

Woche der
Familie



BeziehungsREICH - Familie(n)

Ergebnisse der Fachtagung

vom 15. Mai 2012



Beziehungsgerecht planen, bauen und wohnen

Impulsgeber: **Ronald Wytek**

Einleitung:

Die familiären Strukturen veränderten sich in den letzten Jahrzehnten gewaltig: Von der Großfamilie zur Kleinfamilie oft auch zur Patchwork-Familie oder zum Single-Haushalt. Damit erleben wir eine „Atomisierung“ unserer Gesellschaft, die uns vor große Herausforderungen stellt. Die wachsende Zahl an Menschen, die in Wohnprojekten mit „Freunden Tür an Tür“ leben wollen zeigt, dass das die Bewusstheit zu diesen Fragen steigt und nach Lösungen gesucht wird.

Inhalt:

Im Rahmen des Workshops stellte der Referent Ronald Wytek zwei Projekte vor, die Lösungsansätze für die oben beschriebene Problemstellung bieten.

Das erste Beispiel einer solchen Wohnform ist „CoHousing Lebensraum“. Dabei handelt es sich um ein innovatives Wohnprojekt mit etwa 80 BewohnerInnen (inkl. Kinder) in Gänserndorf Süd, 20 km nordöstlich von Wien. Diese erste Cohousing-Siedlung Österreichs verbindet ökologisches Wohnen im Grünen mit gelebter Nachbarschaft. Wohnen im Lebensraum bedeutet Leben in eigener Privatsphäre, kombiniert mit den Vorzügen einer Gemeinschaft (z.B. Kinderbetreuung, gemeinsame Abendessen). Niedrig-Energie-Wohnungen in verschiedenen Größen mit Eigengärten und Terrasse werden ergänzt durch großzügige Gemeinschaftseinrichtungen (z.B. Gemeinschaftsküche, Waschküche, Veranstaltungsraum, Volleyballplatz).

Weiters wurde ein von Ronald Wytek initiiertes Wohnprojekt vorgestellt. Der Träger-Verein Keimblatt hat sich mit dem "Lebens- und Innovationsraum Schönwasser" eine große Vision zum Ziel gemacht: "Wir schaffen eine regionalverbundene und breitenwirksame Plusenergiesiedlung mit Innovationspark für langfristig 150 Menschen. Damit vereinen wir Nachhaltigkeit und hohe Lebensqualität.“ Realisiert soll diese Mehrgenerationen-Siedlung in Zurndorf (Bezirk Neusiedl/See) werden.

Nun stellen sich die Fragen: Wie kann so ein komplexes, gemeinsames Vorhaben erfolgreich realisiert werden? Ist der Gruppenprozess nicht viel zu kompliziert und ist das Scheitern nicht schon vorprogrammiert? Was braucht die Gruppe, um langfristig mit einem guten Gefühl die gemeinsamen Einrichtungen zu nutzen?

Im Workshop beantwortete Ronald Wytek diese Fragen mit einem kurzen Einblick in sechs verschiedene Projekt-Werkzeuge. Diese waren:

- Systemisch Konsensieren – als einfache und effiziente Entscheidungsfindungs-Methode in Gruppen und Teams
- Dragon Dreaming – als Projektmanagement-Methode für partizipative/emanzipatorische Prozesse
- Gemeinschaftsbildung nach Scott Peck – als beziehungsförderndes Werkzeug
- Co-Coaching – um Effizienz und Empathie in einem Projekt zu stärken
- Holakratie – als Governance-Alternative zu „klassischer Hierarchie“ und „Basisdemokratie“



Erkenntnisse aus dem Workshop:

Viele Menschen sind verunsichert darüber, wie und wo sie alt werden können. Einerseits möchte man niemanden „zur Last fallen“ und andererseits ist der Wunsch nach „BeziehungsREICH alt werden“ verständlicherweise sehr groß.

- (1) Die Altersversorgung außerhalb der persönlichen Soziale Netze ist volkswirtschaftlich eine der größten Herausforderungen der kommenden Jahrzehnte. Darum wäre es wichtig, soziale Netze (auch hinsichtlich Wohnbau) zu fördern.
- (2) Die gemeinsame Nutzung von Einrichtungen (z.B. Waschküche, Multifunktionsraum) ist ökologisch, ökonomisch und sozial sinnvoll.
- (3) Die Wohnbedürfnisse (v.A. hinsichtlich Fläche) verändern sich in einem Lebenszyklus etwa 4 bis 6 Mal. Die Wohnbauförderung im Burgenland lässt aber wenig Spielraum, um in einem Mehrfamilien-Wohnprojekt Wohnungsflächen nachträglich zu verändern und bedürfnisgerecht untereinander aufzuteilen. Beispielsweise bei einer Familienerweiterung kann das bedeuten, dass das soziale Netz verlassen werden muss.
- (4) In den letzten Jahren wurde eine Vielzahl von „Werkzeugen“ entwickelt und erprobt, um partizipative Planungsprozesse und das Wohnen mit Gemeinschaftseinrichtungen positiv zu gestalten.

Im Laufe des Workshops wurden von den TeilnehmerInnen **Anliegen** diskutiert und konkrete **Bitten** formuliert, die im anschließenden Plenum präsentiert und an die Vertreter der Kirchen und der Politik herangetragen wurden:

- Die Erweiterung der Definition „Wohnheim“ im bgl. Wohnbauförderungs-Gesetz um den Begriff „Gemeinschaftliches Wohnen“ bzw. „Mehrgenerationen Wohnen“, um den Aspekten in den o.g. Punkten (1), (2), (3) und (4) besser gerecht zu werden.
- Unterstützung des „Lebens- und Innovationsraum Schönwasser“ als wissenschaftlich begleitetes Pilotprojekt durch eine rasche Abwicklung der behördlichen Verfahren (z.B. Umwidmung, Einreichung, Wohnbauförderung) trotz der innovativen Aspekte des Projektes.
- Die Unterstützung einer Plattform, die das „beziehungsgerechte“ Wohnen im Burgenland.:
 - bekannter macht
 - interessierte Menschen und entstehende Projekte zusammenbringt
 - „Werkzeuge“ in Form von Workshops für die erfolgreiche Realisierung anbietet

Für diese drei Schritte gibt es bereits verschiedene mögliche Partner mit entsprechenden Kompetenzen.

Zusammenfassung:

Der Workshop war lebendig und vielfältig. Er stellte anschaulich dar, dass Wohnprojekte beziehungs- und familienfördernd sind. Darüber hinaus lernten die TeilnehmerInnen zwei österreichische Projekte und einige Werkzeuge zur Projektrealisierung kennen.



Beziehungsnetze knüpfen, pflegen und stabilisieren

Impulsgeberin: Mag.^a Eva Bitzan

Einleitung:

Beziehungsnetzwerke knüpfen wir vom ersten Tag unseres Lebens an bzw. werden wir in solche hineingeboren! Vorerst können wir nicht wählen und sind damit konfrontiert, manchmal auch ausgeliefert. Im Laufe unseres Lebens prägen uns diese Netzwerke und lassen Muster („innerworkingmodels“) und Ressourcen in uns entstehen, die ein Weiterwachsen und –entwickeln entsprechend fördern oder behindern. Grundsätzlich gilt für mich: wir sind Zeit unseres Lebens in Bewegung und Entwicklung ist immer möglich!

Inhalt:

Einführung in die Bindungstheorie

Ergänzend: eine sichere Bindung kommt durch eine prompte, angemessene und einfühlsame Reaktion der Bezugsperson auf das Bedürfnis des Kindes zustande.

*Erfassung des Bindungsverhaltens bei Erwachsenen: **Adult Attachment Interview***

Erwachsene Personen schildern ihre Kindheitserlebnisse mit ihren Eltern, beschreiben die Beziehungen zu ihnen mit Hilfe von Adjektiven und nennen Beispiele. Sie werden gefragt, wie sie Verstimmungen, Trennung, Zurückweisung, Verlust und Misshandlung erfahren haben und ob sie der Ansicht sind, dass ihre frühen Beziehungen und Erfahrungen ihre erwachsene Persönlichkeit beeinflusst haben. Vom Interviewer wird darauf geachtet, dass die Beschreibung der Personen kurz, logisch und zusammenhängend ist und den heutigen Einstellungen entspricht (=kohärent) Davon ausgehend wird die Bindungsrepräsentanz Erwachsener beurteilt.

Forschungen auf dem Gebiet des Bindungsverhaltens vor allem in Amerika und Deutschland zeigen deutlich, dass Bindungsmodelle des Einzelnen Auswirkungen auf seine Partnerschaft, die Gestaltung seiner Beziehungen und den Umgang mit seinen Kindern haben.

Erwachsene mit einem **sicheren Bindungsstil** beschreiben in Tests in ihren Beziehungen weniger Konflikte, weniger Aggression und mehr konstruktives Miteinander. Daraus folgend eine höhere Partnerschaftszufriedenheit und Zufriedenheit mit der Sexualität.

Ihren Kindern gegenüber sind sie zumeist autoritativ, d.h. liebevoll, responsiv (eingehend auf Interaktion mit Kindern), dabei aber auch stärker auf das Einhalten von Grenzen bedacht.

Erwachsene mit einem **unsicher-vermeidenden Bindungsstil** erzählen in Tests von weniger Offenheit und weniger positiven Affekten in der Beziehung. Auch von einer höheren Neigung zu Aggression und geringerer gegenseitiger Hilfsbereitschaft. Bei der Sexualität zeigt sich eine geringere Zufriedenheit bzw. häufig wechselnde Partner. Mitunter aber auch tritt die Sexualität in den „Dienst des Bindungsbedürfnisses“, d.h. emotional belastete Beziehungen haben ein vitales Sexualeben.

Betrachtet man die geschlechtliche Prägung, neigen Frauen eher zur depressiven Verstimmungen, Männer sind vergleichsweise ärgerlicher und aggressiver, auch ihren Kindern gegenüber.

Erwachsene mit **ambivalenten bzw. desorganisierten** Beziehungsmustern berichten von stark belasteten Paarbeziehungen. Ein hohes Maß an ungelösten Konflikten zwischen Eltern bzw. ein kalter und zurückgezogener Umgang der Eltern miteinander birgt für die Kinder ein Risiko von emotionalen, schulischen



und sozialen Schwierigkeiten. Chronische und erschreckende Konflikte bis hin zur Gewalt haben unmittelbare Auswirkungen auf Kinder und überwältigen sie!

Die gute Nachricht: eine unsichere Erwachsenen-Bindung ist kein starres Schema, das die Familienbeziehungen zwangsläufig gefährdet und die Entwicklung der eigenen Kinder bedroht – an einer Reihe von Punkten können positive Familienbeziehungen als Puffer gegenüber dem Zyklus der Weitergabe von negativen Beziehungen (über Generationen) wirken!

- Auf der Paarebene: Wechselwirkung von Zufriedenheit in der Paarbeziehung und feinfühligem elterlichem Umgang; Kinder zeigen bessere Lernergebnisse und einen geringeren Aggressionspegel (Forschung, wo Eltern an Paargruppe teilgenommen haben), wenn es den Eltern gut geht miteinander – Wechselwirkung zeigt auch weniger Erziehungsstress!

Angebote in geschützter Umgebungen sind sinnvoll, wo Individuen und Paare ihren wichtigen familiären Angelegenheiten nachgehen können und so erlernte Modelle nachhaltig verändern lernen; Ressourcenarbeit!

- Als Einzelner: Einüben in Selbstwahrnehmung, sich selbst Weiterentwickeln (ev. mit Begleitung), Selbstregulation einüben (Sport, Meditation); Partnerschaftskrisen normalisieren, Wiederanknüpfung nach Konflikten einüben...

- Auf der Elternebene: Bei „Risikogruppen“ Promoting Positiv Parenting - einfühlsames Verhalten und Empathie der Eltern im Umgang mit Kind fördern, Grenzen setzen lernen

Entwicklungspsychologische Beratung: feinfühliges Verhalten lernen, Ausdrucks-, Belastungs- und Bewältigungsverhalten von Säuglingen und Kleinkindern lernen (videogestützt, ressourcenorientiert)

- Auf Kindebene: Babywatching Kleinkinder werden in Kindergärten oder VS-Klassen (Innsbruck - BASE) gebracht und der liebevolle Umgang zwischen ihnen und ihren Müttern bzw. den Kindern wird vom Babyalter bis ca. 1 Jahr beobachtet, gezeichnet, beschrieben – emotionale Fähigkeiten, Empathie wird gefördert, aggressives Verhalten wird deutlich weniger, Ängstlichkeit geringer > Mitunter gelingt die Übertragung dieser Beobachtungen auf Freundesbeziehungen

- Übergreifend: Junge Eltern rund um die Geburt z. B. in den Räumen der Geburtsklinik (Familienhebammen) begleiten und Risikofaktoren abklären; selektiv-präventive Förderungsprogramme für Risikogruppen (psych. Kranke Eltern); Zusammenarbeit von Gesundheitswesen Kinder- und Jugendhilfe; Beratungsansätze zur Förderung elterlicher Feinfühligkeit (siehe oben)

Nieder- und hochschwellige Angebote und unterschiedliche Zugangswege für unterschiedliche Problembelastungen

z.B. alleinerziehende junge Mutter mit mehreren Kindern und massiven finanziellen Schwierigkeiten: kann an einem Programm zur Förderung elterl. Kompetenzen teilnehmen, wenn sie gleichzeitig finanzielle Hilfe bekommt und eine Betreuung für ihre größeren Kinder in der Zeit -----
→interdisziplinäres Netz

In der Praxis fehlen Absprachen, systematische Zusammenarbeit, klare Zuständigkeiten und geregelte Absprachen; oft Unwissen über Kompetenzen und Grenzen anderer Disziplinen, Vorurteile und nicht zuletzt Kostendruck.

Zusammenfassung:

Jede Bindungshaltung ist eine Anpassungs- und Überlebensleistung! Es gilt im professionellen Umgang damit in erster Linie, davor Respekt zu haben und angemessen damit zu arbeiten.



Lebendige Beziehungen durch einfühlsame Kommunikation

Impulsgeberin: Mag.^a Gabriele Grunt

Einleitung:

Überall wo Menschen nahe zusammenleben ist der Alltag voller Herausforderungen. Manche von ihnen entwickeln sich zu Konflikten; und oft reagieren wir in Stresssituationen anders, als wir es uns wünschen – gerade mit den Menschen, die uns am meisten am Herzen liegen.

Inhalt:

Frau Mag. Grunt gab einen einstündigen Crashkurs für „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“. Dieser Workshop vermittelte einen Eindruck, auf welche Weise „Gewaltfreie Kommunikation“ helfen kann, gegenseitiges Verstehen, Respekt und Kooperation in allen Beziehungen herzustellen.

Die TeilnehmerInnen lernten diesen einfachen und praktischen Ansatz kennen und konnten sich ein konkretes Werkzeug mitnehmen, um Beziehungen zu nahen Menschen zu gestalten. Der Ansatz lässt sich in jeder Alltagssituation und mit allen Menschen anwenden, mit Partner/in, Schwiegereltern und Kindern genauso wie im Arbeitsalltag oder der Schule. Eine Stunde lang wurden die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation (Beobachtung/Gefühl/Bedürfnis/Bitte) interaktiv im Dialog mit den Teilnehmern und Teilnehmerinnen erarbeitet – mit praktischen Beispielen aus ihrem Alltagsleben.

In der letzten halben Stunde wurden von den TeilnehmerInnen **Anliegen** diskutiert und konkrete **Bitten** formuliert, die im anschließenden Plenum präsentiert und an die Vertreter der Kirchen und der Politik herangetragen wurden:

- **Ein Ausbildungsmodul** „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“ soll als fester Bestandteil **in die Lehrpläne** aller pädagogischen und sozialpädagogischen Ausbildungen (für LehrerInnen, KindergartenpädagogInnen, HorterzieherInnen, SozialarbeiterInnen, BeraterInnen...) aufgenommen werden. Gelehrt sollen die Inhalte von Fachleuten oder AusbilderInnen mit Ausbildung und Zertifikat des Center for Nonviolent Communication werden.
- Für alle Menschen, die bereits jetzt mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, sollen **Fortbildungsveranstaltungen** mit dem Inhalt „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“ angeboten werden. Gelehrt sollen die Inhalte von Fachleuten oder AusbilderInnen mit Ausbildung und Zertifikat des Center for Nonviolent Communication werden.

Bitten und Wünsche für Familien:

- Es gibt weltweit viele Studien über Familien in diversen Zusammenhängen, jedoch keine über die Auswirkungen von „gewaltfreier Kommunikation“, wenn sie in Familien praktiziert wird. Eine **Langzeitstudie** zu diesem Thema ist wünschenswert, die allerdings die Einführung und Anwendung dieser Art von Kommunikation voraussetzt.
- Die „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“ soll einen **höheren Bekanntheitsgrad** bekommen: Broschüren des Familienreferates, monatliche Elternpost (Modell Vorarlberg), Fibeln für junge Elternpaare als Präsent zur Geburt, Folder für Kommunikationszentren, Werbung über diverse Medien, ...



- Die bereits bestehende Schiene der **Elternbildung** im Burgenland soll mit **einem Modul „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“** ergänzt werden. Gelehrt sollen die Inhalte von Fachleuten oder AusbilderInnen mit Ausbildung und Zertifikat des Center for Nonviolent Communication werden.
- **Verpflichtende Elternbildung**, die an den Mutter-Kind-Pass geknüpft ist, wurde des Öfteren diskutiert. Sollte dies jemals eingeführt werden, ist das Thema „gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“ im Weiterbildungsplan unabdingbar.

Weitere Bitten und Wünsche aus diesem Arbeitskreis:

- **Förderungen für Mütter und/oder Väter**, die über das aktuelle Kindergeld hinausgehen sind gefordert. Viele Mütter und Väter erleben, dass ihre Arbeit nicht wertgeschätzt wird. Mutter-Sein oder Hausfrau-Sein hat in unserer Gesellschaft einen schlechten Ruf. Es liegt vor allem an öffentlichen Stellen (Kirche/Politik), dieses negative Bild in ein positives zu verwandeln.

Hätten Eltern mehr finanzielle Unterstützung oder beispielsweise wenigstens **Bons für Gratis-Fortbildungen**, bliebe ihnen mehr Raum und Zeit, sich mit Themen wie „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“ auseinanderzusetzen, was sich auf die Entwicklung ihrer Kinder positiv auswirken würde
- **Ausbildungsplätze** für Zertifizierte Trainer für Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall

Zusammenfassung:

- Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg zu kennen, reicht nicht aus um sie im Alltag für qualitativ hochwertigen Kontakt zu Gesprächspartnern (Kindern wie Erwachsenen) einsetzen zu können.
- Eine entsprechende Umsetzung setzt ein entsprechendes Training und eine Festigung durch Anwendung voraus.
- Studien belegen, dass Kinder diese Art von Kommunikation erlernen, wenn ihnen entsprechende Vorbilder zur Verfügung stehen.