Handreichung Gruppenkonzept

Familien stärken international

Ein Praxisleitfaden zur Umsetzung von Elterngruppen für Migrant*innen

07.01.2026

Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

Gefördert durch

INTEGRATION SACHSEN

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES UND GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT

Freistaat SACHSEN

Impressum:

Text: Anne Rockstroh

Konzeption Elterngruppen: Lilian Aldiban, Katharina Bomke, Katja Eisenkolb, Anne Rockstroh, Franziska Scheumann

Erprobung Gruppenkonzept: 2025 im **Psychosoziales Zentrum Dresden** - Vermittlung, Beratung und Behandlung für seelisch belastete Kinder, Jugendliche & Erwachsene mit Migrationshintergrund

Friedrichstraße 24/ Haus A, 01067 Dresden

ViSdP: Das Boot gGmbH – Sozialpsychiatrisches Zentrum, das BOOT gGmbH – Sozialpsychiatrisches Zentrum

Geschäftsführer -Tilo Erning- Geschäftsstelle: Riemannstraße 29b, 04107 Leipzig

Inhaltsverzeichnis

Einleitung ... 3

Teil 1 - Einführung in Theorie und Praxis interkultureller Elterngruppen ... 4

Hintergrund: Lebenssituationen von Familien mit Migrationsbiografie in Deutschland ... 4

Erfahrungen von Themen von Familien in der Beratungsarbeit im Psychosozialen Zentrum Dresden ... 5

Zielsetzung der sprachhomogenen Elterngruppen ... 6

Zielgruppen ... 8

Grundhaltung des Angebots ... 8

Teil 2: Praxisleitfaden zur Umsetzung interkultureller Elterngruppen ... 9

Organisatorischer Rahmen für interkulturelle Elterngruppen ... 9

Methodische Herangehensweise, Ablauf und Vorschläge für einzelne Sitzungen ... 12

Themen der Gruppensitzungen ... 12

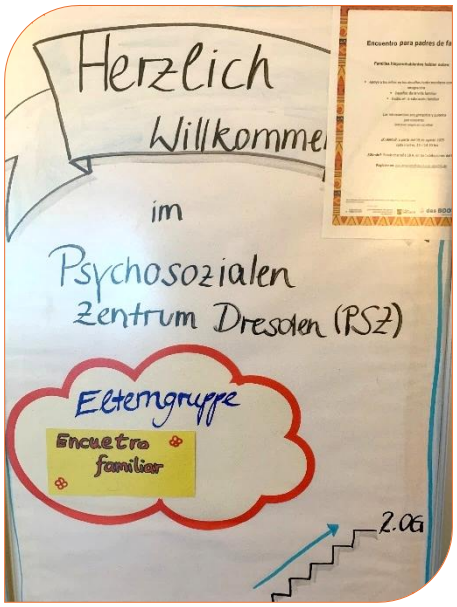
Inspiration: Methoden ... 16

Ausblick ... 18

Einleitung

Herzlich willkommen!

Die Handreichung hat das Ziel, praxistaugliche Einblicke in das Projekt „Familie stärken international“ zu geben und Sie zu inspirieren, eigene Elterngruppen durchzuführen. Sie soll Ihnen Lust machen, eigene Gruppen anzubieten und Ideen und ein erprobtes Konzept an die Hand geben, wie sie loslegen können.



Sie richtet sich daher vorrangig an Personen, die in der Elternarbeit tätig sind. Wir hoffen, Ihnen damit einen guten Einblick in die Erfahrungen des Projekts zu geben und im Arbeitsalltag hilfreich zu sein.

Die Handreichung ist entstanden im Projekt „Familien stärken international“, das das Psychosoziale Zentrum Dresden mithilfe der Förderung durch das Sächsische Staatsministerium für Soziales und gesellschaftlichen Zusammenhalt im Jahr 2025 umgesetzt hat.

Das Psychosoziale Zentrum Dresden bietet seit 2016 psychosoziale Beratung für psychisch belastete Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Flucht- und Migrationshintergrund im Einzel- und Gruppensetting in der Dresdner Friedrichstadt an.

Ziel des Projektes waren die Konzeption, Erprobung und Durchführung mehrerer niedrigschwelliger Elterngruppen mit Migrationshintergrund zur Stärkung der Familien. Aus den Erfahrungen der Elterngruppen auf

- arabisch
- spanisch
- persisch
- ukrainisch
- kurdisch

hoffen wir, Ihnen praxistaugliche Einblicke und Materialien zur Umsetzung zur Verfügung zu stellen.

Viel Freude und Mut bei der Umsetzung!

Teil 1 - Einführung in Theorie und Praxis interkultureller Elterngruppen

Hintergrund: Lebenssituationen von Familien mit Migrationsbiografie in Deutschland

Familien mit Migrationsbiografie sind so vielfältig wie Menschen aus aller Welt und ihre Lebenslagen sein können. Bildungsgrad, Herkunftsland und -milieu, Aufenthaltstitel, Migrationsbiografie/Flucht, etc. sind extrem divers. Dennoch gibt es Gemeinsamkeiten, die v.a. geflüchtete Familien in den ersten Jahren ihrer Ankunft häufig erleben:

1. Sprachbarrieren, Bildungsbenachteiligung, Diskriminierung und psychische Belastung

Sprachbarrieren sind in Familien mit Migrationsbiografie eine sehr häufige Herausforderung, die vielfältige Probleme mit sich bringen und sich unterschiedlich auswirkt je nach Bildungsniveau der Eltern, gesundheitlicher Verfassung, Verfügbarkeit von Deutschkursen und auf Seiten der Kinder Verfügbarkeit von qualitativ guten Kindertagesstätten- und Schulplätzen (in Sachsen hatten Anfang 2025 ca. 1800 Kinder und Jugendliche keinen Platz in Schule oder Kita[1]).

Die Sprachbarriere und niedriger Bildungsstand der Eltern haben Folgen für die Kinder: sie verschlechtern die Bildungschancen ihrer Kinder deutlich—dies wurde u.a. in PISA-Studien nachgewiesen[2]. Gleichzeitig sind die Kinder und Jugendliche oft großen Erwartungen ihrer Eltern ausgesetzt – sie „sollen es mal besser haben". Oft tragen sie auch wesentlich zur Stütze in der Familie bei. Durch schnelleres Erlernen der deutschen Sprache fungieren sie als Übersetzer für ihre Eltern und organisieren nicht wesentlich den Alltag der Familie mit.

Hinzu kommt, dass Kinder und Eltern nicht nur im Bildungssystem zunehmend häufiger Diskriminierung ausgesetzt sind. Alltagsrassistische Vorurteile, fehlende Erfahrung mit „fremden" Kulturen, Überforderung von Personal durch Sprachbarrieren und fehlenden Kapazitäten etc. führen dazu, dass Kinder und Jugendliche demotivierende Erfahrungen machen. Außerdem finden sich bei geflüchteten Kindern und ihren Eltern höhere Prävalenzen für Depression und PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung) als bei der deutschen Mehrheitsbevölkerung (PTBS 20 Mal häufiger, Depression 6 Mal häufiger), was sich ebenfalls in Schulerfolg und Lernschwierigkeiten äußern kann.[3]

2. Unzureichende Kenntnisse des deutschen Bildungssystems, geringe Partizipation im Bildungssystem

Vielen Migranteneltern mangelt es an einem tiefgehenden Verständnis des deutschen Bildungssystems (z. B. Realschule vs. Gymnasium, duale Ausbildung). Auch fehlen Ressourcen und Wissen, z. B. zu Nachhilfe oder Förderprogrammen, beruflicher Bildung etc.. sprachliche und kulturelle Barrieren führen dazu, dass viele Eltern informelle Schulkontakte meiden, aus Angst vor

[1] https://www.saechsische.de/sachsen/sachsen-fast-1-900-kinder-haben-keinen-platz-in-der-schule-EXEAI5DB4JA4PM7IPG2X3YZH7U.html
[2] INSM-Bildungsmonitor (Institut der deutschen Wirtschaft) https://insm.de/bildungsmonitor-2024
[3] Abdallah-Steinkopf 2018

Diskriminierung oder aus kulturellen Überzeugungen („Der Lehrer hat immer Recht“).[4] Dies wiederum führt zu Schwierigkeiten in der Kommunikation zwischen Lehrpersonal und Eltern zum Nachteil der Kinder.

3. Autoritäre Erziehungsstile und kulturelle Konflikte

Studien zeigen bei Eltern aus manchen Kulturkreisen häufiger autoritäre oder inkonsistente Erziehungsverhalten; z. B. stärkere Disziplin, Delegation von Verantwortung an Kindergarten oder Schule, abhängig von Sprachkenntnissen, Religiosität und psychosozialer Belastung.[5] Diese Prägung konfligiert innerhalb der Familien häufig mit Erziehungsstilen oder auch Lernstilen in der Schule, die die Kinder in Deutschland erleben. Daraus ergibt sich ein großes Spannungsfeld, das sich sowohl innerfamiliär zeigt als auch in Schule und Kita[6].

4. Unsicherer Aufenthaltsstatus, Armut und beengte Wohnverhältnisse

Der DJI-Kinder- und Jugendmigrationsreport 2020[7] stellt fest: Kinder mit Migrationshintergrund sind deutlich häufiger armutsgefährdet (erste Generation: 58 %) als Kinder ohne Migrationshintergrund (15 %). Außerdem leben sie häufig in beengten Wohnverhältnissen—nur etwa 60 % verfügen über ein eigenes Zimmer im Vergleich zu rund 93 % bei Kindern ohne Migrationshintergrund.

Sind Familien im Status der Duldung oder von Abschiebung bedroht, sind die Wohnverhältnisse sowie sozialen Verhältnisse oft prekär. Leben in Gemeinschaftsunterkünften, Angst vor Abschiebung, unklare Zukunftsperspektive, zerrissene Familien, Familienangehörige im Heimatland oder auf der Flucht, die nicht in Sicherheit sind sind Themen, die geflüchtete Familien stark belasten.

Diese verschiedenen Aspekte der Lebensrealität vieler Familien sind eng miteinander verflochten und wirken häufig kumulativ.

Erfahrungen von Themen von Familien in der Beratungsarbeit im Psychosozialen Zentrum Dresden

Aus der Beratungspraxis im Psychosozialen Zentrum Dresden seit 2016 zeigen sich folgende häufige Problemlagen in Familien mit Migrationsbiografie:

<u>Beispiele für herausfordernde Verhaltensweisen bzw. Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen:</u>

- Ängste, Panikattacken, Posttraumatische Belastungsstörungen
- Oppositionelles, aggressives Verhalten
- Rückzug

[4] Lehrstuhl für Schulpädagogik der LMU München https://www.edu.uni-muenchen.de/spe/int_schulent/6_eltern/62_herausforderungen/index.html?utm_source=chatgpt.com
[5] Öztürk, Y., Reisenauer, E., Castiglioni, L. *et al.* Parenting by mothers in immigrant families from Poland, Russia and Turkey in Germany: Migration-related similarities or origin-related differences?. *CMS* **11**, 33 (2023). https://doi.org/10.1186/s40878-023-00356-x
[6] https://www.magazin-schule.de/magazin/autoritaere-erziehung-in-familien-mit-migrationsgeschichte-wenig-wertschaetzung-viel-druck/?utm_source=chatgpt.com
[7] https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/dasdji/news/2020/DJI_Migrationsreport_2020.pdf

- Schulabstinenz
- Verweigerung, die Sprache zu lernen
- Häufige Konflikte mit Eltern - Wunsch nach stressfreierem Zusammenleben
- Einnässen, Sprachlosigkeit (Mutismus)
- Mobbing
- Exzessiver Medienkonsum/Suchtverhalten
- Überforderung mit unterschiedlichem Umgang mit Sexualität in Herkunftskultur und Aufnahmekultur
- Verlusterfahrungen, Heimweh
- Rückzugsverhalten
- Parentifizierung
- Kinder/Jugendliche in der Dolmetscherrolle für ihre Eltern und damit Überforderung
- hohe Belastung durch Pflegeaufgaben von Eltern, schwierigen Gesundheitszustand von Eltern etc.

Beispiele für herausfordernde Lebenssituationen von Eltern:

- Verlust von Bezugssystemen, die die Familie stützen und in denen andere Rollen übernommen werden
- alleinerziehende Mütter mit ihren Kindern, deren Väter im Krieg sind, inhaftiert o.ä. (häufig bei Ukrainischen Familien)
- Fokus Kleinfamilie: fehlende (z.B. arabische) Großfamilien, in denen andere Regeln gelten und andere Akteure Erziehungsarbeit übernommen haben (Tanten, Omas, große Brüder…)
- Veränderung der Bezugssysteme und andersartiges Lebensumfeld der Kinder in Deutschland – neue Lebenswelt in freiheitlich organisiertes Leben in Deutschland konfligiert mit traditionellen Rollen
- Höhere Erwartungshaltungen von Schulen, was Kinder schon können müssen im Vergleich zum Herkunftsland
- Orientierungsfragen in Wertesystem, Zugehörigkeit, Erziehungskompass
- Verlusterfahrungen, Traumata, Heimweh
- Finanzen
- Doppelbelastung Finanzierung von Familien in der Heimat

Auf der Basis dieser Erfahrungswerte heraus hat das Projektteam am Psychosozialen Zentrum die Elterngruppen konzipiert.

Zielsetzung der sprachhomogenen Elterngruppen

Die Zielsetzung der Elterngruppen ist: Niedrigschwellige und bedarfsorientierte Beratung und Unterstützung der Zielgruppe der Eltern mit Migrationshintergrund. Konkret bedeutet dies:

- Stärkung der Eltern in Ihrer Erziehungs- und Konfliktlösungsfähigkeit
- Stabilisierung des innerfamilären Systems
- Unterstützung bei der eigenständigen Problemlösungsstrategie
- präventives Angebot für Eltern, die in bestehenden regelhaften Beratungs- und Unterstützungssystemen nicht oder nur unzureichend unterstützt werden können

Die **Erarbeitung des Gruppenkonzepts** im Projekt „Familie stärken International“ verfolgte die Ziele:

- Anbahnung und Etablierung eines Gruppenprogramms in sprachhomogenen Gruppen zur Stärkung der Selbstwirksamkeit und damit auch Integrationsfähigkeit
- Kultursensible Anpassung von vorhandenen Elterngruppen-Konzepten auf die Zielgruppe geflüchteter Menschen.
- Erstellung einer Handreichung zur Übertragung der Erfahrung in andere Bereiche

Hinweis: Wir haben die Gruppen sprachhomogen konzipiert, weil die Erfahrung zeigt, dass gemischte Gruppen für die Zielgruppe eine extrem hohe Zugangshürde haben und selten zustande kommen. Vertrauen und stabilisierende Netzwerke sind bedeutsam.

Für die **Konzeption und Umsetzung des Gruppenangebots** haben wir uns fokussiert auf:

- Entlastenden Austausch innerhalb der Gruppe initiieren und begleiten
- Edukativer Ansatz – Informationsvermittlung zu Entwicklungsthemen, Unterstützungsmöglichkeiten und Bildungssystem und hilfreichen Netzwerken in die Gruppensitzungen integrieren
- Erarbeitung von Handlungsstrategien im Umgang mit herausfordernden Situationen
- Unterstützung bei der Selbstfürsorge, Eigeninitiative und Handlungsfähigkeit der Teilnehmer*innen

Die **Teilnehmer*innen** an den sprachhomogenen Gruppen der Sprachen

- arabisch
- Spanisch
- persisch
- ukrainisch
- kurdisch

im Psychosozialen Zentrum waren in der Regel in den letzten Jahren nach Deutschland gekommen und daher noch relativ neu in der Aufnahmegesellschaft in Deutschland. Ihre sozialen, wirtschaftlichen und gesundheitlichen Hintergründe sowie Aufenthaltstitel waren sehr unterschiedlich, auch der Status der Integration. Zu 95% nahmen Frauen an den Gruppen teil. Größtenteils erreichten wir die Teilnehmer*innen über die Vermittlung von Netzwerkpartner*innen in der psychologischen oder sozialen Betreuung in Dresden, teils meldeten sich die Teilnehmer*innen eigenständig an.

Die Erfahrungen und Feedbacks der Teilnehmer*innen sind ebenfalls in diese Handreichung eingeflossen, genauso wie Erfahrungen aus erprobten Konzepten wie z.B. „Eltern aktiv“ von Refugio München[8] sowie „Parents‘ College“ der LMU München[9].

Zielgruppen

An folgende Zielgruppen richtete sich das Angebot der Elterngruppen:

- Eltern oder andere Erziehungsberechtigte (z.B. Großeltern) mit Flucht- und Migrationshintergrund, die in Deutschland leben
- geflüchtete Eltern, die in Erstaufnahmeeinrichtungen leben
- Eltern von „auffälligen Kindern“ /dysfunktionale Familiensysteme
- Eltern von psychisch belasteten Kindern
- psychisch belastete Eltern.

Die Teilnahme war möglich durch Eigeninitiative oder Empfehlung (z.B. durch Jugendamt, (Familien-) Beratungsstellen, Kindergärten, Schulen, Jugendgericht, Migrationssozialarbeit oder Erstaufnahmeeinrichtungen). Außerdem war die Teilnahme unabhängig vom Aufenthaltsstatus, Dresden und ostsächsische Landkreise (Meißen, Bautzen, Sächsische Schweiz Osterzgebirge, Görlitz)

Als Ausschlusskriterium bei Teilnehmer*innen galten: geistige Behinderung, schwere Form dissozialen und impulsiven Verhaltens, fehlende Fähigkeit zu Gruppeninteraktion. Bei ausgeprägten Gewaltproblematiken oder Inobhutnahme war nach einem Erstgespräch eine Teilnahme möglich.

Grundhaltung des Angebots

<u>Methode des „Interkulturellen Pendelns“</u>

Im Zentrum der Elterngruppen steht die Grundhaltung und kommunikative Methode des von Refugio München entwickelten bzw. benannten „Interkulturelles Pendeln“.

„Der rote Faden, der sich durch das Elterntraining zieht, ist das wiederholte Bewusstmachen elterlicher Aufgaben und Rollen, die vor der Migration im Verbund mit der Großfamilie funktioniert haben, sowie das Überprüfen der Wirksamkeit dieses mitgebrachten Repertoires unter den neuen Lebensbedingungen in der Kernfamilie. Migration als Einschnitt in die Lebensgeschichte erfordert das Hinterfragen von Selbstverständlichkeiten. Im Rahmen des Elterntrainings können muttersprachliche Trainerinnen und Trainer das Über- und Umdenken, aber auch das Beibehalten von hilfreichen Wertvorstellungen und Verhaltensweisen aus dem eigenen kulturellen Hintergrund der Flüchtlingseltern unterstützen und die erforderliche Erweiterung des mitgebrachten Werte- und Verhaltensrepertoires fördern. Der Einsatz der Kommunikationstechnik des Interkulturellen Pendelns dient zur Reflexion über

[8] Abdallah-Steinkopf, Barbara: Interkulturelle Erziehungskompetenzen stärken. Ein kultursensibles Elterncoaching für geflüchtete und zugewanderte Familien, erschienen in der Reihe *Fluchtaspekte*, Vandenhoek & Ruprecht 2018

[9] Hahnefeld, Andrea et. al. (Hg): Interdisziplinäre Versorgung von Kindern mit Fluchterfahrung. Mit psychoedukativem Gruppenkonzept für Eltern, hogrefe 2024

Auswirkungen des Migrationsprozesses auf das gegenwärtige Erziehungsverhalten und gegenwärtige Erziehungseinstellungen und hat sich im Rahmen von Beratung, Therapie und Elterntraining als besonders hilfreich erwiesen."[10]

Die Grundhaltung des Elterngruppen zur interkulturellen Stärkung enthält neben edukativen Elementen wie Wissensvermittlung z.B. über Unterstützungsnetzwerk, auch interaktionelle Ansätze. Dabei spielen kulturelle Prägungen und Erfahrungshorizonte aus den Herkunftsländern eine besondere Rolle. Das Ziel besteht darin, diese in Abgleich mit Möglichkeiten und Grenzen in der Aufnahmegesellschaft zu bringen.

Elternkompetenz als wertschätzende Grundannahme

Wir gehen grundsätzlich davon aus, dass die meisten (gesunden) Eltern das Beste für Ihre Kinder wollen und ihre Kinder am besten kennen. Sie sind die in der Regel die kompetentesten Ansprechpartner und in den allermeisten Fällen auch die wichtigsten Bezugspersonen. Mit dieser Grundhaltung adressieren wir die Eltern und sprechen ihre Kompetenzen wiederholt an. Gerade in einer fremden Aufnahmegesellschaft stärkt das das Selbstbewusstsein der Eltern und öffnet die Perspektive auf die eigenen Fähigkeiten statt den Fokus auf die „Expertenmeinung" zu verschieben (in Fall der Elterngruppen die Kursleiter*innen).

Teil 2: Praxisleitfaden zur Umsetzung interkultureller Elterngruppen

Organisatorischer Rahmen für interkulturelle Elterngruppen

In zehn Sitzungen wurden verschiedene Themen besprochen, die Sie Abschnitt Themen der Gruppensitzungen nachlesen können. Wir baten die Eltern, ohne ihre Kinder an den Gruppen teilzunehmen, in Ausnahmefällen konnten wir in Nachbarräumen Kinderbetreuung anbieten.

Folgende **organisatorische Vorgehensweisen** haben sich als hilfreich erwiesen:

- Kostenlose, offene und angeleitete Gruppe (ggf. mit Sprachmittlung)

Teilnehmer*innen: keine Altersbeschränkung (auch Großeltern oder andere Bezugspersonen willkommen), drei bis acht Elternteile (Elternteile können sich abwechseln oder nach Absprache gemeinsam teilnehmen), kulturübergreifend, Ausschlusskriterien s.

- Zielgruppen
- Zeit und Ort: 10 Sitzungen, gleiche Zeit und gleicher Ort, einmal wöchentlich für 1,5 Stunden
- Turnus, Zeit, Kinderbetreuung:
    - Wöchentliches Setting, offene Gruppe, begrenzte Terminanzahl (10)
    - regelmäßige Erinnerung, Ab- und Anmeldung zur Erhöhung der Verbindlichkeit

[10] Abdallah-Steinkopf 2018, S. 115f

- Zeitgestaltung möglichst regelmäßig; Zeitpunkt der Gruppe abhängig von Beschäftigung, Termine Deutschkurs, Alter der Kinder etc., Öffnungszeiten der Beratungsstelle (unsere Termine waren: 13-14.30h oder 17-18.30h)
- Kinderbetreuung mit anbieten wenn möglich; keine Teilnahme von Kindern, da die Gesprächsatmosphäre sich sehr verändert und Kinder ggf. beunruhigt und belastet werden können wenn ihre Eltern problematische Themen in ihrer Anwesenheit besprechen

- <u>Werbung für das Angebot:</u>
  - Hilfreich über Netzwerk-Empfehlung (z.B. Arztpraxen, Migrationsdienste, Beratungsstellen, Kita/Schule etc.)
  - Communities „anzapfen“ wenn möglich – social Media Kanäle/Gruppen
  - Ideal: Werbung direkt in den Erstaufnahmeeinrichtungen oder Gemeinschaftsunterkünften, Schulen, Kitas um präventiv wirksam sein zu können
  - Anmeldebogen organisatorische Hürde für manche TeilnehmerInnen, aber wichtig um Themen zu erfassen
  - Medium: Flyer, Website, Mailing an Netzwerke, kurze ansprechende Ankündigungsformate via Social Media

Eltern-Gruppe

Arabische Eltern im Gespräch zu:

- Unterstützung der Kinder bei Herausforderungen in der Schule und Integration
- Herausforderungen im Familienleben
- Erziehungsfragen

Angeleitet, moderiert und kostenlos
(Bitte kommen Sie ohne Ihre Kinder)

Wann: ab dem 08.04.2025 von 13:00 bis 14:30
(wöchentlich dienstags)

Wo: Friedrichstraße 28 A in den Räumen des PSZ

Anmeldung: psz.dresden@das-boot-ggmbh.de

SACHSEN

das BOOT

Abb. Flyer arabische Gruppe auf deutsch, wurde auch auf arabisch verteilt

- Anmelde-Prozedere
    - Aufnahmeverfahren mit Anmeldebogen per E-Mail nach Anmeldung durch Eigeninitiative der Teilnehmer*innen oder Netzwerk
    - Ggf. vorab kurzes Aufnahmegespräch, um Rahmenbedingungen der Familie und eventuelle Problemlagen zu erfassen
    - Anmeldebogen zur Erfassung der Kontaktdaten und Grundinformationen

Hinweis: Bei längerem Aufnahme-Einzelgespräch besteht die „Gefahr“ zu viel Einzelbetreuung anzubieten; Gruppensetting als Ziel halten wenn andere Beratungsinfrastruktur nicht leistbar ist; Empfehlung an weiterführende Beratungsangebote/Hilfestellungen in der Gruppe anbieten

Hinweis: Zur Bedeutung von Atmosphäre: Das räumliche Gruppensetting trägt stark zur Grundatmosphäre bei; Gastlichkeit wichtiges Prinzip in den meisten Ländern, gemütliche Atmosphäre, Tee, Gebäck etc. kann wichtige Hürden abbauen und ist nicht zu

- Geschlechts-Spezifik:
    - Vorrangig werden solche Gruppen von Frauen besucht; dies ist auch eine Realität in der Elternarbeit in Deutschland; der kulturell geprägte „Gesichtsverlust“ bei Hilfesuchen ist für Männer noch schwieriger und gelingt eher bei sehr edukativen Ansätzen oder bei bereits erfolgter Therapie-Anbindung in Beratungssettings
    - Der Bedarf unter Männern/Vätern zu Beratung in Erziehungsfragen ist aber durchaus vorhanden (häufige Krisenkonstellationen bei Erziehungsfragen in Bezug auf Bedeutungsverlust durch Arbeitslosigkeit, stärkerer Autonomie von Frauen/Mädchen in Deutschland, Umgang mit Strafe/Gewalt); eigene Angebote für Männer wären daher sehr sinnvoll
    - Eine Geschlechts-Mischung der Elterngruppen kann insbesondere bei bestimmten Kulturkreisen herausfordernd bis problematisch sein – daher wird die Geschlechts-Homogenität empfohlen

- Raumgestaltung:
    - Gemütliches Setting: Tee, Knabberzeug, Sitzgruppe, Musik beim reinkommen

Abbildung: gemütliches Setting im PSZ für die Gruppe mit Tee und Gebäck

Methodische Herangehensweise, Ablauf und Vorschläge für einzelne Sitzungen

Themen der Gruppensitzungen

Die Themen der einzelnen Module der 10-wöchigen Elterngruppen entwickelten wir Erfahrungs- und Bedarfsorientiert und werden hier im Einzelnen dargestellt, sowie erprobte Methoden zur inhaltlichen Gestaltung skizziert. Die Themenschwerpunkte stellten wir zu Beginn der Elterngruppe vor und passten die Inhalte je nach Bedarf der Eltern an.

Hinweis: Strukturiertes und methodenbasiertes Vorgehen in interkulturellen Gruppen kann haltgebend und Austausch-fördernd sein. Für eine bedarfsgerechte Gruppenleitung ist aber Flexibilität bedeutsam, um dynamisch auf die im Alltag oft sehr herausfordernden und individuellen Themen der Teilnehmer*innen einzugehen. Insbesondere in manchen Kulturkreisen (z.B. arabisch, persisch) ist der Gesprächsverlauf dynamischer, was für die Vertrauensbasis sehr wichtig und wertvoll sein kann.

Abbildung: Flipchart mit Themenübersicht zur Orientierung in der ersten Sitzung der arabischen Gruppe, dazu Kennenlern-Fragen

Termin	Thema	Inhalte	Methodenvorschläge
1	**<u>Erziehung zwischen den Kulturen</u> - in Deutschland und in der Heimat / Ankommen im Kurs**	Projekt vorstellen, Kennenlernen, Vertrauen herstellen, erster offener Austausch zu aktuellen Themen/, Anliegen der TeilnehmerInnen klären, Regeln und Erwartungen klären	- Ankommensrunde/Gespräche in Kleingruppen (s. - Themenwünsche für den Kurs sammeln - Regeln der Gruppe – Datenschutz als bedeutsame Grundlage - Impulsfragen und Gruppengespräch zu: Unterschiede in Erziehungsmethoden Herkunftsland – Deutschland (Herausforderungen, Themen, unterschiedliche Erziehungsstile)
2	**<u>Erziehung - Grenzen, Regeln, Grundbedürfnisse</u> von Kindern und Umgang mit Grenzen und Regeln – Familienleben im fremden Land**	Input zu Erziehungsstilen, Grundbedürfnissen, Elternrollen; Beispiele besprechen, Hilfestellungen, pendeln zwischen eigener Erziehungsgeschichte im Herkunftsland und im Aufnahmeland	- Input zu verschiedenen Erziehungsstilen (autoritär, laissez-faire, autoritativ) – Vor- und Nachteile - Grundbedürfnisse von Kindern → Input (Grundbedürfnisse von Kindern - Bedürfnispyramide, Gewalt, Mutter-/Vaterrolle, emotionaler Eisberg - Beispiele der TeilnehmerInnen besprechen - Hilfreiche Alltagsstruktur im Deutschland - Vermittlung von Basisinformationen zu bindungs- und sprachfördernden Beschäftigungsmöglichkeiten, Bedeutung emotionaler Zuwendung, Umsetzung tagesstrukturierender Elemente, kindliches Bedürfnis nach Ordnung und Sicherheit
3	**<u>Kita, Schule, Ausbildung</u> - Durchblick im deutschen Bildungssystem und anderweitigen Unterstützungsmöglichkeiten und deren Integrationsanforderungen**	Input zu Ausbildungssystem, Kitaplatz, Betreuung, Kontakt mit Schulen/Kita, Aufgaben von Eltern; ggf. Entlastung von überhöhten Erwartungen an Kinder (z.B. nicht jede/r muss studieren, duales Bildungssystem erklären etc.)	- Bedarfsgerechte Wissensvermittlung - Welche Themen benennen die TeilnehmerInnen → in Kleingruppen Themen eruieren - Input zu Strukturen, Unterstützungen, Schulformen, Formen und Bedeutung der Elternzusammenarbeit - Herausforderungen der TeilnehmerInnen und ihrer Familienmitglieder (ggf. auch Blick auf Diskriminierungserfahrungen)

4	**Umgang mit Stress - Stressbewältigung in der Elternrolle im Kontext der Migration unter veränderten kulturellen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen**	Entlastung über Austausch über Stressoren, die z.T. auch Migrationsspezifisch sind, Sensibilisierung für Risiken von Stress im Umgang mit Kindern, Möglichkeiten der Selbstfürsorge	- Input mit Bildkarten - Austausch zu Stressfaktoren - Ggf. Freizeit-Zeiteinteilungs-Karte („Zeitkuchen“) - Lösungsstrategien erarbeiten - gemeinsam in der Gruppe eine Entspannungsübung ausprobieren – z.B. Handmassage, Igelball-Massage - Stressbewältigungs-Strategien sammeln z.B. gemeinsame Entspannung mit Kindern (Kindermassage, Stabilisierung über Spiele), Gesundheitsförderndes Verhalten im Alltag, Ernährung, Schlaf, Wachstum, Umsetzung tagesstrukturierender Elemente, Selbstfürsorge, Achtsamkeit - kleine „Hausaufgabe“ – was möchte ich Schönes für mich bis zum nächsten Kurs umsetzen?
5	**<u>Netzwerk für Kinder</u> - Unterstützendes Netzwerk Kinder - Anbahnung von Austauschmöglichkeiten und sinnstiftenden Freizeitaktivitäten z.B. Beteiligung in Sport oder-Kulturvereinen**	Perspektivwechsel auf Ressourcen und Herausforderungen des eigenes Kindes, wertschätzender Blick auf ggf. hilfreiche Unterstützungsstrukturen, Identifikation von notwendigem Unterstützungsbedarf, Entlastung über konkrete Ideen für Anlaufstellen	- Einstiegsimpuls mit Gegenständen „was passt gut zu meinem Kind?“ - Perspektivwechsel – Leitfragen: „Was kann mein Kind?“ „Wo braucht es Unterstützung?“ „Was braucht mein Kind?“ - Netzwerkkarte – Ressourcen für die Kinder individuell zeichnen
6	**<u>Netzwerk für Eltern</u> - Unterstützendes Netzwerk Eltern - Anbahnung von Austauschmöglichkeiten und sinnstiftenden Freizeitaktivitäten z.B. Beteiligung in Sport oder-Kulturvereinen**	Fokus auf sich selber – wo bräuchte ich Unterstützung, wo kann ich sie geben, wo könnte ich sie herbekommen	- Netzwerkkarte – Ressourcenarbeit für Eltern und Kinder - Ressourcen der Eltern - Netzwerkkarte als konkrete Übung mitnehmen – was/wer kann mir helfen? Was möchte ich bis nächste Woche angehen?

7	**<u>Migration und ihre Spuren in der Seele</u> - Umgang mit belastenden Erfahrungen im Kontext der erfolgten Migration bzw. den Herausforderungen in Deutschland** *Hinweis*: Dieses Thema muss sehr situativ konzipiert werden je nachdem wie vertraut die Gruppe miteinander inzwischen und wie schwer die Migrationsgeschichten der Einzelnen – hilfreich ist hier ggf. Einzelarbeit mit Arbeitsblättern, Kleingruppe o.ä. um die Gesprächssituation kleinteilig zu gestalten	Schaffung eines niedrigschwelligen Reflexionsraums zu Themen der Migration und dem Verständnis zu besonderen Belastungen daraus bei sich selber und den Kindern, z.B. über folgende Fragen: - Was begleitet sie noch aus der Migration/Flucht? Was ist prägend und hat Einfluss auf die Entwicklung jetzt? - was haben Ihre Kinder Prägendes im Kontext der Migration erlebt - was beeinflusst die Situation ihrer Kinder in der Schule/Kita/sonstiges in Deutschland	Psychoedukation zu: Trauma und Trauma-Verarbeitung - Was ist ein Trauma? Was sind typisches Symptome? Wie äußern sich traumatische Erlebnisse mit Kindern (Psychoedukation zu möglichen Verhaltensweisen und Symptomen bei Kindern nach potenziell traumatisierenden Erlebnissen, elterlicher Umgang mit z.B. überlebensfokussierten Zuständen, Entwicklungsrückschritten, Schreckhaftigkeit; Möglichkeiten für selbst belastete Eltern, das eigene Kind zu fördern) - Ggf. eine Stabilisierungstechnik bei Trauma ausprobieren/anbieten je nach Gruppensituation: sicherer innerer Ort, Tresorübung, Höhle bauen, Imaginationsübungen etc.
8.	**<u>Kommunikation in der Familie</u>**	Austausch zu herausfordernden Familiendynamiken; Verbesserung der innerfamiliären gewaltfreien Kommunikation zur Stärkung der eigenen Problemlösungskompetenzen/ Empowerment der Teilnehmenden	- Spannungen/Kommunikation in der Familie (Kinder/Eltern/Partnerschaft) identifizieren – Visualisierung z.B. Stress-Spirale zeichnen/Zeigen -Problemlösungsstrategien/Grenzen/ Gewalt (Information über Strafbarkeit) - Umgang mit Ärger und Wut bei Kindern (entwicklungsbedingte Einordnung) - hilfreiche Botschaften in der Kommunikation vermitteln/ausprobieren
9.	**<u>Umgang mit Krisen</u> - Erlernung von Stabilisierungstechniken und Umgang mit innerfamiliären Krisen**	Aufbauend auf den vorangegangenen Sitzungen Entwicklung von Handlungsstrategien bei krisenhaften Situationen in der Familie (mit den Kindern, PartnerInnen etc.), Wissen über Hilfsangebote und Notfall-Nummern	- Entspannungsmethoden - Psychoedukation über Traumata und Trauma-Folgestörungen - An wen soll ich mich in Krisensituationen wenden? Hilfreiche Netzwerke, Notfallnummern, Frauenschutzhaus, Krisendienste - Krisenstrategien besprechen, Absprachen innerhalb der Familie treffen, Signale vereinbaren,

			Kommunikationswege, hilfreiche dritte
10	**Abschlusssitzung**	Offenes einsammeln, erarbeitete Ressourcen/Strategien vertiefen, weiterführende Unterstützungen besprechen, gemeinsamen Abschluss feiern	- Ein Abschluss ist enorm wichtig, um Ressourcen und Ergebnisse zu beündeln aber auch Feedback einzuholen - Methodisch gerne mittels Karteikarten einsammeln und verschiedene Abschiedsfeedbacks einsammeln - Essen teilen ist interkulturell von hoher Bedeutung und kann mit der Gruppe besprochen werden ob gewünscht

Thema nach Wahl: Alltagsstruktur/Medienkonsum/ Schlaf - Je nach Bedarfen kann es hilfreich sein, diese Themen in einer Sitzung zu vertiefen; insbesondere Medienkonsum. Hierzu gibt es gute Materialien zum Beispiel von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, auch mehrsprachige Flyer: https://www.schau-hin.info/service/materialien

Inspiration: Methoden

Wir haben übliche Methoden aus der Gruppenarbeit oder Beratung genutzt und z.T. auf unser Setting abgewandelt. Zum Teil müssen die Materialien übersetzt werden, können dann aber ganz einfach auch im Gruppensetting angewendet werden. Einige Methoden-Beispiele:

*Hinweis: Die **Frage nach den Wünschen** ist in interkulturellen Gruppen oft wenig fruchtbar. Sehr selten werden hier konkrete Anliegen benannt, denn in vielen Kulturen ist das Formulieren von Wünschen zu Beginn einer neuen Situation eher unüblich. Die Frage kann dennoch bedeutsam sein, weil so ggf. auch unrealistische Erwartungen ausgesprochen werden, die aus der Lebenssituation der TeilnehmerInnen verständlich sein können aber vom Anbieter ggf. nicht bedient werden können (z.B. Übersetzungsleistungen für einen Behörden-Brief).*

Einstiegs-Methoden

- „Stein und Feder“ als Symbole für „was ist gerade leicht, was ist gerade schwieriger“ als Einstieg ins Thema
- Gegenseitig kennenlernen: soziometrische Aufstellung im Raum nach Herkunftsorten, aktuellen Wohnorten, Anzahl Kinder, Interessen… führt zu Bewegung im Raum und Lockerheit zum Einstieg
- Einstiegs-Fragen zum Kennenlernen zum Austausch im zweier-Gespräch und danach in der größeren Runde:

- Name, Heimatland, Sprache, Beruf, Kinder
- Wenn ich mir aus meinem Heimatland etwas nach Deutschland wünschen dürfte, was wäre das?
- Was ist ganz typisch für Deutsche und was finde ich ganz seltsam?
- Was wünsche ich mir von der heutigen Gruppe?

Inhaltliche Erarbeitungen

- Ressourcenkarte – zur Visualisierung Ressourcen für Eltern aber auch für die Kinder
- Kartenset „der ständige Stress im Kopf“ → Themeneinstieg für Schule, Kita und Co. oder auch für Mental Load/Selbstfürsorge[11]
- Kartenset Stärken-Schatzkarte mehrsprachig[12] → für den ressourcenorientierten Blick auf die TeilnehmerInnen
- Arbeit mit Symbolen, Tieren, Spielzeug etc. als thematischer Einstieg
- Netzwerk-Karte zur Visualisierung von hilfreichen Personen, Institutionen,

Auflockernde Elemente:

Humor und lachen hilft immer, gerade wenn die Themen sehr schwer sind. Ebenso wertvoll ist es, die Herkunftskulturen der Teilnehmer*innen miteinzubeziehen und damit deren Herkunft in der Gruppe etwas deutlich zu machen. Entspannungsübungen sind nicht nur für die Situation in der Gruppe zum verarbeiten oder verlangsamen von Themen hilfreich sondern auch, um konkrete Anregungen mit nach Hause zu nehmen. Konkrete Ideen zur Umsetzung:

- Kinderlieder aus verschiedenen Ländern singen
- Essen mitbringen oder gemeinsam zubereiten, Rezepte austauschen
- Igelball-Massage, Phantasiereise
- Entspannungs-Übung und konkrete Methode, z.B. NADA
- Ohrakupunktur

Abbildung: In der ukrainischen Gruppe suchten die Eltern passende Figuren für sich und ihre Kinder nach Charaktermerkmalen aus und überlegten, wie diese „Wesen“ wohl am besten miteinander kommunizieren könnten.

Hinweis: Bei Entspannungs-Übungen muss man ggf. aufpassen, was kulturell bedeutsam sein kann (z.B. bei Ohr-Akkupunktur Hijab ablegen ggf. schwierig und nur in von Blicken abgeschirmter Situation) oder bei gemischtgeschlechtlichen Gruppen muss geprüft werden, wie gut sich die Teilnehmer*innen öffnen/entspannen können.

[11] https://www.beltz.de/fachmedien/psychologie/produkte/details/51939-der-staendige-stress-im-kopf.html
[12] https://www.beltz.de/fachmedien/psychologie/produkte/details/50967-stark-strong-gueclue.html

„Hausaufgaben“

„Hausaufgaben“ mitzugeben kann missverständlich aber auch sehr hilfreich sein. Es kann z.B. hilfreich sein, um einen Fokus der Stunde zu vertiefen oder konkrete Dinge auszuprobieren. Gerade wenn z.B. ein positiver Fokus auf das Kind schwer zu halten ist könnte es hilfreich sein, die Aufmerksamkeit auch zwischen den Gruppensitzungen genau darauf zu lenken, indem es als Hausaufgabe formuliert ist. Man kann das Thema dann zum Einstieg in der nächsten Gruppe nutzen, muss aber vorsichtig sein, dass kein „Kontroll-Gefühl“ entsteht (viele Migrant*innen sind unter Druck, „Anordnungen“ zu befolgen, dieser Eindruck sollte nicht entstehen). Einige Beispiele:

- Jeden Tag eine gemeinsame Aktivität für 15 Minuten
- Eine Sache, die mir gut tut und die ich umsetzen möchte
- Fragen Sie ihr Kind… - Interview
- Kinderlieder mitbringen

Feedback-Methoden

- Rede-Ball werfen
- Drei Finger-Methode
- Was fand ich gut, was nicht so gut
- Eine Sache, die mir besonders in Erinnerung bleibt.

Ausblick

Das Projekt „Familie Stärken International“ am Psychosozialen Zentrum Dresden endet mit dem Projektende 2025. Die Erfahrungen werden mit dieser Handreichung der interessierten Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Unsere Erfahrungen mit den Elterngruppen und die Rückmeldung der TeilnehmerInnen machen Mut, sie weiterzuführen und auszubauen.

Auch wäre denkbar, dass die Gruppen als Peer-Gruppen ausgebaut werden und dass MultiplikatorInnen aus den Communities als GruppenleiterInnen ausgebildet werden und so selber Gruppen anbieten (was ja auch in einigen Vereinen praktiziert wird).

Bei der Umsetzung kann neben den hier vorgelegten Informationen auf Materialien von anderen Projekten und Erfahrungen kann zurückgegriffen werden wie z.B. das bereits zitierte Münchner Projekt bei Refugio (Abdallah-Steinkopf 2018) oder das modulare „Parents College“, das an der LMU München für Kurse für Eltern von Kindern bis zum Vorschulalter konzipiert wurde. Die Veröffentlichung zum Konzept Parents Colle [13], „Interdisziplinäre Versorgung von Kindern mit Fluchterfahrung“ (Andrea Hahnefeld, Elena Wiegand, Sigrid Aberl, Volker Mall Hrsg.) liefert ein kultur- und traumasensibles Eltern-Coaching mit dem Ziel, die Bedürfnisse insbesondere von kleinen Kindern nicht zu übersehen, Entwicklungsverzögerungen schon im Vorschulalter zu erkennen, Inklusion und Teilhabe frühestmöglich zu erreichen und Kinder so trotz ihrer Fluchterfahrung erfolgreich zu integrieren. Module für die Umsetzung von Elterngruppen sind darin detailliert beschrieben und es werden auch regelmäßig Schulungen dazu angeboten.

[13] https://www.hogrefe.com/de/shop/interdisziplinaere-versorgung-von-kindern-mit-fluchterfahrung.html

Unser Partner im PSZ Sachsen das Psychosoziale Zentrum Leipzig (Mosaik Leipzig e.V.) hat außerdem ebenfalls eine Handreichung veröffentlicht zum Projekt Familie stärken international, die für die Umsetzung von interkulturellen Elterngruppen ebenfalls hilfreich sein könnte.

Wir wünschen allen, die die Umsetzung von Elterngruppen anstreben viel Mut, Erfolg und Freude an dieser sehr vielfältigen, wertvollen Arbeit!