

praxiswissen
ERZIEHUNG

Armin Castello

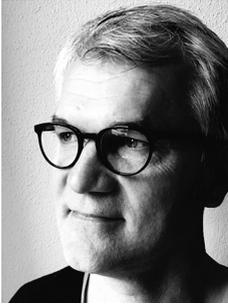
Positives Elternhandeln

Pädagogik im familiären Alltag

Kohlhammer

Kohlhammer

Der Autor



Dr. Armin Castello ist Universitätsprofessor für Psychologie und Diagnostik an der Europa-Universität Flensburg. In Forschung und Lehre vertritt er die Themenfelder Klinische Kinderpsychologie, Erziehungsberatung und systemische Familienberatung.

Armin Castello

Positives Elternhandeln

**Pädagogik im familiären
Alltag**

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese von jedermann frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Dieses Werk enthält Hinweise/Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Zum Zeitpunkt der Verlinkung wurden die externen Websites auf mögliche Rechtsverstöße überprüft und dabei keine Rechtsverletzung festgestellt. Ohne konkrete Hinweise auf eine solche Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich unverzüglich entfernt.

1. Auflage 2019

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-035256-8

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-035257-5

epub: ISBN 978-3-17-035258-2

mobi: ISBN 978-3-17-035259-9

Inhalt

Vorwort	9	
<hr/>		
1	Kindliche Entwicklung: ein Anpassungsprozess	13
<hr/>		
2	Bindung zwischen Eltern und Kind	17
<hr/>		
2.1	Eltern-Kind-Dialog	17
2.2	Bindungstypen	20
2.3	Sichere Bindung als Schutzfaktor	23
2.4	Positives Bindungsverhalten von Eltern	25
2.5	Beeinträchtigung der Eltern-Kind-Kommunikation	27
3	Erziehung	29
<hr/>		
3.1	Veränderungen für Familien	30
3.2	Erwartung und Unterstützung	31
3.3	Wirkung des Erziehungsverhaltens	36
4	Umgang mit Emotionen	42
<hr/>		
4.1	Bedeutung des Umgangs mit Emotionen	43
4.2	Umgang mit Emotionen erlernen	45
4.3	Positiver Umgang mit Emotionen	46
4.4	Belastender Umgang mit Emotionen	53

5	Unterstützung realistischen Denkens	55
5.1	Zusammenhang zwischen Denken und Fühlen	57
5.2	Negatives Denken	57
5.3	Entstehungsbedingungen negativ verzerrten Denkens	60
5.4	Realistisches Denken unterstützen	62
5.5	Beispiele für die Unterstützung realistischen Denkens	63
5.5.1	Emotionen haben Vorrang	64
5.5.2	Negatives Denken erkennen	64
5.5.3	Normalisieren	65
5.5.4	Nachfragen	65
5.5.5	Negatives Denken benennen	66
5.5.6	Rational begründetes Feedback	67
5.5.7	Ursachenzuschreibungen	67
6	Unterstützung angemessenen Sozialverhaltens	70
6.1	Angemessenheit elterlicher Erwartungen	71
6.2	Handlungsorientierung geben	72
6.3	Belohnung, Lob und Feedback	75
6.4	Konsequenzen bei unerwünschtem Verhalten	76
7	Systemisches Verständnis für Eltern	78
7.1	Zirkuläre Kausalität im Familiensystem	79
7.2	Grenzen und Koalitionen	82
7.3	Traditionen und Familienregeln	85
7.4	Mehrgenerationenperspektive	87

8	Selbstmitgefühl für Eltern	90
<hr/>		
9	Elternpartnerschaft	96
<hr/>		
10	Ressourcen für Eltern	101
<hr/>		
10.1	Frühe Hilfen	101
10.2	Hilfe zur Erziehung	102
10.3	Triple P (Positive Parenting Program)	103
10.4	Systemische Familienberatung	104
10.5	Präventive Paarberatung	106
10.6	Online-Ressourcen	107
10.6.1	familienhandbuch.de	107
10.6.2	elternbriefe.de	107
10.6.3	kindergesundheit-info.de	107
10.6.4	eltern.bke-beratung.de	108
10.6.5	no-famstress.com	108
Literatur		109
<hr/>		

Vorwort

Ein besonderes Verständnis für die immense Wirkung von Eltern als Schutzfaktor in der Entwicklung ihrer Kinder entstand in den Jahren meiner ersten beruflichen Erfahrungen in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und deren Eltern in der Kinder- und Jugendhilfe, Erziehungsberatung sowie Kinderpsychotherapie und systemischen Paar- und Familienberatung.

Unsere Klienten einer stationären Jugendhilfeeinrichtung, in der junge Männer statt Haftstrafe pädagogisch begleitet und mit dem Ziel der beruflichen und sozialen Integration unterstützt werden sollten, waren fast ausnahmslos Söhne aus Familien mit erheblichen biografischen Belastungen. Nur selten wurde durch ihre Herkunftsfamilie ein herzlicher Kontakt gepflegt, Wochenendbesuche waren eher die Ausnahme, in der täglichen Post lag kaum etwas, das auf das Bemühen einer Kontaktperson der Familie hinzuweisen schien. In der Regel wurden pädagogische Anstrengungen zur Verselbstständigung mit dem Ende der Maßnahme unternommen, mit der Unterstützung durch die Familie rechneten allerdings weder die Klienten noch das betreuende Team. Rückblickend konnte im Rahmen dieser Maßnahme ohne das Engagement und das Interesse einer Bezugsperson aus der Familie keinem dieser jungen Männer eine stabile soziale und berufliche Perspektive ermöglicht werden.

In meiner späteren Tätigkeit als Mitglied des Psychotherapeuteams an einer Ambulanz für Kinder, Jugendliche und Familien hatte ich Gelegenheit, mit Eltern zu arbeiten, die verlässlich die Entwicklung ihres Kindes im Auge hatten und aktiv professionelle, psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nahmen. Obwohl auch sie verständlicherweise nicht gerne fremden Personen Einblick in die eigene Familie geben wollten, war ihnen das Wohl ihres Kindes wichtiger. Häufig wurde im Kontext unserer psycholo-

gischen und psychotherapeutischen Interventionen auch eine Förderung der elterlichen Kompetenzen im Umgang mit ihrem Kind initiiert, in vielen Fällen wurden von den Eltern ergänzend unsere paartherapeutischen Angebote wahrgenommen. Insgesamt möchte ich die Arbeit an dieser psychotherapeutischen Ambulanz als sehr erfolgreich bezeichnen, denn viele Familien konnten von der Unterstützung langfristig profitieren.

Obwohl die erstgenannte Jugendhilfemaßnahme erhebliche Kosten verursachte, misslangen unsere Bemühungen, und das professionelle Engagement der Beteiligten scheiterte oft am Mangel der Unterstützung durch die Eltern. Die Ambulanztätigkeit hingegen war nachhaltig wirksam, verursachte aber nur einen Bruchteil der finanziellen Aufwendungen. Die Unterschiede dieser beiden Unterstützungsformen für Familien – wie z. B. deren Zeitpunkt bzw. die frühe Unterstützung der Eltern – waren Ausgangspunkte für das Konzept zu diesem Band, bei dem die verschiedenen Dimensionen der Wirkung von Eltern als Schutzfaktor für die Entwicklung eines Kindes dargestellt werden sollten.

Diese Erfahrung zeigt, dass es die Eltern sind, auf die sich ein Kind letztendlich verlassen können muss, um eine gesunde Grundlage für die körperliche, psychische, schulische und soziale Entwicklung sicher zu stellen. »Eltern« im weiteren Sinn sind enge erwachsene Bezugspersonen eines Kindes, die die Elternrolle und auch die dauerhafte Elternverantwortung übernehmen. Die Elternrolle und eine damit verbundene, sich mit der Entwicklung des Kindes ständig wandelnde Elternverantwortung haben eine Bindungsbeziehung zum Ausgangspunkt. Die elterliche Bindungsbeziehung zu einem Kind zieht also notwendigerweise das Übernehmen der Verantwortung als Eltern nach sich.

Die Zielsetzung des Bandes ist es, vor diesem Hintergrund deutlich zu machen, worin diese Elternverantwortung besteht und einen kompakten Überblick zu elterlichem Handeln zu geben, das die kindliche Entwicklung positiv beeinflussen kann. Ein besonderer Schwerpunkt soll auf Hinweise zu positiven Veränderungs-

möglichkeiten gelegt werden und in einer Darstellung von möglichen Wegen, wie diese umgesetzt werden können.

Die Zielgruppe des Bandes sind daher Eltern, die direkt oder über eine vermittelte Elternedukation erreicht werden sollen. Ein Personenkreis, der sich professionell für die Qualifikation und Beratung von Eltern engagiert, gehört daher ebenso zu den Adressaten.

Zunächst werden im ersten Kapitel (► Kap. 1) die anthropologischen und evolutionsbiologischen Ausgangslagen des Elternseins skizziert. Unsere universellen menschlichen Eigenschaften bedingen generalisierbare Merkmale positiven elterlichen Bindungsverhaltens, die im zweiten Kapitel (► Kap. 2) dargestellt werden. Eine kurze Zusammenfassung zur Wirkung des elterlichen Erziehungsverhaltens wird in Kapitel 3 (► Kap. 3) gegeben. Schließlich folgen zu den Schwerpunkten »Elterlicher Umgang mit Emotionen« (► Kap. 4), »Unterstützung positiven Denkens« (► Kap. 5) und »Unterstützung positiven Sozialverhaltens« (► Kap. 6) jeweils zusammenfassende Darstellungen zu den Möglichkeiten wirkungsvoller elterlicher Einflussnahme. Die Eigenschaften von Familien als Gemeinschaft, die Traditionen, Grenzen, Regeln und die spezifischen Merkmale eines sozialen Systems besitzt, werden in Kapitel 7 (► Kap. 7) dargelegt, um ein grundlegendes systemisches Verständnis für die Prozesse in Familien zu ermöglichen. Kapitel 8 (► Kap. 8) befasst sich mit einem Weg für Eltern, Selbstmitgefühl zu fördern, um auf diese Weise sich selbst und dem eigenen Kind gegenüber mehr Akzeptanz zu entwickeln. Die Partnerschaft der Eltern, deren Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung und deren Stärkung als Schutzfaktor erläutert Kapitel 9 (► Kap. 9). Abschließend werden in Kapitel 10 (► Kap. 10) Ressourcen zur Information, Begleitung und Unterstützung von Eltern beschrieben.

Diese inhaltliche Breite des Bandes soll die unterschiedlichen Dimensionen repräsentieren, in denen Eltern durch den Erwerb von Wissen, durch Initiativen zur eigenen Entwicklung und durch aktives Handeln ihre Wirksamkeit als Schutzfaktor entfalten können. Die gewählte thematische Gliederung erleichtert zwar die