

„SHIFT mit Kids“

Angehörigenmodul mit Kindern



SHIFT+

Elterntaining

Ergänzungsmaterial zum SHIFT / SHIFT PLUS Elterntaining:

Ein Gruppentraining für drogenabhängige Mütter und Väter mit Kindern bis 8 Jahren zur Förderung der Elternkompetenz und Familienresilienz

Autoren:

Michael Klein
Diana Moesgen
Janina Dyba

Deutsches Institut für Sucht- und Präventionsforschung
Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen

SHIFT PLUS: Angehörigenmodul I. „SHIFT mit Kids“

Ziele

- Gegenseitiges Kennenlernen der Kinder und weiterer Familienmitglieder
- (Erster) Kontakt der Kinder und Angehörigen zum Hilfesystem
- Förderung wertschätzenden Austauschs innerhalb der Familie
- Erarbeitung eines gemeinsamen Familienziels
- Reflexion innerhalb der Familien zum gemeinsamen Zielerreichen

Ablauf

1. Begrüßung der Teilnehmer
2. Vorstellungsrunde und Kennenlernspiel
3. Familienübung „Gute Wünsche“
4. Familienübung „Unser Familienziel“
5. Abschluss und Verabschiedung

Arbeitsmaterialien

- Ein Luftballon
- Arbeitsblatt „Gute Wünsche“
- Stifte und bunte Stifte
- Klebstoff oder Tesafilm
- Schere(n)
- Leere Blätter Papier (DIN A4)
- Ein Zeichenblock (DIN A2)
- 2 Meter lange Schnur
- Flipchart

Praktische Durchführung

(1.) Begrüßung der Teilnehmer und Kennenlern-Spiel

Zeitvorgabe: 10 Minuten

Material: Luftballon

Das Modul beginnt mit der herzlichen Begrüßung der Teilnehmer und ihrer Kinder. Die Trainer drücken ihre Freude darüber aus, dass die Kinder mitgekommen sind und sie die Kinder kennenlernen dürfen. Nach einer fachlichen und ggf. auch persönlichen Vorstellung der Trainer, wird ein kurzer Überblick über das Modul gegeben. Insbesondere den anwesenden Kindern soll in kindgerechter Sprache kurz dargelegt werden, worum es in der heutigen Sitzung gehen soll.

Folgender Begrüßungstext kann der Orientierung dienen oder gegebenenfalls vorgelesen werden.

Hallo, mein Name ist _____ und ich arbeite hier in der Einrichtung _____. Manche von Euch kennen mich vielleicht schon. Ich möchte Euch heute ganz herzlich begrüßen und freue mich, dass Ihr gemeinsam mit Euren Eltern zu dieser Gruppenstunde „SHIFT mit Kids“ gekommen seid. Eure Eltern waren ja bereits schon einige Male hier und haben Euch vielleicht schon ein wenig erzählt.

Ich möchte Euch kurz erklären, was wir heute zusammen machen werden. Zu Anfang möchten wir uns einmal kurz kennenlernen, dafür beginnen wir gleich mit einem kleinen Vorstellungsspiel. Danach werdet Ihr gemeinsam mit Euren Eltern ein paar Aufgaben und Spiele machen, bei denen auch gebastelt und gemalt wird. Dabei werdet Ihr Euch z.B. etwas Nettes sagen und etwas wünschen. Zum Schluss malen wir auch noch ein Bild für Eure Familie – was genau darauf sein wird, erfahrt Ihr von mir, wenn es soweit ist. Wenn Ihr bei etwas nicht mitmachen möchtet, sagt einfach Bescheid. Ihr könnt dann natürlich auch nur zuschauen. Wir wollen heute vor allem gemeinsam etwas Schönes erleben. Ich freue mich schon auf die Stunde mit Euch allen!

Da wahrscheinlich viele neue Gesichter in diesem Modul anwesend sein werden, stellen sich alle Familien (teilnehmende Eltern, Kinder und ggf. weitere Angehörige) kurz vor. Ein aufgeblasener Luftballon wird in der Vorstellungsrunde genutzt. Er zeigt an, wer sich aktuell vorstellt. Die Trainer beginnen mit dem Ballon in der Hand mit ihrer Vorstellung und einer kurzen Erklärung, dass jeder kurz Folgendes von sich erzählt:

- (Vor-) Name
- Alter

- Lieblingshobby

Nach jeder Vorstellung wird der Ballon weitergespielt, an einen Teilnehmer, der noch nicht dran war. Der Trainer beginnt und gibt den Ballon an eine/n anderen Teilnehmer weiter. Die Runde ist beendet, wenn sich alle vorgestellt haben.

Infobox: Alternativ zum Ballon kann ein Wollknäuel genutzt werden, wobei jeder Teilnehmer dann während der Runde seinen Teil der Schnur festhält. So kann sich optisch von Beginn an „vernetzt“ werden. Sollten Kinder zu schüchtern oder zu jung sein, um vor den anderen zu sprechen, können die Eltern kurz die Vorstellung vornehmen.

(2.) „Gute Wünsche für dich“

Zeitvorgabe: 30 Minuten

Material: leere Papierblätter, Schere, Stifte, Klebstoff oder Tesafilm, Arbeitsblatt „Gute Wünsche“ für jedes Familienmitglied

Ziel der Übung „Gute Wünsche“ ist der Austausch anerkennender und wertschätzender Botschaften („Komplimente“) und Wünsche der Familienmitglieder untereinander. Die Bearbeitung der Übung erfolgt jeweils innerhalb der Familien.

Hierzu bekommt *jedes anwesende Familienmitglied* das Arbeitsblatt „Gute Wünsche“ ausgehändigt, auf welchem ein guter Wunsch sowie ein Kompliment für die anderen Familienmitglieder eingetragen werden. Sollten mehr als vier Familienmitglieder anwesend sein, erhält jeder Anwesende das Arbeitsblatt doppelt.

Die Trainer achten darauf, dass es sich (wenn möglich) nicht um materielle Wünsche handelt. In dieser Übung kann auch auf das Thema Substanzkonsum bzw. Abstinenz eingegangen werden. Genesungswünsche für den suchtkranken Elternteil sind hier durch die Kinder vorstellbar, ebenso wie ermutigende Botschaften für die Kinder (vgl. Modul 6).

Die Wünsche werden anschließend ausgeschnitten, für jedes Familienmitglied gesammelt und auf ein DIN A4-Blatt in einer Art Collage geklebt, was vorher mit dem Vornamen oder Kosenamen (z.B. „Für Mama, „Für Papi“ o.ä.) der betreffenden Person beschriftet werden kann. Das beklebte DIN A4-Blatt kann anschließend jedes Familienmitglied behalten.

Kleiner Kinder, die noch nicht schreiben können, können die Wünsche mit Hilfe ihrer Eltern eintragen oder einen positiven Wunsch malen. Sollten Eltern ohne weitere Angehörige erscheinen oder wichtige Familienmitglieder fehlen, können sie die Wünsche trotzdem an die nicht anwesenden Familienmitglieder richten und Ihnen zu einem späteren Zeitpunkt zu Hause übergeben. Bei Bedarf kann zum Abschluss eine kurze Resonanz der Teilnehmenden in der Gruppe eingeholt werden.

(3.) „Familienziele - Gemeinsam sind wir stark“

Zeitvorgabe: 35 Minuten

Material: 2m Schnur oder Band, Zeichenblock, bunte Stifte, Klebstoff oder Tesafilm

In der Übung „Familienziele“ arbeiten die Familienmitglieder erneut zusammen und überlegen sich ein gemeinsames Familienziel, in dessen Richtung ein Schritt getan werden soll. Folgende Leitfragen werden von den Trainern dafür zur Orientierung auf einer Flipchart vorgegeben.

- Welches gemeinsame Ziel haben wir?
- Was wollen wir in unserer Familie gemeinsam verändern?
- Was kann jeder einzelne von uns zum Erreichen dieses Ziels beitragen?

Die Trainer können in diesem Kontext einige Beispiele vorgeben, wenn die Teilnehmer Schwierigkeiten haben, eigene Ideen zu generieren. Exemplarisch können Ziele wie „Wir wollen mehr Zeit miteinander verbringen“, „Wir wollen weniger streiten“, „Wir wollen freundlicher miteinander sprechen“ genannt werden. Bedeutsam ist, dass ein gemeinsames Ziel genannt wird und nicht nur ein Familienmitglied im Fokus steht.

Die Familien setzen sich erneut mit allen Familienmitgliedern zusammen und haben etwa 15 Minuten Zeit, um das gemeinsame Ziel zu besprechen und festzuhalten. Dabei überlegt sich jedes Familienmitglied außerdem, was er oder sie beitragen kann, damit das Ziel erreicht werden kann.

Auf einem leeren großen Blatt (DIN A2), wird das Ziel dann gemeinsam oder von anwesenden Kindern gemalt bzw. bildlich dargestellt. Dabei muss die Zeichnung nicht konkret sein, sondern kann auch abstrakt etwas Schönes darstellen, wie z.B. eine Sonne, ein Herz oder ein Tier.

Wenn alle Familien ihr Ziel erarbeitet haben, wird in einem symbolischen Akt der Weg zum Ziel gemeinsam gestartet. Die Trainer legen in der Mitte des Raums eine etwa 2 Meter lange Schnur oder

Band aus. Dies soll die Wegstrecke symbolisieren, die es bis zum Zielerreichen zurückzulegen gilt. An einem Ende der Schnur wird das gemalte Ziel platziert. Nach einander stellt jede Familie kurz ihr Ziel vor, legt es an das Ende der Schnur und die Familienmitglieder platzieren sich so entlang der „Strecke“ wie weit sie selbst glauben vom Erreichen des Ziels entfernt zu sein (z.B. noch am Anfang, auf halber Strecke oder schon fast am Ziel). Jedes Familienmitglied sagt kurz was er/sie sich vornimmt, um zum Erreichen beizutragen. Anschließend nehmen sich die Mitglieder bei der Hand und gehen einen gemeinsamen Schritt in Richtung des Ziels.

Die Zuschauer sind zum Abschluss eingeladen, eine ermutigende oder wertschätzende Rückmeldung an die Familie zu geben oder gar zu applaudieren, um die Familie weiter zu ermutigen.

Das gemalte Bild kann anschließend mit nach Hause genommen werden und dort als Erinnerung aufgehängt werden.

Infobox: Je konkreter die Ziele sind, desto wahrscheinlicher kann ein Ziel erreicht werden. Positive gemeinsame Erfahrungen sollen in dieser Übung im Vordergrund stehen. Es kann für die Teilnehmenden hilfreich sein, Unterstützung durch die Trainer beim Konkretisieren der Ziele zu erhalten. So kann es beispielsweise hilfreich sein, wenn ein Ziel wie „Wir wollen uns weniger streiten“ eingegrenzt wird im Sinne der Zeit „Wir wollen uns in der kommenden Woche (oder im kommenden Monat) weniger Streiten“ oder im Sinne des Inhalts „Wir wollen uns weniger über das Aufräumen streiten“.

(4.) Abschluss und Verabschiedung

Zeitvorgabe: 15 Minuten

Material: Ballon, Flipchart

In einer gemeinsamen Rückmelde- und Befindlichkeitsrunde werden die Teilnehmenden eingeladen kurz ihre Erlebnisse beim heutigen Treffen mitzuteilen. Hier kann der Reihe nach bei Bedarf wieder der Ballon aus Übung 1 zum Einsatz kommen. Folgende Leitfragen können in der Runde hilfreich sein:

- Wie geht es mir jetzt?
- Was hat mir heute besonders gut gefallen?

Optional können zur Unterstützung der Kinder drei Smileys (ein fröhlicher, ein gleichgültiger und ein unglücklicher) zur Auswahl gegeben werden, anhand derer sie ihre Stimmung einschätzen. Diese können auf ein Flipchartpapier von den Trainern oder anwesenden Kindern / Eltern vor Beginn der Befindlichkeitsrunde gezeichnet werden.

Die Trainer geben im Anschluss kurze Rückmeldungen zum Gruppenprozess, zur Arbeitsatmosphäre und zum eigenen Erleben. Positive Aspekte sollen hierbei vorrangig genannt werden. Die Trainer bedanken sich vor allem bei den Kindern und verabschieden sich von den Teilnehmern.

Infobox: Allgemeine Praxistipps zum Modul

Die Struktur des Moduls eignet sich vor allem für die Arbeit für Kinder im Vor-/Grundschulalter. Sollten auch einige jüngere Kinder anwesend sein, können die Elemente eher frei spielerisch, auch gerne im Sinne von Bewegungsspielen angepasst werden. Das Modul lebt primär vom gemeinsamen Zusammenkommen als der konkreten Wissensvermittlung an die Kinder.

Grundsätzlich können weitere kindgerechte Materialien (z.B. Spielfiguren, Bausteine, Knete o.ä.) kreativ Verwendung finden.

Arbeitsblatt „Gute Wünsche“

Bitte tragen Sie unten Komplimente und gute Wünsche für Ihre Familienmitglieder ein. Anschließend können die Zettelchen entlang der gestrichelten Linien ausgeschnitten werden und für jedes Familienmitglied kann eine kleine „Collage“ mit guten Wünschen gebastelt werden.



Für : _____

Von : _____

Darum hab ich dich gern:

Mein guter Wunsch für dich:



Für : _____

Von : _____

Darum hab ich dich gern:

Mein guter Wunsch für dich:



Für : _____

Von : _____

Darum hab ich dich gern:

Mein guter Wunsch für dich:



Für : _____

Von : _____

Darum hab ich dich gern:

Mein guter Wunsch für dich:

Das Forschungsprojekt „Shift Plus: “Weiterentwicklung und Evaluation des Sucht-Hilfe-| Familientrainings für drogenabhängige Eltern” wurde vom Bundesministerium für Gesundheit gefördert.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages