

Thema: Ganz normale Krisensituationen im Leben einer Familie

Ursachen für Krisensituationen	Auswirkungen, Folgewirkungen, Konsequenzen Aufgaben, Gegenmaßnahmen	
<p>Auszug aus der Herkunftsfamilie der Frau und der Herkunftsfamilie des Mannes</p> <p>gemeinsame Wohnung des neuen Paares</p> <p>evtl. Hochzeit</p> <p>Phase als Paar</p>	<p>Völlige Verschiebung des Gleichgewichtes in den Familien.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Spannungen mit den eigenen Eltern - Verlustängste der eigenen Eltern <p>Das Paar muss sich finden und viele Gewohnheiten, Regeln, Strukturen, Einstellungen und Wertvorstellungen aufeinander abstimmen.</p>
<p>Schwangerschaft</p>	<p>Völlig neue Situation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ängste um das Wohl des ungeborenen Kindes - evtl. sexuelle Einschränkungen - evtl. viele kluge Ratschläge von Angehörigen - evtl. gesundheitliche Einschränkungen - zusätzliche Kosten <p>Bereits während der Schwangerschaft ist der Umgang mit der Schwangerschaft, die positive Ansprache zum Baby, eine gesunde Ernährung etc. von großer Bedeutung.</p>
<p>Geburt des 1. Kindes</p>	<p>Völlige Verschiebung des Gleichgewichtes des Paares.</p> <p>Neben erzieherischen kommen auch medizinische Aufgaben auf die Eltern zu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - eigene Unsicherheit und Ängste - Schlafmangel - Gereiztheit - zusätzliche Kosten - Neufindungsphase als Eltern - Neufindungsphase als Paar <p>Bereits jetzt beginnt die Erziehung zur Stärkung des Kindes durch Lob und positive Rückmeldungen der Lern- und Entwicklungsleistungen</p>



PÄDAGOGIKUM



flientje

<p>Sozialer Einfluss von außen</p>	<p>Die Kinder brauchen einen sie diesbezüglich begleitenden und aufbauenden Rahmen.</p>	<p>Neben anderen Erwachsenen beginnen auch gleichaltrige, jüngere und ältere Kinder zunehmend Einfluss zu nehmen.</p> <p>Den Personenkreis, den Sie sich und ihrem Kind erschließen, prägt nun auch ihr Kind.</p>
<p>Einschulung</p>	<p>Nun kommen auf Sie als Eltern auch schulische Aufgaben hinzu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - neuer Lebensabschnitt für das Kind - neue Herausforderungen für Sie als Eltern - Ängste bei ihrem Kind - Sorgen bei Ihnen als Eltern <p>Ihr Kind muss schulisch stark gemacht werden. Ein klarer Rahmen und ein offenes Ohr ohne Überforderung sind wichtig. Neben schulischen Leistungen ist auch eine Unterstützung auf der sozialen Ebene (im Miteinander der Kinder) zu fördern. Hierzu gehört es, ihr Kind zu unterstützen, Gleichaltrige einzuladen und ihr Kind beim Spielen zu stärken (wie bereits zur Kindergartenzeit).</p>
<p>Weiterführende Schulen</p>		<ul style="list-style-type: none"> - starker Leistungsdruck, - zunehmend steigt auch der Druck nach sozialer Anerkennung (Markenkleidung etc.) - Mädchen und Jungen entdecken zunehmend das andere Geschlecht. - zusätzliche Spannungen <p>Durch eine eigene offene Erziehungshaltung, durch das bewusste Zeitnehmen für die Kinder können viele Themen gemeinsam besprochen werden. Sie können die Kinder vorsichtig führen und wertschätzend begleiten bei der kritischen Suche nach einer eigenen Meinungsbildung.</p>
<p>Ein Elternteil rundet! (40. Geburtstag)</p>	<p>Führt in einigen Beziehungen zu erheblichen Spannungen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Unsicherheit - Ängste - Rückblick auf erfüllte und unerfüllte Wünsche <ul style="list-style-type: none"> - evtl. Panik, etwas versäumt zu haben



PÄDAGOGIKUM



flientje

<p>Der Wunsch vom eigenen Heim bei den Eltern oder von ganz besonderen Anschaffungen (z.B. Traumauto, besondere techn. Geräte etc.)</p>	<p>Finanzielle Engpässe können zu starken emotionalen Anspannungen führen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - finanzielle Lasten und Belastungen - besonderer Druck (z. B. durch Banken)
<p>Körperliche Beschwerden unserer Kinder</p>	<p>Wachstum ist anstrengend.</p>	<p>Der Körper unserer Kinder verändert sich, in Schüben unterteilt, kontinuierlich. Ob bei den ersten Zähnen, den zweiten Zähnen, beim schnellen Wachsen der Knochen oder bei der Umstellung zur Frau bzw. zum Mann, unsere Kinder sind kontinuierlichen körperlichen Veränderungen unterzogen.</p>
<p>Pubertät</p>	<p>Die Pubertät beginnt bei Mädchen in der Regel eher als bei den Jungen.</p> <p>Im Schnitt lässt sich sagen, dass ab dem 11. Lebensjahr die Pubertät einsetzt und sich mindestens bis zum 16. Lebensjahr erstreckt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Wertemaßstäbe außerhalb der Familie werden zunehmend interessanter und mit denen der eigenen Familie abgewogen - die Abgrenzung von den Eltern kostet beiden Seiten Kraft - die eigene Wegfindung dauert lange und hängt sehr eng mit der Entwicklung eines eigenen Wertesystems zusammen - eine zunehmende Individualisierung setzt ein - bei vielen zunächst ohne klare Ziele - Unsicherheit - Ängste - der eigene Körper verändert sich zunehmend - die Entdeckung des anderen Geschlechtes bedeutet viele neue und zusätzliche Gefühle (verliebt sein, sich abgelehnt fühlen, sich selbst nicht attraktiv finden, sich mit anderen vergleichen) - dies führt zu starken eigenen Identitätsproblemen - Unausgeglichenheit - Anfälligkeit für Extreme - Anfälligkeit für Medien und Werbung - Suche nach Gleichaltrigen die ähnlich denken und fühlen gibt vermeintlich Sicherheit - kirchliche Anforderungen wie z. B. die Konfirmation kommen zusätzlich hinzu - schulische Anforderungen steigen ausgerechnet in dieser Zeit ganz besonders an



PÄDAGOGIKUM



flientje

	<p>Für die Eltern bedeutet es, den Kontakt nicht zu verlieren, offen zu bleiben, aber trotzdem Regeln und Grenzen aufzuzeigen mit der Möglichkeit der Eroberung eines vertretbaren Freiraumes.</p> <p>Anders ausgedrückt, die Begleitung einer positiven Individualisierung.</p> <p>Verschiebung des Gleichgewichtes in der Familie. Zum Teil extreme Auseinandersetzungen.</p>	<p>Wachstum heißt, aus der Brille der Jugendlichen zunehmend sich durch Rebellion gegen das Bewährte zu entwickeln, eigene Grenzen zu erfahren und die eigene Wertebenen zu erforschen.</p> <p>Wachstum heißt, die ersten sexuellen Erfahrungen zu machen, Liebe zu erfahren mit Gleichaltrigen und Enttäuschungen und Verluste zu ertragen.</p> <p>Mit der Abgrenzung von der eigenen Familie entsteht Unsicherheit beim Jugendlichen und Unsicherheit und Angst bei den Eltern.</p>
Arbeitslosigkeit eines Elternteils	Völlige Verschiebung des Gleichgewichtes in der Familie.	<ul style="list-style-type: none"> - finanzielle Lasten und Belastungen - Engpässe - evtl. Aufgabe eines eigenen Hauses - evtl. psychische Lähmung der Eltern durch die Abhängigkeit durch andere - Frust bei den Kindern
Krankheiten und Tod	<p>Völlige Verschiebung des Gleichgewichtes in der Familie.</p> <p>Dies ist eine besonders hohe Herausforderung für die Eltern, da sie eigene Trauer verarbeiten und die Kinder unterstützen und begleiten müssen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - besondere Belastungsfaktoren - psychische Lähmung der Eltern und der Kinder
Scheidung, Trennung	<p>Völlige Verschiebung der Gleichgewichtes</p> <p>Enorme Anspannungen für Kinder und Eltern. Die „heile“ Kinderwelt bricht zusammen und zum Teil bricht das Vorbild „Eltern“ evtl. teilweise weg.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - häufig begleitet mit heftigen Auseinandersetzungen auf der Paarebene - häufig begleitet mit heftigen finanziellen Kämpfen - häufig begleitet mit starkem Ziehen und Zerren an den Kindern auf der Elternebene - extreme Anspannungen und Loyalitätskonflikte für die Kinder

<p>Neue Partner</p>	<p>Wieder eine Verschiebung des Gleichgewichtes.</p> <p>Nur mit vielen Gesprächen und unter Einbeziehung der Kinder können extreme Reaktionen und eine dauerhaft funktionierende Lösung erarbeitet werden.</p> <p>Die Familie und insbesondere auch der Partner, der neu hinzukommt, wird sich auf viele Kompromisse einlassen müssen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Das Paar muss sich finden und viele Gewohnheiten, Regeln, Strukturen, Einstellungen und Wertvorstellungen aufeinander abstimmen. - Dies gilt insbesondere für den Bereich Erziehung. - Konkurrenzsituation zum ausgezogenen Elternteil. - Loyalitätskonflikte beim Kind <p>Das Wohl der Kinder muss bei allen Entscheidungen durch Einbindung mitberücksichtigt werden.</p>
<p>Haustiere</p>	<p>Selbst Haustiere können zu enormen Spannungen führen.</p> <p>Alle Tiere, insbesondere aber größere, brauchen im besonderen Maße Aufmerksamkeit, und Pflege.</p>	<p>Ist diese Zeit oder Kraft hierfür nicht da, sind Spannungen vorprogrammiert.</p> <p>Kinder oder Jugendliche übernehmen selten im vollen Umfang die Verantwortung für die Tiere. Letztlich sind es die Eltern die hier ergänzend oder ganz die Verantwortung tragen.</p>
<p>Beruf, Studium Mobilität</p>		<ul style="list-style-type: none"> - zusätzliche Kosten - Finanzierung oder Unterstützung zur Finanzierung eines Führerscheins
<p>1. Kind verlässt das Haus</p>	<p>Das Gefüge in der Familie verschiebt sich.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sorgen - Verlustängste - evtl. Lähmung der Eltern und der Kinder
<p>2. Kind verlässt das Haus</p> <p>Evtl. verlassen weitere Kinder das Haus</p>	<p>Völlige Verschiebung des Gleichgewichtes in der Familie.</p>	<p>Neudefinition als Eltern</p>
<p>1. Enkelkind</p>		<p>Neudefinition als Großeltern</p>
<p>Pensionierung</p>		<p>Neudefinition als Rentner</p>

Merksatz:

Immer wenn sich in einer Familie **etwas Neues ereignet, verändert sich die Stabilität** in der Familie.

Auch wenn nur ein Familienmitglied unmittelbar betroffen ist, hat dies Auswirkungen auf alle.

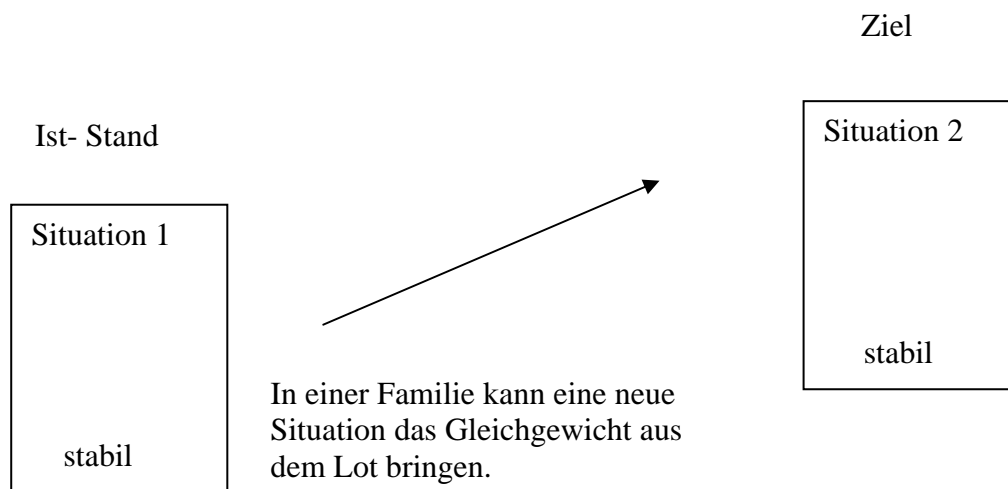
Diese **Instabilität** führt zwangsläufig zu **Unsicherheit** bei allen Familienmitgliedern.

Die Suche nach einem **für alle Familienmitglieder passenden Weg** zur Erreichung eines **neuen wieder sicheren Familiengefüges** ist **das Ziel**.

Viele offene und sich selbst reflektierende Gespräche sowie die Suche nach echten gemeinsamen Lösungen sind ein wichtiger Schlüssel zum Erfolg.

Manchmal ist es hilfreich, rechtzeitig ein Gespräch durch „Professionelle“ zu nutzen.

Grafik: Stadien der Veränderung



In der Phase der Suche nach einem neuen Gleichgewicht herrscht Instabilität und damit große Unsicherheit.