



TEAM.F

DAS BEZIEHUNGSMAGAZIN 02/19

Familien stark
machen

4

Ein Sandwichkind
zum Mitnehmen... 7

Diagnose FASD –
und jetzt? 28

Medien, Smart-
phones & Co 37

Familien begleiten –
Hoffnung schenken 26

Familien stark machen.

Gottes Ideen verstehen.
Einfach leichter leben.
Erziehung gut gemacht.

Mit vielen
Erfahrungs-
berichten und
Seminar-
empfehlungen





4 Familien stark machen



16 Wie sag ich's meinem Kinde...?



37 Medien, Smartphones & Co



26 Familien begleiten – Hoffnung schenken



Impressum

Herausgeber: TEAM.F · Neues Leben für Familien e.V.
Fon 02351.985948-0 · info@team-f.de · www.team-f.de
TEAM.F ist Mitglied der Evangelischen Allianz und Partnerschaft der Stiftung für Familienwerte.

Redaktionsteam: Sonja Brocksieper, Heidi und Eckhard Goseberg, Daniel A. Just, Lena Knaack, Sabine und Siegbert Lehmpfuhl, Christian Siegling

Design und Prepress: Gute Botschafter GmbH · Für echt erfolgreiche Marktpositionen. www.gute-botschafter.de

Fotos: TEAM.F · shutterstock.com (altanaka, Antonio Guillem, bekulnis, Chirtsova Natalia, Dejan Dundjerski, dizain_DE, Dream Perfection, Evgeny Atamanenko, FuzzBones, GoodStudio, Josep Suria, Liderina, Lopolo, Lukassek, Martin Novak, optimarc, Photographee.eu, Pingu, Pressmaster, Rawpixel.com, Studio Romantic, Sunny studio, Tero Vesalainen, Zurijeta) · Adobe Stock (detailblick-foto)

Schutzgebühr: 2,80€

Druck: Heider Druck GmbH · www.heider-verlag.de
Druck- und Satzfehler vorbehalten.

Inhalt 02/19

TITELTHEMA

- 04 Familien stark machen
- 07 Ein Sandwichkind zum Mitnehmen bitte!
- 10 Jedes Kind ist anders und einzigartig
- 13 Mit Kids und Teens über Sex sprechen?!
- 16 Wie sag ich's meinem Kinde...?
- 28 Diagnose FASD – und jetzt?
- 32 Verlust, Tod und Trauer
- 39 Das ist unsere Familie!

ERFAHRUNGSBERICHTE

- 19 Wir sind auf deiner Seite
- 37 Medien, Smartphones & Co

TEAM.F EMPFIEHLT

- 20 „Erklär mir mal, wo komm ich her?“

NEUES UND BEWÄHRTES

- 22 Plakat zum Herausnehmen

FÜR SCHNELLESER

- 24 Kurzberichte

TEAM.F - AKADEMIE

- 26 Familien begleiten – Hoffnung schenken

SERVICE

- 21 Unsere Motivation
- 31 Aus der TEAM.F-Leitung
- 36 Unterstützen und fördern
- 42 TEAM.F – Fanshop
- 43 TEAM.F-Ecke
- 43 Vorschau: Nächste Ausgabe



HEIDI GOSEBERG

Liebe TEAM.F-Freunde,

was für ein Zirkus – nicht selten denkt man das oder fühlt sich so zu Hause im Familienalltag.

Alle möglichen Darsteller tummeln sich da und sorgen Tag für Tag für spruchreife Darbietungen. Selten sieht man das so locker, wie ich jetzt gerade drüber schreibe – doch glauben Sie mir, mit ein wenig Abstand kann man über das meiste (auch gemeinsam mit den erwachsenen Kindern) schmunzeln und sich darauf freuen, dass sich die Clowns, Jongleure und Artisten von einst zu durchaus lebensstüchtigen Erwachsenen entwickeln.

Und wenn wir schon die Vergleiche bemühen – die Dompteure sprich Erzieher mischen auch kräftig mit im Familienzirkus. Ich erinnere mich jedenfalls noch gut, dass meine Intervention nicht immer zur Befriedung einer Situation beigetragen hat.

Vertraut und verbunden, unterhaltsam, zunehmend eingespielt, manchmal lustig oder komisch und natürlich oft auch turbulent stellt sich der ganz normale Alltag in einer Familie dar – aber was ist schon normal? Wer es erlebt, weiß, dass man als Familie nicht am Leben vorbei lebt, sondern mittendrin ist, auch wenn Kinder über einige Jahre Kapazitäten binden.

Wir wünschen uns, dass Sie eine gute Familienzeit weitgehend genießen können, dass Sie für die alltäglichen Situationen mit gutem Handwerkszeug ausgerüstet sicher agieren können und in Ihrer Familie zu einem guten WIR-Gefühl und freundschaftlichen Beziehungen beitragen können. Darum möchten wir Sie mit unserem überarbeiteten Konzept herzlich einladen, neu oder wieder einmal darüber nachzudenken.

Das stellen wir in dieser Ausgabe – ergänzt durch Artikel mitten aus und fürs Leben – vor. Mit unserem Seminarprogramm für 2020, das Sie nach den Sommerferien erhalten werden, haben wir es in eine neue Form gegossen. Sind Sie – gerne auch wieder einmal – dabei? Dann laden Sie uns ein oder besuchen Sie uns in einem unserer Angebote. Herzlich willkommen,

Ihre Heidi Goseberg



Seminare
direkt online
buchen

Seminartermine und -orte und viele weitere Angebote finden Sie in unserem Beziehungsprogramm oder auf unserer Webseite: www.team-f.de



Wir gestalten mit unserem neuen Konzept aktive und wertvolle Tage.



LENA KNAACK

Familien stark machen.

Unsere „Kinder stark machen“-Seminare bekommen einen neuen Namen.

Nach vielen Jahren, unzähligen Seminaren mit vielen Teilnehmern und wertvollen Erfahrungen war es an der Zeit, unsere Kinder stark machen Angebote einmal neu zu überdenken und an die Bedürfnisse von Eltern und Familien anzupassen.

Viele Themen unseres bestehenden Konzeptes sind nach wie vor hochaktuell im Familienalltag, andere Themen sind erst in den letzten Jahren für Familien präsent geworden. Beides wollen wir mit unserem neuen Konzept verbinden. Es soll mit guten Grundlagen, aber auch mit viel Praxis und Austausch stabile Familienbeziehungen fördern und den Familienalltag entspannen.

Was unser Konzept einzigartig macht, ist der biblisch-christliche Bezug, den wir auch in unser „Familien stark machen“ Konzept eingearbeitet haben. Wir möchten ein praktisches und alltagstaugliches Abbild darstellen, wie Gott als Vater mit uns als seinen Kindern Beziehung leben möchte.

Wie der neue Titel der Seminarreihe schon andeutet, möchten wir viel mehr ganze Familien – da sind selbstverständlich Alleinerziehende mit eingeschlossen – in unseren Fokus rücken.

Wenn es darum geht, unsere Kinder zu stärken, dann geht es auch immer um gute Beziehungen innerhalb der Familie.

Der Basistag – Orientierung mit dem Familienhaus

Unser Basiskonzept des Familienhauses bleibt die Grundlage unserer Seminare. Dieses wird am neuen Basistag praktisch und lebensnah vermittelt. Ganz besonders heute in einer multi-optionalen Gesellschaft wird die Sehnsucht von Eltern nach Orientierung und einem sicheren Handlungskonzept immer größer. In dem Familienhaus mit seinen drei Ebenen finden alle wichtigen Elemente ihren Platz und eine Zuordnung:



Die Praxis- und Aufbaumodule (Eltern- und Familienmodule) – flexibel, bunt und lebensnah

Mit unseren Modulen möchten wir an die Lebenswelt von Familien anknüpfen: vielfältig, flexibel und praxisnah werden sie sein. So werden beispielsweise mehrere sich ergänzende Module zu einem weiteren Seminartag kombiniert. Diese Module können aber auch einzeln für Abendvorträge, Elternabende in Kindergärten, etc. vereinbart werden. Gerne lassen sich unsere Referenten einladen und gestalten einen Abend oder einen bunten Tag. Haben Sie Interesse? Dann melden Sie sich bei uns!

Wir freuen uns auf Sie und Ihr Feedback!

Laden Sie uns und „Familien stark machen“ in Ihre Gemeinde, KiTa oder Schule ein. Gerne nehmen wir Ihre Anfragen für 2020 per Mail entgegen (h.goseberg@team-f.de).

Kinder willkommen!

Mit dem neuen Konzept möchten wir nicht nur Eltern ansprechen, sondern die erste Umsetzung mancher Themen auch gleich innerhalb der Familien praktisch üben. So beziehen einzelne Module Kinder auf altersgerechte Art mit ein, über Gedanken, Gefühle und Erkenntnisse gleich zu reflektieren, um so zu Hause auf eine Erfahrung zurückgreifen zu können. Wir gestalten aktive und wertvolle Tage, an denen Sie Ihre Familie als echtes Team erleben können. Wie schön sind die Erinnerungen, die man mit der ganzen Familie teilt! ▶

Um Ihnen schon mal einen Vorgeschmack zu geben – folgende Plus-Angebote sind in Vorbereitung:

Elternmodule

- Typbedingte Unterschiede (DISG)
- Familien-Netzwerke
- Zwischen zwei Welten – Kinder im medialen Zeitalter
- Sexualaufklärung – Aufgabe und Chance©
- Selbstwert und Selbstvertrauen
- Geschwister
- Durchhalten im Erziehungsalltag
- Sichere Bindung – ein Schatz fürs Leben
- Die Macht der Rituale
- Wege aus der Verwöhnfalle
- ...

Familienmodule

- Essen – wertvolle Familienzeiten
- Familienregeln – kein Stressthema
- Familie als Team
- Gefühle
- Liebesprachen
- Kriterien für die Berufswahl – Fähigkeitensworkshop für Teens
- ...

In diesem Jahr konnten wir unser neues Konzept schon in einigen Pilotseminaren umsetzen und freuen uns über begeisterte Rückmeldungen der Teilnehmer:

„Ich fühle mich reich beschenkt.“

„Ich fahre gesegnet wieder nach Hause.“

2020 soll das neue Konzept „Familien stark machen“ deutschlandweit umgesetzt werden. Nähere Informationen erhalten Sie im Herbst mit unserem Beziehungsprogramm 2020 oder auf unserer Homepage www.team-f.de.

Wir freuen uns sehr, unsere vielen neuen und bewährten Themen gemeinsam mit Ihnen zu erarbeiten!

*Ihre Lena Knaack und das gesamte Planungsteam
(Heidi Goseberg, Christian Siegling, Sonja Brocksieper,
Lena Knaack und Tabea Köser)*



TABEA KÖSER

Ein Sandwichkind zum Mitnehmen bitte!

Damit ist nicht das Wochenangebot bei Ihrem Lieblingsbäcker gemeint, sondern vielmehr das mittlere Kind innerhalb einer Geschwisterkonstellation. Typischerweise werden Kinder, die als zweites von drei Kindern auf die Welt kommen, als Mittelkind bezeichnet.

Zufälligerweise bin ich so eins

Ein Mittelkind. Im Laufe der Zeit kamen mir immer wieder Kommentare entgegen, wie:

„Da merkt man total, dass du ein Mittelkind bist!“

Aber woran genau? Welche Verhaltensweisen lassen daraus schließen, dass ich ein Mittelkind bin und gibt es bestimmte Verhaltensweisen, die Mittelkinder gemein haben? Das wollte ich mir genauer anschauen!

Das typische Mittelkind?

Mittelkinder werden vielfach als gute Diplomaten und Friedensstifter beschrieben. Sie kommen so in eine Vermittlerposition und geraten nicht so schnell zwischen die Fronten größerer Auseinandersetzungen. Durch ihre Zwischenposition erleben sie jedoch ihre familiäre Rolle häufig als unsicher, sie fühlen sich nicht ganz dazugehörig, wahrgenommen und verstanden. Sie suchen daher ihre Zugehörigkeit und Anerkennung häufiger außerhalb der Familie. Des Weiteren werden Mittelkinder als sehr treu und loyal beschrieben. Laut dem Psychologen Kevin Leman¹ sind Mittelkinder vorsichtig, haben Angst, sich zu entscheiden und durchdenken daher alles ganz genau. Aufgrund ihrer Position sind sie es nicht gewohnt, im Mittelpunkt zu stehen und sind leichter in Verlegenheit zu bringen. Erwachsene Mittelkinder sind sehr um ihre Partnerschaft bemüht. Durch ihre Randposition sind sie es nicht gewohnt, im Mittelpunkt zu stehen und sind leichter in Verlegenheit zu bringen. Sie sind vorsichtig, haben Angst sich zu entscheiden und durchdenken daher alles ganz genau.

Manche Mittelkinder entwickeln sich aber auch in eine ganz andere Richtung zu einer Kämpfernatur. Sie haben gelernt, sich zwischen ihren Geschwistern durchzuboxen. Laut dem Familientherapeuten Reinhold Ruthe² können sogar beide Eigenschaften bei dem Mittelkind vorhanden sein. Mittelkinder werden als widersprüchlich in sich beschrieben. Der Grund dafür sei, dass sich mittlere Kinder neben ihren Geschwistern eine freie Nische suchen, die noch nicht in der Familie besetzt ist.

Es zeigt sich, dass es in der Literatur eine große Bandbreite an Eigenschaften gibt, die Personen in der Mittelkindposition zugeordnet werden. Die Schriftstellerin Francine Klagsbrun geht sogar so weit, dass die Geschwisterreihenfolge und die entsprechenden Rollen eine ursprüngliche Grundlage unserer Identität darstelle. Demnach gibt es wohl Eigenschaften, die Mittelkinder gemein haben, oder?

Und dann las ich eine Studie³, in der der nachhaltige Effekt unserer Geburtsreihenfolge auf die Persönlichkeit untersucht wurde. Die Ergebnisse der Studie waren, dass es keine dauerhaften Effekte der Geburtsreihenfolge, also auch der Mittelkindposition, auf die Persönlichkeitsmerkmale gebe.

Wer nicht fragt bleibt dumm.

Und was nun? Die einen schreiben der Geschwister- und somit der Mittelkindposition ganz klare Einflussfaktoren auf die Persönlichkeit zu, die anderen belegen genau das Gegenteil. Als Kind, welches mit der Sesamstraße aufwuchs, steckte ich natürlich nicht den Kopf in den Sand, sondern erinnerte mich an den Titelsong dieser Sendung. Wie heißt es da so schön? „Wer nicht fragt, bleibt dumm!“ Und genau das habe ich gemacht. Nachgefragt. ▶

„Wir möchten viel mehr ganze Familien in unseren Fokus rücken.“



Wer in der Mitte ist, ist auch mittendrin und nicht allein.

Im Rahmen meines Semesterpraktikums bei TEAM.F habe ich dazu 12 erwachsene Mittelkinder (6 weiblich und 6 männlich) befragt. In der Befragung sollten die Personen einschätzen, wie sie sich in bestimmten Situationen tendenziell verhalten. Der Fragebogen und die Auswertung selbst sind an dem DISG®-Persönlichkeitsprofil angelehnt, mit dem Persönlichkeits- und Verhaltenstendenzen beschrieben werden. Anzumerken ist, dass die Befragung nur in einem sehr kleinen Rahmen stattfand und daher nicht repräsentativ ist. Dennoch gibt sie einen kleinen Einblick.

Die prägnantesten Ergebnisse

Zunächst fielen mir viele Unterschiede zwischen den Befragten auf. Beim genaueren Auswerten der Befragungen entdeckte ich jedoch bei vielen der Befragten auch Gemeinsamkeiten. So gaben zehn der zwölf Befragten an, dass sie eher die Harmonie bewahren möchten, Streit vermeiden und/oder versuchen zu schlichten. Diese Eigenschaften lassen sich ebenfalls bei den oben genannten Zuschreibungen wiederfinden, dass Mittelkinder gerne eine friedensstiftende und diplomatische Rolle einnehmen. Ebenso fanden sich bei zehn Befragten Übereinstimmungen hinsichtlich bescheidener und unaufdringlicher Verhaltensweisen, was der Zuschreibung entspricht, dass Mittelkinder sich eher zurückhalten (oder gehalten wurden), im Hintergrund bleiben und leichter in Verlegenheit zu bringen sind.

Ebenso konnte die Aussage, dass Mittelkinder sehr treu und loyal sind, bei neun Befragten erfasst werden

Auffällig war auch, dass zehn Befragte Aussagen zu einer hohen Selbstständigkeit machten. Diese Eigenschaft hatte ich nicht explizit in der Literatur finden können, dennoch würde ich sie der Mittelkindposition zuordnen. Dennoch würde ich diese Eigenschaft der Mittelkindposition zuordnen.

Denn gerade in dieser Zwischenposition, in der man schnell mal im Alltagstrubel übersehen wird, muss man selbstständig werden.

Die frühe Orientierung an außerfamiliären Kontakten lässt ebenfalls auf eine frühe Eigen- und Selbstständigkeit schließen.

Und was ist mit mir?

Was mir aus der Befragung deutlich wurde, ist, dass es durchaus Verhaltenstendenzen gibt, die Mittelkinder gemein haben bzw. die durch die spezifische Rolle, die Mittelkinder in der Familie haben, begünstigt werden. Ich persönlich finde mich ebenfalls in vielen Beschreibungen wieder. So übernehme ich schon von klein auf eine eher diplomatische und friedensstiftende Rolle. Das Gefühl, nicht so ganz in der Familie dazuzugehören oder verstanden zu werden, kenne ich ebenfalls aus meiner Kindheit – obwohl mir das nie von meiner Familie so vermittelt wurde. Ich orientierte mich schon früh außerhalb meiner Familie und erfuhr über diese Kontakte Anerkennung und Zugehörigkeit. Das hört sich erstmal negativ an, jedoch kann ich heute sehen, welche Vorteile meine Position mit sich brachte. Ich habe einen hohen Gemeinschaftssinn und kann durch meine diplomatische und empathische Art eine Gruppe zusammenhalten. Mir fällt es nicht schwer, etwas zu teilen. Ich habe schon früh gelernt, Dinge anzupacken und selbstständig zu handeln.

Ebenso erkenne ich bei mir aber auch viele Eigenschaften, die nicht „typisch Mittelkind“ sind. Ich bin zum Beispiel ein Mensch, der kein Problem hat, im Mittelpunkt zu stehen – offen gesagt mag ich das auch mal ganz gerne.

Ich bin kein zurückhaltender, unaufdringlicher Mensch, sondern ich empfinde mich sehr offen, gehe gerne auf Menschen zu und agiere häufig spontan aus dem Bauch heraus.

Ebenso fanden sich bei den von mir befragten Personen auch ganz unterschiedliche Charaktereigenschaften. Für mich persönlich ist das jedoch kein Ausschlusskriterium dafür, dass es bestimmte Verhaltenstendenzen gibt, die eine Mittelkindposition charakterisieren.

Was bedeutet das nun für Eltern von Mittelkindern?

Der Individualpsychologe Jürg Frick⁴ beschreibt sehr passend, dass „unzählige geschwisterliche Erfahrungen [...] einen Schatz von Gefühlen, Verhaltens- und Denkmustern, die zur individuellen Ich-Identität, zur Sozial-Identität, zur Geschlechts-Identität wie zur Berufsidentität einen wichtigen, wenn auch häufig unbewussten, übersehenen Einfluss ausüben“. Dennoch stellt Frick deutlich dar, dass die Geschwisterkonstellation zwar einen wichtigen Einfluss hat, jedoch nur ein Teil von vielen unterschiedlichen Faktoren in der Persönlichkeitsentwicklung darstelle.

Eltern sollten sich bestimmte Dynamiken und Rollen innerhalb der eigenen Familie bewusst machen. Wo gerät z.B. jemand aus dem Blickfeld?

Darum ist es hilfreich, dass man sich die Persönlichkeiten der einzelnen Kinder genauer anschaut.

Was braucht dieses Kind, um sich angenommen und wertgeschätzt zu fühlen und sich seiner Persönlichkeit entsprechend ideal zu entwickeln? Ich möchte Ihnen ganz bewusst die 'Familien stark machen' Angebote von TEAM.F ans Herz legen. Besonders das Plus-Angebot „Typbedingte Unterschiede“ (DISG) – Persönlichkeitstypen und Erziehungsstile kann hilfreich sein, die jeweiligen Persönlichkeiten Ihrer Kinder zu erfassen und jedes Kind seiner Persönlichkeit entsprechend zu fördern und Verhalten zu lenken.

Ich wünsche Ihnen von Herzen alles Gute – sei es, dass Sie selbst ein Mittelkind sind oder eins haben. Und hey – wer in der Mitte ist, ist auch mittendrin und nicht allein. ;-)

Ihre Tabea Köser

SEMINAREMPFEHLUNG

13.07.2019

19 313 52

Kinder stark machen – Stärke durch typgemäße Erziehung – Persönlichkeitstypen und Erziehungsstile (DISG)

Ort: Ev. Gemeindehaus
75031 Eppingen im Kraichgau
Leitung: Jutta und Norbert Luginsland mit Team
Kosten: 40,-€ Seminargebühr pro Person bzw. 65,-€ pro Paar
Anmeldung: Sigrun Brender



LITERATUREMPFEHLUNG

- ¹ Leman, Kevin (2004): Geschwisterkonstellationen: Die Familie bestimmt Ihr Leben.
- ² Ruthe, Reinhold (2006): Musterkinder und Rebellen: Wie die Geschwisterposition unser Leben beeinflusst.
- ³ R. Rohrer, Julia M./Egloff, Boris/Schmukle, Stefan C. (2015): Examining the effects of birth order on personality.
- ⁴ Frick, Jürg (2015): Ich mag dich – du nervst mich. Geschwister und ihre Bedeutung für das Leben.

Tabea Köser

26 Jahre, verheiratet
Studentin an der TU Dortmund im Bereich Erziehungswissenschaft mit Nebenfach Psychologie



Jedes Baby kommt als ein Original mit individuellen Temperamentsanteilen zur Welt.



EBERHARD MÜHLÁN

Jedes Kind ist anders und einzigartig

Unterschiedliche Persönlichkeiten unter einem Dach

Jedes Baby kommt als ein Original mit individuellen Temperamentsanteilen zur Welt. Es ist spannend, seine Entwicklung zu begleiten. Regelrecht abenteuerlich kann es werden, wenn sich dann in den Teenagerjahren die individuellen Persönlichkeitszüge immer stärker ausprägen. Nur gut, wenn Eltern das Temperamentsmuster ihres Kindes erkennen und fördern können.

Jede Familie – eine Welt für sich

Jede Familie ist eine Welt für sich. Nehme ich nur einmal unseren Mühlán-Clan: Vater, Mutter, sechs angenommene und sieben leibliche Kinder. Claudia und ich – jeder hat seinen eigenen Stil und seine eigene Art auf die Kinder einzugehen. Claudia von Haus aus die etwas kühlere, strengere, ich der etwas warmherzigere, großzügigere... Beide sind wir allerdings durchorganisierte Arbeitstypen. Wenn wir zupacken, fliegen die Fetzen!

Wenn ich so an die Hoch-Zeit unseres Familienlebens zurückdenke: Wir lebten in einem großzügig gestalteten alten Haus. Da gab es immer etwas zu renovieren und zu reparieren, und die Kinder bekamen viele handwerkliche Fähigkeiten mit, die sie heute selbst nutzen. Dann zeichnete uns ein regelrechter „Natur-Tick“ aus: Die Kinder wuchsen mit Garten, Tieren und gesunder Ernährung auf. Urlaube verbrachten wir am liebsten als Globetrotter in einem verschwiegenen Winkel der Welt. Pilze sammeln, angeln, die halbe Nacht am Lagerfeuer verbringen, im Freien schlafen und möglichst keinem anderen Menschen dabei begegnen.

Und dann die einzelnen Kinder! Wenn wir genauer hinschauen, ist jedes ein Original mit seinen eigenen Fähigkeiten und Begrenzungen. Sie haben eigentlich alle unsere Liebe zur Natur übernommen und setzen dies wiederum in ihren eigenen Familien um. Auch scheinen alle eine fast unbändige Reiselust „geerbt“ zu haben. Jedes ist auf seine Art praktisch und kreativ. Den flinken Arbeitsstil haben allerdings nicht alle übernommen. Im Vergleich zu Claudia und mir gibt es langsamere Typen, die Arbeit anders angehen als wir beide.

Und dann ihre unterschiedlichen Interessen! Das eine Kind konnte sich mit unserem Berner Sennenhund stundenlang draußen herumtreiben und starb vor Langeweile, wenn es sich

bei schlechtem Wetter drinnen beschäftigen musste, ein anderes schuf sich in seinem Zimmer durch Zeichnen, Musizieren und Schmökern seine eigene Welt.

Am auffallendsten: Ein Kind hielt sich leichter an Familienregeln, während ein anderes eine ganz schöne Portion Standhaftigkeit und Konsequenz unsererseits benötigte, bis es einlenkte. Die eine sang und strahlte fast immer, der andere zog eher verschlossen durchs Haus - und war besonders morgens nicht ansprechbar. Oder: Er, das Plappermäulchen und sie, die verschmühte Stille. Da gab es den Arbeitswilligen, der ungefragt mit anpackte, und den Drückeberger, der einfach nicht zu finden war, wenn es nach Arbeit roch – und das alles unter einem Dach. Bei der Mischung von angenommenen und eigenen Kindern ergab das ein sehr buntes Bild und erforderte enorme Flexibilität im Umgang mit jedem einzelnen. Das mussten wir erst einmal lernen!

Den Temperamentstyp richtig erkennen

Die Typeneinteilungen nach extrovertierten und introvertierten Menschen oder die Gliederung nach Hippokrates (Sanguiniker, Phlegmatiker, Choliker und Melancholiker) sind vielen vertraut. Wir haben uns darüber hinaus intensiv mit dem Persönlichkeitsprofil nach DISG befasst. Gerade weil Claudia und ich sehr unterschiedliche Typen sind, hat es uns in unserer Paarbeziehung enorm geholfen. ▶

ANREGUNG

Wie ist es mit Ihrer Familie?

Notieren oder diskutieren Sie einmal in der Familienrunde, was Sie auszeichnet:

- Die Unterschiedlichkeit von Mutter und Vater?
- Der Typ und die Interessen jedes einzelnen Kindes?
- Familienhobbies?
- Wie Sie als Familie von anderen wahrgenommen werden?

Auch hat es Freude gemacht und stark zum Familienfrieden beigetragen, als wir den Test mit unseren älteren Kindern durchgegangen sind. Es ist uns allerdings schwergefallen, das DISG Persönlichkeitsprofil auf Kleinkinder zu beziehen. Als wir dann jedoch auf die drei Temperamentstypen nach Chess und Thomas stießen, war es für uns regelrecht befreiend.

Endlich einmal Material, das sich direkt auf Kleinkinder anwenden lässt!

Deswegen möchte ich diese beiden Modelle hier vorstellen: Die drei Temperamentstypen nach Chess und Thomas für Babys und Kleinkinder und DISG für Grundschul Kinder, Teenager und Erwachsene.

Die drei Temperamentstypen nach Chess und Thomas

Über mehr als zwanzig Jahre haben die amerikanischen Psychologen Chess und Thomas in einer aufwendigen Langzeitstudie die Entwicklung von Kindern vom Säuglings- bis ins Erwachsenenalter begleitet. Eine ihrer wichtigsten Beobachtungen: Babys sind von Anfang an unterschiedlich! Die Unterschiede zeigen sich in den verschiedenen Temperamentsmerkmalen, die man ebenso als ererbtes „Energieschema“ bezeichnen kann.

In der Auswertung ihrer Langzeitstudie weisen die Autoren insbesondere auf drei häufig auftretende Kombinationen von Temperamentsanteilen hin: Das „einfach zu handhabende Kind“, das „schwierig zu handhabende Kind“ und das „langsam zu erwärmende Kind.“

Für ein Kind mit ausgeglichenem Niveau in den verschiedenen Temperamentszügen, dem „einfach zu handhabenden Kind“, brauchen Eltern normalerweise keine besondere Erziehungsstrategie. Eine unserer Töchter war so eins. Als Kleinkind war ihr Aktivitätsniveau wunderbar ausgeglichen. Was Schlafen und Essgewohnheiten betraf, war ihr biologischer Rhythmus schon frühzeitig wohlthuend auf Erwachsenenbedürfnisse ausgerichtet.

Eltern mit einem vom Temperament „schwierig zu handhabenden Kind“ benötigen zunächst einmal Ermutigung und die Entlastung, dass es nicht allein ihre Schuld ist, wenn es manchmal „munter“ zugeht – und dann brauchen sie Tipps für spezielle Situationen. Wer sich mit einem „schwierig zu handhabenden Kind“ gut arrangieren kann, gehört zu den wahren Pädagogen! Diese Kinder haben unregelmäßige Schlaf- und Essgewohnheiten und gewöhnen sich nur langsam an neue Nahrungsmittel oder Situationen. Sie zeichnen sich durch eine hohe Aktivität aus und weinen, lachen oder schreien recht häufig und lautstark.

Das „langsam zu erwärmende Kind“ kann die gleichen Temperamentsanteile aufweisen wie ein schwer zu handhabendes, nur nicht so ausgeprägt. So ein Kind wird bei neuen Personen, in einer fremden Umgebung und bei neuen Erfahrungen immer vorsichtig reagieren, sich eventuell zurückziehen und eine Anpassungszeit brauchen. Es benötigt geduldige Eltern, sonst entsteht ein schlechtes „Zusammenspiel“! Es wird einige Zeit dauern, bis es zu einem neuen Babysitter Vertrauen fasst.

Das DISG Persönlichkeitsprofil

DISG ist genau genommen kein Persönlichkeitsprofil, sondern ein Verhaltensprofil. Denn DISG beschreibt und gliedert Verhalten, das jedermann beobachten kann, ob Fachmann oder Laie. DISG steht für vier Grundverhaltensstile „dominant“, „initiativ“, „stetig“, und „gewissenhaft“. Allein am Spielverhalten ihres Kindes können Eltern beobachten, zu welchem Verhaltensstil ihr Kind tendiert. Ein Kind, das bereits sehr früh auf Entdeckungsreise geht, immer Neues ausprobieren muss, schwer verlieren oder ein Nein akzeptieren kann, gehört zu den Menschen mit einem dominanten Grundverhalten. Ein Kind, das Ihnen ein Loch in den Bauch redet, ständig Menschen um sich herum braucht, pausenlos neue Ideen hat, aber kaum etwas zu Ende bringt, zeigt initiativ Verhaltenstendenzen. Ganz anders stellt sich eine dritte Gruppe dar, die mit stetigen Verhaltenstendenzen: Diese Kinder sind ruhige, angenehme Spielkameraden, die sich nur ungern auf Neues einlassen. Sie basteln und malen gern und verträdeln gern die Zeit. Und dann sind da noch die Kinder mit gewissenhaften Verhaltenstendenzen, die schon früh ihre Spielsachen nach einem bestimmten System stapeln, die aus Spielzeug perfektionistisch lange Reihen stellen. Alles muss seine Ordnung haben.

Sie sehen, beide Modelle haben starke Parallelen. Für Kleinkinder bis ins Grundschulalter ist es ratsam von den eben vorgestellten Temperamentstypen nach Chess und Thomas auszugehen. Kommen die Kinder dann in die Vorpubertät und ins Teenageralter, ist es ideal, die erworbenen Erkenntnisse nach dem DISG Persönlichkeitsprofil zu vertiefen. Dazu kann man gemeinsam ein Seminar besuchen oder als Einstieg auch einen kostenlosen Test im Internet durchgehen. Danach hat man eine ideale Grundlage, um über die Einzigartigkeit, die Stärken und Schwächen jedes Familienmitgliedes zu sprechen. Wir haben dazu besonders die entspannten Urlaubszeiten genutzt. Unsere Kinder waren immer sehr interessiert, welchem Typ sie selbst und ihre Geschwister zuzuordnen waren. Das Erkennen und Akzeptieren der unterschiedlichen Typen hat uns als Familie enorm geholfen, verständnis- und rücksichtsvoller miteinander umzugehen.

Eberhard Mühlhan



BUCHEMPFEHLUNG

Eberhard Mühlhan
EINZIGARTIG. Das Temperament eines Kleinkindes erkennen und fördern.
MühlhanMedien, Braunschweig
Paperback, 116 Seiten, 10,95 EUR

mit einer Anleitung, die Temperamentsanteile eines Kindes zuverlässig einzuordnen sowie einer Selbsteinschätzung für den elterlichen Erziehungsstil und das elterliche Temperamentsmuster.

zu beziehen im TEAM.F Shop



UTE BUTH

Mit Kids und Teens über Sex sprechen?!

Auch im 21. Jahrhundert ist es für viele Eltern nicht selbstverständlich, mit ihren Kinder über Sex zu sprechen. Die Frauenärztin Dr. Ute Buth erklärt, woran das liegt und macht Mut zum Gespräch. Denn dies ist heute wichtiger denn je.

Der Ist-Zustand: Sexualität ist in unserer Gesellschaft sehr präsent: Sexuelle Themen auf Plakaten am Straßenrand, in Werbung und Medien. Es gibt kaum einen Bereich, in dem uns diese Inhalte und oft auch damit verbundene Bild-Motive nicht wie selbstverständlich begegnen. Die Darbietung ist ganz verschieden, mal offen anstößig, provokant, mal eher leise, unterschwellig, versteckt, mal humorvoll oder zynisch-satirisch. Sie findet bei weitem nicht jedermanns Zustimmung. Die Geschmäcker sind bekanntlich ebenso verschieden wie die Moralauffassungen.

Die Folge: Es herrscht kein Konsens darüber, was sich für den öffentlichen Raum eignet und was dagegen Teil der Intimsphäre ist und somit ins Private gehört.

Keineswegs ist es deshalb inzwischen überflüssig geworden, Kinder aufzuklären und über Sex ins Gespräch zu kommen.

Der Medienwissenschaftler Martin Furian beschreibt in seinem Buch „Liebeserziehung“, dass die Erstinformation eines Menschen in seinem „Wissensglas“ im Gehirn wie zäher, kristallisierter Honig haftet, anders als die Folgeinformationen, die „wie Wasser“ leichter wieder herausfließen können. Erstinformationen prägen demzufolge entscheidend. Sie beeinflussen die „Filter“, durch den wir Nachfolgendes betrachten. Auch wenn die Einflussquellen und Zugangswege heute größer sind als früher, zu keiner Zeit hatten Eltern automatisch eine „Hoheit“, diese Erstinformation zu legen.

Wieso ist Aufklärung für Kinder wichtig?

Kinder lernen ihre Geschlechtlichkeit und erwachende Sexualität erst nach und nach kennen. Vieles, was ihnen begegnet, können sie noch nicht einordnen, geschweige denn Fehlinformationen ausmachen und durch sachgerechte Informationen ersetzen. Kinder brauchen Sexuaufklärung, um ihre Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen verstehen und einordnen zu können – und zur Orientierung in dieser stark sexualisierten Welt. Denn eine sehr gegenwärtige Sexualität stellt schon viele Erwachsene vor Herausforderungen. Doch für Kids und Teens ist diese Präsenz inzwischen ein gegenwärtiger Teil der Aufklärung geworden, auch wenn dies vielen Eltern nicht bewusst ist. ▶



Kinder brauchen Sexuaufklärung, um ihre Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen verstehen und einordnen zu können.



Viele Eltern und Pädagogen sind verunsichert, wann und wie man Kinder aufklären sollte.

Wieso tun sich Erwachsene mit der Aufklärung oft so schwer?

Viele Eltern und sogar Pädagogen sind verunsichert, (ob und) vor allem wann und wie man Kinder aufklären sollte. Nicht wenige erleben keine (guten) Vorbilder und blicken nicht auf gute eigene Aufklärungserfahrung zurück. Es besteht kein Einvernehmen darüber, was dazu „dran und angemessen“ ist. Die Meinungen variieren erheblich. Oft kursieren vermeintliche Weisheiten, etwa dann aufzuklären, wenn das Kind Fragen hat.

Unbestritten sind Antworten wichtig und lobenswert.

Doch wenn ein Kind nicht fragt? Viele Eltern schätzen die Lage irrtümlich falsch ein und wiegen sich in einer vermeintlichen Sicherheit. Sie halten ausbleibende Fragen für einen selbstverständlichen Garant, dass das Kind noch nicht aufgeklärt ist.

Zwei Aspekte sprechen gegen diese Einschätzung:

1. Wir können **nicht nicht** aufklären. Kinder lernen am Modell. Selbst wenn die Eltern schweigen – und je länger sie das tun umso mehr – spricht ihr Schweigen eine laute und deutliche Sprache: Darüber spricht man nicht!
2. Auch wenn das Kind nicht fragt, können bereits andere Aufklärer aktiv gewesen sein. Gerade wenn Sex zu Hause kein Thema ist, behalten manche Kinder befremdliche Informationen lieber für sich oder holen sich anderweitig Rat.

Pornografie als Sexuaufklärer? Wirklich?!

Vom Gesetzgeber zwar erst ab 18 Jahren erlaubt, spielt Pornografie heutzutage in der Aufklärung eine weitaus größere Rolle, als viele Menschen ahnen. Nie gab es einen so freien und unbegrenzten Zugang zu Pornos wie gegenwärtig. Alterskontrollen im Netz sind entweder nicht vorhanden oder greifen nicht. Pornografie ist niederschwellig, fast überall verfügbar, kostenlos und turboschnell erreichbar.

Ihre Grundidee: eine lusterzeugende sexuelle Phantasiewelt für Erwachsene erschaffen. So prägt sie eine Sichtweise auf eine omnipotente (= alles ist mögliche) Sexualität. Dazu nutzt sie Fakes und vereinfachte Lebensrealitäten, die ein komplexes Beziehungsgeschehen gar nicht abbilden können und wollen.

Das schürt in vielen Betrachtern Fehlerwartungen an realen Sex, vor allem aber in jenen, die diese Illusionen an keinem Erfahrungshorizont messen können: Kinder und Jugendliche!

Außerdem formt Pornografie durch die Auswahl der Darsteller und die Bearbeitung von Bildern gezielt Schönheitsideale – von nackten, meist rasierten Körpern und von vermeintlich „idealen“ Geschlechtsorganen. Bei vielen Zuschauern bleibt dieser Maßstab nicht im pornografischen Bild. Er wechselt mühelos in ihren Kopf und bestärkt ihre Sicht ihrer vermeintlichen Mängel (die sich übrigens real meist als völlig normale Aussehens-Varianten entpuppen). Prekär, da es heute einen nie gekannten freien und einfachen Zugang zu Schönheitsoperationen gibt. Die Folge: Die Zahl an Intimschönheitsoperationen ist enorm gestiegen.

Den wenigsten Eltern ist klar, wie stark dies die sexuellen Lerngeschichten, Vorstellungen und Maßstäbe von Kids und Teens prägt. Manche erwarten tatsächlich sehnsüchtig ihren 18. Geburtstag, um, endlich volljährig, anstehende Intim-Schönheitsoperationen vornehmen zu lassen. Ohne sie können sie sich per se keine Freundschaft vorstellen – weil sie vermeintlich so, wie sie sind, nicht genügen und sich keinem Gegenüber zeigen oder „zumuten“ können. Existiert zwischen Eltern und Kindern keine Sprachbrücke zum Thema Sex, ist es für Eltern kaum möglich, quasi aus dem Stand, ein sinnvolles Gespräch zum Thema Pornografie und solchen Fake-Erwartungen zu führen.

Gleichzeitig erreichen viele Kids über Schulkameraden, Handys, Fremde schon vielerlei Informationen, die sie nicht einordnen können. Das kann sie in arge Bedrängnis bringen und ein sehr schräges Bild von Sexualität vermitteln. Wer jetzt denkt, er hätte bis zum Teenie-Alter Zeit, irrt. In Aufklärungsprojekten an säkularen wie konfessionellen Grundschulen begegnen mir schon seit Jahren in vierten Klassen regelmäßig Kinder, die bereits Kontakt zu Pornografie hatten. Manche sind froh, endlich einen Ansprechpartner für das Verstörende zu haben. Sie fragen: „Tut Sex weh?“. Wieso? „Weil die Menschen dabei so furchtbar stöhnen und schreien“. Ihre Einschätzung sollte nicht befremden, sondern aufrütteln! Manche Kids suchen durchaus aktiv nach Sex und Pornos. Zahlreiche kamen unabsichtlich in Kontakt, durch Mitschüler, Fremde, Fehlklicks auf dem Rechner, vom Vorbesitzer unvollständig gelöschte Handys, gehackte Kindervideokanäle. Es gibt fast nichts, was es nicht gibt.

PRAKTISCHE KONSEQUENZEN FÜR ELTERN

- Übernehmen Sie Verantwortung für die Aufklärung der eigenen Kinder. Legen Sie nach Möglichkeit eine gute, altersgemäße Erstinformation, damit Kinder Folge-Informationen besser einordnen können.
- Schaffen Sie eine gute Gesprächsbasis. Sie erklären Ihren Kindern ja auch sonst „die Welt“ – daher auch in diesen Fragen und Themen. Zeigen Sie sich ansprechbar.
- Aufklärung ist eine Lebenshaltung, kein Termin. Knüpfen Sie an die Sprache der Kinder an. Bieten Sie eine Erweiterung zu vorhandenem Wissen an.
- Wertschätzen Sie die kindliche Neugierde, anstatt sie abzuwerten. Ein „Dafür bist du noch zu klein.“ löst keine Frage des Kindes und verleitet zur Suche nach anderweitigen Antwortquellen.

Dr. med. Ute Buth

ist Fachärztin für Frauenheilkunde, Fachberaterin Gynäkologie für das Weiße Kreuz e. V., Sexualberaterin nach DGfS und TEAM.F Seminarleiterin. Die Buchautorin u. a. von „Mädelskram“ und „Erklärt mir mal, wo komm ich her?“ ist verheiratet und Mutter zweier Kinder.



ELTERN UND KINDER

Starke Familien – zuversichtliche Kinder!

Seminare für Eltern · Erlebnisangebote für Familien · Was Eltern bewegt ...

Kinder ins Leben zu begleiten ist eine sehr verantwortungsvolle aber auch schöne Aufgabe. Viele Eltern sind verunsichert oder fühlen sich überfordert. Eins der größten Anliegen von TEAM.F ist, nicht nur Fachwissen zu vermitteln, sondern Eltern zu ermutigen.

Auszug aus unseren Themenangeboten:

- Familien stark machen
- Ein guter Start ins Leben
- Teen-Age – mehr als ein Alter
Eine neue Lebensphase für Familien
- Hochsensitive Kinder verstehen und begleiten
- Als Patchworkfamilie miteinander leben
- mit vielen Erlebnisangeboten für Familien und Familienwochenangeboten



Aktuelles Beziehungsprogramm anfordern oder ganz einfach Seminare buchen unter:
www.team-f.de



TEAM.F · Neues Leben für Familien e. V.
Honselers Bruch 30 · 58511 Lüdenscheid
Fon 02351 985948-0 · info@team-f.de



HEIDI GOSEBERG

Wie sag ich's meinem Kinde...?

– wenn man nicht nicht aufklären kann?

Sicher ist, dass trotz aller Aufgeklärtheit und Ungezwungenheit mit dem Thema Aufklärungsgespräche schwierig sind und bei den meisten Eltern eine große Hürde besteht.

Doch sind Gespräche so wichtig, denn erst Unsicherheit führt dazu, dass Heranwachsende versuchen, ihre Informationslücken zu schließen und viel sich dabei ungeplant auf Erfahrungen einlassen, zu denen sie sich eigentlich noch gar nicht reif fühlen.

Wie können Eltern selbstverständlich, natürlich und positiv im Gespräch mit ihren Kindern sein?

Zunächst, indem man sich der Verantwortung bewusst wird. Viele Dinge passieren nicht, wenn Eltern sie nicht übernehmen, in der sexuellen Aufklärung - wie wir in dem Artikel von Ute Buth nachlesen konnten - ist das nicht so. Aufgeklärt wird auf jeden Fall, die Frage ist nur, von wem und auf welche Weise.

Einige Gründe, warum Eltern die Verantwortung dafür übernehmen sollten und in welchem Alter

Es beginnt oft damit, dass Kinder Fragen stellen und damit geben sie uns einen guten Anlass und auch die Inhalte vor. Im Kleinkind- und Kindergartenalter ist es wichtig, die Fragen der Kinder altersgemäß zu beantworten und nicht mehr. Damit ist ihr Wissensdrang für eine Weile oder bis zum nächsten Anlass gestillt, wenn die Antwort nicht ausreicht, bohren viele von selbst weiter.

Was, wenn Kinder nicht fragen?

Dazu gibt es gute Bilderbücher schon für kleine Kinder (natürlich auch für die, die Fragen stellen). Vorlesen oder gemeinsam lesen ist immer gut und bildend und das gilt dann auch für intime Gespräche. So ein Buch nimmt man sich immer mal wieder vor, weil erst die wiederholte Information beim Kind abgelegt wird.

Viel einprägsamer jedoch finde ich, wenn wir Alltagssituationen zum Anlass nehmen, mit unseren Kindern ins Gespräch zu kommen. Auch hier beantworten wir die Fragen der Kinder, wenn sie eine Mama mit einem Babybauch sehen oder ein knutschendes Pärchen oder die Frage nach den Geschlechtsunterschieden bei den Geschwistern.

Und wenn das Kind nicht von allein fragt, nimmt man eben den Anlass, vorsichtig mit Fragen ein Gespräch anzustoßen. Bereits im Kindergartenalter werden die Grundlagen dafür gelegt, auch mit Heranwachsenden über Intimität und Sexualität gut im Gespräch zu bleiben. Je natürlicher wir in der frühen Kindheit begonnen haben, umso geringer ist die Hürde, auch später Fragen in einem vertrauten Rahmen bei den Eltern zu stellen.

Warum sollten Eltern aufklären?

- Weil wir die große Chance haben, mit unseren Kindern auch über unsere christlichen Werte und über lebensbejahende Sexualität zu sprechen. In einer klaren und sauberen Sprache.
- Weil erste Informationen prägend sind, wie Frau Buth ausgeführt hat. Das hat mich motiviert, unbedingt die erste zu sein. Darum war ich ganz sicher an jedem ersten Elternabend im Schuljahr in der Schule, um zu erfahren, was Sexuaufklärung betreffend im Lehrplan für das Schuljahr stand.

Gerne habe ich die Krankheitszeiten unserer Kinder genutzt, weil das die seltenen Gelegenheiten waren, mit einem Kind allein zu Hause zu sein und die Offenheit für vertrauliche Gespräche oft sehr groß war.

Wenn man dazu ein Kind auf den Schoß nimmt oder sich gemütlich mit einem warmen Getränk auf dem Sofa zusammekuschelt, schafft man dazu eine gute Atmosphäre.

„Das waren die schönsten Zeiten“, habe ich noch vor kurzem gehört.

- Die große Chance ist auch, das, was wir mit Worten ausdrücken, den Kindern vorzuleben. Durch eine liebevolle, natürliche Paarbeziehung bekommt das Thema ein anderes Gewicht und keinen peinlichen Beigeschmack. ▶

Wenn man sich gemütlich mit einem warmen Getränk auf dem Sofa zusammekuschelt, schafft man eine gute Atmosphäre, um zu reden.

Worüber sprechen wir?

→ mit jüngeren Kindern

über Geschlechtsunterschiede, die körperliche Entwicklung, über Partnerschaft und wie ein Kind entsteht und zur Welt kommt. Dazu gibt es mittlerweile viel gute Literatur mit Gesprächsanregungen für Eltern, aber auch entsprechende Bücher für Kinder, die man auch gemeinsam lesen und Fragen dazu beantworten kann.

→ über die körperlichen und seelischen Veränderungen rechtzeitig vor der Pubertät

→ und frühzeitig auch über die Umgangssprache, die in unserer Gesellschaft nicht gerade „fein“ ist. Anstatt die Ausdrucksweise anzuprangern, war es für uns immer Anlass zum Gespräch über das, was herabsetzend, entwürdigend, verletzend und respektlos ist und wie es unser Denken und unsere Haltung beeinflusst.

→ auch über Teenyfreundschaften

Teenagerfreundschaften sind schön und normal. Doch ist der Druck, intime Erfahrungen zu sammeln, immens. Es macht Sinn, vorher darüber zu sprechen, dass man sich aber von starken Gefühlen nicht überwältigen lassen muss. Keine Garantie, aber ein guter Schutz ist, Kids zu ermutigen, frühzeitig für sich Grenzen definieren und dazu gute Vorsätze zu fassen, die in entsprechenden Situationen abrufbar sind.

→ über Verhütung, vor allem, wenn Ihr Teeny trotz aller Gespräche nicht davon abzubringen ist, mit dem Freund oder der Freundin intim zu werden.

→ sprechen Sie über Teenagerschwangerschaften, die trotz aller Aufklärung nicht selten sind. Schaffen Sie Vertrauen, dass Sie für so schwierige Situationen erste Anlaufstelle sind. Beratung und Hilfe sind unbedingt nötig, Hilflosigkeit und Angst vor den Eltern führt oft zu Kurzschlussreaktionen.

→ gleichgeschlechtliche Freundschaften

Wie harmlos und selbstverständlich waren einmal Jungen- und Mädchenfreundschaften – und wie wichtig! Und was wird da mittlerweile alles schon früh hineingelegt. Eine solche Freundschaft ist kein Hinweis auf eine sexuelle Orientierung und eine Teenagerneigung deutlich von einer Erwachsenenorientierung zu unterscheiden. Ein guter Rat für jede Beziehung: Leg' dich nicht zu früh fest – für Sex hast du noch dein ganzes Leben Zeit!

→ Gottes gute Gedanken zu Liebe und Ehe bleiben aktuell Sexuelle Erfahrungen sind die intimsten zwischen Menschen, die Körper und Seele tief berühren. Sexualität verliert ihren Zauber und nutzt sich ab, wenn Sexualpartner ausprobiert und beliebig gewechselt werden.

Gott hat sich etwas dabei gedacht, als er die Ehe eingesetzt und als besondere Beziehung hervorgehoben und gesegnet hat.

Es lohnt sich, Sexualität zu bewahren für den Partner, mit dem man das Leben teilen möchte. Darüber sprechen wir bis heute mit jungen Menschen. Auch wenn das ganze Umfeld anders konditioniert ist.

Egal, was passiert...

Welcher Erwachsene kann schon von sich sagen, alle Erwartungen der Eltern erfüllt zu haben? So werden auch unsere Kinder nicht alles übernehmen, was wir ihnen raten. Bleiben Sie vertrauensvoll im Gespräch, wertschätzen Sie das Bemühen der Kinder und bleiben Sie vergebungsbereit, wenn Ihre Erwartungen enttäuscht werden.

Zum Schluss ein Wort an die Eltern

Mit der erwachenden Sexualität wächst natürlich auch die Sehnsucht nach gleichaltrigen freundschaftlichen Beziehungen. Die ungleich stärker ist, wenn die wichtigen Bedürfnisse nach Liebe und Annahme nicht oder nur unzureichend erfüllt sind. Umso offener werden Heranwachsende für Nähe und intime Beziehungen, umso anfälliger auch für Missbrauch.

Der beste Schutz ist immer noch, den Liebestank eines Kindes oder Jugendlichen zu Hause satt abzufüllen.

So kann ein junger Mensch deutlich entspannter Beziehungen in seinem Umfeld eingehen.

Ich wünsche Ihnen ein gutes Gespür für den richtigen Zeitpunkt und gute Gespräche,

Ihre Heidi Goseberg

SEMINAREMPFEHLUNG

28.–30.06.19

Seminarwochenende

19 331 11

Teenage – mehr als ein Alter

→ Seminarwochenende für Eltern & Teen-Ager

Ort: CVJM Jugendbildungsstätte Wilgersdorf

57234 Wilnsdorf/Siegerland

Leitung: Heidi und Eckhard Goseberg, Sonja und Jörg Brocksieper mit Team

Kosten: ab 175,70 € inkl. Seminargebühr und VP pro Erwachsener, Kinder erhalten Ermäßigung

Anmeldung: Sigrun Brender (s. S. 80)



CHRISTIAN SIEGLING

Wir sind auf deiner Seite

Eins haben wir als Eltern in unserem Alltag mit Teenagern gelernt. Sie brauchen Verbündete auf Augenhöhe, die sie auf ihrem Weg zu einer individuellen und selbstbewussten Persönlichkeit begleiten.

„Papa, wo finde ich denn die Schulordnung?“

„Wofür brauchst du die denn???“ „Ich werde sie mir raussuchen und ganz genau durchlesen, dann finde ich schon etwas, wogegen der Lehrer verstoßen hat und dann werd' ich ihm schon zeigen, wer am längeren Hebel sitzt!“ „Na, wenn du dich da mal nicht täuschst, mein Junge, aber ich zeig es dir trotzdem, wo sie zu finden ist!“ So lief ein Dialog bei uns in der Familie ab ...

Vielleicht interessiert es den einen oder anderen, was daraus geworden ist: NICHTS! – Aber ich glaube wichtig war, dass wir unserem Sohn die Chance gegeben hatten, das selbst machen und herausfinden zu können, ohne ihm von vornherein zu drohen oder ihn in die Schranken zu weisen. Das zeichnete ihn übrigens schon immer aus, dass er viele gute und kreative Ideen hatte: Er wollte dem Hausmeister in der Schule mit dem Pausenverkauf Konkurrenz machen und selbst Brezeln vom Discounter aufbacken und anbieten, hat seine Mitschüler bei der Klassensprecherwahl damit geködert, dass sie ihm ihre Stimme geben und er dafür sorgen würde, dass ein Süßigkeiten-Automat in der Schule aufgestellt wird ... – Viele Geschichten gäbe es da zu erzählen!

Querdenker gewünscht – aber nicht in der Schule!

Leider ist das bayerische Schulsystem aber nur wenig darauf angelegt, Kreativität, Mut, Innovation und „Anders-herumdenken“ zu fördern und gerade solche Kinder und Teenager (mit dominanten und initiativen Persönlichkeitsanteilen) kommen da leicht auch mal an ihre Grenzen. Später im Leben will interessanterweise aber jeder diese Menschen haben, die quer denken, sich auch mal gegen den Strom stellen, ihren Mund aufmachen. Aktuelles Beispiel hierfür ist ja Greta Thunberg, die 16-jährige schwedische Umweltaktivistin, die mit ihrem beharrlichen Quertreiben „Friday for Future!“ hartnäckig für Aufsehen sorgt und Veränderung einklagt.

Wir haben uns entschieden, dass wir uns auf die Seite unseres Teenagers stellen und mit ihm gemeinsam diese für ihn schwierige Zeit durchstehen und vielleicht auch manchmal „Mit-Leiden“.



Als er in einem späteren Schuljahr ausprobierte, wie es ist, wenn man gar nichts macht und in mehreren Fächern so schlechte Noten mit nach Hause brachte, sodass seine Versetzung gefährdet war, konnte ich ihn dann gelassen fragen: „Sag mal, das kann man natürlich so machen, aber wenn du durchfällst, musst du noch ein Jahr länger auf der Schule sein. Die findest du doch eh schon blöd – willst du das WIRKLICH???“

Auf eigenen Wegen

Mittlerweile ist die Schulzeit vorbei, unser Sohn hat beschlossen, man müsse was tun, was die Menschheit braucht. Da ja sehr viele ein Auto haben, fand er, dass eine Ausbildung zum Kfz-Mechatroniker das Beste sei. Vorher hatte er sich nie für Autos interessiert und ich war sehr skeptisch, wie das wohl weitergeht. Nun ist schon über die Hälfte seiner Ausbildungszeit vorbei und er kommt (fast immer) am Abend, ölverschmiert und dreckig, aber glücklich und zufrieden nach Hause. Begeistert hat mich, als er eines Tages dann sagte: „Es ist ja immer schwierig zu sagen, ob man glücklich ist, aber wenn du mich fragst: Ich bin gerade wunschlos glücklich!“ Wie schön, das von einem 18-Jährigen zu hören!

Für mich ist es schön zu sehen, wie sich im Teenageralter Lebensentwürfe formen, die vielleicht so ganz anders sind, als wir sie als Eltern uns für unsere Kinder erdacht haben. Wenn wir uns aber auf die Seite unserer Teenager stellen, dann können wir auch in dieser Zeit Verbündete auf Augenhöhe mit ihnen werden – das ist es, was Teenager wollen und brauchen.

Ihr Christian Siegling



SONJA BROCKSIEPER

„Erklärt mir mal, wo komm ich her?“

Eine Frage, auf die jedes Kind früher oder später eine Antwort haben möchte und die Eltern immer wieder neu herausfordert. Das neue Buch der Frauenärztin Dr. Ute Buth über den Start des Lebens ist eine wertvolle Hilfe für Aufklärungsgespräche mit Kindern.



BUCHEMPFEHLUNG

Dr. Ute Buth
„Erklärt mir mal, wo komm ich her?“
Christliche Verlagsgesellschaft Dillenburg
Buch – Gebunden, 52 Seiten
ISBN 978-3-86353-610-7
€ 14,90
Best.-Nr. 271 610

Zu beziehen ist das Buch über:
www.htcv-dillenburg.de

Darüber hinaus ist dieses Buch für Eltern zu empfehlen, die nicht so richtig wissen, wie sie mit ihren Kindern über dieses so persönliche und intime Thema reden können. Dass Aufklärung eine wichtige Aufgabe in der Kindererziehung ist, ist wahrscheinlich den meisten Eltern klar, die Frage ist nur „Wie sag ich's meinem Kinde?“. Hierfür liefert Ute Buth viele gute, aus der Praxis kommende Ideen. Lisas Eltern machen einfach vor, wie eine ganzheitliche Sexualaufklärung aussehen kann und das motiviert zu einem entspannten Umgang mit den Fragen der Kinder.

Ihre Sonja Brocksieper

In dem liebevoll illustrierten Kinderbuch geht es um die fünfjährige Lisa, deren Mama ein Baby erwartet. Ganz natürlich gehen Lisas Mama und Papa auf die vielen Fragen, die das Mädchen rund um das Thema Schwangerschaft, Geburt und Empfängnis bewegen, ein. In einer kindgerechten und gleichzeitig klaren und offenen Sprache vermitteln die Eltern ihrer Tochter, wie das Leben beginnt. Und so können die Leser Lisa in dieser besonderen Familienphase begleiten, bis sie am Ende ihren kleinen Bruder im Arm hält.

Immer wieder wird die Thematik im Alltagserleben des Kindes aufgegriffen, z. B. wenn die Eltern beim Essen der Linsensuppe erklären, dass der Embryo am Anfang kleiner als eine Linse ist oder wenn Mama auf der Fahrt zum Schwimmkurs die Gebärmutter mit einem Schwimmbad vergleicht, in dem das Baby schwimmt. Besonders gut gefällt mir, dass die Erklärungen zu Geschlechtsverkehr und Zeugung in eine vertrauensvolle Beziehung eingebettet sind, so dass neben den biologischen Informationen selbstverständlich Werte für das Zusammenleben weitergeben werden.

Das Buch eignet sich als Vorlesebuch für Kinder ab dem Vorschulalter. Eltern können sich gemeinsam mit ihren Kindern die Zeichnungen ansehen und entscheiden, welche Inhalte sie vorlesen oder zu einem späteren Zeitpunkt aufgreifen möchten. Spätestens im Grundschulalter können die Kinder dann die Geschichte auch ganz alleine lesen und erhalten so all die Informationen, die ein Kind spätestens in diesem Alter zu Hause bekommen haben sollte.

Eltern, die in Fragen der Sexualaufklärung unsicher sind, profitieren vom Tagesseminar „Sexualaufklärung – Aufgabe und Chance“ von Dr. Ute Buth, das u. a. auch in der **TEAM.F-Akademie** angeboten wird. Es vermittelt zentrale Grundlagen der Sexualaufklärung und sexuellen Lerngeschichte. Einflüsse von Kultur, Glaube und Herkunftsfamilie werden genauso aufgezeigt wie die zahlreichen Mitaufklärer und auf welchen Wegen sie Kinder erreichen.

→ Nähere Informationen und Termine finden Sie auf:
www.aufgabe-und-chance.de



TEAM.F ... WEIL JEDER EIN ZUHAUSE BRAUCHT.

Mit unserem Beziehungsmagazin möchten wir...



... Menschen in ihren Beziehungen stärken.



... Beziehungsimpulse in einer Lesezeit von 10 Minuten bieten.



... als Praktiker für Ihren Beziehungsalltag schreiben.



... mit guten Tipps und Impulsen regelmäßig zu Ihnen nach Hause kommen.



... als Wegbegleiter in Beziehungsfragen an Ihrer Seite sein.

DAS BEZIEHUNGSMAGAZIN WEITEREMPFEHLEN

→ **Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, wem Sie gerne unsere Informationen weitergeben möchten?**

Wer in Ihrem Umfeld interessiert sich für Beziehungsthemen? Wer steht vielleicht am Anfang einer Beziehung? Welches Paar wird gerade Eltern? Oder wer steckt in einer Krise und könnte Unterstützung und Hilfe gebrauchen? Wir schicken Ihnen gerne Probehefte auch zu speziellen Themenbereichen zu. Die Ausgaben und Themen der letzten Jahre können Sie auf unserer Webseite nachschlagen.

→ **Haben Sie eine Idee, wer aus Ihrem Umfeld sich für dieses Thema oder einen konkreten Beitrag dieser Ausgabe interessieren könnte?**

Gerne schicken wir Ihnen weitere Exemplare zu, um sie weiter zu geben.

→ **Möchten Sie das Beziehungsmagazin verschenken?**

Gerne auch in Verbindung mit einem Gutschein für ein Seminar oder einem unserer Shopangebote.

Melden Sie sich einfach bei uns:
www.team-f.de oder
Fon 02351 985948-0



UNSERE

FAMILIENREGELN

♥ wir lieben einander über alles ♥



WIR REDEN MIT EINANDER

Für lachen gemeinsam

WIR FEIERN GERNE 

wir lachen über
uns selbst:-)

WIR HÖREN EINANDER ZU

Wir helfen einander

JEDER VERDIENT EINE **2.** CHANCE

Wir halten zusammen 

**WIR HALTEN
UNSERE VERSPRECHEN**

Wir machen und
verzeihen Fehler

Wir warmen und trösten uns

Wir lassen den Kopf nicht hängen

**WIR GEBEN
UNSER BESTES**

**WIR SAGEN
IMMER DIE
WAHRHEIT**

Wir sind dankbar, respektvoll und großzügig



Und welche Sprache spricht Ihre Familie?

„Jede Familie ist ihre eigene Sprachinsel. Im Alltag nisten sich hausgemachte Begriffe ein, die oft lebenslang Bestand haben das ist dann der Familiencode. Dass es sich um sprachliche Neuschöpfungen handelt, fällt bisweilen erst auf, wenn man den Hauswortschatz versehentlich in der Öffentlichkeit verwendet. Die hier über den schönen Anzug gespannten Gummigurte zum Beispiel, im Fachgebrauch Gepäckspanner genannt, hießen bei uns immer „Stropse“. In jedem Urlaub waren Stropse die Universalhilfsmittel,

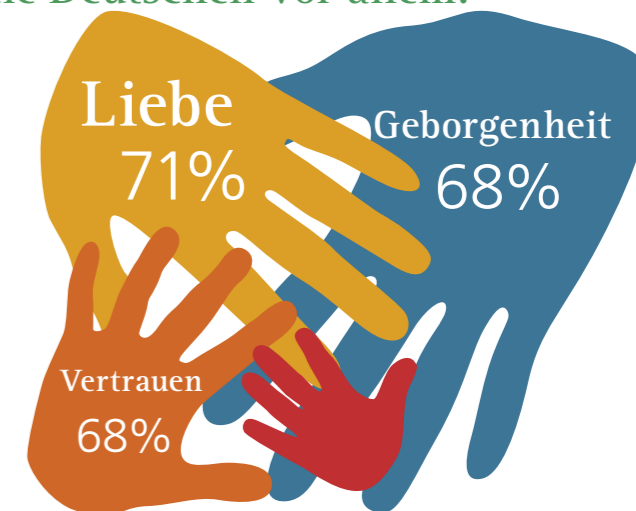
mit denen Zelte, Kinder, Bootsanhänger und übergriffige Kletterrosen gebändigt wurden. Väterliches Strops-Mantra: „Das hält schon.“ Die Nachbarschaft zu Strap-sen blieb uns Kindern verborgen, davon abgesehen passte das Wort einfach gut zum Ding, es war lautmalerisch stimmig. Der Baumarktverkäufer war neulich allerdings ziemlich ratlos, als er für mich „lange Stropse“ suchen sollte. Er war der Meinung, dass es kein Baumarktprodukt solchen Namens gibt. Vier Menschen sehen das anders.“



Quelle:
Max Scharnigg (2019):
Enge Bindungen. In: *Süddeutsche Zeitung Magazin*. Heft 07/2019
<https://sz-magazin.sueddeutsche.de/kosmos/enge-bindung-86797>



Mit **Familie** verbinden die Deutschen vor allem:



Quelle: Eltern (2015): Die Zukunft der Familie. Forsa-Studie im Auftrag der Zeitschrift ELTERN.

„Und die Worte, die ich dir heute verkünde, sollen in deinem Herzen sein. Präge sie deinen Kindern ein und rede davon, ob du in deinem Haus bist oder unterwegs, ob du dich hinlegst oder aufstehst.“

5. Mose 6, 6-7 NEÜ



Eine **Familie** ist wie ein Baum.

Die **Zweige** können in alle Richtungen wachsen.

Doch die **Wurzeln** halten alles zusammen.



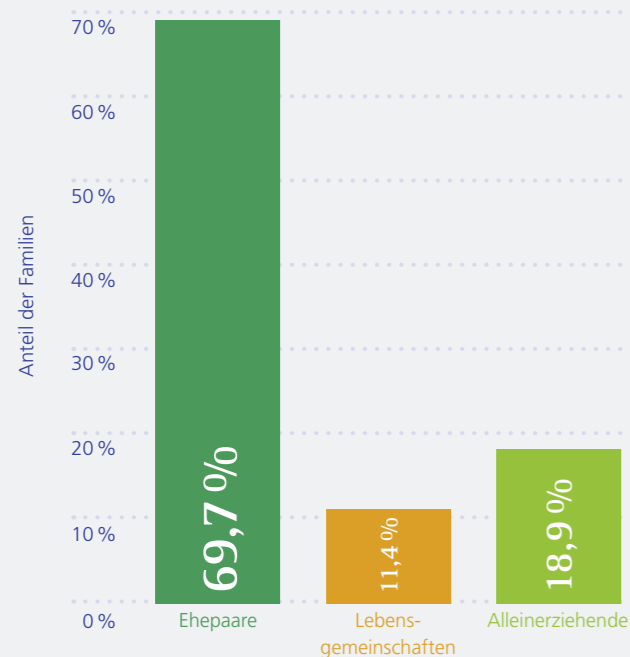
AN MEINE KINDER

*Macht euch niemals lustig darüber, mir etwas am **Computer** erklären zu müssen.*

*Vergesst niemals: Ich habe euch beigebracht, einen **Löffel** zu benutzen!*



Anteil von Familien mit minderjährigen Kindern nach Lebensform in Deutschland im Jahr 2017



Quelle: Statistisches Bundesamt © Statista 2018
 Weitere Informationen: Deutschland; bis 18 Jahre

Die 6 wichtigsten Wesenszüge...

von innerfamiliären Vorbildern in deutschen Familien:

- 1. Ehrlichkeit:** 65% ist es wichtig, dass ihre innerfamiliären Vorbilder ehrlich zu ihnen sind.
- 2. Lebenserfahrung:** 64% schätzen besonders die Lebenserfahrung ihrer familiären Vorbilder.
- 3. Hilfsbereitschaft:** 63% achten besonders sehr, dass ihnen ihre familiären Vorbilder hilfsbereit zur Seite stehen, wenn sie es brauchen.
- 4. Freundlichkeit:** 50% werden von den freundlichen Wesenszügen ihrer familiären Vorbilder inspiriert – sei es eine Umarmung, ein ehrlich gemeintes Lob oder nur ein Lächeln
- 5. Konsequenz:** Kaum zu glauben, aber auch Konsequenz stellt für 47% der Befragten einen wichtigen Wesenszug ihrer familiären Vorbilder dar. Konsequenz gibt einem Klarheit und Orientierung. In einer so aufwühlenden Welt kann diese Eigenschaft Sicherheit vermitteln.
- 6. Lebensfreude:** 46% der Befragten schätzen besonders an ihren familiären Vorbildern ihre optimistische Lebenshaltung.



→ www.t-online.de/leben/familie/id_65315696/forsa-umfrage-diese-sechs-werte-zaehlen-in-deutschen-familien.html

BUCHEMPFEHLUNG

Kindersprüche zum Schmunzeln

„Mama, wo wohnt ihr eigentlich, wenn ich groß bin?“

„Mein kleiner Bruder ist schon abgestellt. Jetzt muss er noch abgeflascht werden.“
 Kim, 6 Jahre

Weitere lustige Zitate von Kindern finden Sie in dem Buch:

Cordula Weidenbach
Opa ist am Kopf barfuß.
Die besten Kindersprüche.



„Geschwister sind die einzigen Menschen, über die man sich pausenlos aufregt, aber die man trotzdem unendlich lieb hat.“

Autor unbekannt



KATRIN KROLL

Familien begleiten – Hoffnung schenken

Es ist nicht mehr selbstverständlich, einfach in einer Familie zu leben. Die Konzepte des Zusammenlebens verändern sich. Was jedoch bleibt, ist der tiefe menschliche Wunsch, irgendwo dazu zu gehören.

In der Seelsorge und Beratung begegnen uns ganz unterschiedliche Menschen mit ihrer Suche nach ergreifenden Familienbeziehungen: Patchworkfamilien, Alleinerziehende, Große und Kleine, Elternpaare und Kinder und Jugendliche in ganz unterschiedlichen Situationen.

In Kontakt mit dem kommen, was ist...

Natürlich wünschen wir uns alle, in guten Beziehungen zu leben. Besonders für unsere Familien, unser engstes Lebensumfeld, ist es uns ein großes Anliegen, dass alle sinnvoll miteinander umgehen können. Das ist bei genauerem Hinsehen aber immer auch mit Herausforderungen verbunden. Sowohl die verschiedenen Situationen des Zusammenlebens, als auch die Bedürfnisse und Aufgaben der einzelnen Familienmitglieder stellen uns jeden Tag neu vor die Herausforderung, Familie zu gestalten.

Wenn Menschen mit diesen Anliegen in Seelsorge oder Beratung kommen, ist meist schon etwas geschehen: Sie merken, dass es Probleme gibt oder die Herausforderungen die Ressourcen der Familie übersteigen. Es ist allerdings nicht immer einfach, sich einzugestehen, dass das eigene Bild von Familie vielleicht der aktuellen Situation nicht oder nur wenig entspricht. Der erste und manchmal schwierigste Schritt ist also eine mehr oder weniger nüchterne Bilanz: Wie geht es uns miteinander? Welche Schwierigkeiten beschäftigen uns gerade? Was brauchen wir? Wie erleben wir Gott in der Situation?

Wie gut, dass wir als Christen dabei auf etwas ganz Besonderes zurückgreifen können: Gott gibt uns Lebensräume, in denen wir so sein können, wie wir sind.

Wir müssen nichts vorgeben, sondern können mit dem, was ist, in Kontakt kommen. Mein Verständnis von Seelsorge und Beratung basiert auf dieser Gnade Gottes: Gemeinsam mit den ratsuchenden Menschen können wir ehrlich darüber reden, wo es klemmt und was es braucht. Es ist mir ein großes Anliegen, diese Herzhaltung Gottes zu vermitteln und Mut zu machen, sich der eigenen Situation ehrlich zuzuwenden.

Dann können wir gemeinsam auf die verschiedenen Ebenen der jeweiligen Familie schauen: eine Patchworksituation, eine schwierige Phase in der Schule, eine Krise in der Partnerschaft oder die Spannungen in der Pubertät.

Es muss nicht bleiben, wie es ist...

Nach meiner Erfahrung haben Familien schon viel gewonnen, wenn dieser erste Schritt möglich werden kann. Wenn wir aus dem „SotunalswürdeallesinOrdnungsein“ heraustreten können und gemeinsam - vielleicht mit der Hilfe eines Seelsorgers oder

Beraters - überlegen, welche Möglichkeiten es gibt, entsteht wieder Raum. Ganz unterschiedliche Gesprächskonstellationen können helfen, schwierigen oder eng gewordenen Familiensituationen wieder neue Impulse zu eröffnen.

Manchmal ist es die Partnerschaft der Eltern, die Unterstützung braucht, in anderen Fällen geht es um einen Ansprechpartner für Erziehungsfragen. Manchmal braucht die Familie Unterstützung dabei, wieder miteinander ins Gespräch zu kommen, ohne dass es eskaliert. In anderen Fällen braucht ein Teenager mitten in der Pubertät vielleicht ein Ohr, das nicht zu einem Elternteil gehört.

Es ist Gottes Herzensanliegen, dass Menschen in Kontakt zueinander kommen. Wenn es gelingt, dass Familienmitglieder einander wieder neu begegnen, sind wir wieder einen Schritt weiter.

Es ist gut, wenn wir als Berater und Seelsorger immer mehr Ideen dazu entwickeln, wie wir die Familien und ihre einzelnen Mitglieder dabei unterstützen können.

Gottes großartige Möglichkeiten...

Natürlich geht es auch um ganz handfeste Lösungen: Was machen wir mit den Wutanfällen unseres Teenagers? Wie begegnen wir unseren unterschiedlichen Konfliktlösungsstilen? Wie gehen wir mit dem täglichen Hausaufgabenkampf um? Was kann helfen, wenn unser Kind sich selbst verletzt? Wer hilft, wenn die Geschwister sich in ihren Aggressionen gegeneinander verheddern?

Sehr gerne überlege ich mit Beratern und Seelsorgern, welche konkreten Schritte wir im Kontakt mit unseren Ratsuchenden gehen können. Da geht es um Konfliktlösungstrainings und Affektregulationsideen, um Lernhilfen und Gesprächs- und Emotionsunterstützung. Viele kreative und spannende neue Wege können wir zusammen mit den Familien einschlagen.

Aber ich bin auch immer wieder überrascht und berührt davon, dass unser Gott noch viel mehr Möglichkeiten hat, als wir erlernen können. Er hat eine Vision für Familien (unabhängig davon, in welcher Konstellation wir genau leben). Er möchte, dass es immer wieder neue Wege zwischen den Generationen gibt und die einzelnen Mitglieder der Familie in ihrer Einzigartigkeit gefördert und gefordert werden.

Lassen wir uns von Gottes Herz für Familien ganz neu berühren und uns aufmachen, immer wieder Segensimpulse in Seelsorge und Beratung weiterzugeben.

Ich lade Sie gerne ein, gemeinsam an der TEAM.F-Akademie in ganz unterschiedlichen Seminaren zu forschen und zu lernen, wie wir konkret Familien unterstützen können. Und ich lade Sie ein, dass wir gemeinsam für Familien, Kinder und Jugendliche vor Gott eintreten und staunend erleben, was seine Möglichkeiten sind.

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Katrin Kroll

SEMINAREMPFEHLUNG

Wir freuen uns sehr, zu diesem Thema ein erstes Fortbildungsangebot mit Katrin Kroll anzubieten:

26.10.2019

Neu!

19 990 11

Familie begleiten – Hoffnung schenken

Für Absolventen der Studiengänge Familie und Erziehung und Seelsorge, darüber hinaus für Seelsorger, Pädagogen, Kindermitarbeiter u. a. Interessierte.

Dies wird der erste Tag einer Reihe sein, die im nächsten Jahr mit ergänzenden oder vertiefenden Themen fortgesetzt wird.

Nähere Informationen erhalten Sie demnächst auf unserer Webseite und mit der aktuellen Werbung.

Ort: Ev. Stephanuskirche, 34132 Kassel-Mattenberg
Anmeldung: Beate Radix-Schöne



Katrin Kroll

Ist Heilpraktikerin für Psychotherapie und arbeitet mit Kindern, Jugendlichen und Familien. Sie bildet Seelsorger und Christliche Berater in Familien- und Erziehungsfragen aus.

Wir wünschen uns alle, in guten Beziehungen zu leben.

Diagnose FASD – und jetzt?

Lebenslang, nicht heilbar und doch zu 100 % vermeidbar.

Was hatten wir für einen Zirkus zu Hause und dann bekamen wir diese Diagnose, die unser Familienleben auf den Kopf stellte, aber gleichzeitig auch sehr entlastete.



Unsere Kinder ins Leben zu begleiten, mit allen Herausforderungen, die das Leben mit sich bringt.

Wie erkennt man FASD?

- Kleinwuchs, Untergewicht, typische Gesichtsveränderungen etc.
- Organfehlbildungen
- Hyperaktivität
- Probleme mit dem Kurzzeitgedächtnis, begrenzte Lernfähigkeit, geringe Aufmerksamkeitsfähigkeit
- Koordinationsschwierigkeiten von Auge und Hand
- wenig bis kein Zeit- und Zahlenverständnis
- Veränderungen z. B. im Tagesverlauf verwirren
- schnelle Überforderung, geringe Frustrationsgrenzen, Impulsivität
- stark eingeschränkte Alltagskompetenzen



Ich weiß noch genau, wie wir vor Jahren sehr angespannt in die Tagesklinik zur Vorstellung und Testung unseres mittleren Kindes, damals 10 Jahre, fuhren. Die leibliche Mutter unserer angenommenen Kinder hatte in der Schwangerschaft Alkohol getrunken mit großen Auswirkungen auf das Leben unserer Kinder und unserer Familie.

Unsere Geschichte – Der Weg dahin

Jung verheiratet hatten wir den Traum von einer großen Familie. Wir bekamen eine leibliche Tochter, die inzwischen erwachsen ist. Danach wurde ich nicht wieder schwanger. Der Wunsch nach weiteren Kindern blieb und wir entschieden uns für die Aufnahme eines Pflegekindes. Nach drei langen Jahren kam der ersehnte Anruf: „Wir haben ein Kind für Sie!“ Wir waren überglücklich, hatten wir doch schon nicht mehr damit gerechnet. Ein unbeschreibliches Gefühl, ein Bündel Glück: klein, zart und so vollkommen, gerade einmal ein halbes Jahr! Ein Geschwisterchen für unser großes Mädchen.

Unser Baby entwickelte sich gut. Die Kinderärzte waren sehr zufrieden. Heute weiß ich, dass die Reaktionen an der einen oder anderen Stelle schon damals auffällig waren. Zu dem Zeitpunkt sahen wir jedoch nur die positiven Seiten der Entwicklung, defizitorientiertes Denken lag mir ohnehin schon immer fern. Dann wurde „unsere Mutter“ wie wir sie liebevoll nennen, noch einmal schwanger. Sie bat uns, auch das Ungeborene in unsere Familie aufzunehmen. Unser Herz ging auf, wo könnte dieser kleine Mensch besser aufgehoben sein als bei uns? So kam das leibliche Geschwisterchen unseres Pflegekindes ebenfalls in unsere Familie.

Wir waren vollständig, oder wie eines der Kinder sagte: „Jetzt haben wir Full-Häuschen!“ Alle Kinderzimmer waren belegt.

Die letzten Wochen der Schwangerschaft haben wir „unsere Mutter“ begleitet. Es war eine sehr anstrengende, aber auch sehr wertvolle Zeit, die ich auf keinen Fall missen möchte. Wir erfuhren viel über die Herkunftsfamilie und ich konnte unserem Kind bereits im Bauch seiner Mutter nahe sein – was für ein Geschenk! Doch wusste ich auch um die widrigen Lebensumstände unserer abgehenden Mutter. Ich empfand Angst – die musste ich aushalten. Wir konnten nur hoffen und beten, dass unser Kind gesund auf die Welt kommt. Unser drittes Kind erblickte in der 39. Schwangerschaftswoche mit einem Geburtsgewicht von 1.950 g und einer Größe von 42 cm das Licht der Welt. Ein wunderbarer kleiner Mensch, Gottes Schöpfung! Auch dieser kleine Mensch entwickelte sich großartig.

Unsere Kinder sind echte Lehrmeister, die mich täglich herausfordern und mich an meine Grenzen bringen wie es wohl kaum ein anderer je schaffen wird.

Es folgten turbulente Familienjahre, viele Feste, tolle Urlaube an der See und in den Bergen. Immer wieder auch Krankheiten der Kinder, waren sie gesundheitlich doch nicht so stabil, wie wir es von unserer großen Tochter kannten. ▶



TEAM.F

Herzenssache: Familie

... wo das Leben anfängt und die Liebe nicht aufhört!

Langeweile war Fehlanzeige in unserem Alltag. Wie es schien, nahm alles seinen normalen Lauf. Die Kinder kamen in den Kindergarten und in die Schule. Ich konnte stundenweise wieder berufstätig sein.

Doch am Ende der Grundschulzeit unseres zweiten Kindes ging der Zirkus im wahrsten Sinne des Wortes los: Wir erkannten unser Kind nicht wieder. Nichts, was wir einmal über Erziehung gelernt hatten, funktionierte noch. Wir waren fix und fertig. Was hatten wir falsch gemacht? Wir fühlten uns hilflos. Wir suchten Unterstützung und begannen nach den Gründen und Ursachen für dieses unglaubliche Verhalten zu suchen. Unser Kind war überfordert, dadurch aggressiv und kaum auszuhalten. Immer wieder stießen wir auf die Folgen von Alkoholkonsum in der Schwangerschaft. Dieser Gedanke ließ uns nicht mehr los und so fuhren wir nach einem Jahr Wartezeit zur Vorstellung und Testung in eine Fachklinik und bekamen die Diagnose: FASD! Ich war so traurig, konnte es nicht wirklich glauben und musste es dennoch begreifen. Auch, dass unser drittes Kind betroffen ist. **Wie können wir unseren Kindern helfen? Welche Möglichkeiten gibt es für sie und unsere Familie? Wie erklären wir ihnen, was diese Diagnose für ihr Leben bedeutet?** Fragen über Fragen! Wir machten uns auf den Weg und fanden Antworten:

→ Was ist FASD (fetal alcohol spectrum disorders – Fetale Alkohol-Spektrumstörung)?

FASD ist eine Schädigung des ungeborenen Kindes durch Alkoholkonsum der Mutter während der Schwangerschaft mit vielfältigen, lebenslangen Beeinträchtigungen des Ungeborenen, ihrer Familien und ihrer Umgebung. Es muss nicht einmal eine Alkoholkrankheit vorliegen. Auch gelegentlich ein Glas Sekt oder Wein können bereits Schäden verursachen. Alkohol ist ein hochtoxisches Zellgift und stört besonders die Hirnentwicklung des ungeborenen Kindes. FASD ist der häufigste, nicht genetisch bedingte Grund für geistige und körperliche Behinderungen in Deutschland. Der Verein FASD Deutschland geht von 10.000 betroffenen Neugeborenen pro Jahr aus.

Der Schutz des Ungeborenen ist nur bei völliger Abstinenz der Mutter gewährleistet!

→ Wie erkennt man FASD?

FASD ist sehr facettenreich und aus diesem Grund auch oft sehr schwer zu diagnostizieren. Die Diagnose erfolgt nach der S3 Leitlinie. Nicht immer sind die äußeren Merkmale wie z. B. Kleinwuchs, Untergewicht, typische Gesichtsveränderungen etc. zu erkennen. Organfehlbildungen kommen ebenfalls vor. Daher spricht man auch von einer unsichtbaren Behinderung. Neben den äußeren Merkmalen gibt es nicht sichtbare Auffälligkeiten wie u. a. Hyperaktivität, Probleme mit dem Kurzzeitgedächtnis, Koordinationsschwierigkeiten von Auge und Hand, begrenzte Lernfähigkeit, geringe Aufmerksamkeitsfähigkeit, wenig bis kein Zeit- und Zahlenverständnis, Orientierungslosigkeit, Veränderungen z. B. im Tagesverlauf verwirren, geringe Frustrationsgrenzen, Impulsivität, stark eingeschränkte Alltagskompetenzen z. B. beim Einkaufen, den Haushalt organisieren.

→ Was brauchen Betroffene als Kinder, junge Erwachsene und Erwachsene?

Alle brauchen sie Eltern oder Menschen an ihrer Seite, die sehr verlässlich, belastbar, berechenbar und geduldig sind. Es ist aus meiner Sicht unbedingt notwendig, von der Behinderung zu wissen, damit die Erwartungen an die Entwicklung und Möglichkeiten der Kinder angepasst werden können und sie nicht überfordert werden. Ein erwachsener Betroffener beschrieb es einmal so: „Stellen sie sich einen Zug vor. Es gibt eine Lokomotive und einige Waggons. Wir brauchen, um im Leben klarzukommen, eine Lokomotive. So können wir uns entsprechend unseren Fähigkeiten am besten einbringen.“

→ FASD – das einzige wirksame Gegenmittel: Die Prävention!

Die Gefahren von Alkohol werden auch in Deutschland vielfach unterschätzt. Auch wenn wir es nicht gerne hören oder lesen, es ist ein hochaktuelles Thema. Heimlich still und leise schleicht er sich ein. Alkohol ist chic, gehört dazu. Wer nicht mittrinkt, wird schnell zum Außenseiter. Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, welche Rolle Alkohol in Ihrem Leben spielt? Ich wünsche mir mehr Aufklärung, Warnhinweise auf alkoholischen Getränken und für alle sollte selbstverständlich sein: Kein Alkohol in der Schwangerschaft!

Ich habe viel gelernt: über mich, meine Ehe, unsere Kinder, unsere Familie. Auch über FASD, die Schule und das Leben mit FASD. Unsere Kinder sind echte Lehrmeister, die mich täglich herausfordern und mich an meine Grenzen bringen wie es wohl kaum ein anderer je schaffen wird. Sie lehren mich das Leben, Dankbarkeit, Gelassenheit und Fröhlichkeit: Ich möchte sie auf keinen Fall missen und bin glücklich, dass sie bei uns sind und wir miteinander leben dürfen. Ich wünsche mir von Herzen, dass mich dieses Gefühl mein Leben lang begleitet und ich diese große Aufgabe bewältigen kann: Unsere Kinder ins Leben zu begleiten, mit allen Herausforderungen, die das Leben mit sich bringt. Dieser Bibelvers ist wie für mich geschrieben:

„Aber alle, die auf den Herrn vertrauen, bekommen immer wieder neue Kraft, es wachsen ihnen Flügel wie dem Adler. Sie gehen und werden nicht müde, sie laufen und brechen nicht zusammen.“

Jesaja 40, 31

In guten Beziehungen zu leben und ein freundlicher Umgang miteinander sind für mich die Basis. Gute Strukturen und Klarheit schenken unseren Kindern Sicherheit im Alltag und mir ein wenig Freiheit. Zuhause ist da, wo wir zur Ruhe kommen. Unsere Kinder sind freundliche, fröhliche und hilfsbereite junge Menschen, die nichts lieber sein möchten als ganz normale Kinder.

Die Verfasserin ist der Redaktion bekannt

Clan, Sippschaft, Bagage, Familienbände... Je nach Situation finden wir unterschiedliche Bezeichnungen für die kleinste und wichtigste menschliche Gemeinschaft. Der Gemeinschaft, in der neues Leben entsteht, die enger und intimer ist als jede andere, in der sich jeder geliebt und zu Hause fühlen möchte, in der es auch menschelt und kriselt, Höhen und Tiefen sich abwechseln – das pralle Leben.

Weil jeder ein Zuhause braucht – Aus gutem Grund haben wir diesen Slogan vor einigen Jahren über unsere Angebote geschrieben, weil er immer noch die Sehnsucht der Menschen auf den Punkt bringt. Für die weitaus meisten Menschen ist die Familie ein Sehnsuchtsort und diese Beziehungen rangieren mit Abstand vor allen anderen im Leben.

Doch wartet jede Sehnsucht auf Erfüllung

Wie unvergleichlich, wenn neues Leben entsteht und ein Paar zur Familie wird!

Da spürt man, wie besonders diese Beziehungen und die Familiengemeinschaft sind. Doch das Leben mit Kindern stellt alles Vorherige auf den Kopf. Sie purzeln in unsere bis dahin überschaubare Welt hinein, nehmen viel Raum ein, erwarten sehr selbstverständlich, dass sie nun die erste Rolle im Leben ihrer Eltern spielen und erfüllen nicht immer die Erwartungen, die man vorher an sie und das Zusammenleben mit ihnen hatte – das pralle Leben eben.

Familien gibt es seit Menschengedenken

Doch die Bedingungen, unter denen Familien leben, haben sich in den letzten Jahrzehnten krass verändert. Kinder wachsen nicht wie früher über viele Jahre in einem geschützten Rahmen mit überschaubaren Einflüssen auf, sondern mit einer Fülle von Informationen und Möglichkeiten. Zweifellos bedeutet das Vorteile und Erleichterungen, aber nicht nur. Eltern heute sind viel mehr herausgefordert, Kinder für ihr Leben fit zu machen, und ihnen einen guten Weg in die Zukunft zu ebnet. Das WIR-Gefühl und die Zugehörigkeit zu stärken in einer Zeit, in der individuelle Lebenskonzepte wie kaum jemals zuvor an Bedeutung gewinnen.

Bis die Kinder aus dem Haus sind

Was im Baby- und Kleinkindalter kaum vorstellbar ist, tritt viel früher ein als erwartet. Und die Zeit dazwischen - der ganz normale Familienzirkus - lebt dann in der Erinnerung. Dass wir alle – wenn es einmal so weit ist – auf eine schöne gemeinsame Zeit natürlich auch mit vielen

gelösten Konflikten und bewältigten Krisen zurückschauen, das ist seit der Gründung unserer Arbeit unser erklärtes Ziel.

In unseren Angeboten für Eltern möchten wir nicht den Lebensdruck erhöhen, sondern Sie unterstützen, das Familienboot sicher durch alle Wetter zu navigieren. Das haben wir als junge Familien gebraucht und geschätzt und **dem möchten wir mit unserem neuen Konzept für Familien näher kommen.**

Die Familienzeit ist begrenzt

Es lohnt sich, für ein paar Jahre den Fokus auf das Leben mit Kindern auszurichten. Das ist keine Einschränkung, sondern unschätzbare Bereicherung – denken Sie mit uns darüber nach. Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Leitungsteam,
Cornelia und Stephan Arnold,
Heidi und Eckhard Goseberg,
Christof Matthias
Christian Siegling
(leitung@team-f.de)



Eckhard und Heidi Goseberg, Cornelia und Stephan Arnold, Christof Matthias, Christian Siegling (v.l.n.r.)



In Ausnahmesituation brauchen Kinder gezielte Aufmerksamkeit und Zuwendung, da die Verarbeitung des Todes für sie eine besondere Herausforderung ist.



SONJA BROCKSIEPER

Verlust, Tod und Trauer

Wie gehen wir in der Familie damit um?

Irgendwie passen die Begriffe Verlust und Tod nicht zum Thema „Das pralle Leben“. Oder doch? So widersprüchlich diese auf den ersten Blick wirken, so sehr gehören sie bei näherem Hinsehen doch mehr oder weniger intensiv auch in das Alltagserleben von Kindern.

Jedes Kind macht im Verlaufe seines Lebens Erfahrungen mit Verlusten, z. B. der Verlust eines Kuscheltiers, der Abschied von Mama und Papa beim Kindergartenstart, das Ende einer Freundschaft oder der Tod eines Haustiers. Solche Erlebnisse lösen in der kindlichen Seele größere oder kleinere Trauerprozesse aus, vor denen Eltern keine Angst haben brauchen. Versuchen Eltern, ihre Kinder unter allen Umständen vor Schmerz, Trauer und Loslassen zu bewahren, schaden sie sogar ihrer psychischen Entwicklung. Werden Kinder aber auf eine angemessene Weise mit der Traurigkeit anderer konfrontiert und in ihrer eigenen Trauer ernst genommen, können Kinder lernen, ihre Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken. Kinder sollten wissen, dass es okay ist, in bestimmten Situationen zu weinen und traurig zu sein. Die Trauerbegleiterin Stephanie Witt-Loers betont: „Je früher sie die Möglichkeit bekommen, sich mit den kleinen Verlusten auseinanderzusetzen, umso eher kommen sie später mit den schweren Verlusten zurecht und zerbrechen nicht daran.“ Der Umgang mit den kleinen Verlusten des Alltags trägt also zu einer psychischen Widerstandsfähigkeit bei, von der Kinder ihr ganzes Leben profitieren werden.

Manche Kinder machen aber auch schon in jungen Jahren Erfahrungen mit schweren Verlusten, z. B. durch den Tod nahestehender Menschen – ein einschneidendes Erlebnis, das in der kindlichen Seele Spuren hinterlässt. In solchen Ausnahmesituation brauchen Kinder gezielte Aufmerksamkeit und Zuwendung, da die Verarbeitung des Todes für sie eine besondere Herausforderung ist.

Kinder trauern anders

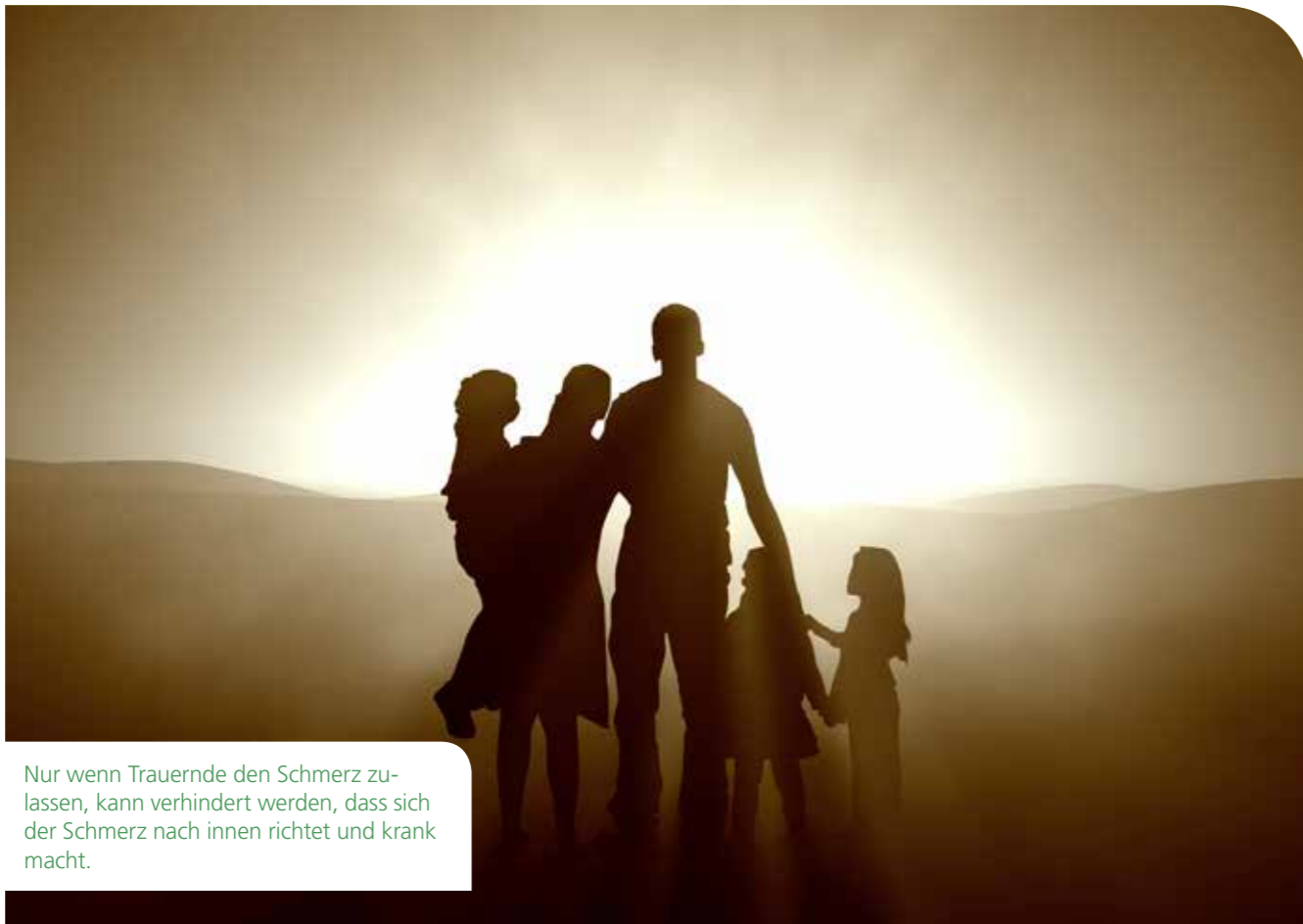
Da Kinder nicht über die kognitiven Fähigkeiten eines Erwachsenen verfügen, können sie die Gesamtsituation beim Tod eines Menschen noch nicht erfassen. Außerdem sind sie nicht in der Lage, ihre Emotionen in Worte zu fassen und sich den anderen mitzuteilen. Möglicherweise spricht das Kind deswegen nicht viel über den Verlust. So kann es nach außen so wirken, als ob das Kind überhaupt nicht trauert, was keineswegs der Fall ist. Kinder zeigen ihre Trauer eher durch ihr Verhalten als durch Worte, z. B. im Spiel oder durch das Malen von Bildern. ▶

Tipps bei einem Todesfall

- ehrliche und sachliche Informationen geben
- Gefühle zulassen
- Umfeld informieren
- Bücher als Gesprächshilfe
- Schuldgefühle nehmen
- bewusster Abschied
- positive Erinnerungen, über gemeinsame Erlebnisse reden
- Trauerbegleitung durch Vertrauensperson



Für Kinder ist es hilfreich, wenn sie an der Beerdigung teilnehmen, um sich verabschieden zu können.



Nur wenn Trauernde den Schmerz zulassen, kann verhindert werden, dass sich der Schmerz nach innen richtet und krank macht.

Eine typisches Trauermerkmal von Kindern sind starke Gefühlsschwankungen, die Erwachsenen manchmal verwirrend erscheinen. Von einem Moment zum anderen zeigen Kinder völlig unerwartet gegensätzliche Emotionen.

Während das Kind gerade noch herzerreißend geweint hat, kann es sich von jetzt auf gleich wieder fröhlich seinen Spielsachen zuwenden. Solch ein Reaktionsmuster ist ein normaler kindlicher Schutz, weil eine zu lange Trauerphase eine Überforderung für das Kind wäre. Manche Kinder machen auch Rückschritte in ihrer Entwicklung, sie sprechen z.B. auf einmal wieder in Babysprache, nassen ein oder wollen im Bett der Eltern schlafen – all das ist ein Ausdruck dafür, dass sie verstärkt Nähe und Unterstützung benötigen.

Kinder trauern nicht nur anders als Erwachsene, sie unterscheiden sich auch in ihrem Denken über den Tod.

Kinder haben zwar schon früh eine Vorstellung von belebten und unbelebten Dingen, können das aber noch nicht klar differenzieren. Auch ihr Kuscheltier ist für sie ein lebendiges Wesen.

Für Kinder unter fünf Jahren ist der Tod ein zeitlich begrenzter Zustand, der sich auch wieder ändern kann, vergleichbar mit dem Schlaf. Zwischen sechs und neun Jahren entwickeln Kinder ein Verständnis dafür, dass der Tod endgültig ist. Außerdem können sie sich mehr und mehr in die Situation einfühlen und mitempfinden. Das Bewusstsein, dass der Tod unausweichlich ist und letztlich auch sie persönlich einmal treffen wird, entsteht allerdings erst mit etwa zehn Jahren.

Werden Kinder auf eine angemessene Weise mit der Traurigkeit anderer konfrontiert und in ihrer eigenen Trauer ernst genommen, können Kinder lernen, ihre Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken.

Aus diesem Grund brauchen Kinder auch langfristig Raum für die Trauer. Gerade weil Kinder im Laufe ihrer kognitiven Entwicklung die Komplexität des Todes erst nach und nach ganz erfassen, können auch nach Jahren plötzlich traurige Phasen auftreten. Nicht selten trauern Jugendliche, die als Kind ein Elternteil verloren haben, in den Teenagerjahren nochmal ganz neu. Trauer kann also nachgeholt werden.

Konkrete Tipps bei einem Todesfall

Trauer ist sowohl für die Seele als auch den Körper schwere Arbeit. Und nur wenn Trauernde diesen Schmerz zulassen, kann verhindert werden, dass sich der Schmerz nach innen richtet und krank macht. Gesprächsbereite Vertrauenspersonen sind für das Kind in dieser Situation also unerlässlich.

- Kinder brauchen nicht mit beschönigenden Beschreibungen geschont werden. Formulierungen wie „Oma ist für immer eingeschlafen.“ nehmen Kinder wörtlich und können Verunsicherungen oder Irritationen zurücklassen. Möglicherweise löst das sogar die Angst aus, dass ihnen dasselbe wie Oma passiert, was zu Schlafstörungen führen kann. Deswegen ist es besser, wenn Sie Ihrem Kind **ehrliche und sachliche Informationen geben**.
- Trauer hat so viele Gesichter. Tränen, Wut, Zorn, Niedergeschlagenheit, Bauch- und Kopfschmerzen, Appetitlosigkeit – jede dieser Gefühlsäußerungen ist okay. Verhält sich Ihr Kind ablehnend oder gar aggressiv, sollten sie es nicht als persönlichen Angriff verstehen, sondern als Zeichen des inneren Schmerzes. Wenn Sie mit Ihrem Kind darüber reden und erklären, dass es ruhig auch mal wütend sein darf und dass all diese Gefühle vorkommen können, hilft das Ihrem Kind, das **Gefühlschaos einzuordnen**.

Das Vorlesen von Geschichten kann ein Türöffner zur Seele des Kindes sein.

- Wenn das **Umfeld über die Situation informiert** ist, ist das für alle Beteiligten eine Hilfe. Wissen Lehrer und Freunde des Kindes Bescheid, dann braucht sich Ihr Kind nicht immer wieder selbst erklären, was eine Menge Druck wegnimmt. Gegebenenfalls kann es auch sinnvoll sein, das Kind für eine gewisse Zeit vom Schulunterricht zu befreien.
- Für viele Kinder sind **Kinderbücher eine wertvolle Gesprächshilfe**. Gerade bei Kindern, die schwer über das Erlebte reden können, kann das Vorlesen von Geschichten ein Türöffner zur Seele des Kindes sein.
- Manche Kinder leiden darunter, dass es Spannungen zwischen ihnen und dem Toten gegeben hat. Nicht selten quälen sich Kinder mit der Frage, ob sie Schuld am Tod des anderen haben. Kinder brauchen die **Entlastung**, dass dies nicht der Fall ist.
- Ein **bewusster Abschied** hilft Kindern, den Tod zu verarbeiten. Sie können Ihr Kind fragen, ob es die tote Person noch einmal sehen und berühren möchte. Sie brauchen nicht die Befürchtung haben, dass dies Ihr Kind überfordern könnte. Wenn es der Wunsch des Kindes ist, ist das ein wertvoller Schritt für die Verarbeitung, weil der Tod sichtbar und greifbar wird. Gerne kann Ihr Kind einen Abschiedsbrief oder ähnliches mit in den Sarg geben. Genauso ist es für Kinder hilfreich, wenn sie an der Beerdigung teilnehmen, um sich verabschieden zu können. Wichtig ist, dass das Kind eine vertraute Person an der Seite hat, die ganz für das Kind da sein kann.

→ Schön sind die **positiven Erinnerungen**. Damit der Blick auf die guten Momente gelenkt wird, können Sie mit Ihrem Kind **über gemeinsame Erlebnisse reden**, persönliche Erinnerungsstücke aussuchen oder zusammen ein Fotoalbum gestalten. Hierbei ist es aber auch wichtig, das Tempo und die Grenzen des Kindes zu beachten.

→ Wenn Sie als Eltern selbst mitten im Trauerprozess stecken, fehlt Ihnen vielleicht die Kraft oder Kapazität, Ihr Kind in seiner Trauer wahrzunehmen und situativ angemessen zu reagieren. Es kann Sie entlasten, wenn Sie für sich selbst gute **Ansprechpartner** haben, bei denen Sie sich aussprechen und auch ausweinen können. Auch Ihre **eigenen Bedürfnisse sind wichtig**. Es kann außerdem eine Hilfe sein, wenn Sie in Ihrem Umfeld andere Vertrauenspersonen, z. B. Großeltern oder Freunde einbeziehen, die einen Teil der **Trauerbegleitung** übernehmen können.

Hoffnung auf die Ewigkeit

Als Christen können wir unseren Kindern in all dem Abschied die Perspektive des Wiedersehens geben. Auch wenn bei jüngeren Kindern die Vorstellungen von dem Leben nach dem Tod noch vage sind, ist die Zusage, dass der Verstorbene nun bei Gott an einem guten Ort ist, ein hilfreicher Trost. Sind die Kinder noch klein, sollte man allerdings mit der verkürzten Formulierung „Oma ist jetzt im Himmel“ vorsichtig sein. In ihrer konkreten Denkweise können Kinder diese Aussage weniger gut mit der Tatsache übereinbringen, dass ihre Oma ein Grab auf dem Friedhof hat. Hier sind dann zusätzliche Erklärungen und Vergleichsbilder erforderlich, die verdeutlichen, dass der Körper eine Hülle und die Seele nun bei Gott ist. Ein schönes Bild kann hierfür die Verwandlung der Raupe in den Schmetterling sein.

Dieser Trost, dass es der geliebten Person nun gut geht, ist von unschätzbarem Wert, sollte aber nicht den Schmerz über den Verlust verdrängen.

Die Hoffnung auf ein Wiedersehen macht nicht alles gut, aber sie kann helfen, die Person, die man verloren hat, loszulassen und sich wieder dem Leben zuzuwenden. Die Journalistin Karin Vorländer schreibt: „Der Himmel kann eigentlich nur dann eine Hilfe sein, wenn dabei nicht der ganz reale, und für die Angehörigen so schmerzhaft, Tod übersprungen wird.“ Und das gilt sowohl für Kinder als auch Erwachsene.

Ihre Sonja Brocksieper



UNTERSTÜTZEN SIE UNS

Ein Herz für Familien

Wenn ich an die vielen schönen, aber auch herausfordernden Erfahrungen in unserer Familie zurück denke, habe ich allen Grund dankbar zu sein. Dankbar für meine Frau und die Kinder. Dankbar für Gottes Führung. Und dankbar für TEAM.F. Denn ohne die vielen wertvollen Erkenntnisse und Erfahrungen, die wir über die Jahre mit dem Erziehungskonzept von TEAM.F in unserer eigenen Familie gesammelt haben, könnten wir heute nicht Eltern in unseren Seminaren ermutigen – und wir hätten vieles in der Erziehungsphase unserer eigenen Kinder schlichtweg nicht gewusst und umsetzen können. Wie dankbar sind wir um das wertvolle Wissen, das wir damals bei TEAM.F aufnehmen und in unsere Familie investieren konnten.

Als wir zu TEAM.F kamen war unser ältester Sohn schon 10 Jahre alt. Nie werde ich den Satz von Eberhard Mühlhan damals vergessen: „Es ist nie zu spät, neu anzufangen.“ Das hat uns sehr entlastet und ermutigt! Dank der vielen hilfreichen Impulse können wir uns nun über die guten Beziehungen zu und unter unseren Kindern freuen. Was für ein Geschenk! Es lohnt sich, in gute Familienbeziehungen zu investieren – das haben wir erlebt – auch wenn es nicht immer einfach ist und Eltern immer wieder an ihre Grenzen kommen.

In der heutigen Lebenswelt von Kindern mit ihren vielen Herausforderungen möchten wir Kinder stärken, Eltern gutes Handwerkszeug an die Hand geben und stabile Familienbeziehungen fördern.

Von Herzen sind wir dankbar für all unsere Spender, die dieses Anliegen mit uns teilen.

Wenn auch Ihnen Kinder und Familien am Herzen liegen, dann tragen Sie doch mit Ihrer Spende dazu bei, dass TEAM.F noch viele Jahre diesen Dienst tun kann – mit einem großen Herz für die Bedürfnisse heutiger Familien.

Bitte unterstützen Sie unseren Dienst durch Ihre Spende – gerne auch regelmäßig

Ihr Eckhard Goseberg
Geschäftsführer

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!



Folgende Projekte können Sie unterstützen:

- Unterstützung ehrenamtlicher Mitarbeiter in Seminaren.
- Seminarteilnahme für finanziell schwache Menschen und Familien.
- Weiterentwicklung unserer TEAM.F-Akademie, durch die viele gut ausgebildete Referenten, Berater und Seelsorger schon jetzt im ganzen Land tätig sind.
- Druck- und Versandkosten für unser Magazin mit Seminarangeboten und interessanten Artikeln.
- Verwaltungskosten.

Spendenkonto
KD Bank eG Dortmund
DE 66 3506 0190 2119 8950 17
GENODED1DKD

Verwendungszweck:
Herz für Familien



KARSTEN SEWING

Medien, Smartphones & Co

Ein Einblick in unseren Familienalltag zum Schmunzeln

Im beruflichen Kontext bin ich ein kompetenter Berater, Coach, Supervisor und ich begleite Menschen in ihren Lebensfragen und Lebenskrisen. Was meinen Alltag mit meiner Familie angeht, fühle ich mich manchmal dagegen wie ein Steinzeitreptil, ein Saurier aus längst vergangenen Zeiten – nichts mit Kompetenz! Die Stichwörter unserer Familie für regelmäßig vorprogrammiertes Chaos sind „Smartphone, I-Phone, PS4, PC.“

Mit tollen pädagogischen Konzepten sind wir vor 10 Jahren in der medialen Welt voll aufgeprallt: So muss es laufen und wird es laufen, denn die Kinder werden es ja verstehen und alles folgsam einsehen. Heute laufe ich manchmal zumindest gefühlt „hilflos und ohnmächtig“ durch unsere Wohnung und wir erleben, wie fröhlich und einsichtig unsere Kinder sich an Mediennutzungszeiten halten und sehr gewissenhaft mit den technischen Geräten umgehen. Nichts dergleichen – ich als Saurier verstehe oft noch nicht mal, wie manches technische Gerät funktioniert.

Ein paar Stilblüten aus unserem reichhaltigen Repertoire gefällig?

- Ein häufiger Satz bei uns lautet: „Wie lange bist du da schon dran? Kannst du nicht jetzt mal auch ein Buch lesen?“
- Die Youbehind-App: Sie zeichnet auf, wie lange die Nutzungszeiten der Geräte waren. Jahrelang haben wir ein „Katz und Maus“-Spiel ausgetragen. Im Rückblick kann ich nur sagen: Wirklich ätzend! Dieses „Spiel“ geht auf das Beziehungskonto zwischen uns Eltern und den Kids.

→ „Wir wollen, dass du Medienkompetenz erlernst, dich selbst regulieren kannst.“ Ein hehres Ziel, aber verbunden mit einem Minenfeld von Rückschlägen: Nächtliche Zeiten, wo unser (Eltern-)Laptop im Bett einer unserer Kinder wiederzufinden ist. Ich als Vater, der nächtlich wie ein Zombie durch die Wohnung streift, weil es aus dem Türspalt des Kinderzimmers bläulich hervorschimmert: „Ja, ich bin gleich fertig, ich muss nur noch eine Whats-App schreiben!“ Gleich fertig klappt selten ...

→ Sperrzeiten werden verhängt und die Kinder durchlaufen die Krise einer medialen Unterforderung – will heißen: Zuerst gähnende Langeweile! Dann: Was mache ich jetzt? Schließlich wird Monopoly bemüht, aha – es geht ja doch noch! In der Hoffnung, dass unsere Kinder es genau so sehen, folgt prompt der Kommentar von uns Eltern: ▶

„Siehst du, das sind die besten Zeiten, oder?“



Ein häufiger Satz bei uns lautet: „Wie lange bist du da jetzt schon dran? Kannst du nicht mal auch ein Buch lesen?“

- Filmreif sind die Szenen, in denen ein elektronisches High-End-Gerät entweder aus der Tasche ins Klo fällt oder das Display reißt oder ... Da ist es durchaus sehenswert wie unsere Kinder mutieren können. Die Reaktionen reichen von „völlig panisch“ (vor allem, wenn sie das Gerät verlegt haben) bis zu stundenlangen Surfkursen (nein, nicht auf dem Wasser – im PC), welches nun das neue Ersatzgerät sein soll.
- Meinem männlichen Nachwuchs beim Spielen von Fortnite oder Star Wars zu beobachten, ist geradezu ohrbetäubend und für mich als Zuschauer in mehrfacher Hinsicht faszinierend: Die Geschwindigkeit, mit der die Tasten am Controller gedrückt werden, führt bei mir schon beim Zusehen zu einem Blutdruck von 200/120. Ferner das Geschrei über Headset mit den Freunden: Überall connected und Emotionen, die im Bereich „Schule“ (oh gefährliches Thema :-)) eher weniger zu finden sind.
- Meine Tochter hatte weniger das Spielen für sich entdeckt. Ich betitele ihren Mediengebrauch als die „kommunikationsfreudige Beziehungsarmut.“ :-)) Es beeindruckt mich immer wieder, wie ausdauernd doch Kommunikationsstränge bei WhatsApp und Co. sein können, wenn es um profane Nachfragen oder Terminabsprachen geht. Eine halbe Ewigkeit wird „hin- und hergetickert“ („tickern“ ist übrigens auch so ein Wort, was laut meiner Kinder nur ich als Saurier benutze ...). Auf die Nachfrage, warum sie nicht kurz beim Anderen anrufen und es mal eben klären, folgt eher ein mitleidiger Blick: Ach armer Papa, Telefon ... das war doch die Zeit des Kalten Krieges!

Es gibt noch viele Anekdoten

vom dauernden Serien gucken, Flammen sammeln (versierte Leser wissen Bescheid) und mehr. Aber manchmal bin ich als Saurier doch nicht ausgestorben. Für mich bedeutet das, mit meinen Kindern im Gespräch zu sein, nicht nur zu schimpfen, sondern mich für sie und ihre Lebenswelten zu interessieren und ihnen auch mal eine WhatsApp zu schicken mit den Worten:

„Ich denke an dich und hab dich lieb!“

Dieser Bericht mag vielleicht etwas hilflos klingen. Dazu seien zwei Dinge angemerkt:

1. Fühlen wir uns als Eltern tatsächlich manchmal wirklich so und wir machen die Erfahrung, dass es anderen ebenso geht. Aber:
2. bedeutet es nicht, dass wir „die Flinte ins Korn“ geworfen haben. Keineswegs, sondern wir sind mit unseren Kindern dauerhaft darüber im Gespräch und haben eine wirklich gute Beziehung zu ihnen. Aber seien wir mal ehrlich: Tun wir doch als Eltern nicht so, als hätten wir alles immer im Griff. :-))

Ihr Karsten Sewing

Karsten Sewing

48 Jahre, verheiratet mit Katrin, 2 Kinder aus Bünde/Westfalen
Begeisterter Team.F Mitarbeiter und Leiter von LIVE e.V.
www.live-gemeinschaft.de



HEIDI GOSEBERG

Das ist unsere Familie!

Familienregeln für einen guten Lebensstil

Familienregeln – ein leidiges Thema, nicht wahr? Oft als Vorwurf ausgesprochen finden sie kaum Gehör und noch seltener Einsichten und Einlenken. Gefühlt jedenfalls.

Ein kleiner Trost schon mal vorweg: Auch wenn die Belehrung in der Familie scheinbar nicht fruchtet, integrieren doch die meisten Kids genau das, was sie zu Hause gelernt haben, in ihr Erwachsenenleben. Aber wer möchte schon so lange warten?

Kinder zu guten Werten und angemessenem Verhalten zu erziehen ist jedoch anstrengend und mühsam. Man redet und redet sich den Mund fusselig und wenn man glaubt, dass ein Verhalten sich gesetzt hat – Irrtum! Wenn man nicht dran bleibt, schleicht sich gerne auch der alte Schlendrian wieder ein.

Wenn Sie gefragt würden, könnten Sie Ihre wichtigsten Familienregeln spontan formulieren? Und was würden Ihre Kinder sagen, wenn sie danach gefragt würden? So klar werden Erwartungen oft gar nicht ausgesprochen, dass jeder weiß: So funktioniert das Leben und unser Zusammenleben. Und wenn die Regeln ausgesprochen sind, wie werden sie eingeführt und im Alltag in entsprechenden Situationen ausgesprochen?

Kinder zu guten Werten und angemessenem Verhalten zu erziehen ist anstrengend und mühsam.

Eher situativ, würde ich – auch aus eigener Erfahrung – sagen. Überlegen Sie mal einen kurzen Moment, wie Sie im Alltag die Erwartungen aussprechen. „Räum’ deine Sachen ordentlich weg! Mach’ den Mund zu beim Kauen! Rede anständig mit mir! Erst machst du die Hausaufgaben, dann kannst du fernsehen!...“ Eher mit Aufforderungscharakter, als Vorwurf, Ermahnung, Zurechtweisung, Korrektur... ständig arbeitet man gegen etwas. Das wirkt wie eine Bremse, es geht auf Kosten der Atmosphäre, wenn es sich mehrfach am Tag so abspielt. Und sind das gute Voraussetzungen zum Lernen? Eher nicht.



Gute Regeln für einen guten Lebensstil

So bekommt das ganze Projekt schon mal andere Vorzeichen. Anstatt auszubremsen wollen wir Kinder motivieren und mitnehmen und dazu müssen wir sie gewinnen. Das geht nicht mit Maßregeln, sondern mit guten Gesprächen und nachvollziehbaren Begründungen. Fragen Sie doch mal in lockerer Runde z. B. nach einem schönen Familienessen. ▶

Anstatt auszubremsen wollen wir Kinder motivieren und mitnehmen und dazu müssen wir sie gewinnen.

Überall connected sein und Emotionen, die im Bereich „Schule“ eher weniger zu finden sind.



So macht es Spaß, miteinander das Zusammenleben zu üben!

„Was für eine Familie möchten wir sein?“

Ganz bestimmt kommen Vorschläge wie: Eine Familie in der viel gelacht und gespielt wird. In der sich alle gut verstehen. Hm, nicht so das, was uns vorschwebt wie z. B. anstandslos aufräumen, gute Tischmanieren oder Mitarbeit, aber alles wichtig. Sogar ziemlich wichtig. Denn eine Familie, in der man sich gut versteht, in der viel gelacht wird und man schöne gemeinsame Zeit verbringt, hat super Voraussetzungen, auch über die nicht so beliebten Themen ins Gespräch zu kommen.

Lernen braucht Zeit und Übung

Und **am besten beginnt man mit einem entspannten Thema**, z. B.: In dieser Familie haben wir uns alle lieb! Planen Sie ein Familiengespräch dazu: Was das bedeutet, wenn wir uns lieb haben, woran man das merkt, was man dann nicht macht, was den Unterschied zu anderen Gemeinschaften ausmacht... Damit hat man ein Thema, auf dem in den nächsten Wochen der Fokus liegt.

Erfahrungsgemäß tragen Kinder gerne zu solchen Gesprächen bei und liefern auch gute Ideen. Nehmen Sie sich ein paar Wochen Zeit zum Üben und werten Sie in lockerer Runde wöchentlich aus: Was war in dieser Woche gut, was war nicht so gut? Was nicht so gut gelaufen ist, darüber wird nicht gestritten, daraus können wir lernen. **Gute Vorschläge runden Gespräche ab**: Wie wollen wir weitermachen? Und dann schauen Sie mal, was sich in ein paar Wochen in der Familie, in der Atmosphäre und in den Beziehungen untereinander verändert.

Danach kann man ein **ernsteres Thema** aufgreifen: Wir helfen einander. Dazu gehört auch, dass wir alle Verantwortung für den Haushalt übernehmen. Wir gehen nach dem gleichen Muster vor und beziehen die Kinder immer mit ein: Wie ist eine Familie, in der sich alle unterstützen? Kinder können gut einen Plan dazu erarbeiten, nehmen Sie sich ruhig etwas zurück. Gewöhnlich sammeln Eltern damit Pluspunkte. Nach ein paar Wochen guter Bemühungen kann man sich dann auch – je nach Interesse – gemeinsam einen Ausgehabend oder einen Besuch im Freizeitbad oder sonst etwas Schönes gönnen, wenn alle gut mitgespielt haben – natürlich auch die Eltern. Die sind im Plan immer mit drin und gehen mit gutem Beispiel voran.

Zum Entspannen folgt dann wieder ein **schönes oder ein leichtes Thema**. Wie wäre es mit: In dieser Familie lachen wir gerne und viel? Ehrlich gesagt würde mich interessieren, welche Aktionen Ihnen und Ihren Kids dazu einfallen! Ich schlage ein abendliches Auskitzeln vor dem Insbett-geh-Ritual vor. Schreiben Sie mir doch bitte Ihre kreativen Einfälle und Ihre Erfahrungen dazu. Ich kann mir gut vorstellen, dass wir gute Ideen auf unserer Webseite veröffentlichen.

Weiter geht es mit einem guten **Konfliktlösungsmodell**: Wir verzeihen gerne und bitten um Verzeihung! Es ist nicht selbstverständlich, dass dies in einer Familie ausdrücklich geübt wird, aber es tut so gut, wenn man nach Streit und Konflikten Wege zueinander findet und den Faden wieder aufnehmen kann.

Danach gibt es Grund zum Feiern. Wir feiern gerne und viel und alles, was sich anbietet.

Das ist weit mehr, als Kindern gutes Benehmen und Verhalten beizubringen. So üben wir miteinander einen guten Lebensstil, der Gott ehrt.

Und das alles trägt auch mit dazu bei, dass eine Familie zu einer einzigartigen, unvergleichlichen Gemeinschaft wird.

Kinder bekommen so das gute Gefühl: Unsere Familie ist besonders und ich gehöre dazu!

Glauben Sie mir, so wird es leichter, miteinander das Zusammenleben zu üben!

Ihre Heidi Goseberg

Mit allem kommen auch unsere Werte ins Spiel, die uns wichtig sind – was sind Ihre wichtigsten Werte?

- Wir sagen uns immer die Wahrheit.
- Wir gebrauchen gute Worte.
- Wir behandeln uns mit Achtung und Respekt – immer...
- u. a.

Dirk & Christa Lülting
Ein neues Herz will ich euch geben
Gottes Verheißung und unser Beitrag – Grundlagen der Inneren Heilung
Paperback, 240 Seiten
14,95 €

Dieses Buch soll ein Buch der Hoffnung sein für alle Menschen, die innere Probleme oder Beziehungsnot haben und sich nach einem entspannten Leben als Kinder Gottes sehnen. Zudem richtet sich der neue Titel der Eheleute Lülting an Leser ihres Bestsellers „Lastenträger“. Viele Hochsensible Lastenträger sind aufgrund ihrer Lebensgeschichte in ihrer Seele verletzt und haben Sehnsucht nach innerer Heilung. Dieses Buch kann hier eine hilfreiche Fortsetzung sein.

Dirk und Christa Lülting sind Mitgründer von TEAM.F – Neues Leben für Familien e.V. und arbeiteten im Leitungsteam von 1987 bis 2009. Sie sind von Beruf Lehrer und leben in Lüdenscheld. Sie arbeiten jetzt als Referenten und Familienberater bei TEAM.F und sind dort u. a. für die Schule zur Gebetsseelsorge verantwortlich.

Dirk & Christa Lülting
Lastenträger, die verkannte Gabe
Hochsensible Menschen als emotionale Lastenträger
Paperback, 140 Seiten
11,80 €

Es ist ein relativ neu entdecktes Phänomen: Etwa ein Fünftel aller Menschen empfindet wesentlich sensibler als andere – eine ganz besondere Begabung.
Wie können Lastenträger Heilung empfangen von den Verletzungen aus Ablehnung, Unverständnis und Selbstzweifeln, frei werden vom Joch unbewusst übernommener, fremder Lasten und wie lernen sie, mit ihrer Gabe im Alltag umzugehen?
Neu! Das Buch ist als Vorabdruck auch auf Englisch verfügbar!

Zu beziehen bei TEAM.F unter www.team-f.de



TEAM.F – FANSHOP

Beziehungen aktiv gestalten

In unserem Shop bieten wir Ihnen verschiedene Produkte rund um das Thema Zweisamkeit.



Paarhandschuh
Frostfreies Händchenhalten mit dem Paarhandschuh
erhältlich in grau und dunkelblau
Artikelnr.: 2202 (grau)
Artikelnr.: 2201 (blau)
Preis pro Set: € 15,95 (Einheitsgröße).



TEAM.F Kartenspiel
Persönlichkeitseigenschaften
Einsatzgebiet: Familie, Beratung, Coaching, beruflicher Kontext
Inhalt: 4x10 Karten, Spielanleitungen, Klarsichtbox
Artikelnr.: 1409
Preis: € 9,90



Entdecken Sie weitere Postkarten online.

TEAM.F Postkarten
Für einen kleinen Gruß im Beziehungsaltag
Postkarte „Familienregeln“
Artikelnr. 1219
Postkarte „Einzigartig“
Artikelnr. 2512
Preis: 0,50 €



TEAM.F Liebesspiel – Grundpackung
Das kleinste und preiswerteste Eheseminar der Welt
Fragenset 1 plus Streichholzschachtel
Artikelnr.: 2101
Preis: € 3,00
Weitere Ergänzungsbögen erhältlich ab € 1,00



TEAM.F Gutschein
Machen Sie Ihren Freunden oder Verwandten eine Freude – verschenken Sie ein TEAM.F-Angebot nach persönlicher Wahl.

Besondere Geschenke für besondere Anlässe!

Zu beziehen über:
www.team-f.de



Alle Produkte zu bestellen über:
TEAM.F · Neues Leben für Familien e.V. · Honseler Bruch 30 · 58511 Lüdenschied
Fon 02351 985948-0 · info@team-f.de · www.team-f.de

→ **TEAM.F-Buchedition**



Ergänzend zu unseren Seminaren haben wir für Sie eine Auswahl lesenswerter Bücher zusammengestellt. Mit diesen können Sie Themen und Aspekte der Seminare zu Hause weiter vertiefen und erhalten weitere wichtige Impulse und Hilfestellungen für Ihren Familien- und Beziehungsaltag.

Zu beziehen über:
TEAM.F Lüdenschied
Fon 02351.985948-0,
Fax 02351.985948-10
info@team-f.de

Oder einfach im Shop bestellen unter:
www.team-f.de



VORSCHAU: NÄCHSTE AUSGABE

Unser Seminarprogramm 2020

Freuen Sie sich mit uns auf bewährte und viele neue Angebote, die Sie persönlich und Ihre Beziehungen bereichern.

Neu ab September 2019

Viele interessante Angebote rund um die Themen:

- Singles,
- Paare,
- Eltern,
- ...



Bestellen & weiterempfehlen

Kennen Sie jemanden, der jemanden kennt, der jemanden kennt und sich für das TEAM.F-Beziehungsmagazin und Beziehungsprogramm interessiert? Oder haben Sie eine Ausgabe verpasst?



Empfehlen Sie unser Magazin weiter oder fordern Sie kostenlose Exemplare an!
www.team-f.de · Fon 02351 985948-0



TEAM.F – ECKE

Was bedeutet das „F“?

Haben Sie sich das auch schon mal gefragt? Einige wissen das sicherlich: Familie. Aber unser „F“ hat noch wesentlich mehr Facetten:

→ **F steht für Freisetzen.** Ihre Angebote helfen, fördern und fordern Menschen in ihren Beziehungen heraus. Sie ermöglichen ein Umdenken. Sie setzen damit Menschen frei, ihre Kraft nicht nur in die (schwierige) Beziehung zu investieren, sondern das ausleben zu können, was Gott jedem anvertraut hat. Menschen können nur in ihre Bestimmung finden aufgrund gesunder Ehen und Familien. Defizite darin blockieren nicht selten ein ganzes Leben lang. Darüber hinaus setzen sie Menschen frei, an ihrer gesunden Beziehung täglich zu arbeiten. Danke für Ihre wertvolle Arbeit!

Hilmar Schultze, Pastor FeG Worms

Was fällt Ihnen zu dem Buchstaben „F“ ein? Schreiben Sie uns Ihre Gedanken dazu!

Siegbert Lehmpfuhl: bb@team-f.de



Starke Familien – zuversichtliche Kinder.



TEAM.F-AKADEMIE – KOMPETENT IN BEZIEHUNGEN



Weil das Aufwachsen in liebevollen
und stabilen Beziehungen wichtig
für eine gesunde Entwicklung ist.

Studiengang Familie und Erziehung

Ihnen ist das gesunde Aufwachsen von Kindern und gute Familienbeziehungen wichtig? Sie leben oder arbeiten mit Kindern? Sie lesen und lernen gerne und möchten Ihren Horizont erweitern?

- Dann schulen Sie Ihre eigene Erziehungskompetenz und erlangen größere Handlungssicherheit im Umgang mit Kindern und in der Familie.
- Wir als TEAM.F-Akademie bilden Sie aus, damit Sie solide Grundlagen und klare Handlungsstrategien für Ihre persönlichen Beziehungen erlangen und Eltern in Erziehungsfragen in Übereinstimmung mit einem christlichen Menschenbild unterstützen können.

Entdecken Sie unsere Themenhefte

- Paar- und Ehebeziehung
- Eltern und Kinder
- Persönlichkeit und Seelsorge
- Perspektiven für Singles
- Akademie und Fortbildung

Jetzt online bestellen: www.team-f.de



Gerne senden wir Ihnen den TEAM.F Studienführer:

TEAM.F-Akademie · Neues Leben für Familien e. V.

Honseler Bruch 30 · 58511 Lüdenscheid

Fon 023 51.98 59 48-25 · Fax 023 51.98 59 48-10

info@team-f-akademie.de · www.team-f-academy/paarbeziehung

