktur abgewichen, und der Modelltyp „B“ wurde ebenfalls als eine geschlossene Familienfreizeit, nur von kürzerer Dauer, angeboten.

#### PROBLEME BEI DER GEWINNUNG VON INTERESSIERTEN FAMILIEN

Es zeigte sich, dass es schwierig war, genügend Familien für die ausgeschriebenen Angebote zu finden.

1. Für die Vorlaufphase zur Gewinnung der Teilnehmenden hätte ein längerer Zeitraum angesetzt werden müssen.
2. Es war schwierig, die gewünschte Zielgruppe, beide Elternteile, in ausreichender Zahl zu gewinnen. Die Mindestzahl an Familien war mit vier vorgegeben. Das Problem lag darin, dass Väter offenbar weniger erreichbar und aufgeschlossen waren (auch weiterhin sind), mit ihrer Frau/Partnerin gemeinsam an einem solchen Angebot teilzunehmen.

Es ist jedoch dank intensiver Anstrengungen des Projektträgers und der Gruppenleitenden gelungen, elf Angebote als Modellmaßnahme zu realisieren. Sie fielen in den Zeitraum März bis November 2000. Es wurden drei verschiedene Typen umgesetzt.

- Eine einwöchige Veranstaltung, als Modelltyp „A“, durchgeführt in Familienferienstätten oder ähnlichen Einrichtungen, konnte wie geplant durchgeführt werden.
- Die kurze oder viertägige Maßnahmen wurde ebenfalls in einer Erholungseinrichtung durchgeführt, jedoch nicht als integraler Bestandteil eines längeren Familienurlaubs, sondern als abgeschlossenes Angebot Typ „B“.
- Das Angebot eines Erlebnis-Familienurlaubs, hier als achttägige Kanutour mit Zeltunterkunft, ähnelte der Maßnahme „A“, allerdings bestanden große Unterschiede bei den äußeren Bedingungen, wie der Unterkunft und Versorgung.

Abb. 1

<b>DURCHGEFÜHRTE MASSNAHMEN</b>				
<b>MASSNAHMEART</b>	<b>VERANSTALTUNGSORT</b>	<b>EINRICHTUNG</b>	<b>ZEITRAUM</b>	<b>ANZAHL ELTERNPAARE</b>
7-tägig	Reichenau	Ferienstätte	19.03.–25.03.00	4
7-tägig	Uder im Eichsfeld	Ferienstätte	08.05.–14.05.00	4
7-tägig	Travemünden-Brodten	Ferienstätte	04.06.–10.06.00	7
7-tägig	Bad Laer I	Haus Mönter-Meyer	02.07.–08.07.00	6
7-tägig	Bad Laer II	Haus Mönter-Meyer	17.09.–23.09.00	7
4-tägig	Wertach I	Ferienstätte	28.04.–01.05.00	6
4-tägig	Dassel	Ferienstätte	28.04.–01.05.00	3
4-tägig	Leveringhausen	Bauernhof	27.10.–30.10.00	3
4-tägig	Wertach II	Ferienstätte	30.10.–02.11.00	6
8-tägig, Kanutour	Rennes I	Zeltplatz	29.07.–05.08.00	4
8-tägig, Kanutour	Rennes II	Zeltplatz	06.08.–13.08.00	5

## 2.2 ANGABEN ZU DEN GRUPPENLEITENDEN

Es gehörte zum Konzept der Maßnahmen, dass sie grundsätzlich von zwei Personen – einer Gruppenleiterin und einem Gruppenleiter als Teampaar – durchgeführt wurden. An den elf durchgeführten Maßnahmen waren zwölf Gruppenleitende beteiligt – sieben Frauen und fünf Männer. Sechs Gruppenleitende waren einmal aktiv, vier haben zwei Maßnahmen begleitet, eine Gruppenleiterin wirkte bei drei Veranstaltungen mit und ein Gruppenleiter sogar bei fünf.

Die Gruppenleitenden sind zwischen 30 und 49 Jahre alt, wobei die jüngste eine Frau, der älteste ein Mann war. Überwiegend sind die Gruppenleitenden verheiratet, zwei sind geschieden. Alle haben Kinder, die meisten mehr als zwei.

Ihre berufliche Qualifikation umfasst ein breites Spektrum verschiedener Berufe, oftmals haben sie mehr als einen Berufsabschluss. In vielen Fällen ist eine psychologische, therapeutische Qualifikation als alleinige Qualifikation vorhanden, auch die Berufsabschlüsse Erzieherin und Sozialpädagogin wurden genannt. In einigen Fällen wurde die therapeutische Ausrichtung offensichtlich in einer zweiten Qualifikation erworben. Denn es sind auch Berufe wie Diplom-Mathematiker, Schreiner, Maschinenbautechniker genannt worden. Am häufigsten wurde die Berufsbezeichnung Diplom-PsychologIn (vier Frauen, ein Mann) genannt.

Darüber hinaus haben sie sich für das Aufgabenfeld im Modellprojekt noch weiterqualifiziert. Die Hälfte von ihnen, darunter fünf Gruppenleiterinnen, hat an der Qualifizierungsmaßnahme im Rahmen des Projekts „Wenn aus Partnern Eltern werden“<sup>5</sup> teilgenommen und an der Fortbildungsmaßnahme, die diesem Projekt vorgeschaltet war. Die anderen hatten zumindest an einer der beiden genannten Qualifizierungsmaßnahmen teilgenommen bzw. ihre Qualifizierung über andere spezifische Fortbildungen erworben. So waren sie also sehr gezielt auf die inhaltlichen und methodisch-didaktischen Anforderungen des Modellprojektangebots vorbereitet. Auch verfügten fast alle über Leitungserfahrungen aus Gruppen mit werdenden und jungen Eltern. In vielen Fällen hatten sie bereits als Teampaar zusammengearbeitet.

Die meisten der Gruppenleitenden sind erwerbstätig. Bei den Frauen dominiert die Teilzeitarbeit, nur eine Gruppenleiterin ist vollzeitbeschäftigt. Die Männer sind überwiegend vollzeittätig. Eine größere Zahl der Gruppenleitenden ist außerdem auch in der Familienbildung engagiert, häufig in den beiden Formen „auf Honorarbasis“ und „ehrenamtlich“.

## **2.3 VORBEREITUNG UND ORGANISATION DER MASSNAHMEN, AUFGABEN UND ERFAHRUNGEN DER GRUPPENLEITENDEN**

Die Durchführung der Maßnahmen lag in der Hand der Gruppenleitenden. Neben den direkten Durchführungsarbeiten war es auch ihre Aufgabe, sich bei der Werbung der Familien aktiv zu zeigen und sich kooperierende Träger/Einrichtungen wie auch Landesverbände des DFV, Beratungsstellen, Familienbildungsstätten und sonstige Organisationen vor Ort zu suchen. Diese zuletzt genannte Organisationsarbeit war zunächst nicht vorgesehen, da davon ausgegangen wurde, dass es möglich sein würde, mit den verschiedenen Werbeaktionen des DFV eine ausreichende Zahl Familien zu gewinnen. Der zögerliche Beginn der Umsetzung von Maßnahmen hatte diesen Schritt jedoch erforderlich gemacht. Die Zusammenarbeit mit einem Träger vor Ort bedeutete

<sup>5</sup> ECKERT, M. (1999) in: DEUTSCHER FAMILIENVERBAND (Hg.), Handbuch Elternbildung, Band 1, Opladen S. 71 ff.

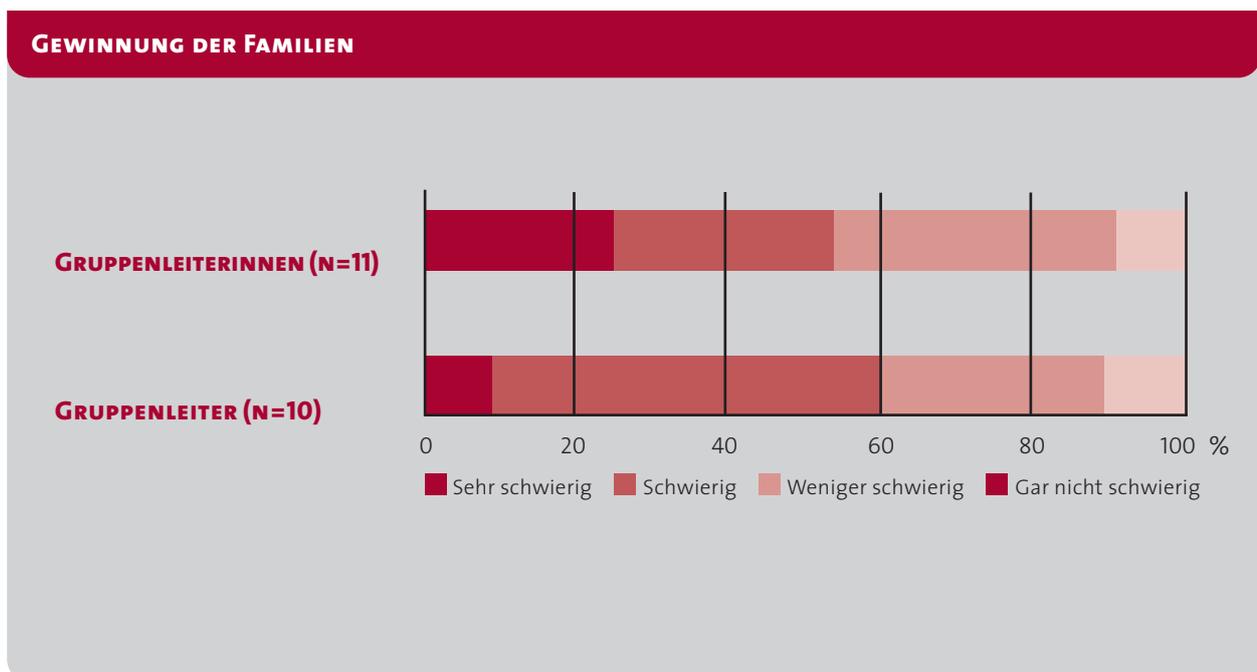
eine institutionelle Verankerung, was den Gruppenleitenden die Erreichbarkeit von Familien erleichterte. Außerdem konnten die Werbeinstrumente der jeweiligen Einrichtung genutzt werden und darüber hinaus auch noch Familien von Einrichtungen vermittelt werden. Es war für die Gruppenleitenden offensichtlich nicht schwierig, entsprechende Kooperationspartner vor Ort zu finden. Das kann auch als ein Indiz gewertet werden, dass es ein grundsätzliches Interesse bei entsprechenden Stellen gibt, sich diesem Angebot für ihre Klientel gegenüber aufgeschlossen zu zeigen.

**AKTIVITÄTEN ZUR GEWINNUNG DER FAMILIEN**

Zur Gewinnung der Familien wurden unterschiedliche Wege beschritten: Es warb der DEUTSCHE FAMILIENVERBAND – durch Anzeigen, Plakate und im Internet – als Träger des Modellprojekts. Es wurden Familien angesprochen, die am Vorläuferprojekt „Wenn aus Partnern Eltern werden“ teilgenommen hatten, die Gruppenleitenden nutzten ihre Kontaktnetze etc. Insbesondere wurden auch nach dem Arbeitstreffen im Januar 2000 massive Werbeaktionen vom DFV gestartet.

Trotz dieser intensiven Werbung hat es sich als schwierig erwiesen, die gewünschte Zahl an Familien für die ausgeschriebenen Maßnahmen zu gewinnen. Es wurden wohl viele Anfragen registriert, ohne dass schließlich daraus eine feste Anmeldung folgte. Dabei bestand, wie bereits oben erwähnt,

Abb. 2



ein besonderes Problem darin, die erforderlichen Väter für die Teilnahme zu gewinnen. So verwundert es auch nicht, dass mehrheitlich die Gruppenleitenden diese Aufgabe als „sehr schwierig“ bzw. „schwierig“ bewerteten. Während bei Gruppenleiterinnen anteilig beide Einschätzungen gleich stark ausfielen, hatten die Gruppenleiter die Bewertung „sehr schwierig“ deutlich weniger besetzt.

Gründe für die Schwierigkeiten, Mütter und Väter als gemeinsame Zielgruppe für die Modellprojektmaßnahme zu gewinnen, waren vielfältig. So wurde häufiger als Grund aufgeführt, dass Väter nicht an Maßnahmen dieser Art interessiert sind. Die Überzeugungsarbeit von Frauen, ihre Männer zur Teilnahme zu überreden, bestätigt dies.<sup>6</sup> Aber auch Unsicherheit, sich auf ein solches Angebot einzulassen, zählt dazu. Nicht zuletzt wird dem normalen Urlaub der Vorrang eingeräumt, dafür soll die kostbare – viel zu knappe – Zeit für die Familie genutzt werden. Der intensive Wunsch nach Freizeit und Erholung, wie er bei der Befragung der Teilnehmenden zum Ausdruck kommt, untermauert dies.

In den telefonischen Nachbefragungen von Müttern und Vätern wurden solche Argumente bekräftigt. Aber es wurde auch darauf hingewiesen, dass Männer es als Väter offensichtlich nicht leicht haben, für Familienbildung dieser Art aufgeschlossen zu sein. Andererseits wurde von einer Interview-

Abb. 3

<b>WERBEAKTIVITÄTEN DER GRUPPENLEITENDEN ZUR GEWINNUNG VON FAMILIEN</b>				
<b>WERBEAKTIVITÄTEN</b>	<b>GRUPPENLEITERINNEN (N=10)</b>		<b>GRUPPENLEITER (N=10)</b>	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Frühere Kontakte zu Familien	3	30,0	8	80,0
Über Einrichtungen und Tagungshäuser, in denen sie tätig sind	4	40,0	5	50,0
In der regionalen Presse	9	90,0	10	100,0
Durch Verteilung von Faltblättern	6	60,0	6	60,0
Über kooperierende Einrichtungen	8	80,0	7	70,0
Sonstige (Auslage in Kindertagesstätten/Annonce in Kinderzeitung)	2	20,0	-	-
Zusammen	32		36	

<sup>6</sup> Vgl. Abb. 20, S. 36

partnerin mitgeteilt, dass die Teilnahme am Seminar ihren Mann mutiger gemacht habe, auch familiäre Interessen gegenüber anderen Männern – Kollegen oder Freunden – zu thematisieren.

Die Seminarverantwortlichen haben eine Reihe von Werbemaßnahmen durchgeführt. Dabei wurden vor allem die regionale Presse und die kooperierenden Einrichtungen genutzt. Sie wurden dabei außerdem vom Projektträger (DFV) unterstützt. Auch hatten sich vereinzelt beteiligte Familienferieneinrichtungen bemüht bzw. verschiedene (Familien-)Bildungswerke und Familienwerke, mit denen die Gruppenleitenden zusammenarbeiten.

Aufgrund des schleppenden Zustandekommens der ersten Freizeit ist es nicht verwunderlich, dass sich die meisten Gruppenleitenden mehr Unterstützung gewünscht hätten. Dies wurde besonders auch beim ersten Treffen im Januar 2000 geäußert, als noch keine Maßnahmen hatten realisiert werden können. Die in der Befragung gemachten Vorschläge, was sie sich an Unterstützung gewünscht hätten, sind nicht zahlreich und betreffen mehr inhaltliche und organisatorische Gesichtspunkte. So waren die organisatorischen Abläufe von der Werbung, Kontakt- und Informationsarbeit bis zur konkreten Anmeldung offensichtlich sehr zeitaufwendig, wobei den Gruppenleitenden für diese Arbeiten keine zeitliche Kapazität mit Honorar zustand. Dies wurde auch beim Auswertungstreffen in Bonn unterstrichen.

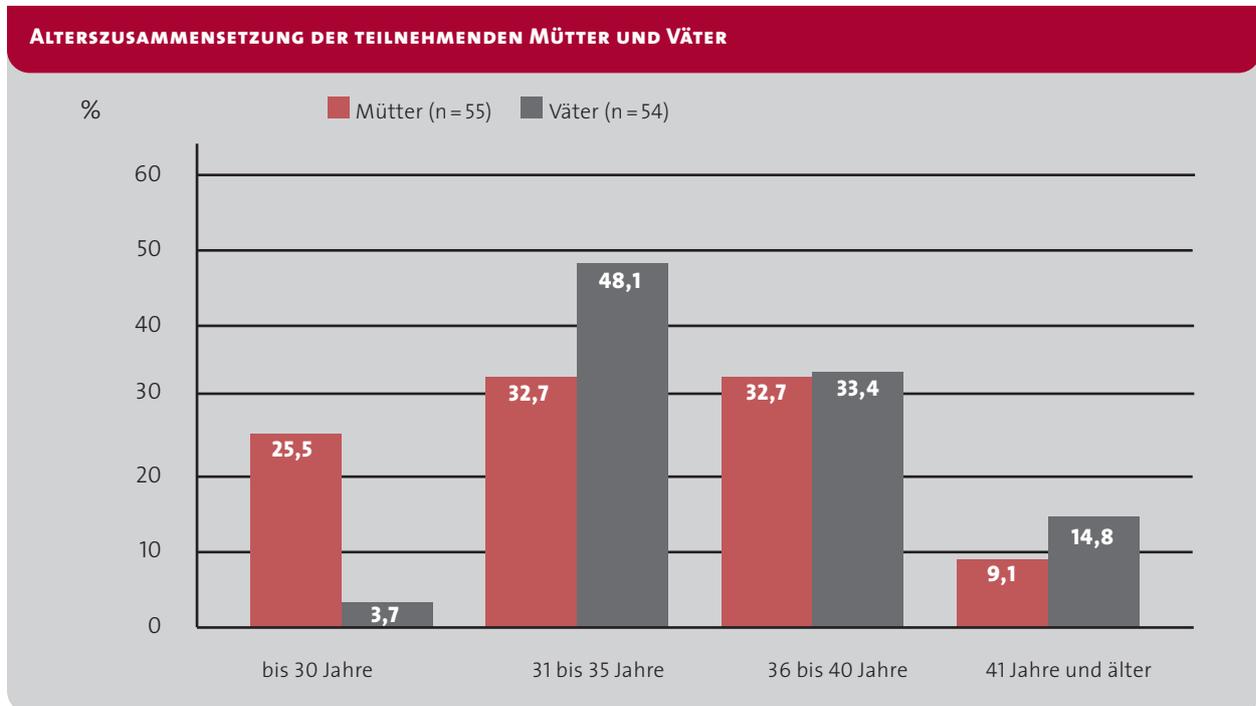
Ein Vergleich der aufgeführten Werbequellen mit den Informationsquellen zur Familienfreizeit, wie sie die Familien erreicht haben<sup>7</sup>, zeigt, dass es schwierig ist, Schlussfolgerungen zu ziehen, welcher Werbeweg eindeutig den größten Erfolg bringt. Offensichtlich hatte das projekteigene Faltblatt eine gewisse „gemeinsame“ Wirkung, wenn die Qualität als Maßstab gilt.

Festzuhalten bleibt: Es sind eine frühzeitige Werbung (ein Jahr Vorlauf) und der Einsatz unterschiedlicher Instrumente erforderlich. Die Familienferieneinrichtungen brauchen diesen Planungszeitraum aufgrund der Herausgabe ihrer Jahresprogramme. Vor dem Hintergrund der Erfahrungen ist außerdem die regionale Werbung eher erfolgversprechend, auch kooperierende Einrichtungen – sie wurden nicht entsprechend zu Beginn des Modellprojekts eingebunden – sind von Vorteil.

<sup>7</sup>Vgl. Abb.19, S.34

## 3 DIE TEILNEHMENDEN FAMILIEN

Abb. 4



An den Maßnahmen nahmen insgesamt 55 Familien (insgesamt 221 Erwachsene und Kinder) teil. Die Familien waren als Eltern – Mutter und Vater – angereist. D.h., es waren insgesamt 110 Erwachsene, jeweils 55 Frauen und Männer, an den Veranstaltungen beteiligt. An der schriftlichen Empfangs- und Abschlussbefragung haben sich bis auf einen Vater alle beteiligt. In nicht allen Fragebögen wurden Antworten zu allen Fragen gegeben.

### 3.1 SOZIODEMOGRAPHISCHE MERKMALE

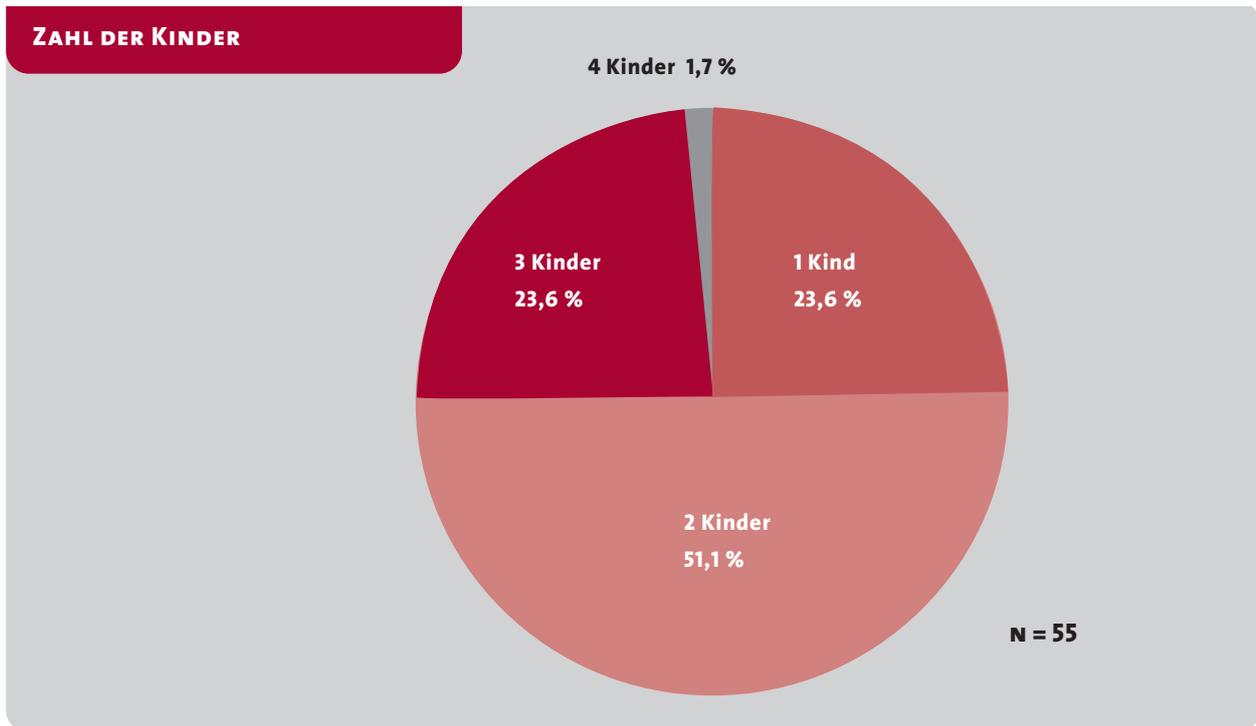
#### ALTERSZUSAMMENSETZUNG

Das Alter der Frauen liegt zwischen 23 und 43, das der Männer zwischen 27 und 46 Jahren. Im Durchschnitt waren die Männer deutlich älter als die Frauen.

#### FAMILIENSTAND

Fast alle Frauen und Männer sind verheiratet (ca. 95%). Nur drei Männer und Frauen gaben als Familienstand ledig oder geschieden an. Aus Informationen der Gruppenleitenden ging hervor, dass etliche Teilnehmende jedoch bereits Scheidungen hinter sich gehabt hätten bzw. sie sich in der aktuellen Klärung ihrer gemeinsamen Lebenssituation befanden, was am Ende eine Scheidung bedeuten könne.

Abb. 5



**WOHNSITUATION**

Die meisten Familien leben in einem eigenen Haus oder in einer Eigentumswohnung (ca. 60%). Gegenüber dem Bundesdurchschnitt ist damit die Eigentumsquote deutlich höher. Überwiegend liegt ihre Wohnung in ländlicher Umgebung (ca. 40%), einer stadtnahen Gemeinde oder am Stadtrand (zusammen 42%), jede fünfte Familie hat ihre Wohnung in einer größeren Stadt.

Abb. 6

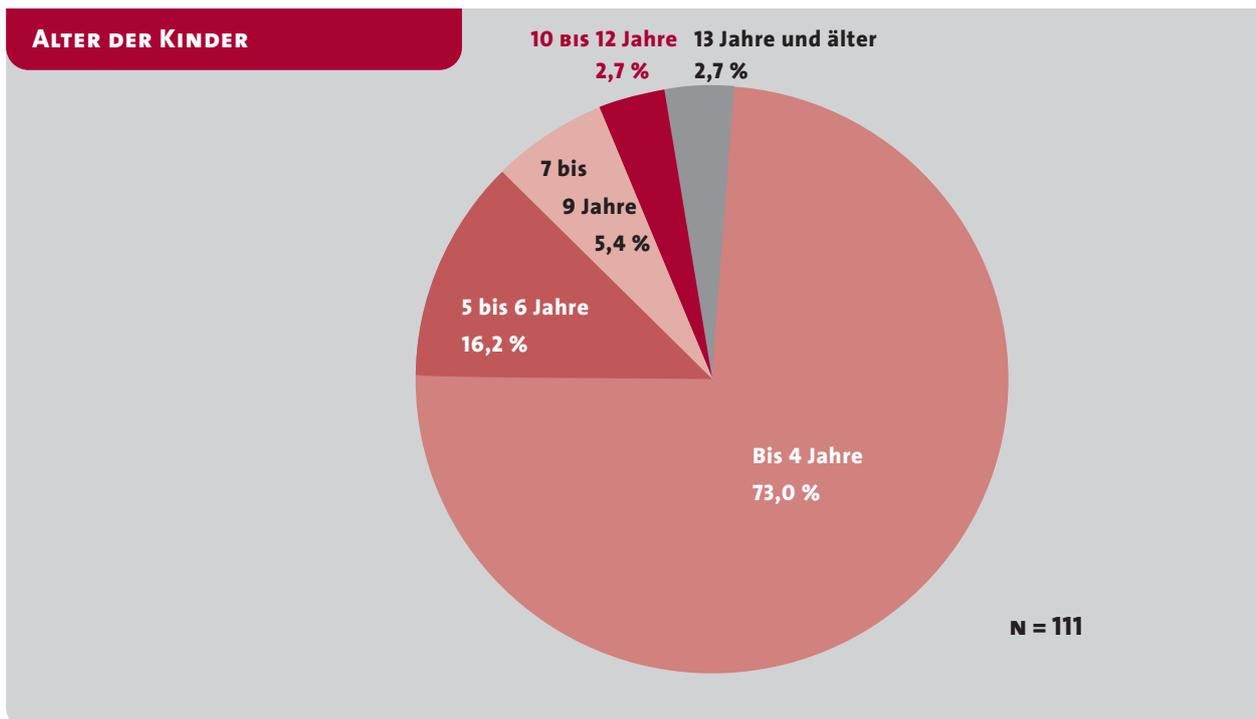
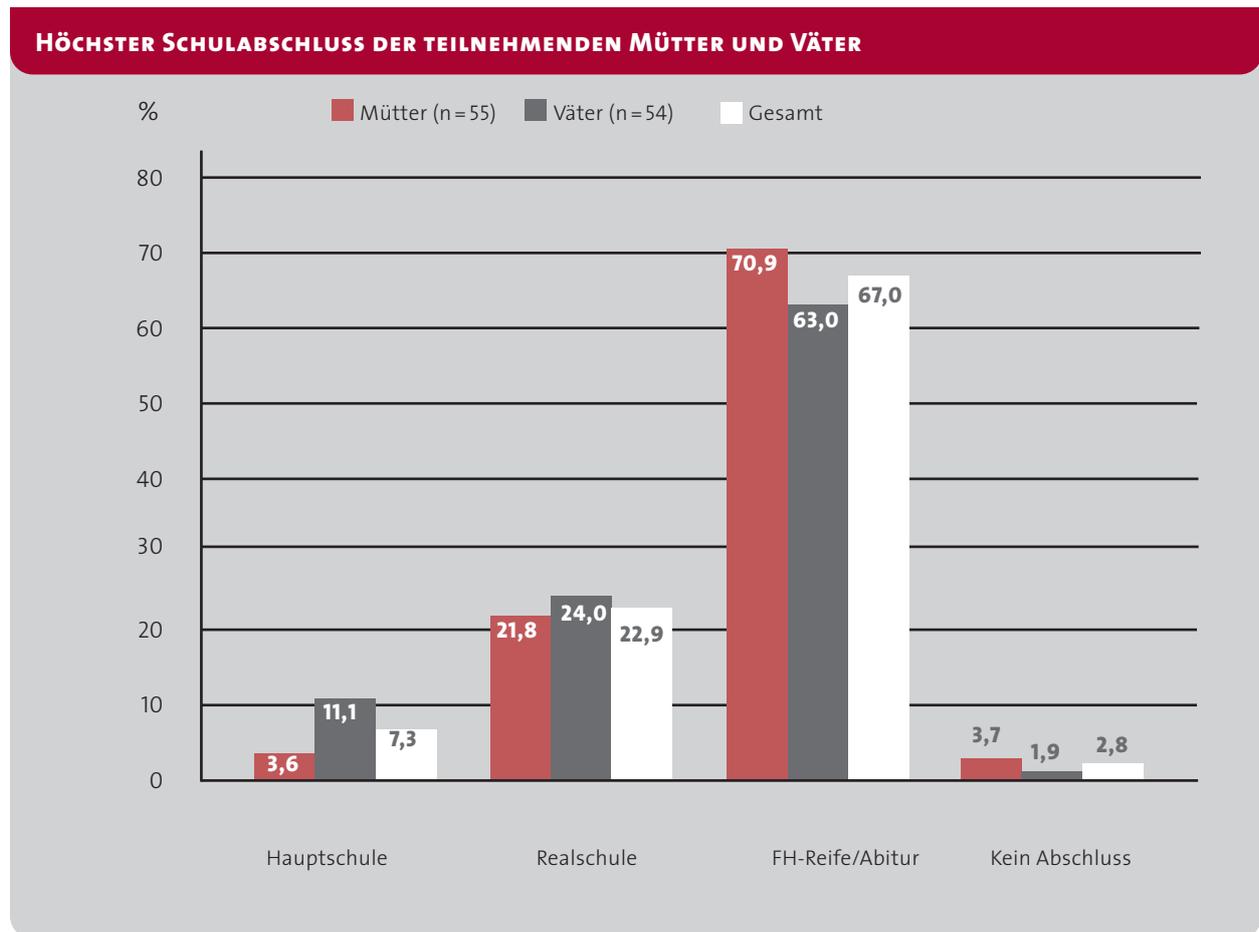


Abb. 7



### ZAHL UND ALTER DER KINDER

Im Durchschnitt liegt die Zahl der Kinder bei zwei. Für ca. 50 % trifft dies genau zu, in 13 Familien leben ein bzw. vier Kinder.

Die Altersspanne liegt zwischen 19 Jahren und jünger als ein Jahr. Die größte Gruppe war unter fünf Jahre alt (ca. 73%). In diesem Zusammenhang sei darauf hingewiesen, dass aufgrund der zögerlichen Anmeldung bei der Ausschreibung der Angebote nicht mehr an der Altersvorgabe mit „mindestens einem Kind jünger als fünf Jahre“ festgehalten wurde.

### SCHULISCHE UND BERUFLICHE QUALIFIKATION

Die Fachhochschulreife oder das Abitur ist der herausragende Schulabschluss (67%), bei Frauen ist die Quote noch höher als bei Männern. Die Zahlen verdeutlichen, dass hier eine Gruppe zusammengekommen ist, die sich weit vom Bundesdurchschnitt absetzt.

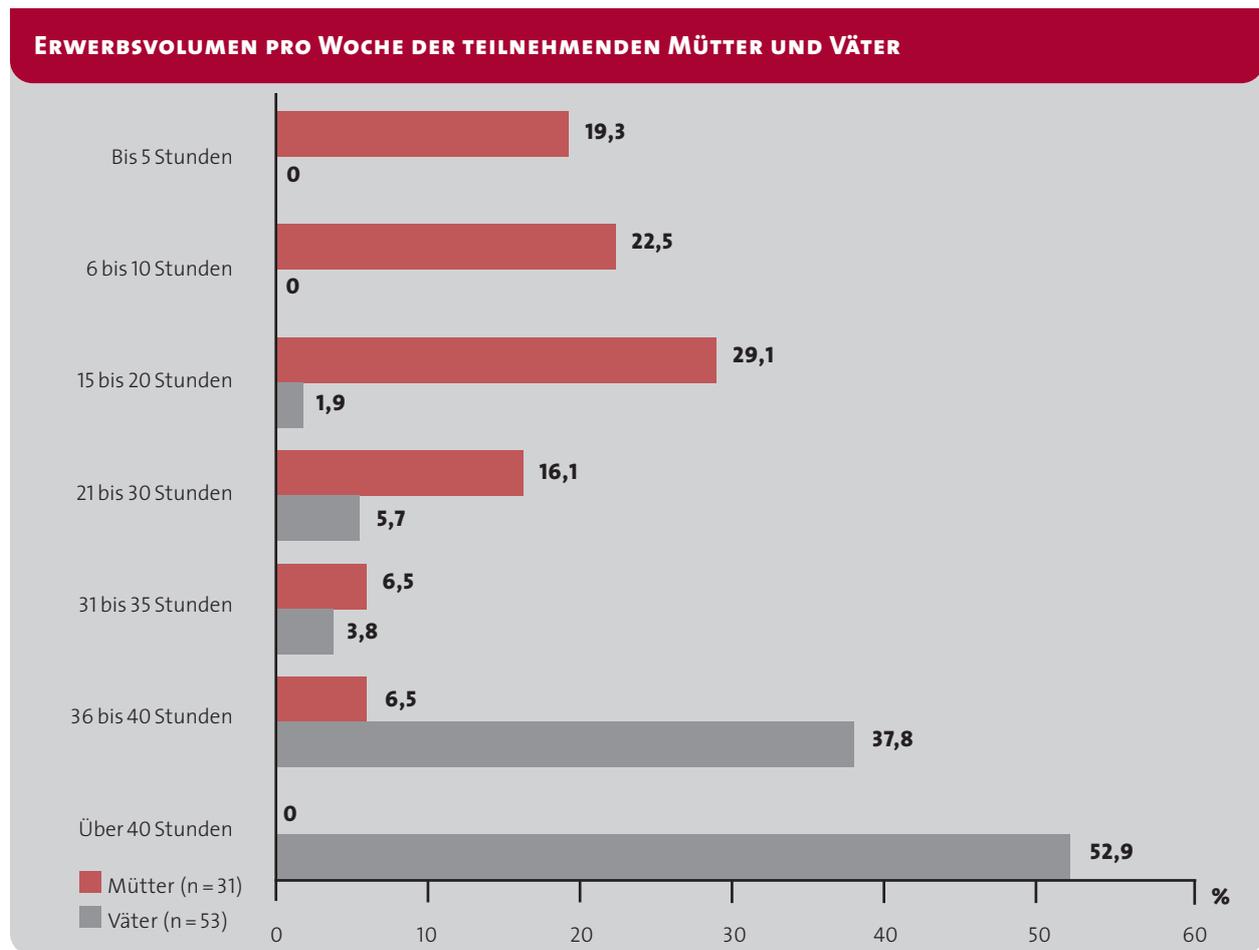
Abb. 8

<b>ERLERNTE BERUFE DER TEILNEHMENDEN MÜTTER UND VÄTER</b>				
<b>ERLERNTE BERUFE</b>	<b>MÜTTER (N = 34)</b>		<b>VÄTER (N = 52)</b>	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Berufe mit akademischem Abschluss	16	29,6	27	52,0
Kaufmännische Ausbildungsberufe und sonstige Dienstleistungsberufe	14	26,0	2	3,8
Gewerbliche Ausbildungsberufe	4	7,4	19	37,1
Pädagogische Berufe	12	22,2	1	1,9
Berufe im Gesundheitswesen	11	20,4	2	3,8
Beamter/Beamtin	1	1,9	1	1,9
Sonstige (Bestattungsdredner)	-	-	1	1,9
Keinen Beruf erlernt	1	1,9	-	-
Zusammen	59		53	

Die Berufe gehören einem breiten Spektrum an. Zum einen zeigen sich deutliche Unterschiede zwischen Männern und Frauen, bei den Frauen herrschen kaufmännische und (sozial-)pädagogische sowie Gesundheitsberufe vor. Die Berufe der Männer sind stärker dem EDV- und gewerblichen Bereich sowie den Berufen mit akademischem Abschluss und leitenden Funktionen zuzuordnen.

Nimmt man das Niveau der Schul- und beruflichen Abschlüsse für die Einordnung „bildungsgewohnt“ oder „bildungsungewohnt“, ist sicherlich zu konstatieren, dass es sich hierbei um eine Gruppe handelt, die eher das Attribut „bildungsgewohnt“ kennzeichnet. Daneben ist jedoch die Frage zu stellen, ob sich dieser Maßstab eignet, wenn es um familiäre Bildung geht – denn hier wird eher von Defiziten gesprochen. Dies auch vor dem Hintergrund, dass die „Vorbereitung auf Familie“ gegenüber anderen Bildungszielen – in der schulischen und beruflichen Bildung – vernachlässigt wird. Wie sich die teilnehmenden Frauen und Männer auf die Wahrnehmung familiärer Aufgaben vorbereitet haben, ist in Abschnitt 3.2 beschrieben.

Abb. 9



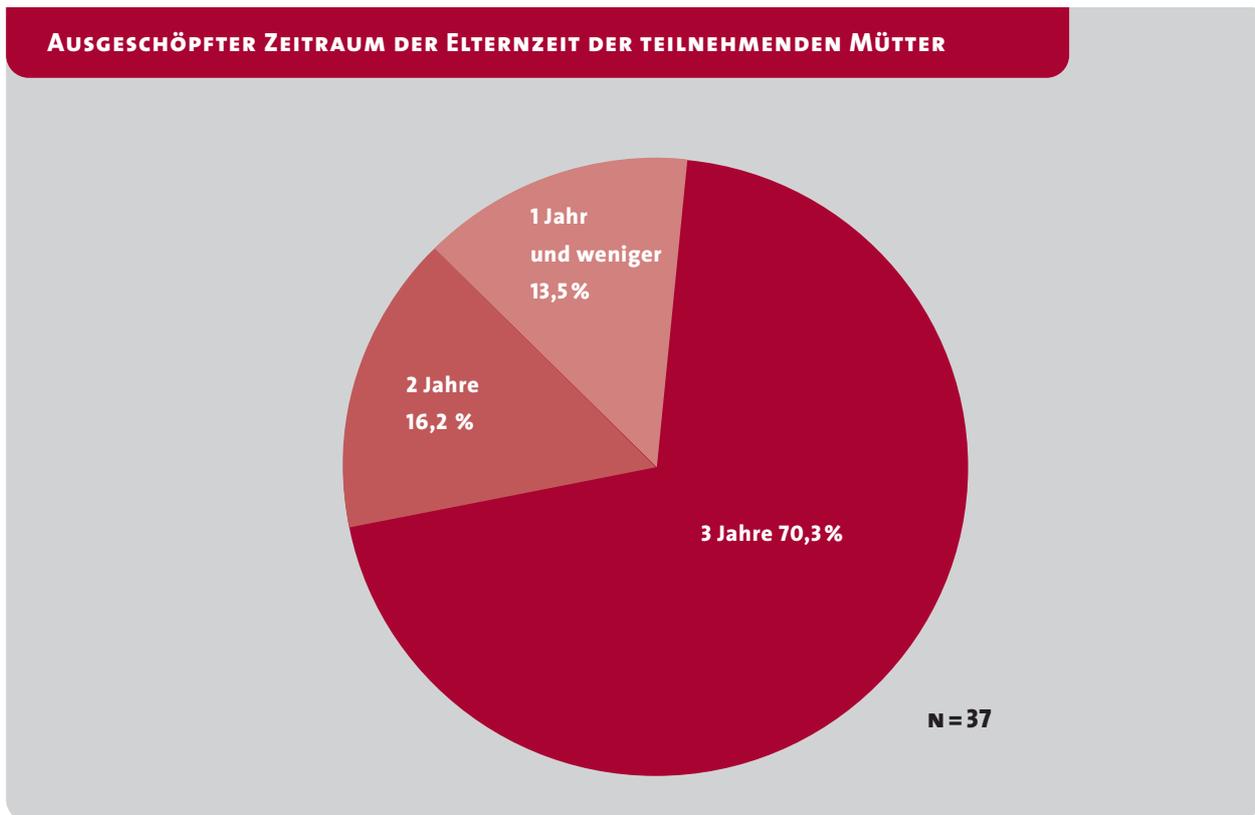
**AKTUELLE ERWERBSTÄTIGKEIT**

Die überwiegende Zahl der teilnehmenden Frauen und Männer ist erwerbstätig. Fast ausnahmslos gilt das für die Väter, nur zwei Männer befinden sich in Elternzeit. Bei den Frauen sind rund 42% erwerbstätig, fast gleich hoch liegt die Zahl derjenigen, die in der Elternzeit sind. Daneben sind einige Frauen mit einem sehr geringen Stundenvolumen tätig.

**VERÄNDERUNG DER AUFTEILUNG DER FAMILIENARBEITEN**

Mit der Geburt des Kindes fallen vor allem neue Aufgaben im familiären Alltag an. Diese sind im Zusammenhang mit den bisherigen Aufgaben zu bewältigen. Wie erleben das die Frauen und Männer? Die meisten bestätigen, dass Veränderungen bei der Hausarbeit erfolgten. Während dies rund 85% der Frauen feststellten, war es bei den Männern nur gut die Hälfte. Als Veränderungen wurden sehr unterschiedliche Aspekte angeführt. Am häufigsten wurde auf die traditionelle Arbeitsteilung hingewiesen: „Der Vater verdient das Geld, die Mutter kümmert sich um den Rest.“ Angesichts der deutlich niedrigeren Erwerbsquote der Frauen, verbunden mit der deutlich niedrigeren

Abb. 10



durchschnittlichen Erwerbsarbeitszeit bzw. dem über dem Durchschnitt von Vollzeit liegenden Arbeitsvolumen vieler Männer, kann das als Erklärung angeführt werden. Die dazu formulierten Angaben unterstreichen dies und sind sehr aufschlussreich: „Meine Frau macht mehr Haushalt, da ich arbeiten muss.“ „Meine Frau macht fast den gesamten Haushalt, da ich, wenn ich Zeit habe, diese mit den Kindern verbringe.“ „Mein Mann hat sich viel mehr auf den Beruf konzentriert, ich mich auf Haushalt und Kind.“

Ein ähnliches Bild zeichnet sich im Zusammenhang mit der Elternzeit ab. „Seit ich in der Elternzeit bin“, so die Aussage einer Frau, die für mehrere gilt, „übernehme ich einen Großteil der Familienarbeiten.“ In manchen Fällen wurde jedoch auch eine ganz neue Aufteilung der Arbeiten mit neuen Zuständigkeiten und unter der Prämisse „gerechtere Aufteilung“ ausgehandelt. Von 45 Frauen hatten diese Version sechs angegeben, von 28 Männern waren es zwei. Die Frage ist hier auch, wie die Veränderungen letztlich von den Frauen und Männern eingeordnet werden. Sicherlich spielt in diesem Zusammenhang auch die subjektive Komponente eine wichtige Rolle: Was für die einen von großem Gewicht im Hinblick auf Veränderung ist, ist für andere vielleicht nur von geringerer Bedeutung.

So überrascht es auch nicht, dass die Zufriedenheit mit der Hausarbeitsbewältigung bei den Männern und Frauen deutlich unterschiedlich ausfällt.

Während die Hälfte der Frauen damit nicht zufrieden ist, ist es bei den Männern nur jeder dritte. Mehrheitlich würden sich hier Frauen eine verstärkte Mitarbeit der Männer im Haushalt wünschen: Das haben über 60% der Frauen gesagt. Für mehrere Frauen sind auch die örtlichen Bedingungen ungünstig für befriedigende Erwerbsmöglichkeiten für den Mann und die Frau. Väter – 50% – wünschten sich vor allem, mehr Zeit für die Familie zu haben.

Trotz dieser Wünsche nach Veränderungen in der Arbeitsteilung kann nicht darüber hinweggesehen werden, dass objektiv eine sehr unterschiedliche Partizipation der Geschlechter an den verschiedenen Lebensbereichen – Erwerbstätigkeit und Familie – besteht, die es auch schwierig macht, strukturelle Veränderungen im Hinblick auf eine gleichberechtigtere Arbeitsteilung auf den Weg zu bringen.

Es ist in der Untersuchung nicht gefragt worden, weshalb diese sehr traditionell ausfallenden Arbeitsteilungen zwischen Frauen und Männern vereinbart wurden. Ein möglicher Grund könnte in den Müttern und Vätern an sich liegen, dass z. B. Frauen vielleicht stärker dem Typ angehören, bei denen die Familienorientierung intensiver ausgeprägt ist als bei denen, die auch mit Familie bei ihrer Erwerbstätigkeit, wie bisher, keine oder kaum Abstriche machen. Aber auch Einkommen könnten ein wesentliches Gewicht haben, denn Männer verdienen im Durchschnitt immer noch deutlich mehr als Frauen. D.h., dass wegen der Sicherung der materiellen Grundlage andere Familienmodelle – mit mehr Teilhabe und Beteiligung von Vätern an der Familie aber auch an Haushalts- und Sorgearbeiten – vielleicht deshalb nicht wie gewünscht realisiert werden.

## **3.2 FAMILIENBEZOGENE BILDUNG: INFORMATION – ERFAHRUNGEN – AKTIVITÄTEN**

Die Geburt des ersten Kindes ist ein ganz besonderer Einschnitt für Paare. Innerhalb des Paargefüges stehen wichtige Veränderungen an. Hinzu kommen neue Anforderungen an die Frau und den Mann als Mutter und Vater. Es ist für ein Kind „rundum“ zu sorgen. Auch wenn die Arbeiten nicht im gleichen Maße von der Mutter und dem Vater geleistet werden, so treffen die Veränderungen doch beide, und es gilt, ein neues „Gefüge“ zu schaffen, in dem Partnerschaft und Familie ihren Platz finden.

Die an den Maßnahmen teilnehmenden Frauen und Männer charakterisiert insgesamt, dass sie Bezug nehmen können auf ein breit gefächertes Spektrum an Hilfen, die auf den neuen Lebensabschnitt vorbereiten. Jedoch ist auch festzustellen, dass sich 19% der Frauen und 13% der Männer uninformiert und unvorbereitet fühlten, als das erste Kind geboren wurde.

Besonders wichtige Informationsquellen sind die Schwangerschaftsvorsorge, die Familie, der Freundeskreis und Printmedien. Zwischen Männern und Frauen bestehen jedoch Unterschiede in der Rangfolge.

Die Teilnahme an Veranstaltungen oder Kursen zu Themen wie Vorbereitung auf Geburt, Betreuung/Erziehung des Kindes ist bei den befragten Müttern und Vätern folgendermaßen ausgeprägt: Alle Mütter haben – verständlicherweise –, soweit Angaben dazu vorliegen, an Geburtsvorbereitungskursen teilgenommen. Auch die Väter zeigen sich aktiv, immerhin trifft das für ca. 67% der Männer zu. An der zweiten Stelle, jedoch mit deutlich geringerem Gewicht, haben „kurze“ Informationsveranstaltungen eine gewisse Bedeutung bei Müttern und Vätern gleichermaßen. Darüber hinaus nimmt etwa jede fünfte Frau an Kursen teil mit verschiedenen Fragestellungen wie Ernährung, Erziehung, Spielen mit dem Kind. Männer engagieren sich hier deutlich weniger. Drei Paare haben an einem gemeinsamen Paarseminar teilgenommen.

Im Übrigen ist festzustellen, dass Männer ihre Aktivitäten eher zusammen mit ihren Ehefrauen, Partnerinnen verfolgen. Bei den Frauen zeigt sich ein etwa ausgeglichenes Verhältnis von „allein“ und „in Begleitung“. Bei den Männern macht „in Begleitung“ etwa das Neunfache gegenüber „allein“ aus. D.h., es ist doch eher die Frau, die Vorarbeiten leistet/leisten muss, damit auch der Partner mitkommt. Dieses Muster zeigte sich auch stark, als es um die Teilnahme an der Familienfreizeit ging. Nur bei den Frauen lag die Angabe vor, und zwar relativ häufig, dass sie erst einmal Überzeugungsarbeit leisten mussten, um den Partner für die Teilnahme zu gewinnen.

Bei Fragen zur Kindererziehung, -betreuung oder anderen familiären Belangen sind Hebammen die wichtigste Beratungsperson, 58% der Frauen und 44% der Männer machten diese Angaben. ÄrztInnen nehmen die zweite Position ein, immerhin zwei Fünftel der Frauen und ein Drittel der Männer waren dieser Meinung. Beratungsstellen sind noch für jede vierte Mutter bzw. jeden vierten Vater von Bedeutung. Aber auch Freunde und Bekannte werden um Rat gefragt, für fast jede dritte Frau gilt dies.

Es haben 45 Frauen und 30 Männer ihre Erfahrungen, die sie mit verschiedenen Stellen gemacht haben, mitgeteilt. Überwiegend wurden sie positiv beurteilt, rund 70% der Männer und Frauen gaben an, dass die Informationen ausführlich waren und auch sehr geholfen haben. Einige haben Unterstützung auch noch danach erfahren. Bei 15% der Frauen hat der Rat jedoch zu keiner konkreten Hilfe geführt, bei Männern traf dieses ungünstige Ergebnis nur in zwei Fällen zu. Offenbar ist der Schritt, sich mit seinen Problemen an andere zu wenden, recht schwierig. Einige haben auch Angst, andere um Rat zu bitten. Fast jede fünfte Frau machte diese Angaben. Wenn auch prozentual nicht so stark ins Gewicht fallend, sind Negativaussagen nicht zu vernachlässigen, wie, dass man sich nicht ernst genommen fühlte mit seinen Problemen bzw. nicht wirklich

auf die Fragen eingegangen wurde, was auch sehr unbefriedigend ist. D.h., hier sind noch Verbesserungen in der Beratung nötig.

Es gibt viele Stellen, die um Rat aufgesucht werden können; sie sind in unterschiedliche Institutionen mit unterschiedlichem Aufgabenprofil eingebettet. Gefragt nach ihrer Infrastruktur im örtlichen Umfeld, haben fast 40% der Männer und immer noch 15% der Frauen geantwortet, dass sie an ihrem Wohnort keine entsprechenden Stellen kennen. Von anderen wurden unter anderem (Erziehungs-)Beratungs-, Erwachsenenbildungseinrichtungen, Familienbildungsstätten und Mütterzentren sowie Wohlfahrtsverbände und konfessionelle Stellen aufgeführt. Ganz klar zeigt sich, dass das Wissen über solche wichtigen Stellen bei den Frauen sehr viel stärker vorhanden ist.

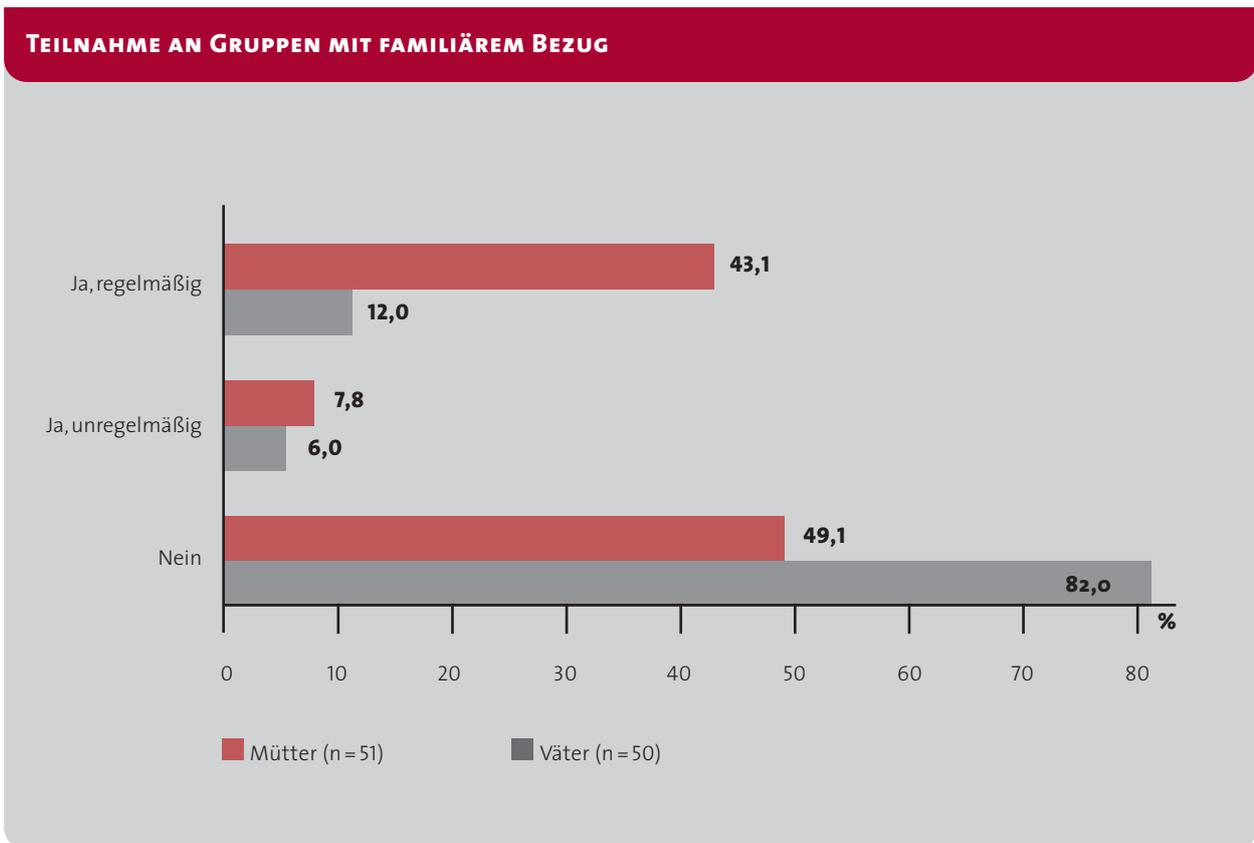
### **3.3 DAS FAMILIENBEZOGENE KONTAKTNETZ**

Das Kontaktnetz von Frauen und Männern ändert sich durch die Geburt eines Kindes häufig grundlegend. Je nachdem, wie die neuen Verantwortlichkeiten in den Familien verteilt sind, sind Frauen und Männer unterschiedlich betroffen. Neue Kontakte werden geknüpft, die eng mit den neuen familiären Aufgaben verbunden sind. Bereits die Geburtsvorbereitungskurse, die von verschiedenen Institutionen angeboten werden, sind hier anzuführen. Häufig werden Verbindungen zu dieser Gruppe auch nach Beendigung des Kurses gepflegt.

Immerhin trifft sich noch jede dritte Frau häufiger mit dieser Gruppe, bei den Männern ist es noch jeder zweite. Gar kein Kontakt besteht mehr für rund 44% der Frauen und knapp 70% der Männer. In diesem Zusammenhang sei angemerkt, dass viele Teilnehmende bereits zeitlich einen gewissen Abstand zur Geburt des letzten Kindes haben. Daher kann gesagt werden, dass die Teilnahme an dem Vorbereitungskurs für das Knüpfen eines neuen Netzes im Zusammenhang mit familiären Anforderungen doch eine gewisse Bedeutung hat.

Aber auch neue Aktivitäten sind festzustellen. Deutlich stärker sind hier die Frauen vertreten, jede zweite ist aktiv, überwiegend regelmäßig, bei den Vätern ist es nur jeder fünfte. Soweit Angaben vorliegen, werden Krabbelgruppen am häufigsten angeführt, aber auch sportliche Aktivitäten (Kinderturnen, Babyschwimmen) spielen eine größere Rolle. Weiterhin sind Spielgruppen und Angebote, bei denen im Vordergrund das „Sichtreffen“ steht, wichtige Kontaktpunkte.

Abb. 11



Im Rahmen dieser Aktivitäten bringen sich vor allem viele der Frauen auch mit einem freiwilligen Engagement ein. Von 25 Frauen und zehn Männern, die dazu nähere Angaben machten, ist es fast jede zweite Frau bzw. jeder fünfte Mann, die bzw. der Arbeiten in der jeweiligen Gruppe leistet. Die Aufgaben sind hier sehr vielfältig. Dazu gehören unter anderem Leitungs-, Organisationsaufgaben, Öffentlichkeitsarbeit und Beratung.

Aus den Angaben geht aber auch hervor, dass die große Zahl – besonders betrifft das die Männer – nicht an außerfamiliären Aktivitäten mit familiärem Bezug beteiligt ist. Als wichtiger Grund wird hier vor allem angegeben, dass sie kein Interesse daran haben – das sagt fast die Hälfte dieser Gruppe. Bei Frauen trifft das noch für ein Drittel zu. Aber auch fehlende Angebote und ungünstige Rahmenbedingungen – wie Erreichbarkeit und Kinderbetreuung – sind offenbar Gründe für eine geringere Aktivität.

Abb. 12

<b>GRÜNDE FÜR DIE NICHTTEILNAHME AN AUSSERFAMILIÄREN AKTIVITÄTEN DER TEILNEHMENDEN MÜTTER UND VÄTER</b>				
<b>GRÜNDE</b>	<b>MÜTTER (N = 31)</b>		<b>VÄTER (N = 48)</b>	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Kein Interesse	7	28,0	18	43,9
Zu wenig Zeit (vor allem beruflich bedingt)	3	12,0	10	24,4
Keine örtlichen Angebote	6	24,0	6	14,6
Angebote schwer erreichbar	4	16,0	4	9,8
Keine Kinderbetreuung	7	28,0	7	17,1
Nicht mehr notwendig (Kinder im Kindergarten)	2	8,0	1	2,4
Sonstige	2	8,0	2	4,9
Zusammen	31		48	

Es ist hier wichtig, die verschiedenen Gründe für eine Nichtteilnahme differenziert zu sehen, wenn Überlegungen angestellt werden, das Ziel einer verbesserten Teilnahme zu erreichen. Auf der einen Seite wäre stärker zu erkunden, warum kein Interesse dazu vorliegt, auf der anderen Seite sind Fragen der Infrastruktur – Angebote und Rahmenbedingungen – ins Blickfeld zu rücken. Es wäre sicherlich wünschenswert, das Kontaktnetz für Familien grundsätzlich zu erweitern und zu stärken. Dies wird angesichts der hohen Bedeutung des Erfahrungsaustauschs, der im Zusammenhang verschiedener Fragestellungen von vielen am Modellprojekt teilnehmenden Müttern und Vätern zum Ausdruck kommt, gestützt.

## 4 DURCHFÜHRUNG DER FAMILIENFREIZEITEN – ERFAHRUNGEN DER GRUPPENLEITENDEN

Im „Programm“ werden verschiedene Themen inhaltlich behandelt. Sie betreffen fünf verschiedene Ebenen: individuelle, Paar- und Eltern-Kind-Ebene, Herkunftsebene sowie die sozialen Netze. Die einzelnen Bereiche umfassen unterschiedliche Unterrichtseinheiten (UE). So ist für die individuelle Ebene das höchste zeitliche Volumen – 5,5 UE – vorgesehen. Für die Paarebene sind noch 3 bzw. 3,5 UE, für die Eltern-Kind-Ebene 1 bzw. 1,5 UE, für die Herkunftsfamilie je 1 UE und für das soziale Netz 1,5 bzw. 1 UE eingeplant.

### 4.1 UMSETZUNG DES CURRICULUMS – INHALTLICH, ZEITLICH UND INTERESSENBEZOGEN

Nach Aussagen der Gruppenleitenden liegt das Hauptinteresse der teilnehmenden Eltern in Fragestellungen zur individuellen Ebene (zu über 90% wird hier ein starkes oder deutliches Interesse angegeben), zur Paarebene (ebenfalls über 90%) und zur Eltern-Kind-Ebene (über 80%). Das Interesse an Fragen zur Herkunftsfamilie und zu den sozialen Netzen war nicht so klar zu benennen. Das kann daran liegen, dass das Programm einerseits zu diesen Punkten wenig klare Unterrichtseinheiten anbot, an dem man das Interesse deutlich hätte ablesen können. Es kann aber auch sein, dass TeilnehmerInnen tatsächlich hinsichtlich der drei ersten Ebenen mehr Interesse aufweisen, weil sie sich konkret in diesen Bereichen während der Familienerholungsmaßnahme erleben.

#### ZEITLICHER ANSATZ

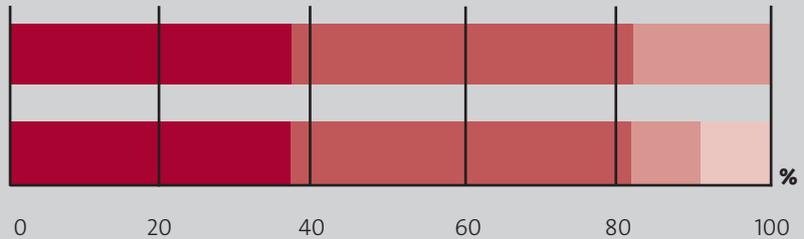
Die Erfahrungen beim zeitlichen Ansatz für die verschiedenen Unterrichtsthemen stimmen teilweise mit der Bewertung der Unterrichtsinhalte überein. Auch hier wird der „individuellen Ebene“ und der „Paarebene“ bescheinigt, dass sich der zeitliche Ansatz eher als „sehr günstig“ und „günstig“ erwiesen hat. Bei der Eltern-Kind-Ebene wird für jeweils eine Maßnahme von einem Gruppenleiter und einer Gruppenleiterin auch das Urteil „gar nicht gut“ gefällt. Das Thema Herkunftsfamilie erhält im Ganzen gesehen gegenüber der Umsetzung der Inhalte eine etwas ungünstigere Bewertung. Das gilt auch für das Thema „soziale Netze“, zumindest was die Bewertung „sehr gut“ angeht. Sie wurde von Gruppenleitenden jeweils für drei Maßnahmen vergeben.

Abb. 13

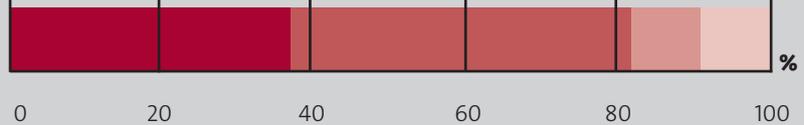
**ERFAHRUNGEN MIT DEM ZEITLICHEN ANSATZ FÜR DIE UNTERRICHTSINHALTE DER VERSCHIEDENEN EBENEN**

**INDIVIDUELLE EBENE**

**GRUPPENLEITERINNEN (N=11)**

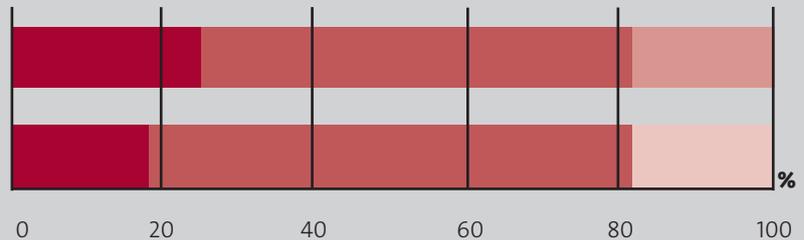


**GRUPPENLEITER (N=11)**



**PAAREBENE**

**GRUPPENLEITERINNEN (N=11)**

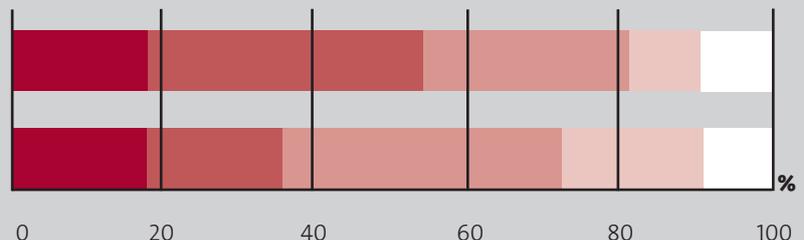


**GRUPPENLEITER (N=11)**



**ELTERN-KIND-EBENE**

**GRUPPENLEITERINNEN (N=11)**

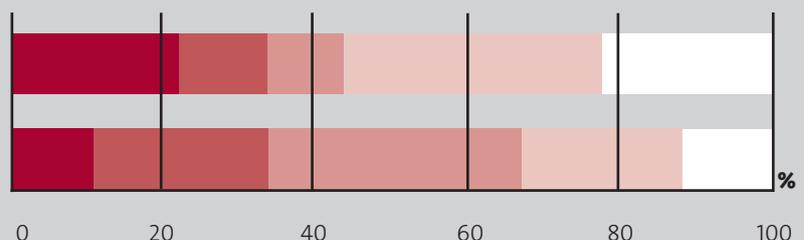


**GRUPPENLEITER (N=11)**



**HERKUNFTSFAMILIE**

**GRUPPENLEITERINNEN (N=9)**

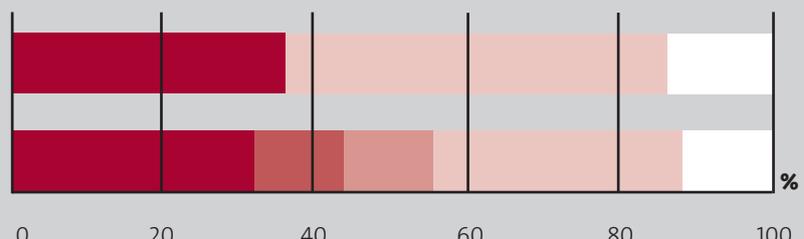


**GRUPPENLEITER (N=9)**

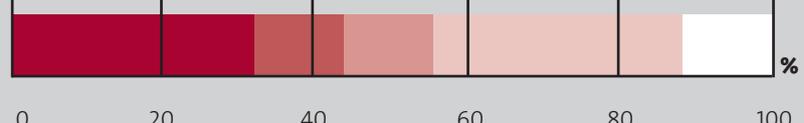


**SOZIALE NETZE**

**GRUPPENLEITERINNEN (N=8)**



**GRUPPENLEITER (N=9)**



■ Sehr gut ■ Gut ■ Mittelmäßig ■ Weniger gut ■ Gar nicht gut

### INTERESSEN DER TEILNEHMERINNEN

Den TeilnehmerInnen wurde von den Gruppenleitenden bescheinigt, dass sie an Bildungsinhalten eher (sehr) interessiert waren. Bezogen auf die fünf Themenschwerpunkte, waren sie am stärksten an dem Baustein „Paarebene“ interessiert. Auch für die „Eltern-Kind-Ebene“ wurde ein ähnlich hohes Interesse beobachtet. Ein deutlich geringer ausgeprägtes Interesse zeigten die Teilnehmenden offensichtlich für die beiden Themenschwerpunkte „Herkunftsfamilie“ und „soziale Netze“.

Während eine Gruppenleiterin für das Thema „Herkunftsfamilie“ noch für eine Maßnahme die TeilnehmerInnen als „sehr interessiert“ einstuft, traf dies beim Thema „soziales Netz“ in keinem Fall mehr zu. Diesem Thema wurde eindeutig das geringste Interesse bescheinigt.

Die Rangfolge überrascht nicht. Das liegt einmal daran, dass man in Abhängigkeit von den Themen persönlich unterschiedlich gefordert ist. Insbesondere gilt das für die „Paarebene“. Dies ist auch vor dem Hintergrund des Zielgruppenansatzes der Familienfreizeiten zu sehen, dass nämlich Frau und Mann direkt gefordert werden, sich mit ihrer Beziehung auseinander zu setzen. So passt auch das hohe Interesse an der „Paarebene“ in das Bild.

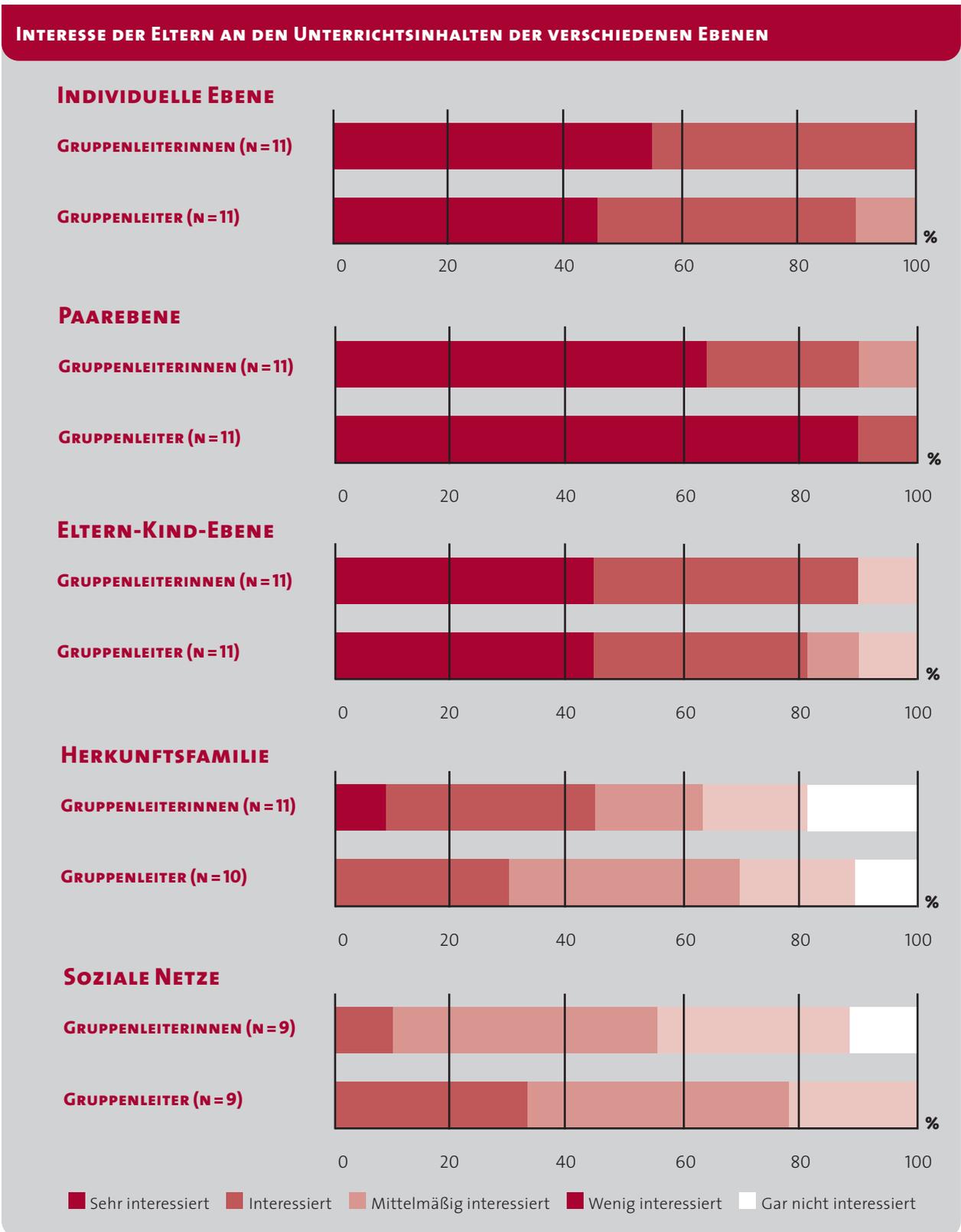
### MITARBEIT DER TEILNEHMENDEN MÜTTER UND VÄTER

Hinsichtlich der Beteiligung an den verschiedenen Programmpunkten gaben Gruppenleitende für alle TeilnehmerInnen im schlechtesten Fall eine befriedigende Beteiligung an. Mehr als 90% aller Frauen und Männer wurden hinsichtlich ihrer aktiven Beteiligung von Gruppenleitenden als gut eingeschätzt.

## 4.2 ERFAHRUNGEN DER GRUPPENLEITENDEN

Die Anlage des Konzepts bringt es mit sich, dass die Gruppenleitenden langfristig und auch intensiv mit den Teilnehmenden zusammen sind. Aus den Angaben geht hervor, dass es ihnen fast durchweg gut gelungen ist, Zugang zu den Gruppen zu bekommen. Nur bei einer Maßnahme gab eine Gruppenleiterin an, dass es schwierig war, Kontakt zur Gruppe herzustellen, bei den Gruppenleitern traf das für zwei Seminare zu. Bei drei Maßnahmen fühlten sich die jeweiligen Gruppenleiterinnen eher zu sehr vereinnahmt, diese Angabe kam nur von einem Gruppenleiter. Von zwei Gruppenleiterinnen und drei Gruppenleitern kam andererseits die Bemerkung, dass sie sich nicht zu sehr in Beschlag genommen fühlten. Darüber hinaus wurden noch einige ergänzende Informationen gegeben, die zum einen positive und zum anderen eher problematische Aspekte betreffen.

Abb. 14



### 4.3 IMPULSE FÜR DEN ALLTAG ZU HAUSE

Die insgesamt eher positiv ausfallende Beurteilung zu den durchgeführten Maßnahmen, auch im Zusammenhang mit den eher sehr interessierten und aktiven Teilnehmenden, lässt die Gruppenleitenden zu dem Ergebnis kommen, dass die Frauen und Männer aus ihrer Teilnahme auch Impulse erhalten haben, die sie versuchen werden zu Hause konkret umzusetzen. Dass sie sich viel vorgenommen haben, zeigen dazu auch die Angaben der Teilnehmenden selbst, und auch was sie umsetzen, konnte, soweit mit ihnen Interviews geführt worden sind, bereits ermittelt werden.

### 4.4 EIGNUNG DES KONZEPTS UND VORSCHLÄGE FÜR VERÄNDERUNGEN

Die bisher ermittelten Ergebnisse zu den durchgeführten Maßnahmen zeigen ein überaus positives Bild. Es überrascht deshalb nicht, dass die Gruppenleitenden überwiegend die Meinung vertreten, dass sich das Konzept als Angebot für die Zielgruppe „Eltern mit kleinen Kindern“ bewährt hat. Für acht der durchgeführten Maßnahmen wird es von den jeweiligen Gruppenleitenden mit einem „Ja“ beantwortet, drei Gruppenleiterinnen bzw. zwei Gruppenleiter geben als Urteil für ihre Veranstaltung ein „Teils, teils“ ab. Dennoch wird es von den meisten Gruppenleitenden als erforderlich erachtet, am Konzept Änderungen vorzunehmen, nur drei Gruppenleiterinnen und zwei Gruppenleiter meinten, dass dies vor dem Hintergrund der Erfahrungen in den jeweiligen Maßnahmen nicht nötig sei.

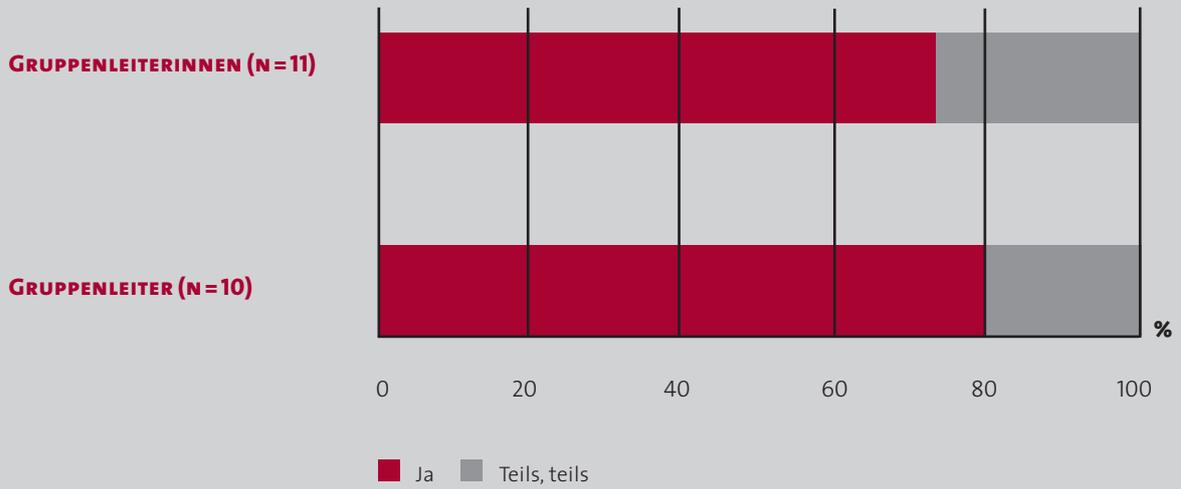
#### ZUM KONZEPT

Was im Einzelnen an Änderungen zum Konzept vorgeschlagen wurde, ist der Abb. 16 zu entnehmen. Aus der Übersicht geht hervor, dass sehr unterschiedliche Aspekte aufgeführt werden. Diese verschiedenen Einzelpunkte wurden auch in anderen Zusammenhängen teilweise genannt. Sie stellen nicht das Konzept in Frage. Interessant ist hier auch, dass die verschiedenen Punkte sehr unterschiedlich von den gruppenleitenden Frauen und Männern besetzt worden sind. Beispielsweise weisen die Gruppenleiterinnen mehr darauf hin, dass das Programm zu umfangreich ist und es mehr Flexibilität und Spielräume zulassen müsse. Die Änderungswünsche von Gruppenleitenden sind mehr als Anregungen zu sehen.

Abb. 15

**ANMERKUNGEN ZUM KONZEPT: EIGNUNG UND VERÄNDERUNGEN**

**EIGNUNG**



**ÄNDERUNGEN**



Abb. 16

<b>ÄNDERUNGSVORSCHLÄGE ZUM KONZEPT</b>		
<b>VORSCHLÄGE DER</b>	<b>GRUPPEN-LEITERINNEN</b>	<b>GRUPPENLEITER</b>
Besser über die Ziele der Freizeit informieren	-	1
Programm zu umfangreich	1	-
Thema „Herkunftsfamilie“ schwierig	-	1
Konzept stärker an Familien orientieren	1	1
Mehr Flexibilität und „Freiräume“ im Curriculum	3	-
Erziehungsthemen stärker einbinden	-	1
Mehr kreative Methoden	-	1
Männer-, Frauentag sollte ca. 4 Std. dauern	1	-
Paarnachmittag ohne Kinder einfügen	-	1
Weniger Unterrichtsinhalte, dafür intensiver arbeiten	2	1
Größeren Freizeitanteil bieten	-	1
Zusammen	8	7

### **GRUPPENGROSSE**

In den Maßnahmen waren unterschiedlich viele Elternpaare mit Kindern anwesend. Die Zahl der Elternpaare lag zwischen drei und sieben. Die Durchschnittszahlen in den Freizeiten lag mit Kindern zwischen 12 und 28 teilnehmenden Personen.

Welche Gruppengröße sich als optimal erwiesen hat, ist nicht ohne weiteres zu beantworten. Die Zahl der teilnehmenden Kinder muss bei der Gruppengröße bedacht werden, so stellen vergleichsweise viele teilnehmende Kinder doch besondere Herausforderungen an die Kinderbetreuung dar. Auch die inhaltliche Umsetzung des Programms wird bei einer solchen Konstellation schwieriger. So könnte aus den wenigen Angaben zur gewünschten Gruppengröße der Hinweis entnommen werden, dass es offensichtlich günstig erscheint, die Zahl der Familien auf ca. fünf festzulegen.

Abb. 17

<b>ÄNDERUNGSVORSCHLÄGE ZUR GRUPPENGROSSE</b>		
<b>AUS SICHT DER</b>	<b>GRUPPEN-LEITERINNEN = 4</b>	<b>GRUPPENLEITER = 5</b>
Gruppengröße überdenken	-	1
Max. 5 Familien	1	2
Max. 4–6 Familien	1	2
Anzahl der Kinder überdenken	2	-

### **EINRICHTUNG**

Zu den Ferieneinrichtungen wurden nur zwei Verbesserungsvorschläge aufgeführt. Eine Gruppenleiterin wünschte sich die Möglichkeit zu mehr Ausflügen. Ein Gruppenleiter wies darauf hin, dass es für die Kinderbetreuung klare Absprachen vor Ort geben sollte. Diese wenigen Angaben bestätigen, dass in dieser Frage kaum ein weiterer Handlungsbedarf besteht bzw. die vorgefundenen Rahmenbedingungen nicht zu weiterer Kritik veranlassen.

### **GEWINNUNG VON FAMILIEN**

In der Gewinnung von Familien liegt ein ganz zentrales Problem. In dieser Frage sind daher große Anstrengungen erforderlich. Die angeführten Änderungsvorschläge sind jedoch weder umfangreich noch impulswirkend. Von je vier Gruppenleitenden, d. h. bezogen auf je vier Maßnahmen, wurden einzelne Punkte aufgeführt. So wird es vor allem als notwendig erachtet, die Familien detaillierter über die Inhalte und den Ablauf des Bildungs-Freizeit-Programms zu informieren. Das ist sicherlich sehr wichtig, denn auch in den Interviews kam häufig zum Ausdruck, dass in dieser Hinsicht die Informationen unzureichend waren.

Die Frage bleibt jedoch, ob dadurch tatsächlich mehr Familien für die Familienfreizeiten hätten gewonnen werden können. Denn es wurde auch eine große Skepsis seitens der teilnehmenden Familien, insbesondere bei den Vätern, zumindest zu Beginn der Maßnahmen, festgestellt, als ihnen der Bildungsteil der Freizeit deutlich wurde. Wenn sie über diese Kenntnis vorher verfügt hätten, wäre eine Teilnahme vielleicht gar nicht erfolgt. Denn erst aus dem Mitmachen erwuchs die positive Beurteilung hinsichtlich der Familienfreizeit, mit dem Ergebnis, dass die Teilnehmenden anderen Familien wünschten, dass sie dies auch erleben könnten.

Zwei Anmerkungen beziehen sich darauf, dass in die Werbung mehr investiert werden müsse. Im Hinblick auf die Ansprache und Erreichbarkeit der Väter gilt das wohl auf jeden Fall. So lassen sich z.B. Väter – auch gerade hier die gewünschten – sicherlich nicht über Familien-, Apothekenzeitschriften und Ähnliches ansprechen. Vielleicht sollte dies eher über eine Auto- oder Computerzeitschrift versucht werden?

Diese wenigen Hinweise reichen nicht zur Problemlösung. Es sind mehr Überlegungen anzustellen und Strategien zu verfolgen, wenn Eltern – Vater und Mutter – mit kleinen Kindern für solche Maßnahmen gewonnen werden sollen.

Abb. 18

<b>ÄNDERUNGSVORSCHLÄGE ZUR GEWINNUNG VON FAMILIEN</b>		
<b>AUS SICHT DER</b>	<b>GRUPPEN-LEITERINNEN = 4</b>	<b>GRUPPENLEITER = 4</b>
Mehr informieren über Ablauf und Lerninhalte der Freizeit mit Bildung	1	3
Mehr (konkrete) Werbung	2	-
Professioneller werben	1	1
Zusammen	4	4

**SONSTIGES**

Die Gruppenleitenden hatten auch die Möglichkeit, zu unspezifizierten Themen Veränderungen vorzuschlagen. Aus den Angaben geht hervor, dass diese zusätzlichen Aspekte eng mit ihrer Verantwortlichkeit als Durchführende zu tun haben. Sie möchten möglichst bei Risiken abgesichert sein, dazu gehören auch Kostenaspekte, wie Stornokosten, im Zusammenhang mit abzusagenden Maßnahmen. Diese Hinweise sind zu berücksichtigen, wenn es um die Weiterführung des Angebots geht. Denn es müssen auf jeden Fall Lösungen im Zusammenhang mit versicherungsrechtlichen, kostenmäßigen Fragen etc. gefunden werden, die die Gruppenleitenden von der Übernahme von Risiken im Hinblick auf die Durchführung der Angebote befreien.

Ein weiterer Hinweis betraf den Aspekt, dass es einer Lösung für den Fall bedarf, wenn eine Person der Gruppenleitung ausfällt. Zum einen fehlt dadurch eine Kraft als Ansprechperson etc. für die Teilnehmenden. Zum anderen, und darin liegt das Hauptproblem, kann das Angebot, zu dessen Umsetzung die Arbeit im Team – als Frau und Mann – gehört, nicht wie vorgesehen durchgeführt werden.

Über die formulierten Änderungswünsche hinaus wurden von einigen Gruppenleitenden Anmerkungen ergänzt. Aus ihnen ging vor allem hervor, dass die zeitlichen Möglichkeiten sehr eng waren. Zum einen fehlte es an Zeit zur Vertiefung der Themen, zum anderen kam der Freizeitanteil zu kurz. In diesem Zusammenhang sollte auch überlegt werden, ob eine Erhöhung des Freizeitanteils nicht auch eine Grundlage bieten könnte, die Verknüpfung von Freizeit und Bildung zu verbessern.

Aus den abschließenden Bemerkungen ging ebenfalls hervor, dass es sehr viel Spaß gemacht hat, als Gruppenleitung tätig zu sein und es bedauerlich wäre, wenn das Projekt „im Sande“ verlaufen würde.

## 5 ERFAHRUNGEN DER TEILNEHMENDEN MÜTTER UND VÄTER

### 5.1 AUSGANGSKOMPONENTEN FÜR DIE TEILNAHME

Die teilnehmenden Familien waren auf die Maßnahmen im Projekt über sehr unterschiedliche Informationswege aufmerksam geworden.

Abb. 19

INFORMATIONSQUELLEN ZUR FAMILIENFREIZEIT				
INFORMATIONSQUELLEN	MÜTTER (N = 54)		VÄTER (N = 51)	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Zeitschrift <i>DFV-Familie</i>	5	9,3	5	9,8
Andere Eltern-/Familienzeitschriften	10	18,5	8	15,7
Regionale Presse	9	16,7	7	13,7
Persönliches Anschreiben des DFV, Projektbezug „Wenn aus Eltern Partner werden“	3	5,6	3	5,9
Ansprache Gruppenleitende	4	7,4	4	7,8
Freunde, Bekannte	5	9,3	6	11,8
Faltblatt „DFV“	13	24,1	12	23,5
Vorschlag Ehefrau	-	-	10	19,6
Sonstige*	14	25,9	7	13,7
Zusammen	63		62	

\* Programm Familienbildungsstätte, Apothekenzeitschrift, Ausschreibung Kreisverband, Kreisbildungswerk, Kirchenzeitung, Faltblatt BMFSFJ, BAUHLADEN e.V., CARITAS Familienberatung, Aushang Kindergarten/Mütterzentrum, Paarseminar

Es gehörten dazu Annoncen in entsprechenden Familienzeitschriften, Faltblätter, aber auch die persönliche Ansprache. Eine besondere Bedeutung hatten innerfamiliäre Aktivitäten der Frauen, indem sie ihre Männer auf das Angebot nicht nur hinwiesen, sondern sie auch überredeten.

Die Ergebnisse lassen kein klares Bild entstehen, welcher Werbeweg der erfolgversprechendste ist. Es sind viele verschiedene Instrumente einzusetzen. Insbesondere ist auch die persönliche Information wichtig. Sie wurde im Projekt vom DFV und vor allem von den Gruppenleitenden geleistet. Die Gruppenleitenden konnten hierdurch von Beginn an einen näheren Kontakt zu den potenziell Interessierten aufbauen, was eine günstige Ausgangslage für konkrete Anmeldungen ist. Dies bedeutet für sie aber auch einen besonderen Einsatz. Den wollten oder konnten sie für das Modellprojekt einbringen.

Wie kann jedoch eine solche umfangreiche Arbeit bei anderen Rahmenbedingungen geleistet werden, wenn nicht mehr die Modellprojekterprobung damit verbunden ist? Für die Werbung ist sicherlich der regionale Bezug von Bedeutung. Familieneinrichtungen betrachten es ohnehin nicht als ihre originäre Aufgabe, eigene Programme aufzulegen und umzusetzen, wie aus Gesprächen mit den VertreterInnen der befragten Einrichtungen zu hören war. Sie sind aufgeschlossen für Gruppen, die ein „eigenes Programm“ mitbringen, und bieten ihnen dafür den gewünschten Rahmen an. Insofern sind sie auch sehr daran interessiert, über entsprechende Angebote, wie im Modellprojekt, in ihren Programmen zu informieren (und zu werben). Als Initiator für die Realisierung solcher und ähnlicher Angebote sehen sie sich jedoch nicht.

Als besondere Aufgabe solcher Projekte bleibt jedoch vor allem, nach Wegen zu suchen, wie Ehemänner und Partner für solche Elternmaßnahmen gewonnen werden können. Denn hier liegt die entscheidende Hürde, um genügend Eltern für die Maßnahme zu werben.

### **ANREISE**

Überwiegend (90 %) waren die Teilnehmenden mit allen Kindern angereist. Die Mehrzahl der Familien erlebte ihre Anreise als nicht anstrengend (37 %) bzw. weniger anstrengend (45 %). Nur in einem Fall wurde sie als sehr anstrengend empfunden. Hierbei spielte sicherlich auch die Anreisedauer eine Rolle. Mehr als die Hälfte der Familien war unter drei Stunden unterwegs. Bei acht Familien lag die Anreisedauer über sechs Stunden. Dazu gehört ein Extremfall. Hier dauerte die Reisezeit 22 Stunden. Bis auf eine Familie waren alle mit dem PKW angereist.

### MOTIVE FÜR DIE TEILNAHME

Für die meisten Mütter und Väter war die Teilnahme an einer Modellprojektmassnahme die erste Erfahrung mit einer Familienfreizeit. Nur etwa jeder vierte Vater und jede fünfte Mutter hatte mit einer solchen Maßnahme bisher Bekanntschaft gemacht.

Die Familien waren aus sehr unterschiedlichen Motiven angereizt. Dabei spielte der Reiz, etwas Neues auszuprobieren und sich mit anderen Familien auszutauschen, eine wichtige Rolle. Dies ist Müttern und Vätern in der Rangfolge etwa gleich wichtig. Allerdings sind diese Motive bei den Müttern stärker ausgeprägt. An inhaltlichen Fragestellungen sind Mütter anteilmäßig stärker interessiert als Väter. Bei vielen Vätern war ein wichtiges Argument, dass sie von ihrer Partnerin, wie bereits erwähnt, überredet worden waren.

Abb. 20

MOTIVE DER MÜTTER UND VÄTER FÜR DIE TEILNAHME AN DEN FAMILIENFREIZEITEN				
MOTIVE	MÜTTER (N = 55)		VÄTER (N = 54)	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Ich wollte einmal etwas Neues ausprobieren	30	54,5	19	35,2
Ich möchte mich mit anderen Müttern und Vätern mit ähnlicher familiärer Situation austauschen	33	60,0	21	38,9
Ich wollte sowieso mit der Familie in die Ferien	24	43,6	21	38,9
Ich möchte etwas dazulernen	23	41,8	20	37,0
Ich bin interessiert an den inhaltlichen Fragen	20	36,4	13	24,1
Meine Frau/Partnerin bzw. mein Mann/Partner hat mich dazu überredet	2	3,6	22	40,7
Ich fühle mich bei der Bewältigung meiner familiären Aufgaben unsicher	10	18,2	6	11,1
Sonstige*	20	36,4	6	11,1
Zusammen	162		118	

\* Kostengünstiger Urlaub, Zeit mit Familie verbringen, etwas Sinnvolles für die Familie, Spielfreunde fürs Kind, bekochen lassen, professionelle Hilfe, Interesse am Kanufahren, Lösung für Partnerkrise, neugierig auf andere, Reflexion neuer Rolle, schöne Gegend erleben, Zeit für familiären Rollentausch, Partnerschaft pflegen mit Kindern (jeweils eine Nennung)

### VORSTELLUNGEN VON DER TEILNAHME

Die TeilnehmerInnen kamen überwiegend ohne genaue Vorstellungen, die Hälfte der Teilnehmenden gänzlich ohne. Dass das so ist, mag vielleicht auch an den Ausschreibungen gelegen haben. In einer Reihe von Interviews, die ein halbes Jahr nach Abschluss der Maßnahme mit ehemals teilnehmenden Müttern und Vätern geführt wurden, wurde auf diesen Mangel häufig hingewiesen. Es wurde aber auch in den Gesprächen aufgeführt, dass die Teilnehmenden nicht von vornherein schon mit „Festlegungen“ angereist waren. Vielmehr war es ihnen wichtig, sich „offen“ zu zeigen.

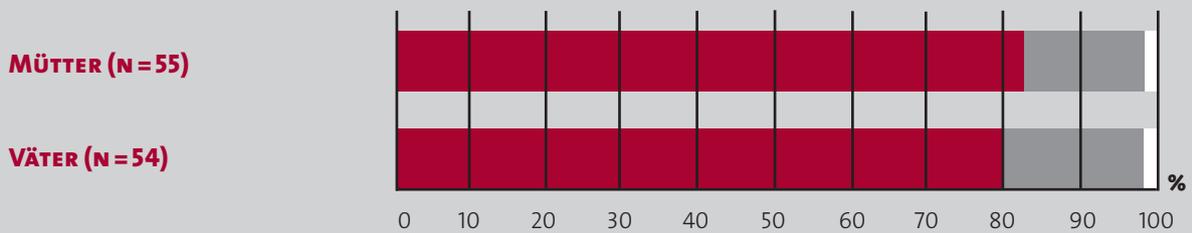
Dennoch knüpften sich bestimmte Wünsche an ihr Mitmachen. Bezug nehmend auf die Ziele der Maßnahme, die die Komponente „Freizeit mit der Familie“, „Bildung in familiären Fragen“ und „Kontakt mit anderen Familien“ enthalten und auch noch Zeit für den/die PartnerIn umfassen sollte, konnte als Gewichtung für die verschiedenen Elemente Folgendes bei den teilnehmenden Müttern und Vätern ermittelt werden:

- Freizeit mit der Familie möchten Mütter und Väter in relativ hohem Maße realisieren. Das gilt für rund 80% der Teilnehmenden.
- Der Bildungsaspekt, die Auseinandersetzung mit familiären Fragen, wird überwiegend wohl als wichtig erachtet, jedoch von Müttern und Vätern nicht so hoch bewertet.
- Kontakte zu anderen Familien werden mehrheitlich als wichtig eingestuft. Allerdings sagt jeder fünfte Vater und jede dritte Mutter, dass dies nicht so wichtig sei.
- Zeit für den/die PartnerIn zu haben wird von Müttern und Vätern wieder deutlich mehrheitlich als sehr wichtig erachtet. Die Einordnung „ist weniger wichtig“ erfolgte nur durch zwei Frauen.

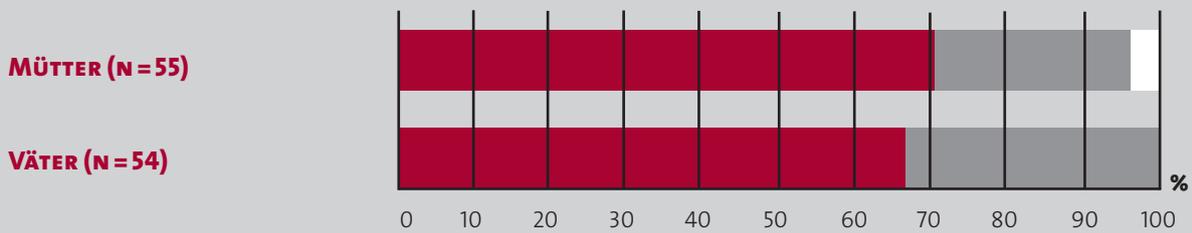
Abb. 21

**GEWICHTUNG VERSCHIEDENER FREIZEITASPEKTE  
DER FAMILIENFREIZEIT DURCH DIE TEILNEHMENDEN MÜTTER UND VÄTER**

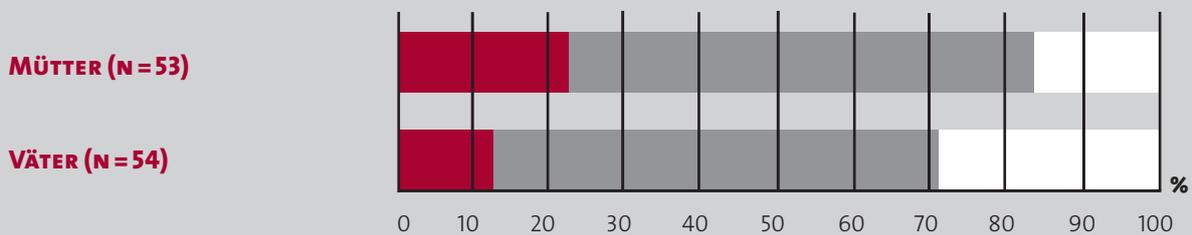
**FREIZEIT MIT DER FAMILIE**



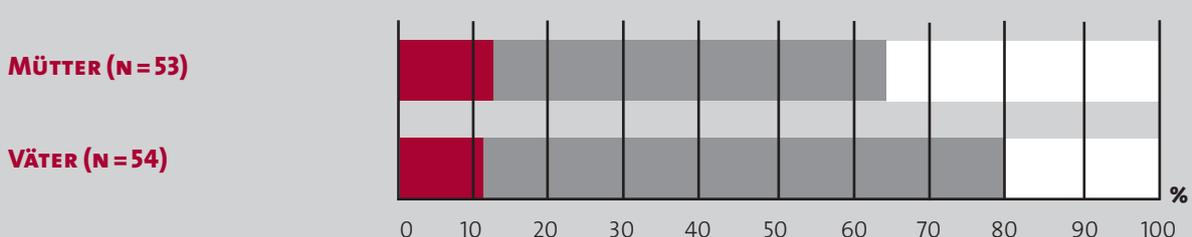
**ZEIT FÜR MEINEN/MEINE PARTNER:IN**



**BILDUNG IM HINBLICK AUF FAMILIÄRE THEMEN**



**KONTAKTE MIT ANDEREN FAMILIEN**



■ Sehr wichtig ■ Wichtig ■ Weniger wichtig

**HOFFUNGEN DER TEILNEHMENDEN**

Darüber hinaus wurde noch differenzierter erfragt, was sie sich von der Teilnahme erhofften. Es wurden hierbei Fragen zu unterschiedlichen Themen berücksichtigt. Der Akzent lag dabei stärker auf Belangen des familiären Lebens, wie Bewältigung der Aufgaben, Vermittlung von Kenntnissen und Anregungen.

Abb. 22

<b>HOFFUNGEN DER MÜTTER UND VÄTER</b>				
<b>HOFFUNGEN</b>	<b>FRAUEN (N = 55)</b>		<b>MÄNNER (N = 54)</b>	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Dass sie Abwechslung zum normalen Alltag bietet	39	70,9	39	72,2
Dass die Teilnahme zusammen mit meiner Frau/Partnerin bzw. mit meinem Mann/Partner uns hilft, eine bessere gemeinsame Basis für familiäre Fragen zu finden	35	63,9	30	55,6
Dass ich Impulse für die Bewältigung der Aufgaben im familiären Alltag erhalte	42	76,4	23	35,4
Dass sich Freizeit und Bildung gut ergänzen	31	56,4	22	40,7
Dass ich besser mit den Konflikten in der Familie umgehen lerne	23	41,8	16	29,6
Dass mir Kenntnisse in Entwicklungs- und Erziehungsfragen für mein Baby/mein kleines Kind (und meine Kinder) vermittelt werden	14	25,5	11	20,4
Dass ich Anregungen erhalte, wie ich besser mit meinem kleinen Kind spielen kann	11	20,0	12	52,2
Dass ich Informationen erhalte, an wen ich mich bei Problemen in der Familie wenden kann	7	12,7	2	3,7
Eine schöne Zeit haben	4	7,3	2	3,7
Gemeinsame Zeit	2	3,6	1	1,9
Sonstige*	3	5,4	2	3,7
Zusammen	211		160	

\* Erholung nachholen, Kanu fahren (jeweils eine Nennung)

Deutlich wird aus den Angaben, dass sich mit der Teilnahme doch eine Reihe von Hoffnungen verbindet. Bei den Frauen (ca. 76%) stehen Impulse für die Bewältigung der Aufgaben im familiären Alltag an erster Stelle. Aber auch die Komponente „Abwechslung zum normalen Alltag“ ist nur geringfügig weniger gewichtet wie auch der Aspekt „Teilnahme zusammen mit dem Partner soll helfen, eine bessere Basis für familiäre Fragen zu finden“. D.h., im Grunde genommen sind dies drei sehr unterschiedliche Akzente, die ganz vorn stehen: der Bereich Familienarbeit, die Abwechslung und das Partnerschaftsinteresse.

Bei den Männern steht die „Abwechslung“ an der ersten Stelle, die Komponente „gemeinsame Basis finden mit Ehefrau/Partnerin“ nimmt den zweiten Rang ein. Eine Impulswirkung für die Bewältigung der Alltagsaufgaben wird noch von rund 42% der Männer erhofft, also deutlich weniger als bei den Frauen.

## 5.2 BEURTEILUNG DER TEILNAHME – EIN GESAMTBILD

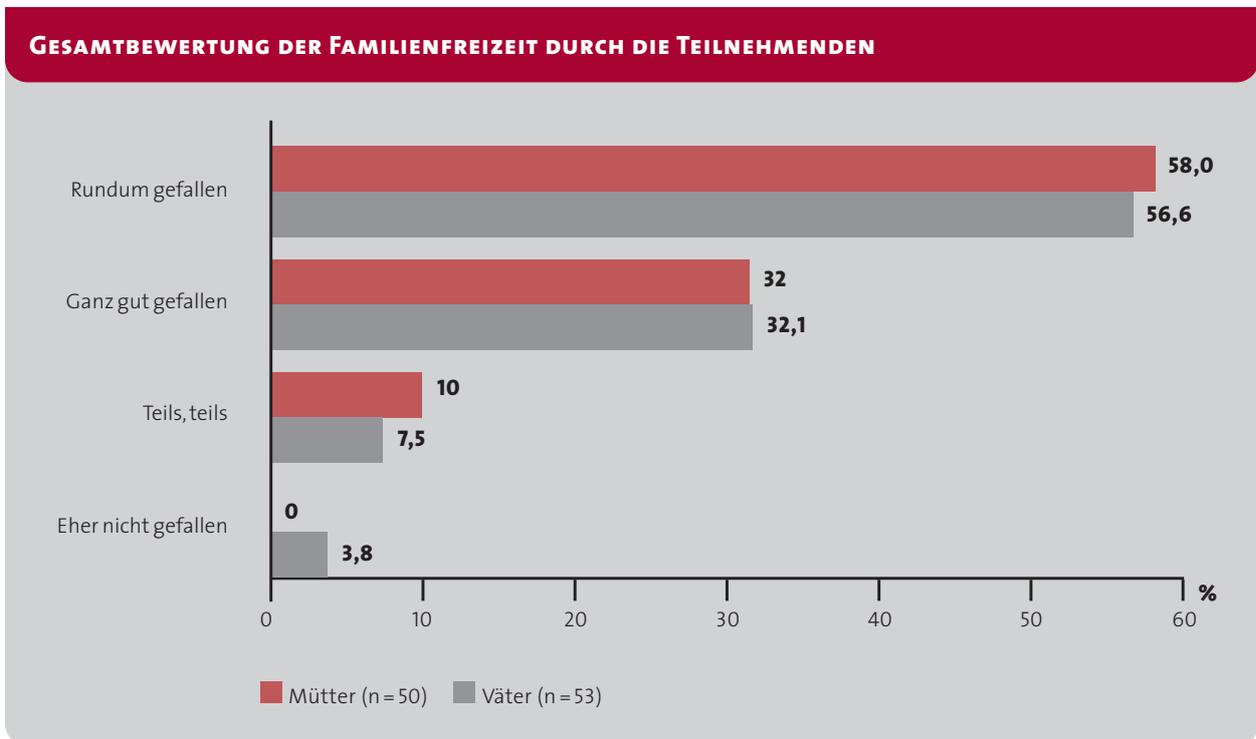
Der Hälfte der Mütter und Väter hat die Familienfreizeit nach den Ergebnissen der schriftlichen Befragung „rundum gefallen“. Weiteren 30% hat sie noch „ganz gut gefallen“. Nur zwei Väter gaben ein eher ungünstiges Urteil ab.

In offenen Fragen wurden Antworten für folgende Aspekte gesucht:

- ❓ Was hat am meisten Spaß gemacht?
- ❓ Worin liegt der größte Nutzen für den Alltag?
- ❓ Worin liegt der größte persönliche Nutzen?
- ❓ Was hat am meisten gefallen?

Es waren viele Mütter und Väter bereit, Angaben zu den verschiedenen Aspekten zu machen. Als ein Zeichen der insgesamt positiven Bewertung kann auch gewertet werden, dass sich Frauen und Männer beim Aspekt „nicht gefallen“ vergleichsweise weniger zu Wort meldeten. Im Durchschnitt wurde von den Eltern mehr als eine Antwort pro Fragestellung abgegeben. Männer und Frauen waren etwa gleich aktiv.

Abb. 23



Am meisten Spaß gemacht hat einem Drittel der Männer bzw. jeder vierten Frau das Zusammensein mit anderen. Zeit für Familie zu haben hat auch fast jede vierte Frau aufgeführt. „Kanufahren lernen“ ist besonders herauszuheben. Hinter den aufgeführten Zahlen stehen die meisten derjenigen, die an diesen beiden Freizeiten teilgenommen haben.

Als größter Nutzen für den Alltag standen an erster Stelle „die Gespräche mit den anderen Eltern“. Jeder dritte Vater und jede dritte Mutter hatte diesen Aspekt aufgeführt. In den Interviews wurde ebenfalls immer wieder hervorgehoben, dass der Erfahrungsaustausch mit den anderen Familien auch deshalb wichtig war bzw. viel gebracht hat, weil man erkannte, dass andere Familien ähnliche Fragen beschäftigten und sie auch mit Problemen und Konflikten zu kämpfen haben. „Besonders wichtig war: Anderen Eltern geht es nicht anders. Auch sie sind nicht immer sicher, ob sie es richtig machen. Auch sie haben mal schlechte Gefühle.“ An zweiter Stelle wurde „die Herausarbeitung von Bedürfnissen“ angeführt, einem Viertel der Frauen war dieser Punkt wichtig gewesen, bei den Männern knapp jedem fünften.

Abb. 24

<b>GRÖSSTER NUTZEN DER TEILNAHME FÜR DEN ALLTAG</b>				
<b>GRÖSSTER NUTZEN FÜR DEN ALLTAG</b>	<b>FRAUEN (N = 48)</b>		<b>MÄNNER (N = 41)</b>	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Gespräche mit Eltern	17	35,4	14	34,1
Bedürfnisse herauskristallisieren	13	27,1	7	17,1
Erholter sein	9	18,8	3	7,3
Neuer Umgang mit Kindern	5	10,4	2	4,9
Impulse für den Alltag	7	14,6	1	2,4
Übungen zum Thema	4	8,3	2	4,9
Frauenrunde	4	8,3		
Mehr Zeit für Familie	1	2,1	3	7,3
Sonstiges*	6	12,5	11	26,8
Zusammen	66		43	

\* Tochter löst sich, Bewusstmachen der hohen elterlichen Verantwortung, Camping mit kleinen Kindern ist möglich, Anstöße für gedankliche Auseinandersetzung, Impulse für die Freizeitgestaltung, mehr Zeit zur eigenen Verfügung, Erkennen des Sinns einer Aufgabenverteilung

Als wichtigster persönlicher Nutzen der Teilnahme wurde die „Erholung“ herausgestellt. Männer und Frauen – knapp 40% – machten die Angabe etwa gleich stark. Aber auch das „Offensein“ war eine wichtige persönliche Erfahrung. Hier ist sicherlich auch eine wichtige Verbindung zum Punkt „Gespräche mit Eltern“ herauszustellen. D. h., die verschiedenen Aspekte greifen ineinander und stehen damit in einem Wirkungszusammenhang. Die große Zufriedenheit mit dem Angebot und die sehr positive Beurteilung kommen auch in den abschließenden Anmerkungen zum Ausdruck, die am Ende der Befragung von 18 Frauen und 16 Männern aufgeführt wurden. Es wird dort ausgesagt, dass mit diesem Angebot die Stärkung von Familien erreicht wird und es auch gleichfalls ein Familienerlebnis ist. Dazu tragen die Gruppenleitenden nicht

unwesentlich bei, wie den Äußerungen zu entnehmen ist. Aber auch der Kontakt zu den anderen Familien – Müttern und Vätern – wird als positive Komponente herausgestellt. Insbesondere war man auch an Folgeangeboten interessiert.

Abb. 25

<b>WICHTIGSTER PERSÖNLICHER NUTZEN DER TEILNAHME</b>				
<b>PERSÖNLICHER NUTZEN</b>	<b>FRAUEN (N = 47)</b>		<b>MÄNNER (N = 47)</b>	
	Anzahl	%	Anzahl	%
Erholung	18	38,3	17	36,2
Offenheit	11	23,4	7	12,8
Neue Sicht familiärer Probleme	8	12,8	6	10,6
Gute Bekanntschaften	3	6,4	3	6,4
Austausch mit Eltern	1	2,1	6	12,8
Reflexion über sich selbst	3	6,4	4	8,5
Nachdenken über den Alltag	2	4,3	4	8,5
Abenteuer	3	6,4	2	4,3
Andere Denkweisen	5	10,6	1	2,1
Freude	3	6,4	1	2,1
Sonstiges*	3	6,4	3	6,4
Zusammen	60		54	

\* Austausch mit Frauen, Zeit für Kinder, starkes Selbstvertrauen festgestellt, versorgt sein, Kinder nicht im Vordergrund

41 Frauen und 31 Männer machten Angaben zu einer Reihe von Aspekten, die ihnen an der Freizeit am wenigsten gefallen haben. Es wurden in diesem Zusammenhang viele verschiedene Aspekte angeführt. Sie lassen sich in fünf Gruppen zusammenfassen.

Abb. 26

<b>KRITISCHE BEWERTUNGEN</b>				
<b>AM WENIGSTEN GEFALLEN HAT BEZOGEN AUF</b>	<b>FRAUEN (N = 41)</b>		<b>MÄNNER (N = 31)</b>	
	Anzahl	%	Anzahl	%
methodische, inhaltliche, gruppenbezogene Gesichtspunkte				
■ Zu viele Gesprächsrunden	10	24,4	12	38,7
■ Andere	12	29,2	1	3,2
Zusammen	22	53,6	13	41,9
den Zeitrahmen	7	17,0	10	32,2
die Organisation vor Ort	4	9,6	4	12,9
die Ferienhäuser (einschließlich Versorgung) bzw. das Umfeld	7	17,0	6	19,3
die Kinderbetreuung	4	9,6	1	3,2
Sonstiges	3	7,3	5	16,1
Zusammen	47		39	

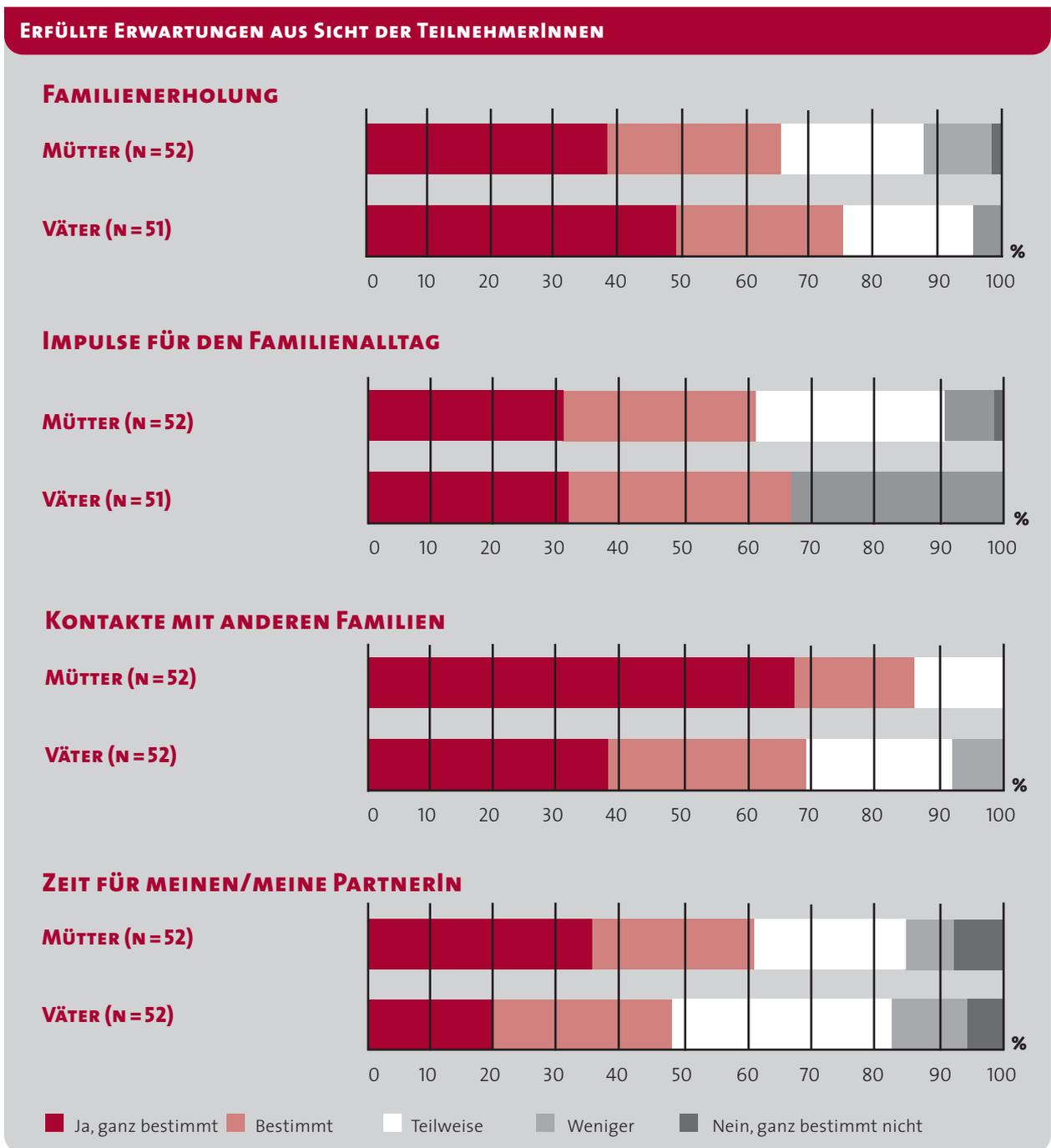
Die meisten beziehen sich auf die Durchführung der Maßnahmen und betreffen unter anderem methodische, inhaltliche und gruppendynamische Gesichtspunkte. Besonders fällt die Kritik an den Gesprächsrunden auf. Dies betraf, wie eine Auswertung zeigt, besonders die sieben-tägige Maßnahme. Von einem Viertel der Frauen und fast 40% der Männer wurden sie als zu zahlreich bezeichnet. Auch am zeitlichen Rahmen wurde starke Kritik geübt. Daneben werden noch organisatorische Aspekte genannt. Sie beziehen sich auf die Durchführung der Maßnahme; Probleme beim Management der Kinderbetreuung sind im Zusammenhang mit den Ferienhäusern (einschließlich Versorgung) zu sehen. Insgesamt geben die Kritikpunkte also ein sehr buntes Bild ab – vor allem bleibt festzuhalten, dass bei der Methodik die zu hohe Zahl der Gesprächsrunden auffällt und außerdem die zeitliche Komponente, dies wird auch in anderen Zusammenhängen deutlich, immer wieder Kritik herausfordert.

**ERFÜLLUNG VON ERWARTUNGEN UND ZUFRIEDENHEIT MIT DEM FREIZEIT-BILDUNGS-PROGRAMM**

Im Hinblick auf die Erfüllung der Erwartungen ist es den Paaren vor allem gelungen, Kontakte zu anderen Familien herzustellen. Fast 70% der Mütter kamen bei der Frage, ob sich ihre Erwartungen erfüllt hätten, zum Ergebnis „ja, ganz bestimmt“, bei den Männern (knapp 40%) fiel dieses Urteil deutlich unvoreilhafter aus. Die Familienerholung erhielt bei der Bewertung „ja, ganz

bestimmt“ die zweite Stelle, fast jeder zweite Vater gab diese Einschätzung ab, bei den Frauen waren es noch knapp 40%. Zeit für den/die PartnerIn zu haben ist nach den Angaben deutlich stärker von den Frauen empfunden worden: Während etwa jede dritte Frau sagen konnte, dass das bestimmt erfüllt wurde, traf es nur für jeden fünften Mann zu. Bei der Beurteilung, ob sie Impulse für den Alltag erhalten hätten, lagen Mütter und Väter sehr dicht zusammen. Knapp ein Drittel war davon sehr überzeugt.

Abb. 27



Am Anfang der Freizeiten waren die Mütter und Väter gefragt worden, welches Gewicht verschiedene Freizeitaspkte für sie hätten. An erster Position standen dabei Freizeit und Erholung mit der Familie und auch Zeit für den/die PartnerIn.<sup>8</sup> Es ist offensichtlich gelungen, Familienerholung auch in hohem Maße realisieren zu können, jedoch nicht in der Höhe, wie es wünschenswert gewesen wäre. Abstriche sind insbesondere bei den Müttern festzustellen. Auch die gewünschte Zeit für den/die PartnerIn stand offensichtlich nicht zur Verfügung. Der Wunsch nach Kontakten mit anderen Familien konnte gegenüber den Erwartungen jedoch deutlich stärker erfüllt werden. Das ist sicherlich auch konzeptionell zu begründen; zum einen mit dem methodischen Ansatz, dass sich Eltern im gemeinsamen Austausch bzw. als Gruppe „Mütter“ und „Väter“ häufig zusammenfanden. Zum anderen förderte auch der äußere Rahmen der Maßnahme ein Zusammensein mit anderen. Auch der Stellenwert der Auseinandersetzung mit familiären Themen war zu Beginn der Maßnahme bei Vätern und Müttern weniger hoch, d. h. aber nicht, dass sie daran nicht interessiert waren. Insbesondere Mütter (ca. 76 %) erhofften sich Impulse für die Bewältigung der Alltagsaufgaben, jedoch nur jeder dritte Vater war daran interessiert.<sup>9</sup>

#### VERHÄLTNIS VON BILDUNG ZU FREIZEIT

Die Maßnahme verbindet Bildung und Freizeit und arbeitet mit einem Programm, das sich aus verschiedenen Themenbereichen bzw. Ebenen zusammenfügt und in seiner Komplexität umzusetzen ist. Mit dem Begriff „Familienfreizeit...“ im Titel wird dieser Gesichtspunkt nicht deutlich. Auch das Plakatomotio des Projekts „Der kleine Urlaub zwischendurch ...“ lässt die Bildungs-komponente nicht erkennen. Ebenfalls geht aus der weiteren Beschreibung der Maßnahme<sup>10</sup> der spezifische Bildungsansatz nicht hervor. Diese Informationen sagen also wenig über das tatsächliche Programm, seine Inhalte und Methoden aus. So überrascht es auch nicht, dass Familien – Mütter und Väter – den Urlaub im Vordergrund sahen bzw. sie mit anderen Vorstellungen angereist waren. Dies wurde auch in den Interviews nach Abschluss der Maßnahme deutlich.

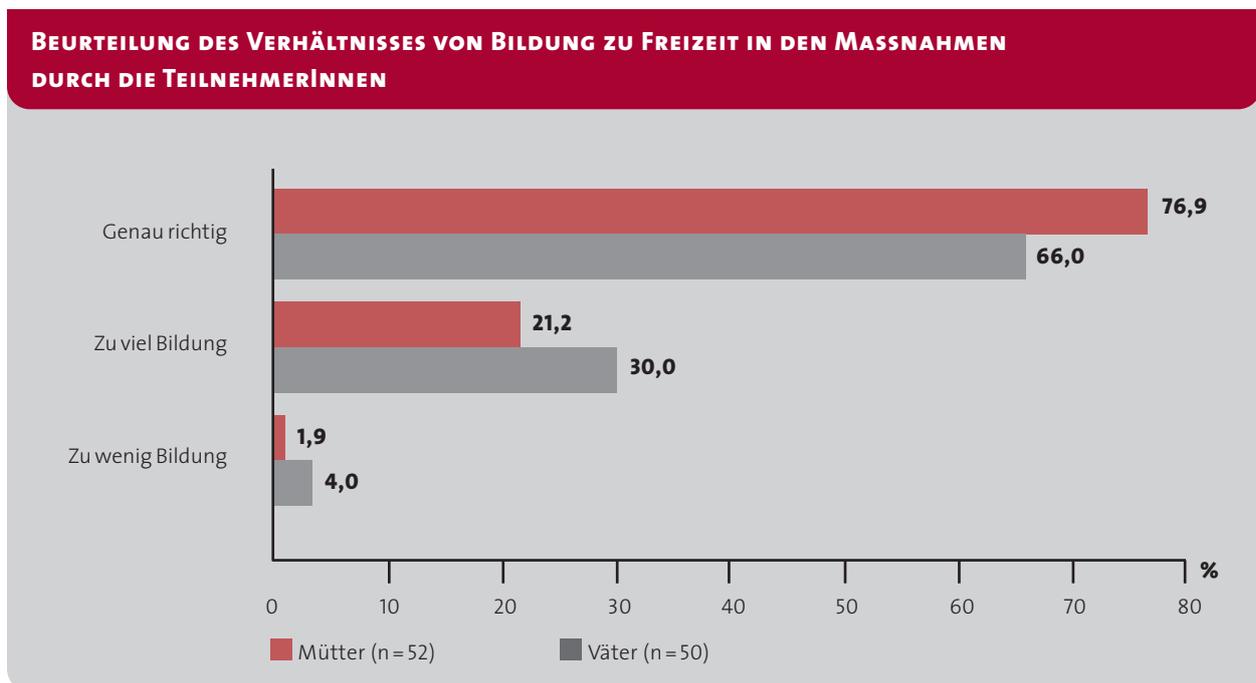
<sup>8</sup> Vgl. Abb.21, S.38

<sup>9</sup> Vgl. Abb.22, S.39

<sup>10</sup> „Familienurlaubsprogramm für Familien mit Kindern im Kleinkind- und Schulalter, und neben viel Spaß und Erholung lernen Sie etwas über Ihre Beziehung, finden in getrennten Mütter- und Vätergruppen Unterstützung und vertiefen Ihre Partnerschaft ... Genießen Sie die Zeit als Paar und als Familie.“

Es ist den Gruppenleitenden jedoch gelungen, das Konzept mit seinen Inhalten und seiner Didaktik sowie Methodik so zu vermitteln und umzusetzen, dass die Resonanz bei den Teilnehmenden eher sehr positiv ausfiel. Über zwei Drittel waren der Ansicht, dass Freizeit und Bildung im „genau richtigen“ Verhältnis standen. Bei den Müttern fällt das Urteil noch günstiger aus als bei den Vätern. Fast jedem dritten Vater war zu viel „Bildung“ in der Maßnahme enthalten, bei den Müttern traf es nur auf jede fünfte zu. Dass zu wenig Bildungsinhalte vermittelt wurden, äußerten nur sehr wenige TeilnehmerInnen.

Abb. 28



### 5.3 BILANZIERUNG – PERSPEKTIVEN

Die Durchführung der Maßnahmen mit dem Freizeit-Bildungs-Programm war erfolgreich. Es wurden junge Familien, die überwiegend Kinder unter fünf Jahren hatten, erreicht. In den Befragungsergebnissen kommt deutlich zum Ausdruck, dass die Maßnahmen von den Eltern – gemeinsam als Mutter und Vater – akzeptiert wurden. Die teilnehmenden Eltern mit ihren Kindern waren mit dem Angebot der Familienfreizeiten sehr zufrieden. Das Verhältnis der Programminhalte „Bildung“ und „Freizeit“ fand überwiegend die volle Zustimmung der Teilnehmenden. Die positive Bewertung ist an die Gruppenleitenden weiterzugeben, da es ihnen gelungen ist, Ziele, Inhalte und Methoden in den von ihnen durchgeführten Maßnahmen entsprechend umzusetzen.

Auch die Gruppenleitenden sind vom Konzept überzeugt. Es ist in seiner Gesamtheit – mit den fünf Ebenen – zu realisieren. Die Erprobungsergebnisse bestätigen, dass die Struktur, die auf einer Verknüpfung der verschiedenen Themenschwerpunkte basiert, jungen Familien gute Grundlagen bietet, sich individuell und gemeinsam bestimmte Fragen zu stellen, die zur Orientierung und Stabilisierung anregen, und ihnen damit hilft, mit den vielfältigen Aufgaben im Alltag besser zurechtzukommen.

Die Resonanz der teilnehmenden Familien, wie sie in den Ergebnissen der Abschlussbefragung zum Ausdruck kommt, spricht dafür, Angebote mit diesem Konzept weiterzuführen. Das ist auch deshalb zu befürworten, weil die Teilnahme nachhaltige Impulse für den Familienalltag gibt. Die Äußerungen in den Nachbefragungen lassen den Erfolg weniger im konkreten Handeln erkennen. Vielmehr zeigt sich der Erfolg in der Reflexion und dem Bewusstmachen des persönlichen Standortes, der partnerschaftlichen Beziehung, des Verhaltens dem Kind gegenüber etc. sowie im Hinblick darauf, wie mit Konflikten umgegangen und nach Lösungen gesucht wird.

## **ANHANG**



## 1 ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abb. 1	Durchgeführte Maßnahmen	8
Abb. 2	Gewinnung der Familien	10
Abb. 3	Werbeaktivitäten der Gruppenleitenden zur Gewinnung von Familien	11
Abb. 4	Alterszusammensetzung der teilnehmenden Mütter und Väter	13
Abb. 5	Zahl der Kinder	14
Abb. 6	Alter der Kinder	14
Abb. 7	Höchster Schulabschluss der teilnehmenden Mütter und Väter	15
Abb. 8	Erlernte Berufe der teilnehmenden Mütter und Väter	16
Abb. 9	Erwerbsvolumen pro Woche der teilnehmenden Mütter und Väter	17
Abb. 10	Ausgeschöpfter Zeitraum der Elternzeit der teilnehmenden Mütter	18
Abb. 11	Teilnahme an Gruppen mit familiärem Bezug	22
Abb. 12	Gründe für die Nichtteilnahme an außerfamiliären Aktivitäten der teilnehmenden Mütter und Väter	23
Abb. 13	Erfahrungen mit dem zeitlichen Ansatz für die Unterrichtsinhalte der verschiedenen Ebenen	25
Abb. 14	Interesse der Eltern an den Unterrichtshalten der verschiedenen Ebenen	27
Abb. 15	Anmerkungen zum Konzept: Eignung und Veränderungen	29
Abb. 16	Änderungsvorschläge zum Konzept	30
Abb. 17	Änderungsvorschläge zur Gruppengröße	31
Abb. 18	Änderungsvorschläge zur Gewinnung von Familien	32
Abb. 19	Informationsquellen zur Familienfreizeit	34
Abb. 20	Motive der Mütter und Väter für die Teilnahme an den Familienfreizeiten	36
Abb. 21	Gewichtung verschiedener Freizeitaspekte der Familienfreizeit durch die teilnehmenden Mütter und Väter	38
Abb. 22	Hoffnungen der Mütter und Väter	39
Abb. 23	Gesamtbewertung der Familienfreizeit durch die Teilnehmenden	41
Abb. 24	Größter Nutzen der Teilnahme für den Alltag	42
Abb. 25	Wichtigster persönlicher Nutzen der Teilnahme	43
Abb. 26	Kritische Bewertungen	44
Abb. 27	Erfüllte Erwartungen aus Sicht der TeilnehmerInnen	45
Abb. 28	Beurteilung des Verhältnisses von Bildung zu Freizeit in den Maßnahmen durch die TeilnehmerInnen	47

## 2 BIOGRAPHISCHES: JOHANNA ZIERAU

Johanna **ZIERAU**

INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG GMBH  
an der UNIVERSITÄT HANNOVER  
Lister Str. 15  
30163 Hannover

Tel. 0511 399-7254 oder 0511 399-70 (Zentrale)  
Fax 0511 399-7229  
zierau@ies.uni-hannover.de

### **BERUFLICHE BIOGRAPHIE**

Studium der Volkswirtschaftslehre in Kiel und Göttingen, seit 1978 wissenschaftliche Mitarbeiterin im INSTITUT FÜR ENTWICKLUNGSPLANUNG UND STRUKTURFORSCHUNG GMBH an der UNIVERSITÄT HANNOVER

### **FORSCHUNGSSCHWERPUNKTE**

Vereinbarkeit von Aus-, Weiterbildung, Erwerbs- und Familientätigkeit, örtliche und regionale Familienpolitik, Partizipation und ehrenamtliches Engagement aus der Genderperspektive



Sexualaufklärung und Familienplanung sind seit 1992 ein Arbeitsschwerpunkt der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Der gesetzliche Auftrag zur Konzeptentwicklung verpflichtet die BZgA in besonderer Weise, einen interdisziplinären Diskurs über Sexualität, Kontrazeption und Familienplanung anzuregen und zu fördern. Dies ist auch ein wichtiges Element zur Qualitätssicherung in diesem Feld. Durch verschiedene Publikationen leistet die BZgA einen Beitrag zur Information und Auseinandersetzung mit diesem Themenkomplex.

Die „Materialliste“ informiert über alle Veröffentlichungen der BZgA, der Infobrief FORUM SEXUALAUFKLÄRUNG UND FAMILIENPLANUNG bereitet relevante Themen aktuell auf und mit der Fachheftreihe FORSCHUNG UND PRAXIS DER SEXUALAUFKLÄRUNG UND FAMILIENPLANUNG bietet die BZgA ein Forum zur Diskussion und Vernetzung zwischen Wissenschaft und Praxis.

In der Fachheftreihe werden Meinungen von Expertinnen und Experten sowie Studien und Modellprojekte veröffentlicht, die den aktuellen Stand der Sexualaufklärung und Familienplanung aufzeigen. In Sonderbänden werden darüber hinaus die Ergebnisse von Tagungen und Kongressen dokumentiert.

Die vorliegende Publikation wendet sich an MultiplikatorInnen, die mit jungen Familien arbeiten und Angebote für sie bereit stellen. Die zusammengestellten Materialien basieren auf einem zweijährigen Modellprojekt, das die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) von 1999 bis 2001 gefördert hat. Das Handbuch soll MultiplikatorInnen ermutigen und befähigen, die im Modellprojekt erprobte Form der Elternbildung in ihre Arbeit mit jungen Familien zu integrieren.

Die Veröffentlichungen der BZgA sind unter der Bestelladresse BZgA, 51101 Köln, oder per E-Mail an [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de) erhältlich.



**Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung**

ISBN 3-933191-91-2  
Schutzgebühr: 20 Euro