

# GeschwisterKIDS

## Begleitung von Geschwisterkindern im Kindergartenalter



Fachtagung FamilienBande

23.06.2017

Referentin: Knittel Franziska



ALLIANZ FÜR GESCHWISTER

# Gliederung

1. Diskussionsrunde
2. Ausgangslage
3. Ziele des Trainings
4. Der aktuelle Stand
5. Aufbau des Trainings
6. Methoden
7. Endlich Praxis: Achtsamkeitsübung
8. Feedbackrunde



# Diskussionsrunde

Wie sollte ein Eltern-Kind-Training für Geschwisterkinder von schwer kranken und/oder behinderten Kindern zwischen 3 und 6 Jahren aufgebaut sein?

- Inhalte?
- Ziele?
- Methodik?



# Der Ursprung...

- **Ausgangslage 2017:**

Angebotslandschaft für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren

- Kein Angebot vorhanden
- Hoher Bedarf auf Nachfragen von Eltern
- Bedarf eines Eltern-Kind-Trainings für diese Altersklasse



# Ziele des Trainings

- Förderung von Lebenskompetenzen für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren
- Sensibilisierung der Eltern für die Situation der Geschwisterkinder
- Eltern für die kommenden Herausforderungen des Alltags stärken



# Ziele des Trainings

- Kinder lernen Grundemotionen (Ärger/Wut, Trauer, Freude und Angst) kennen
- Eltern erfassen die Wichtigkeit im Umgang mit Emotionen
- Erlernen von ersten Bewältigungsstrategien zum Umgang mit Gefühlen für die Kinder
- Zusammenhang zwischen eigenem Befinden der Eltern und Befinden des Kindes erlernen (Wichtigkeit für eigene Psychohygiene)



# Ziele des Trainings

- Entspannung, Selbstachtsamkeit und bewusstes Genießen in den Alltag integrieren lernen
- Förderung und Stärkung individueller Ressourcen
- Schaffung emotionaler Entlastung der Eltern





# Der aktueller Stand

- Momentan befindet sich das Training am Anfang der Entwicklung.
- Das Konzept wurde in seinen Grundzügen entwickelt.
- Erprobung und Evaluation soll im Rahmen meiner Bachelorarbeit in den kommenden Monaten erfolgen.
- Optimierungen sowie weiterer sachlicher Input sind demnach erwünscht!



# Wie ist das Training aufgebaut?

Das Eltern-Kind Training „GeschwisterKIDS“ soll aus 3 Modulen bestehen:

## **Modul 1: Eltern-Modul**

Fokus hier auf...

- ...der Erläuterung von Entwicklungsstufen und Entwicklungsaufgaben der Kinder
- ...der Wichtigkeit von Emotionen und richtige Validierung von Emotionen der Kinder
- ...der Sensibilisierung für die besondere Geschwistersituation



# Wie ist das Training aufgebaut?

- **Modul 2: Eltern-Kind Modul**

Fokus hier auf...

- ... der Psychoedukation zu Emotionen
- ... der Vermittlung von Strategien zur Emotionsregulation
- ... Der positiven Eltern-Kind Interaktion (positive Zeit zu Zweit)



# Wie ist das Training aufgebaut?

- **Modul 3: Eltern Modul**

Fokus hier auf...

- ... der Selbstfürsorge
- ... der Psychoedukation zur Stressbewältigung
- ... Genusstraining
- ... der Entlastung der Eltern
- ... der Vermittlung von Erziehungskompetenzen
- ... der Erarbeitung von Zielen für die Zukunft



# Was kann man sich genau darunter vorstellen?

- Die Methodik sollte möglichst praktisch orientiert, wenig konfrontativ und einfach verständlich sein.
- Eine besondere Herausforderung stellt hierbei die Altersgruppe der 3 bis 6 Jährigen da, da diese einen sehr unterschiedliches Wissens- und Reflexionsniveau aufweisen.  
→ Fokus hier deshalb auf Eltern & Kinder.



# Was kann man sich genau darunter vorstellen?

- Die Methoden, die für die Kinder entwickelt wurden, dienen nicht der reinen Wissensvermittlung
  - Vielmehr soll ein grundlegendes Bewusstsein für die bestehenden Herausforderungen des Alltags der Familien geschult und die Aktivierung von Ressourcen, die die Interaktion zwischen Eltern & Kind positiv beeinflussen, vermittelt werden.



# Einige Methoden...

... für die Eltern:

Methode	Inhalt	Ziele
Vorstellung der Geschwisterkinder (GeKi) anhand einer <b>Eigenschaftsburg</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vorstellung der GeKis</li><li>• Anamnese</li><li>• Erhebung von Besonderheiten</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gruppe ist auf das Thema GeKi fokussiert</li><li>• Kursleiter hat erste Vorstellung von den Geschwisterkindern</li></ul>



# Einige Methoden...

... für die Eltern:

Methode	Inhalt	Ziele
Psychoedukation emotionale Kompetenz  <b>Gefühlsstern</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bedeutung, Funktion Angemessenheit und Akzeptanz von Gefühlen</li><li>• Emotionsausdruck (kodieren und dekodieren)</li><li>• Empathische Validierung von Gefühle</li><li>• Emotionsregulation</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Eltern haben ein erstes Verständnis für die Wichtigkeit im Umgang mit Emotionen</li><li>• Eltern kennen Grundemotionen und deren Funktion</li></ul>





# Einige Methoden...

... für die Eltern:

Methoden	Inhalt	Ziele
<p>Thema eigenes Befinden/Stress/Entspannung:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wohlfühlzimmer sowie gegenseitiges Vorstellen der Wohlfühlzimmer</li><li>• Entspannungsübung</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Selbstfürsorge bei Eltern</li><li>• Psychoedukation Stressbewältigung</li><li>• Eigene Stressoren identifizieren</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Eltern erkennen den Zusammenhang zwischen ihrem Befinden und dem des Kindes</li><li>• Eltern sehen Notwendigkeit für eigene Psychohygiene</li><li>• Eltern bekommen erste Ideen zur Stressbewältigung</li><li>• Entspannung</li></ul>



# Einige Methoden...

... für die Eltern:

Methode	Inhalt	Ziele
Euthyme Methoden sowie die Planung für Integration in den Alltag	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wichtigkeit von bewussten genießen im stressigen Alltag</li><li>• Erfahren von Entspannungsmomenten</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Eltern erlernen eine Methode zum achtsamen und bewussten Genießen</li><li>• Entspannung im Alltag</li><li>• Förderung und Stärkung individueller Ressourcen</li></ul>



# Einige Methoden...

... für die Kinder:

Methode	Inhalt	Ziele
<ul style="list-style-type: none"><li>• Geschichten vorgeben für jede Grundemotion (Comics)</li><li>• Eigene Geschichte: Scribility-Figuren kopieren &amp; bemalen lassen Minimale Reflexion zum Sinn von Gefühle</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kennenlernen und nennen von 4 Grundemotionen (Ärger/Wut, Trauer, Angst, Freude)</li><li>• Emotionsausdruck (kodieren &amp; dekodieren)</li><li>• Transfer in Alltagssituationen</li><li>• Funktion der Emotion</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kinder lernen Grundgefühle kennen</li><li>• Kinder können Zusammenhänge zwischen Gefühlen und Situationen herstellen</li><li>• Kinder können Gefühle an sich und anderen beobachten und basal ausdrücken</li></ul>







# Einige Methoden...

... für die Kinder:

Methode	Inhalt	Ziele
<ul style="list-style-type: none"><li>• Gefühlspantomimespiel: Karten mit Grundemotionen werden ausgeteilt und Kinder sollen in Partnerarbeit sich gegenseitig Emotionen „vorspielen“</li><li>• Gefühlskissen basteln, multifunktional einsetzbar von Wutkissen bis zu Kuschelkissen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Strategien der Emotionsregulation für die Gefühle Ärger/Wut, Trauer, Angst</li><li>• Wichtige Strategie: social support</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kinder erfahren erste Bewältigungsstrategien zum Umgang mit Gefühlen</li></ul>



# Einige Methoden...

... für die Kinder&Eltern:

Methode	Inhalt	Ziele
<ul style="list-style-type: none"><li>• Wettermassage: Die Eltern massieren die Kinder nach Vorgabe der Kursleiter (Mittels Wettergeschichte)</li><li>• Gipsabdruck: Eltern-Kindhand mit Alginat</li></ul>	<p>Positive Eltern-Kind-Interaktion</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Zeit zu zweit</li><li>• pos. Aktivität</li><li>• Entspannung</li><li>• Ideen für die Zukunft</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Eltern und Kind machen eine positive und ggf. korrigierende Erfahrung von gemeinsam verbrachter Zeit</li><li>• Symbol schafft Erinnerung an pos. gemeinsame Zeit</li></ul>



# Endlich Praxis...

Gerne würde ich eine Achtsamkeitsübung, die im Konzept im Modul 3 vorgesehen ist, mit Ihnen ausprobieren und ihr Feedback dazu bekommen!





# Feedbackrunde!

Gerne stelle ich das Konzept nun zur Diskussion.

- Welche Punkte sind verbesserungswürdig?
- Welche Punkte wurden vielleicht zu oberflächlich ausgearbeitet?
- Welche Themenbereiche fehlen komplett?
- Was empfinden Sie als gut gelungen?
- Methodenvorschläge?



Vielen Dank für Ihr Feedback und Ihre  
Aufmerksamkeit!



ALLIANZ FÜR GESCHWISTER