

Eltern

Briefe

INHALT

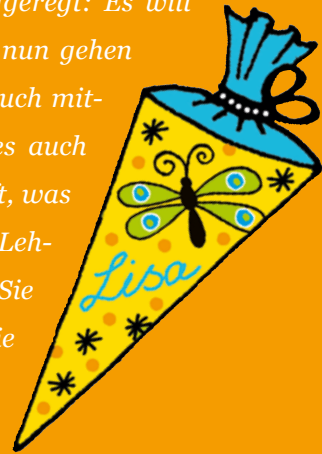
5 Jahre 8 Monate

- 2 Entwicklungsschritte
- 3 Was spielt mein Kind?
- 4 Abschied vom Kindergarten
- 5 Neuer Familienalltag
- 7 Mittagsbetreuung oder Hort?
- 9 Taschengeld
- 11 Gemeinsame Sorge nach der Trennung
- 14 Die Mediation
- 15 Autismus

Kein Kind mag gerne Veränderungen.

Wann komm ich denn in die Schule?

Bald ist es so weit: Im Kindergarten und auch in der Familie laufen die Schulvorbereitungen auf Hochtouren. Man vergleicht die verschiedenen Schulranzentypen, überlegt sich, was am besten in die Schultüte passt, und vielleicht wird schon einmal der künftige Schulweg ausprobiert. Auch Ihr Kind ist schon ganz aufgeregt: Es will wissen, in welche Schule es denn nun gehen wird und ob die besten Freunde auch mitkommen werden. Vielleicht will es auch wissen, wie ein Schultag so abläuft, was man dort zu tun hat und was die Lehrer von einem erwarten. Gehen Sie auf Ihr Kind ein, erzählen Sie, wie es bei Ihnen war, und beantworten Sie geduldig alle Fragen.



Vielleicht will Ihr Kind ja zur Zeit noch gar nichts von der Schule wissen. Vielleicht würde es am liebsten noch weiter im Kindergarten bleiben. Die meisten Kinder **lieben Routine** und mögen eigentlich keine Veränderungen. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Sie ihm das Thema Schule

nahebringen. Erzählen Sie **schöne Erlebnisse** aus Ihrer eigenen Schulzeit, von Ihrem Lehrer, von Ihrem **Schulalltag**. Dadurch nehmen Sie Ihrem Kind die Angst und es wird sich, je näher der Tag der Einschulung rückt, dann hoffentlich doch auf den neuen Lebensabschnitt freuen.

Entwicklungsschritte

In den letzten Monaten hat sich Ihr Kind vom Kleinkind zum Schulkind gewandelt. Die körperlichen Veränderungen sind auffällig. Der Zahnwechsel, verstärktes Wachstum und die damit einhergehende Veränderung der Körperproportionen lassen Ihr Kind nun viel reifer erscheinen.

Auch die **seelischen Veränderungen** Ihres Kindes in dieser Phase sind tief greifend. Im Alter von etwa sechs Jahren sind Kinder oftmals launisch und leiden unter **Stimmungsschwankungen**. Manchmal gehen ihre Gefühle mit ihnen durch und sie sind **wütend** oder besonders **traurig**. Es fällt ihnen schwer, sich zu entscheiden, sie haben wenig Geduld und beklagen sich über Langeweile.



© Peggy und Marco Lachmann-Anke / Pixabay.com

Ihr Kind **löst sich** in der jetzigen Phase wieder ein Stück weiter von Ihnen und seinen Geschwistern, wird selbstständiger. Gleichzeitig macht ihm jedoch die wachsende Selbstständigkeit **Angst**. Es würde sich am liebsten wieder ins warme Nest verkriechen. Dies alles – die starken körperlichen Veränderungen, verbunden mit einem einschneidenden seelischen

Umbruch – ist durchaus vergleichbar mit dem, was Ihr Kind in ein paar Jahren Jahren zu Beginn der Pubertät erleben (und erleiden) wird. Begleiten Sie es dabei mit viel **Liebe, Verständnis und Geduld**.

Die wachsende Selbstständigkeit beunruhigt Ihr Kind auch.

Was spielt mein Kind?

Spielen und Spiele werden für Ihr Kind auch in den kommenden Jahren noch ein wichtiger Bestandteil seines Alltags sein. Spielend trainiert es seine Fantasie, spielend lernt es wichtige Kompetenzen, die es auch im späteren Leben immer hilfreich begleiten werden.

Nach wie vor mag Ihr Kind **Rollenspiele**. Im Unterschied zu früher kann es jetzt aber in ganz unterschiedliche Charaktere hineinschlüpfen und dabei ganz in der Rolle einer anderen Person aufgehen. Damit ein Kind das kann, muss es sich seiner eigenen **Persönlichkeit** sehr bewusst sein. Es kann sich mit seinen Spielfreunden absprechen, es kann also im Vorhinein ein Drehbuch festlegen, nach dem das Spiel dann ablaufen soll. Es kann verstandesmäßig zwischen den verschiedenen Ebenen von **Spiel** und **Realität** hin- und herwechseln.

Für knapp Sechsjährige werden jetzt auch komplexere **Konstruktionsspiele** interessant. Sie sind feinmotorisch so geschickt, dass sie oft Erstaunliches zustande bringen. Wenn Ihr Kind baut oder bastelt, verwirklicht es seine

eigenen Ideen, setzt seine Pläne in die Wirklichkeit um und konstruiert kleine technische Wunderwerke. Das ist nicht nur bezüglich der Geschicklichkeit, sondern auch geistig und psychisch gesehen eine **große Leistung**.

Regelspiele geben zwar der Fantasie wenig Raum. Aber Kinder lernen bei Würfel-, Gedächtnis- und anderen Gesellschaftsspielen, sich an bestimmte **Spielregeln** zu halten und **fair** um den Sieg zu kämpfen. Doch nicht nur das Gewinnen, vor allem auch das Verlieren will gelernt sein. Gerade jetzt, zu Beginn der Schulzeit, ist es für ein Kind wichtig, das **Einhalten von Regeln** zu respektieren sowie die Fähigkeit zu entwickeln, mit **Erfolg, Misserfolg** und **Frustration** richtig umzugehen.

Im Rollenspiel wird Ihr Kind zu jemand anderem.



Abschied vom Kindergarten

Vielleicht ist es Ihrem Kind im Kindergarten jetzt immer öfter langweilig, vielleicht ist es aber auch noch mit Leib und Seele dabei, denn im letzten Kindergartenjahr wird Kindern oft sehr viel geboten: Im Rahmen der Vorschulerziehung wurden viele interessante Projekte durchgeführt, Ausflüge unternommen und vieles mehr. Doch langsam geht es ans Abschied nehmen. Und zwar nicht nur für Ihr Kind, sondern auch für Sie. Der Kindergarten hat Ihre Familie eine lange Zeit begleitet und Ihren Alltag mitbestimmt, doch diese Zeit geht nun – sofern es kein jüngeres Geschwisterkind gibt – zu Ende.

Auch **Abschiede** sollte man gebührend feiern: Viele Kindergärten geben für die Kinder, die eingeschult werden, ein Übernachtungsfest: Dazu dürfen sie am frühen Abend mit Schlafsack und Zahnbürste ausgerüstet in den Kindergarten kommen. Dort feiern sie zusammen mit den Erzieherinnen und Erziehern ein Fest und dürfen anschließend übernachten. Kinder, die sich das noch nicht zutrauen, werden einfach nach dem Fest abgeholt. Wenn in Ihrem Kindergarten kein Übernachtungsfest gefeiert wird, gibt es sicher andere Möglichkeiten, die Schulkinder **auf eine nette Art zu verabschieden**: Meist bekommen die Kinder eine schöne Mappe mit all den vielen eigenen Zeichnungen und Basteleien aus der Kindergartenzeit sowie ein großes Foto der früheren Kindergartengruppe mit nach Hause.

Sie als Eltern werden vielleicht gegen Ende der Kindergartenzeit eingeladen, für Ihr Kind oder mit Ihrem Kind zusammen eine **Schultüte** zu basteln. Unter der fachmännischen Anleitung durch die Erzieher und Erzieherinnen ist dies auch gleichzeitig eine Art von Abschied nehmen – verbunden mit dem Blick nach vorn: Die Schultüte wird ja nicht für das frühere Kindergartenkind, sondern schon für den künftigen kleinen ABC-Schützen gebastelt. Oftmals gibt es am Ende des Kindergartenjahrs noch ein **Sommerfest** für Eltern und Kinder. Vielleicht ergibt sich hier oder am letzten Kindergartenstag auch die Gelegenheit, sich von den pädagogischen Fachkräften, die Ihr Kind über Jahre hinweg begleitet haben, auch **persönlich zu verabschieden** und sich für ihr Engagement zu bedanken.



Liebenswerte Erinnerung: das große Abschlussfoto.

Neuer Familienalltag

Sobald Ihr Kind in die Schule kommt, muss es dort rechtzeitig und regelmäßig anwesend sein. Vorbei sind die Zeiten, wo man morgens noch ein bisschen trödeln konnte, weil es auf fünfzehn Minuten hin oder her nicht ankam. Vorbei sind die Zeiten, in denen Ihr Kind auch einmal zu Hause bleiben durfte, wenn es vom Wochenendbesuch bei der Oma total übermüdet war. Mit dem Schulbeginn ändert sich der Alltag in der Familie gewaltig.

Morgens kann es plötzlich eng werden.



© Pexels / Pixabay.com

Ging Ihr Tag bisher eher locker los, so sind nun zumindest für den Anfang **feste Aufstehzeiten**, Disziplin im Bad und ein Bring- und Holdienst für die Schule notwendig. Um den Einstieg in die Schulzeit stressfrei zu gestalten, sollten Sie den veränderten Tagesablauf schon **ein paar Wochen vorher** einüben, sodass Ihr Kind und Sie den Wechsel vom Kindergarten in die Schule nicht allzu dramatisch erleben.

Damit Ihr Kind auch rechtzeitig aus den Federn kommt, sollte es abends **rechtzeitig zu Bett gehen**. Ein Kind mit knapp sechs Jahren braucht im Schnitt etwa **zehn bis elf Stunden Schlaf**. Natürlich kann der Bedarf Ihres Kindes auch größer oder kleiner sein. Sie werden das am besten wissen und sollten sich im Tagesablauf der Familie darauf einstellen.



Ab jetzt gibt es feste Bettgehzeiten.

Vor Schulbeginn ist es wichtig, ein Kind auf die anstehenden Veränderungen im Zeitablauf einzustimmen:

- Bringen Sie Ihr Kind **zu einem festen Zeitpunkt** zu Bett und kalkulieren Sie Rituale wie Vorlesen oder Singen mit ein. Wenn Ihr Kind um sieben aufstehen muss, sollte es um acht Uhr im Bett liegen. Denn nur wenn es genügend Schlaf hat, wird es morgens fit für die Schule sein.
- Legen Sie den **Ablauf am Morgen** fest. Besprechen Sie sich mit Ihrem Partner und den eventuell älteren Kindern, wer wann aufsteht, wann ins Bad geht und wann frühstückt. Nur so lässt sich Stress am Morgen vermeiden. Achten Sie in jedem Fall darauf, dass noch genügend Zeit zum **Frühstücken** bleibt. Was tun, wenn Ihr Kind morgens keinen Hunger hat? Ihr Kind sollte auf jeden Fall etwas essen, auch wenn es nur eine Kleinigkeit ist, ein Joghurt oder etwas Obst zum Beispiel. Auch **trinken** ist wichtig. Wenn Ihr Kind morgens wenig isst, sollten Sie ihm dafür ein größeres Pausenpaket mitgeben, denn im Laufe des Vormittags kommt der große Hunger bestimmt!

- Trainieren Sie vorab den **Schulweg**. Es ist für Sie und Ihr Kind wichtig, den Weg in die Schule zu kennen und zu wissen, wie lange er dauert. Aber wählen Sie nicht den kürzesten! Suchen Sie den Weg aus, der **am sichersten** ist, auch wenn er länger dauert. In den ersten Wochen werden Sie Ihr Kind wahrscheinlich noch zur Schule bringen und wieder abholen. Das ist für Sie beide wichtig. Sie werden Ihr Kind erst alleine gehen lassen können, wenn Sie wissen, dass es den Weg **sicher beherrscht**. Auch Ihr Kind wird diese Phase brauchen, denn der Schulweg ist nur eines der Dinge, die sich in seinem Leben verändert haben.



© laurikep/Pixabay.com

Mittagsbetreuung oder Hort?

Mit dem Schulbeginn verändert sich auch der Tagesablauf der Mütter und Väter. Während Ihr Kind bisher den Kindergarten vielleicht bis zum Nachmittag besuchte, so wird es jetzt in aller Regel spätestens um ein Uhr Schulschluss haben. Vielleicht ist Ihre Sprengelschule bereits als Ganztagschule ausgelegt. Informieren Sie sich bei Ihrem zuständigen Schulamt. Wird Ihr Kind jedoch an einer normalen Grundschule eingeschult, stellt sich berufstätigen Eltern die drängende Frage: Wohin mit meinem Kind?

An vielen Grundschulen gibt es eine sogenannte **Mittagsbetreuung** oder auch einen **Hort**, wo die Kinder bis in die Nachmittagstunden gut aufgehoben sind.

In der **Mittagsbetreuung** werden die Kinder nach der Schule nicht selten in den Klassenräumen bis in den frühen Nachmittag hinein betreut. Ein warmes Mittagessen ist oft nicht vorgesehen, die Kinder bringen entweder etwas mit oder die Betreuerinnen sorgen für eine kleine **Brotzeit**. Die Betreuung übernimmt ein eigenes dafür eingerichteter Verein, die Gemeinde oder eine Elterninitiative, die – je nach Finanzlage – pädagogisch geschulte Fachkräfte oder auch Mütter ehrenamtlich oder auf Minijob-Basis beschäftigen. Nach der Brotzeit werden die Kinder bei den **Hausaufgaben** beaufsichtigt. Gegen 15 oder 16 Uhr müssen Sie Ihr Kind spätestens abholen. Mittagsbetreu-

ungen sind beliebt und oft schon lange vor dem Schulbeginn ausgebucht. Es ist daher ratsam, sich rechtzeitig um einen Platz zu kümmern. Übrigens: In den **Ferien** hat die Mittagsbetreuung wie die Schule auch **geschlossen**.

Anders läuft die Betreuung in einem **Hort**. Die eigenen Räumlichkeiten sind entweder in der Schule oder befinden sich in der Nähe, sodass die Kinder den Weg nach einer Eingewöhnungszeit alleine bewältigen können. Im Unterschied zur Mittagsbetreuung gibt es ein **pädagogisches Konzept** und professionelle Erzieherinnen übernehmen die Betreuung der sechs- bis zehnjährigen Schüler. In der Regel beginnt der Hort ab Schulschluss und betreut bis mindestens 17 oder 18 Uhr, bei manchen Einrichtungen können die Kinder auch schon **vor Schulbeginn** gebracht werden. Am Anfang holen die Erzie-

Warmes Mittagessen ist meist nicht üblich.

herinnen die Erstklässler von der Schule ab. Später, wenn sie sicher sind, werden Gruppen mit den größeren Kindern organisiert. So ist gewährleistet, dass den Kleinen auf dem Weg von der Schule in den Hort nichts passiert. Wenn alle Kinder eingetroffen sind, wird **gemeinsam gegessen**. Das Essen wird entweder von den Erziehern zubereitet oder aber von auswärts geliefert. Nach dem Mittagessen ziehen sich die Kinder zu den **Hausaufgaben** zurück. Dafür sollten ausreichend Räume zur Verfügung stehen, sodass jedes Kind in Ruhe seine Schularbeiten erledigen kann. Dabei sollten die Erzieher die Kinder beaufsichtigen und ihnen eventuell auch Hilfestellungen geben können. Grundsätzlich gilt jedoch, dass die Hausaufgaben **selbstständig** bewältigt werden. Hat ein Kind Probleme, werden die Erzieherinnen die Eltern darauf aufmerksam machen. Die Hausaufgabenzeit ist bei Erstklässlern auf eine halbe bzw. maximal eine Stunde begrenzt. Danach dürfen sie sich in einen anderen Raum zum Spielen zurückziehen, wo sich später auch die älteren Kinder dazugesellen.

Im pädagogischen Konzept eines Hortes ist auch die gemeinsame **Freizeitgestaltung** mit abgedeckt. So wird Wert darauf ge-

legt, dass die Kinder ausreichend **Bewegung** bekommen und im Freien spielen können. Auch gemeinsame Unternehmungen stehen auf dem Plan. Horte haben in der Regel **drei Wochen Sommerferien und eine Woche Weihnachtferien**. Für die restliche Ferienzeit wird meist ein „Bereitstellungsdienst“ angeboten.

Sollten weder eine Mittagbetreuung noch ein Hort für Sie infrage kommen, gibt es auch die Möglichkeit, Ihr Kind nach der Schule bei einer **Tagesmutter** unterzubringen. Vielleicht übernimmt eine Mutter aus der Klasse diese Aufgabe oder Sie aktivieren Ihre ehemalige Tagesmutter. Hier sind viele verschiedene Varianten denkbar. Manche **Kindergärten** sind in den letzten Jahren vereinzelt dazu übergegangen, Grundschulkindern mit zu betreuen. Fragen Sie nach!

Übrigens: Wenn die Sprengelschule für Ihr Kind keine ausreichende Betreuung nach dem Unterricht anbietet, können Sie dort für eine geeignetere Grundschule einen **Gastschulantrag** stellen. Dies gilt übrigens auch, wenn Sie für Ihr Kind eine Tagesmutter außerhalb Ihres eigentlichen Schulsprengels gefunden haben.



*Eine Stunde
Hausaufgaben
sollte reichen.*

Zeit fürs Taschengeld

Ihr Kind wird sich schon länger für Geld interessieren. War es in den ersten Jahren noch von den verschieden großen und farblich schillernden Münzen fasziniert, so fängt es jetzt an, sich für dessen Wert zu interessieren. Spätestens ab fünf Jahren weiß Ihr Kind, dass man Geld braucht, um etwas kaufen zu können. Und natürlich entsteht auch bei ihm früher oder später der Wunsch, sich selbst etwas zu kaufen, ohne Mama oder Papa danach fragen zu müssen.

Jetzt ist der Zeitpunkt gekommen, übers **Taschengeld** nachzudenken. Aber ist das nicht viel zu früh? Schließlich ist ein Kind erst ab sieben Jahren beschränkt geschäftsfähig. Sobald aber Ihr Kind Interesse an Geld zeigt, sollten Sie mit ihm ein wöchentliches „Salär“ besprechen. Denn nur wer über eigenes Geld verfügt, lernt auch, damit umzugehen. Ein Vorschulkind braucht allerdings nicht mehr als **50 Cent in der Woche**. Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind einen **festen Zahltag**, dann kann es sich darauf einstellen und wird mit der Zeit lernen, sich sein Geld **ein-zuteilen**. Wichtig ist, dass es das Taschengeld **wofür auch immer** ausgeben darf. Egal, ob es sich nun (bis zum siebten Geburtstag nur in Ihrem Beisein) Süßigkeiten oder kurzlebiges Spielzeug kauft, in sein Kaufverhalten sollten Sie sich **nicht einmischen**. Allerdings sollten Sie auch keinen Vorschuss geben oder mit zusätzlichen Zahlungen einspringen, wenn Ihr Kind

Das Kind darf selbst entscheiden, was es kauft!

Wie viel Geld in welchem Alter?

*Spätestens mit Schulbeginn sollte Ihr Kind Taschengeld bekommen. Wichtig: Es sollte das Geld regelmäßig **einmal in der Woche** erhalten. Der Betrag wird in der Regel gemäß seinem Alter folgendermaßen gestaffelt:*

- 4 bis 5 Jahre: 50 Cent
- 6 bis 7 Jahre: 1,50 - 2 Euro
- 8 bis 9 Jahre: 2 - 3 Euro

(Stand 2018)

Erst ab zehn können Sie dazu übergehen, Ihrem Kind das Taschengeld monatlich aus-zuzahlen. Denn erst dann sind Kinder in der Lage, ihr Geld für den ganzen Monat gut einzuteilen (siehe dazu Elternbrief 35).

sein Taschengeld zu schnell ausgegeben hat. Wenn es um **Geldgeschenke** von mehr als zwei, drei Euro geht, sollten Sie sich ein Mitspracherecht vorbehalten. Klären Sie mit Ihrem Kind, wie viel Geld es gleich ausgeben darf und welchen Anteil es eventuell **sparen** sollte. Erklären Sie ihm, dass es sich dann vielleicht auch einmal einen etwas größeren Wunsch erfüllen kann.

Eine **Spardose** kann Ihr Kind dazu motivieren, einen Teil seines Geldes zurückzulegen. Spardosen gibt es kostenlos bei Sparkassen und Banken, wenn Sie für Ihr Kind ein Sparbuch anlegen. Wenn Sie das nicht möchten, können Sie auch eine Spardose oder ein Sparschwein kaufen oder etwas Geeignetes **basteln**.

Wer spart, kann sich auch einmal größere Wünsche erfüllen.



© ZBFS - Bayerisches Landesjugendamt

Gemeinsame Sorge

Die Trennung der Eltern ist für die ganze Familie ein großer Einschnitt. Früher lief es in der Regel so, dass der Papa auszog und seine Kinder jedes zweite Wochenende abholen durfte, um Freizeit mit ihnen zu verbringen. Immer mehr Vätern, Müttern und Kindern ist das heute zu wenig. Sie suchen nach eigenen Lösungen, wie der Kontakt der Kinder zu beiden Elternteilen gleichermaßen gewährleistet werden kann.

Es ist nicht immer einfach, sich als getrennt lebendes Paar die Verantwortung für die gemeinsamen Kinder zu teilen. Der zwangsläufige Kontakt miteinander tut – besonders direkt nach einer Trennung – weh. Es gelingt auch nicht immer, sich wirklich zu gleichen Teilen um die Kinder kümmern. Das Gelingen hängt unter anderem auch von der **Rollenverteilung vor der Trennung** ab: Waren beide Eltern berufstätig? Oder gab es eine Arbeitsteilung, bei der einer von beiden arbeitete und sich der andere hauptsächlich um die Kinder kümmerte? Nach einer Trennung ist es nicht sinnvoll, die bisherige Arbeitsteilung sofort und komplett zu verändern. Gerade nach Trennungen brauchen Kinder **Sicherheit und Kontinuität**. In jedem Falle aber ist es sinnvoll, auch den bislang vielleicht weniger engagierten Elternteil soweit es geht einzubeziehen. Dazu gibt es verschiedene Modelle:

Das Nest-Modell

Bei dieser Lösung bleiben die Kinder in der Wohnung, in der die Familie vorher schon gelebt hat. Die Eltern kümmern sich dort **wechselweise** um sie. Einmal ist Papa da, einmal Mama. Beide haben oder einer von beiden hat noch eine andere Wohnung, in der sie leben, wenn keine „Kinderzeit“ ist.

Oft wird es auch so gehandhabt, dass ein Elternteil mit den Kindern in der vormals gemeinsamen Wohnung verbleibt, der andere auszieht, aber die Kinder weiterhin in ihrem **gewohnten Umfeld** betreuen kann: Wenn Mama abends arbeitet oder zum Sport geht, ist Papa da, kocht und bringt die Kinder ins Bett. Oder: Wenn die Kinder aus der Schule kommen, ist Mama da, macht Mittagessen und hilft bei den Hausaufgaben, bis Papa von der Arbeit kommt. Dann geht sie in ihre eigene Wohnung.

Behalten Sie bewährte Arbeitsteilungen bei.

Zugegeben: Es erfordert viel **Disziplin**, sich so zu organisieren. Direkt nach einer Trennung ist das besonders schwer. Aber oft erfordert auch das Arbeitsleben solche Lösungen. Denn es ist schwer einsehbar, dass die alleinerziehende Mutter, um beispielsweise abends arbeiten zu können, ihr Kind irgendwo unterbringen muss, während der Vater sich vielleicht freuen würde, wenn er mehr Kontakt haben könnte.

Das Pendel-Modell

Bei dieser Lösung sind es nicht die Eltern, die hin- und herpendeln, sondern die Kinder. Jeder Elternteil hat eine eigene Wohnung. Die eine Hälfte der Woche wohnen die Kinder bei Papa, die andere bei Mama. Die wichtigen Dinge wie etwa der Schlafteddy, aber auch Kleidung, Bücher und Spielzeug sollten **in beiden Wohnungen** vorhanden sein, damit die Kinder sich überall gleichermaßen zu Hause fühlen. Auch Lösungen wie das Pendel-Modell kann man variieren, je nachdem wie viel Zeit jeder Elternteil für die Kinder aufbringen kann. Bei drei und mehr Kindern wird dieser Lösungsweg allerdings eher schwierig, weil beide Eltern jeweils eine große Wohnung finanzieren müssen, damit jeder die Kinder entsprechend unterbringen kann.

*Einmal bei
Mama, einmal
bei Papa.*

Wenn getrennte Eltern weiter auseinander leben, sind solche Lösungen schwer möglich. Aber vielleicht können die Kinder längere Zeit in den **Ferien** oder zumindest möglichst viele **Wochenenden** beim getrennt lebenden Elternteil verbringen. Sie sollten telefonisch immer Kontakt halten können. Auch das **Internet** bietet die Möglichkeit, Fotos oder Zeichnungen der Kinder an Papa oder Mama zu verschicken.

Wie Sie die Zeit mit Ihren Kindern untereinander aufteilen wollen, legen Sie beide am besten **möglichst genau** fest. Hilfreich kann es sein, einen **Plan** zu machen. Schreiben Sie auf, wer wann für die Kinder da sein wird. Wenn der Plan bei beiden Eltern beispielsweise am Kühlschrank hängt, können sich größere Kinder auch selbst orientieren. Je **regelmäßiger** und **verlässlicher** die Betreuung ist, desto besser.

Wenn es Ihnen beiden schwer fällt, eine Lösung zu finden, können Sie sich dabei **beraten** lassen. Es gibt in manchen Städten **Beratungsstellen bei Trennung und Scheidung**, die darauf spezialisiert sind. Die Ehe- und Familienberatungsstellen und Erziehungsberatungsstellen bieten ebenfalls Beratung an. Ihr zuständiges Ju-

gendamt ist in jedem Fall eine wichtige Anlaufstelle, wenn Sie den Umgang mit Ihren gemeinsamen Kindern **einvernehmlich regeln** möchten.

Wieweit Sie als getrennt lebende Eltern gemeinsam an der Erziehung Ihrer Kinder mitwirken wollen oder können, liegt natürlich an Ihnen. Wichtig ist, sich in dieser Sache weniger von den eigenen Gefühlen dem Partner gegenüber lenken zu lassen, sondern ganz klar **vom Kind ausge-**

hend zu denken: Was braucht mein Kind jetzt am meisten? Wie kommt es am besten über die Trennung hinweg? Wie können wir den Verlust, den es durch unsere Trennung erlebt, möglichst **gering halten**? Soweit es Ihnen irgendwie möglich ist, arbeiten Sie zusammen, arrangieren Sie sich. Denken Sie daran: Ihr Kind liebt Sie **beide**.

Lassen Sie sich nicht von eigenen Gefühlen leiten.



Die Mediation

Mediation ist eine Methode der Vermittlung bei Konflikten. Familienmediation betrifft vor allem den Bereich Trennung und Scheidung. Finanzielle Abwicklung, Unterhalt, Aufteilung von Schulden oder gemeinsamem Vermögen werden ebenso verhandelt wie die Frage, wo die Kinder in Zukunft leben werden und wer sich wann um sie kümmert.

Die Mediation ist eine Möglichkeit, **festgefahrene Konflikte** wieder zu lockern und zu **Kompromissen** oder auch zu neuen Lösungen zu kommen. So hat ein Elternpaar in Trennung trotzdem **das gemeinsame Interesse**, dass für die Kinder eine gute Lösung gefunden wird. Wie diese aber aussehen soll, darüber gehen die Ansichten leider oft auseinander.

Ein **Mediator** geht vom gemeinsamen Interesse beider Parteien aus. Er verhandelt, bis eine Lösung gefunden ist, mit der beide Elternteile gut leben können. Er gibt die Struktur des Gesprächs vor, moderiert, hinterfragt und schreibt mit. Jeder wird gehört und jeder kann seine Argumente einbringen. Anders als bei gerichtlichen Auseinandersetzungen hat man in der Mediation **Einfluss** auf die Entscheidungen, die getroffen werden. Die **Verantwortung** für diese Entscheidungen bleibt immer bei den Eltern.

Mediatoren sind in der Regel Pädagogen, Psychologen oder Anwälte mit zweijähriger Zusatzausbildung. Freiberufliche Mediatoren kosten zwar Geld, aber verglichen mit einer Konfliktklärung vor dem Gericht kann die Mediation die **preiswertere Lösung** sein. Neben der Kostenersparnis sollte auch **die menschliche Seite** gesehen werden. Keiner soll sich am Ende „über den Tisch gezogen“ fühlen. Das gilt besonders, wenn man gemeinsame Kinder hat. **Beratungsstellen bei Trennung und Scheidung** arbeiten oft ebenfalls nach dem Prinzip der Mediation. Bei anderen Beratungsstellen (Erziehungsberatung, Paarberatung, Familienberatung) lohnt es sich in jedem Falle nachzufragen, ob auch Mediation angeboten wird. Denn diese Einrichtungen beraten Sie **unentgeltlich**. Im Scheidungsverfahren kann das Gericht Ehepartner zu einem kostenfreien Informationsgespräch über Mediation **verpflichten**.



Entscheidend ist das gemeinsame Interesse am Wohl des Kindes.

Autismus bei Kindern

In den letzten Jahren diagnostizieren Kinder- und Jugendpsychiater immer häufiger Autismus bei Kindern. Die Zahl der Selbsthilfegruppen für Eltern mit autistischen Kindern nimmt zu. In Deutschland leben derzeit mehr autistische als blinde Kinder. Von 10.000 Kindern sind 15 bis 40 betroffen, darunter viermal so viel Jungen wie Mädchen.

Autistische Kinder leben in ihrer eigenen Welt. Sie haben Schwierigkeiten in der **Wahrnehmung** und im **sozialen Kontakt mit anderen**, denn sie können sich schwer in andere Menschen hineinversetzen. Man unterscheidet zwischen dem frühkindlichen Autismus, dem Asperger-Syndrom und dem untypischen Autismus, bei dem nicht alle Diagnosekriterien erfüllt sind.

Der **frühkindliche Autismus** zeigt sich bereits in den ersten drei Lebensjahren. Betroffene Kinder möchten nicht auf den Arm genommen werden, lächeln nicht zurück und vermeiden Blickkontakt. Sie möchten, so scheint es jedenfalls, in Ruhe gelassen werden. Sie spielen, wenn überhaupt, immer mit denselben Dingen und wiederholen stereotyp bestimmte Bewegungen. Sie lernen schwer sprechen, weil sie nicht nachahmen können, was sie hören.

*Zu viele
Sinneseindrücke
überfordern
autistische
Kinder.*

Das **Asperger-Syndrom** hat oft eine leichtere Verlaufsform. Die Betroffenen zeigen Auffälligkeiten, sind aber in der Regel sprachlich und intellektuell **nicht beeinträchtigt**. Sie haben häufig besondere Interessen, versuchen etwa, sich Stadtpläne einzuprägen oder entwickeln sich zu Spezialisten für Hochgeschwindigkeitszüge.

Autismus gibt es in unterschiedlich schweren Ausprägungen. Rund 70% der autistischen Menschen sind auch geistig behindert, andere sind durchschnittlich begabt und in erster Linie sozial eingeschränkt. Zugleich gibt es oft besondere **Begabungen in Teilbereichen**, etwa auf dem Gebiet der Musik oder der Mathematik. Autismus muss in jedem Fall durch Fachleute diagnostiziert werden. Die entsprechenden Tests werden in ambulanten Einrichtungen der Kinder- und Jugendpsychiatrie oder in Kinderzentren (Sozialpädiatrischen Zentren) durchgeführt.

Weitere Informationen:

Die Elternbriefe können Sie auch online lesen, herunterladen oder als Newsletter abonnieren: beim Online-Ratgeber „BAER“, www.baer.bayern.de, des Bayerischen Landesjugendamtes. Dort finden Sie auch weitere ausführliche Informationen zu vielen der hier genannten Themen.

Trennung und Scheidung

Gerichtsnahе Beratungsstellen beraten hinsichtlich Sorge- und Umgangsrecht. Adressen und Telefonnummern erfahren Sie zum Beispiel über das zuständige Jugendamt oder Familiengericht.

Die Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen sowie Erziehungsberatungsstellen finden Sie in nahezu jeder Stadt. Hier finden Sie auch Hilfe bei Fragen des elterlichen Umgangs.

<https://www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/allgemein/index.php>.

Bundes-Arbeitsgemeinschaft für Familien-Mediation:
www.bafm-mediation.de

Autismus

Anlaufstellen sind die Autismuskompetenzzentren der jeweiligen Regierungsbezirke in Bayern.
www.autismusberatung-bayern.de

Im nächsten Elternbrief:

- Rund um die Schule: Der Schulanfang
- „Jetzt konzentrier dich doch!“
- Kinderzimmer: Platz zum Lernen und zum Spielen
- Wie viel Freizeit braucht mein Kind?
- Partnerschaft: Inseln im Familiengetriebe
- Familie hat viele Gesichter: Psychische Erkrankung
- Trockene Nächte

Die Elternbriefe werden gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

**Herausgegeben vom
Zentrum Bayern
Familie und Soziales –
Bayerisches
Landesjugendamt
(BLJA)**

V.i.S.d.P.:
Hans Reinfelder

Postanschrift:

Postfach 400260
80702 München

www.blja.bayern.de

**Überreicht durch
Ihr Jugendamt**