



Familienbegleitung in Zeiten von Corona

Was wir gelernt haben. [Mehr](#)

TrauMaTRIX – TraumaFolgenPrävention

Wege aus der Ohnmacht. [Mehr](#)

Sensibilisierung – Online geht es weiter...

Erfahrungen der Umstellung. [Mehr](#)

„Auf gesunde Nachbarschaft – von klein auf“

in herausfordernden Zeiten! [Mehr](#)

Bindungsentwicklung und bindungsorientierte Übergänge

Orientierungsrahmen – Vorträge und Schulungen [Mehr](#)

Auf dem Laufenden

Aktuelle Termine und Fachveranstaltungen. [Mehr](#)

Literaturtipps

[Mehr](#)



Liebe Systempartner*innen, liebe Kooperationspartner*innen,

der Herbst 2020 stellt uns vor Herausforderungen wie nie zuvor. Die Corona-Pandemie hat uns fest im Griff und beeinflusst unser aller Leben, insbesondere jenes von vorbelasteten Kindern und Familien.

Auch die sozialen Dienste sind vor große Herausforderungen gestellt. Gerade in den Frühen Hilfen ist es wichtig, den Familien persönliche Kontakte und verlässliche Ansprechpersonen anzubieten.

Die vertrauensvolle Zusammenarbeit unterschiedlicher Dienste und Berufsgruppen erweist sich für uns in dieser Krisensituation als wertvolle und hilfreiche Ressource.

Dafür möchten wir uns bedanken und wünschen Ihnen alles Gute!

Das Netzwerk Familie Team

Familienbegleitung in Zeiten von Corona

Bereits seit März dieses Jahres befinden wir uns in einer Ausnahmesituation. Als die ersten Covid-19-Fälle in Österreich auftauchten hatten wir es mit einem bis dahin kaum

erforschten Virus zu tun, dessen weitreichende medizinische, aber auch psychosoziale, ökonomische und gesellschaftliche Folgen damals nur schwer einschätzbar waren.

Neun Monate, viele Erfahrungen und Studien später, können wir die neuen Erkenntnisse in unserer täglichen Arbeit nutzen. Wir wissen heute, dass die Belastungen in Familien deutlich zugenommen haben. Bei der Untersuchung von SORA stellte sich heraus, dass im Mai 2020 jeder zweite Haushalt mit mindestens einem Kind unter 15 Jahren angab, stark belastet zu sein. Auch die COPSY-Studie brachte zutage, dass sich 70 % der befragten Kinder und Jugendlichen durch die Corona-Krise seelisch belastet fühlten. Es wurde eine Zunahme an Stress, Angst und Depressionen beobachtet. Während jedes vierte Kind angab, dass es aktuell häufiger zu Streit innerhalb der Familie komme als noch vor der Corona-Krise, sahen die Eltern diese Problematik sogar noch verschärfter. Als konfliktfördernde Risikofaktoren stellten sich vor allem die beengte Wohnräume, eine fehlende Tagesstruktur und geringes Einkommen heraus. Es wurde zudem ein deutlicher Zusammenhang zwischen psychischem und finanziellem Druck der Eltern und den psychischen Belastungen der Kinder und Jugendlichen erkannt. Im September 2020 präsentierten das Bundesministerium für Inneres und das Bundeskriminalamt die Ergebnisse einer von ihnen in Auftrag gegebenen Analyse zu häuslicher Gewalt während des Corona-Lockdowns. Dabei kam zum Vorschein, dass es während des ersten Lockdowns zu einer Zunahme an häuslicher Gewalt gekommen ist (größere Städte +26%, mittlere Städte und Gemeinden +9%).

Die Ergebnisse der Studien decken sich mit unseren eigenen Beobachtungen und Erfahrungen in der praktischen Arbeit. Existentielle Ängste, Überforderungen, enge Räumlichkeiten, fehlende Tagesstruktur, zu wenig Unterstützungen, familiäre Konflikte und die Ungewissheit über die Dauer der Situation fassen nur grob zusammen, welche angespannten Situationen in vielen der von uns begleiteten Familien herrschen. Familien, die zuvor schon wenige Ressourcen zur Verfügung hatten, stehen seit Monaten in wechselnder Intensität vor besonderen Herausforderungen. Man bedenke, dass diese Familien schon unter „normalen“ Umständen ihr Leben teilweise nur mit Unterstützung bewältigen konnten. Genau diese Hilfestellungen fallen ihnen jedoch aufgrund der Corona-Maßnahmen teilweise, phasenweise auch komplett weg und sie müssen oft auf sich alleine gestellt klarkommen.

Trotz allem mussten wir während beider Lockdowns die Erfahrung machen, dass die Zuweisungen an Netzwerk Familie, aber auch die Mitteilungen an die Kinder- und Jugendhilfe abnahmen. Offen bleibt die Frage, ob es tatsächlich weniger Familien gab

die eine Unterstützung benötigten – oder ob es eine bedenkliche Dunkelziffer nicht wahrgenommener Belastungen und Gefährdungen gibt. Eines lässt sich mit Sicherheit nicht abstreiten: Durch die Schließung bzw. sehr begrenzte Öffnung von Spielgruppen, Kindergärten, Schulen, aber zum Teil auch Kinderärzten und niederschweligen Beratungs- und Unterstützungsangeboten ist eine kaum überbrückbare Lücke im System entstanden.

Zu Beginn des ersten Lockdowns herrschte noch Unsicherheit bezüglich der Gestaltung von persönlichen Kontakten mit den begleiteten Familien. Anstelle von vielen Hausbesuchen verlagerte sich unsere Arbeit auf engmaschige und regelmäßige Telefonate. Was wir gelernt haben ist, dass Telefonate und Onlinedienste den Hausbesuch, wenn überhaupt, nur für kurze Zeit ersetzen können. Ohne persönlichen Kontakt fehlt das „Erleben“ der Familie. Es ist kein richtiger realistischer Einblick möglich und die Einschätzung des Unterstützungsbedarfs bzw. auch die Wahrnehmung einer Kindeswohlgefährdung sind eingeschränkt. Hausbesuche sind ein Kernelement der Frühen Hilfen. Wir haben daher relativ rasch begonnen, unter Einhaltung der geltenden Abstands- und Hygieneregeln, die persönlichen Kontakte mit den Familien wiederaufzunehmen. Die Hausbesuche sind jetzt häufig Gartenbesuche und Spaziergänge. Zu den üblichen Themen sind neue dazugekommen.

Was die Familien derzeit besonders brauchen...

- ... bei Bedarf weiterhin persönliche Treffen
- ... engmaschigen, regelmäßigen Kontakt
- ... in Beziehung bleiben
- ... Entlastungsgespräche
- ... Erziehungsberatung
- ... Psychoedukation zu Strategien und Tipps zur Entspannung
- ... Unterstützung um Freiräume und Auszeiten zu schaffen
- ... Ideen zur Alltagsstrukturierung (Tages- und Wochenpläne)
- ... Motivation zur Bewegung drinnen und draußen
- ... Motivation zur Nutzung von Kinderbetreuungsplätzen als Entlastung
- ... Bereitstellung von Informations- bzw. Notfallnummern

Wir halten uns daher an die klare Empfehlung des Nationalen Zentrum Frühe Hilfe Österreich, den Regelbetrieb der Familienbegleitung aufrechtzuerhalten. Gerade in krisenbetroffenen und unsicheren Zeiten wie diesen, müssen wir für die Familien da sein

und ihnen wie Leuchttürme Orientierung bieten und ihnen ein Gefühl der Sicherheit vermitteln.



TrauMaTRIX – TraumaFolgenPrävention

Die aktuelle Situation, wie wir sie derzeit erleben, stellt eine komplexe Belastung dar, die an kaum jemandem spurlos vorübergeht. Covid19 betrifft in unterschiedlichem Maße fast alle. Besonders gefordert sind aber jene, die bereits traumatisierende Erfahrungen machen mussten. Isolation, Kontrollverlust, das Wegfallen von nahen Bezugspersonen und Ressourcen sind ein Nährboden dafür, dass nicht selten Erinnerungen an alte traumatische Erfahrungen reaktiviert werden. Die gesamte Corona-Pandemie wird somit zum Trigger, dem schwer zu entkommen ist. Die erlebte Ohnmacht kann bei vielen zu Angst, Aggressionen, Unsicherheit, Schlafstörungen, Existenzängsten bis hin zu Todesangst führen.

Dass solche Traumata wieder erlebt werden, ist eine weitgehend normale Reaktion auf abnorme Umstände. Wichtig dabei ist es, Betroffene im Umgang mit den aktuellen Gefühlen zu unterstützen und gemeinsam mit ihnen Möglichkeiten zu schaffen im Hier und Jetzt zu bleiben. Daher ist eine breite Sensibilisierung zur Thematik Traumatisierung unter Fachpersonen gerade zu diesem Zeitpunkt essentiell und aktueller denn je.

Im Rahmen der ersten TrauMaTRIX-Projektphase haben wir eine TrauMaTRIX-Toolbox mit Anregungen und Anleitungen, wie Ressourcen generiert und Menschen in krisenhaften Zuständen stabilisiert werden können, entwickelt. Diese konnten wir bei vier Pilot-Praxisworkshops mit insgesamt 45 Teilnehmer*innen aus den Fachbereichen Jugendhilfe, Pädagogik, Familienhilfe und Geburtshilfe präsentieren und erproben. Gerne stellen wir einige der Ressourcen-Übungen aus der TrauMaTRIX-Box, sowie den

psychischen Notfallkoffer [hier](#) zur Verfügung.

Zudem haben wir ein paar hilfreiche und rasch umsetzbare Tipps für den Alltag gesammelt, die dabei helfen, Ängste zu lindern und Vertrauen und Sicherheit zu gewinnen.

So gelingt es, Ängste zu lindern:

- Der Angst ein Gesicht geben: Wovor GENAU habe ich Angst? An was könnte mich die Situation gerade erinnern? (z.B. an die Quarantäne aufgrund von Scharlach, als ich vier Jahre alt war und Mama und Papa vermisste)
- Angst wahrnehmen und annehmen: Ich habe Angst und es ist okay, Angst zu haben.
- Angst regulieren: Welche Dinge verstärken Angst? Je konkreter umso besser. Dann konkrete Schritte dazu setzen (z.B. Nachrichten nur noch 15 Minuten am Tag konsumieren)
- Aufmerksamkeit nach außen lenken: Was ist, wenn ich Angst habe, sonst noch da? Wovor muss ich in dem Moment keine Angst haben? Was ist trotz allem sicher?
- Vorsicht vor „Ansteckung“ der Angst durch angespannte Atmosphäre (Achtsamkeit bzgl. Medien, Gesprächen usw.)

Tipps und Tricks um Vertrauen und Sicherheit zu gewinnen:

- Alles, was zu mehr Struktur führt, ist hilfreich: Tagesstruktur einhalten (z.B. zu einer fixen Zeit Mittag essen), Ordnung schaffen (Schränke ordnen, Listen schreiben von Dingen, die ich tun kann, ...).
- Aktivität ist besser als Passivität – je mehr Sinne eingesetzt werden, umso besser (z.B. Spaziergang im bunten Herbstwald und währenddessen Musik hören).
- Imaginationsübungen (sich vorstellen, den Raum zu erweitern; der Angst eine Farbe geben und sie aus dem Körper abfließen lassen – danach Sicherheit eine Farbe geben und den Körper damit ausfüllen; sich an den Lieblingsurlaubsort und den Geschmack des leckeren Eises erinnern; ...).
- Kontakte und Beziehungen unbedingt aufrechterhalten und in Verbindung bleiben (Nutzen aller verfügbaren Medien: Telefon, Videotelefonie, Briefe und Postkarten schreiben, ...).

- Mit sich selbst in Verbindung bleiben: gute Sinneseindrücke helfen dabei (z.B. Musik, gutes Essen, angenehmer Geruch, ...) oder auch körperliche Bewegung und bewusstes Atmen usw.
- Auf das blicken, was Bestand hat (Alltagsrituale, Natur, ...).
- Dankbarkeitsrituale integrieren (z.B. vor dem Schlafen: Was war heute gut?).

Ausblick auf die zweite Projektphase

- Im Oktober 2020 starteten 36 Teilnehmer*innen aus ganz Österreich den Lehrgang „Traumapädagogik & Traumaberatung“ mit Lutz Besser. Parallel dazu werden Spezial-Seminare für zukünftige TrauMaTRIX-Referent*innen angeboten. Ziel ist die bundesweite Ausdehnung des Projekts und die nachhaltige Verankerung unseres Angebots.
- Während der zweiten Projektphase legen wir neben frühkindlichen Traumatisierungen den Schwerpunkt zusätzlich auf die Praxisfelder Sucht- und Gewaltprävention sowie Suizidprävention. Dazu werden zusätzliche Module entwickelt und entsprechende Selbsthilfetools an die Gegebenheiten der Zielgruppen angepasst.
- Geplant ist zudem eine Fachtagung zum Projektende im Herbst 2022.



Sensibilisierung – Online geht es weiter...

Für die Früherkennung von Familien in belastenden Lebenssituationen und die Einschätzung möglicher Gefährdungen bedarf es eines vertieften Fachwissens. Netzwerk Familie bietet deshalb schon seit vielen Jahren für die verschiedensten Berufsgruppen strukturierte und kontinuierliche Weiterbildungen an. Es wurden laufend

Sensibilisierungsmaßnahmen in Form von Vorträgen, Workshops, offenen und geschlossenen Schulungen zu den unterschiedlichsten „Frühe Hilfen“-Themen angeboten.

Corona hat nun einiges auf den Kopf gestellt und manches war und ist nicht mehr so durchführbar, wie wir es bisher gewohnt waren. Auch Netzwerk Familie stellte sich den neuen digitalen Herausforderungen. Wir wagten uns auf dieses für uns alle neue Feld der Online-Varianten heran und mussten so kaum Seminare, Vorträge oder Workshops absagen.

Gerade jetzt ist es wichtig, dass wir Familien in belastenden Situationen so früh wie möglich erreichen. Es braucht dazu Ihr sensibles Handeln und den Mut, betroffene Familien anzusprechen und ihnen die Türe für Unterstützung zu öffnen.

Sollten Sie in Ihrer Einrichtung Bedarf für eine Sensibilisierungsmaßnahme sehen, dann melden Sie sich bitte bei uns. Wir sind selbstverständlich gerne bereit, auf Sie zugeschnittene Veranstaltungen als Online-Variante zu organisieren. Wir schalten uns auch gerne einmal in Ihr Team dazu, bieten kurze Vorträge und auch mehrstündige Seminare an.

„Auf gesunde Nachbarschaft – von klein auf“

NETZWERK FAMILIE schafft gemeinsam mit den Gemeinden Alberschwende, Lauterach, Hard, Frastanz und Dornbirn im Modellprojekt „Auf gesunde Nachbarschaft – von klein auf“ geeignete Rahmenbedingungen für Schwangere und Familien mit Kleinkindern und trägt zu einer Stärkung ihrer sozialen Netze bei. Familien werden durch sogenannte Familienlotsinnen und -lotsen bei ihrem Start ins Familien- und Gemeindeleben unterstützt. Durch nachbarschaftliche Hilfe wird Familien Unterstützung und sozialer Anschluss geboten und Kindern ein guter Start ins Leben ermöglicht.

Die Gemeinden wurden auch in diesem Jahr durch Netzwerk Familie begleitet, sowohl in organisatorischer als auch in fachlicher Hinsicht. In regelmäßigen Terminen wurden die jeweils aktuellen Fragestellungen und Thematiken mit den Koordinator*innen bearbeitet. Familienbegleiterinnen von Netzwerk Familie sind 3-4x pro Jahr bei den Austauschtreffen der Familienlotsinnen vor Ort. Sie bieten sowohl fachliche Inputs als auch Reflexion der Arbeit als Familienlotsin.

In Hard starteten wir im Herbst 2019 mit der Umsetzung von „Auf gesunde

Nachbarschaft – von klein auf“ als ersten Teil der Präventionskette. Die Erhebung der Angebote für Familien mit 0- bis 6-jährigen Kindern und die Befragung der Familien hierzu sind bereits erfolgt. Die Ergebnisse der Auswertung wurden analysiert und ein erster Arbeitszirkel mit den Systempartner*innen fand statt. Aufgrund der Corona-Situation wurde das Projekt bis Jänner 2021 gestoppt.

In Dornbirn wurde gemeinsam mit „Kein Kind zurück lassen“ großes Augenmerk auf die Vernetzung der Systempartner*innen gelegt. Die im Projekt entwickelten Orientierungsrahmen für „Bindungsentwicklung“ und „bindungsorientierte Übergänge“ wurden in einem Vernetzungstreffen präsentiert. Darüber hinaus werden den Pädagog*innen Schulungen dazu angeboten.

Im Oktober fand ein gemeindeübergreifendes Vernetzungstreffen statt. Es freut uns, dass sich die Gemeinden gut begleitet fühlen und dass trotz der aktuell herausfordernden Situation das Angebot – teilweise in adaptierter Form – bestehen blieb.

Erfreulich sind die Ergebnisse der externen Evaluation, durchgeführt von der Firma prospect in Wien. Die Ergebnisse zeigen eine hohe Zufriedenheit mit der Projektumsetzung bei allen Beteiligten: dem operativen Kernteam von Netzwerk Familie, dem begleitenden Fachteam aus einschlägigen Expert*innen, den ehrenamtlichen Familienlotsinnen, den kommunalen Verantwortlichen vor Ort als auch bei den Familien. Die Resonanz der befragten Familien auf das Angebot der Familienlotsinnen ist positiv: 88% finden es sehr gut und 12% eher gut, dass es ein solches Angebot in ihrer Gemeinde gibt.

An einigen Stellen wurden Verbesserungspotenziale oder kritische Punkte angesprochen, die wir in der weiteren Entwicklung und Umsetzung berücksichtigen werden.

Für Interessierte der detaillierte [Evaluationsbericht](#).



Bindungsentwicklung und bindungsorientierte Übergänge

Im Rahmen des Projekts „Auf gesunde Nachbarschaft von klein auf“ und in Zusammenarbeit mit der Stadt Dornbirn wurden von Netzwerk Familie zwei Orientierungsrahmen zum Thema „Bindung“ entwickelt. Ein Orientierungsrahmen befasst sich mit der „Bindungsentwicklung“. Im zweiten geht es um die „bindungsorientierten Übergänge“. Beiden Varianten liegen Fachkenntnisse aus der Gehirnforschung, der Bindungsforschung sowie der Übergangsforschung zu Grunde.

Ziel des Orientierungsrahmens „**Bindungsentwicklung**“ ist es, Familien so früh wie möglich auf dieses wichtige Thema aufmerksam zu machen und sie im Aufbau einer sicheren Bindung zu ihren Kindern bestmöglich zu unterstützen. Der Orientierungsrahmen bietet eine wichtige Grundlage, um wesentliche Aspekte aus der Bindungsentwicklung in den Berufsalltag miteinfließen zu lassen und Eltern darüber aufzuklären. Er gibt Fachpersonen aus den unterschiedlichen Disziplinen eine Basis, ihr Wissen abzugleichen oder zu erweitern und dient zur Reflexion, inwiefern sie dieses Thema bereits in ihren Berufsalltag integriert haben.

Aus der Sicht des Kindes werden folgende drei Fragen beantwortet:

1. Was kann ich?
2. Was brauche ich?
3. Wer hilft mir dabei?

Auch der Orientierungsrahmen „**Bindungsorientierte Übergänge**“ ist so aufgebaut. Er bietet eine wichtige Grundlage, um relevante Aspekte aus der Bindungsentwicklung und der Übergangsforschung in den Berufsalltag einfließen zu lassen. Es geht in erster Linie

darum, Familien und ihre Kinder bei ihren Übergangsprozessen aktiv zu begleiten. Fachkräfte aus den verschiedensten Bereichen erhalten Anhaltspunkte und einen Rahmen, um Übergangsprozesse optimal gestalten zu können.

Beide Orientierungsrahmen dienen dazu, eine gemeinsame Wissensbasis zu schaffen. Für die Anwendung der Orientierungsrahmen benötigt es ein vertiefendes Fachwissen, das wir in Form von Weiterbildungsmaßnahmen zur Verfügung stellen.

Im Rahmen einer Einführungsveranstaltung (Vortrag ca. 1 ½ Stunden) stellen wir die Inhalte und Anwendungsmöglichkeiten beider Orientierungsrahmen vor. Für die Anwendung des Orientierungsrahmens „Bindungsorientierte Übergänge“ haben wir das Seminar „Übergänge bindungsorientiert gestalten“ konzipiert und bieten diesen Workshop pädagogischen Fachkräften an.

Gemeinden kommt bei diesem Thema eine wichtige Rolle zu. Sie können gute Voraussetzungen für optimale Übergänge in wichtigen Lebensphasen der Kinder schaffen. Dies fängt bei den entsprechenden Qualifizierungen des Fachpersonals an und hört bei der Entwicklung nachvollziehbarer und einzuhaltender Übergangskonzepte in den jeweiligen pädagogischen Einrichtungen auf.

Netzwerk Familie mit seiner langjährigen Erfahrung begleitet Gemeinden in diesen Prozessen, um bindungsorientierte Übergänge in den einzelnen relevanten Phasen der ersten Lebensspanne von 0 – 5 Jahren zu festigen (Übergang vom Elternhaus in eine Betreuungseinrichtung, Übergang in den Kindergarten, Übergang in die Schule). Sollten Sie Interesse an einer solchen Begleitung haben, melden Sie sich bitte bei uns.

[Auf dem Laufenden](#)

Kinder psychisch kranker Eltern

Online-Seminar via Zoom 07-2101-03

1. Modul: 28.01.2021 9:00 - 12:00 Uhr
2. Modul: 28.01.2021 14:00 - 17:00 Uhr
3. Modul: 09.02.2021 9:00 - 12:00 Uhr

Zur [Anmeldung](#)

20. Internationale Bindungskonferenz

Trauma und Bindung zwischen den Generationen

10. – 12. September 2021

Aufgrund der großen Unsicherheit, vor allem aber aufgrund des vielen positiven Teilnehmerfeedbacks zur diesjährigen IBK, haben sich Dr. Brisch und das IBK-Organisationsteam für eine erneute virtuelle Umsetzung der 20. Internationalen Bindungskonferenz 2021 entschieden.

Zur [Anmeldung](#)

Literaturtipps

Der veränderte Alltag durch das Corona-Virus

ist für uns alle belastend. Jetzt ist es wichtig, sich zu stärken und die eigenen Ressourcen zu aktivieren.

Dieser [E-Reader](#) bietet Übungen zur Achtsamkeit, zur Selbststärkung, zum Umgang mit Ängsten und zur Regulation von Emotionen.

Studien über Auswirkungen von Corona auf Kinder und Jugendliche

Es gibt mittlerweile schon zahlreiche Studien darüber.

[Hier](#) eine Zusammenfassung, zur Verfügung gestellt vom Kinderschutz Vorarlberg.

Kontakt NETZWERK FAMILIE

T +435572 / 200 262

www.netzwerk-familie.at

info@netzwerk-familie.at



Copyright © Netzwerk Familie 2020 NETZWERK FAMILIE, All rights reserved.

Wenn Sie Ihre Einstellungen ändern möchten, klicken Sie bitte hier:

[Einstellungen verändern](#) oder [vom Newsletter abmelden](#)

