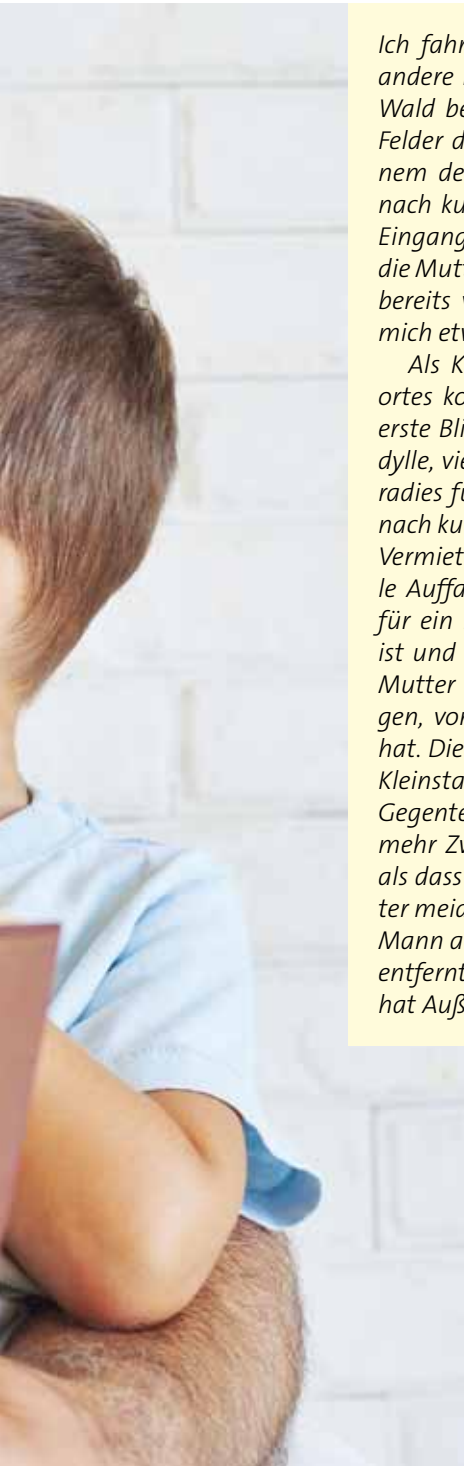




Familienpaten in Bayern

Niederschwellige Unterstützungsangebote als primärpräventiver Ansatz in der Gemeindeversorgung



Ich fahre durch das benachbarte Dorf, bis ans andere Ende, kurz bevor auf der einen Seite der Wald beginnt und auf der anderen Seite weite Felder den Blick zu den Alpen frei geben. An einem der letzten Häuser mache ich Halt, finde nach kurzem suchendem Blick die beschriebene Eingangstür. Ich brauche nicht zu klingeln, denn die Mutter, mit der ich den Termin habe, hat mich bereits vom Fenster aus gesehen und erwartet mich etwas aufgeregt und verlegen zugleich.

Als Koordinatorin eines Familienpatenstandortes komme ich oft in solche Situationen. Der erste Blick von außen ist fast romantisch. Dorfidylle, viel Platz, um ungestört zu spielen, ein Paradies für Kinder. Doch oft trügt das Bild. Schon nach kurzem Gespräch stellt sich heraus, dass der Vermieter den Kinderlärm nicht mag, die steile Auffahrt zum Haus sich als lebensgefährlich für ein Kind erweist, das mit Buggy unterwegs ist und die Wohnlage so abgelegen ist, dass die Mutter es schwer hat, soziale Kontakte zu pflegen, vor allem, wenn sie mal wieder kein Auto hat. Die Eltern in der nur etwa 10 km entfernten Kleinstadt sind leider keine Unterstützung. Im Gegenteil, durch ihre manipulative Art haben sie mehr Zwistigkeit in die kleine Familie gebracht, als dass sie entlastend gewesen wären. Die Mutter meidet daher ihre Eltern seit längerer Zeit. Ihr Mann arbeitet für eine große Firma in der 50 km entfernten Großstadt. Er ist ständig unterwegs, hat Außendienste mit Übernachtungen. Er muss

viel arbeiten, um den Lebensunterhalt der Familie hier in diesem teuren Teil von Deutschland zu verdienen. Wenn er daheim ist, braucht er Erholung und vor allem Schlaf. Die beiden Söhne, beides Wunschkinder, sind wild und anstrengend. Oftmals platzt dem Vater dann der Kragen, wenn er sein Erholungsbedürfnis bedroht sieht und gleichzeitig macht er sich Vorwürfe, dass er den Kindern nicht mehr Zuwendung geben kann. Grund genug für einen Ehekrach, denn die Mutter erfährt durch ihren Mann somit keine Entlastung, sondern fühlt sich verpflichtet, seine Sorgen aufzufangen.

Innerhalb einer Stunde hat mir die Mutter ihre Lebenssituation geschildert. Immer mehr Details machen deutlich: diese Mutter ist am Ende ihrer Kräfte, die Akkus sind leer, hier ist dringender Handlungsbedarf.

Wenn die Mutter z.B. beim Einkaufen mit der älteren alteingesessenen Bäckerfrau ins Gespräch kommt, sagt diese nur: „Mei, früher ham ma fünf bis sieben und mehr Kinder g'habt und ham ned g'jammert. Was ihr jungen Leut heut z'tag so habt?“ Dann geht die Mutter heim, mit Selbstzweifeln und dem Gefühl, dass irgendetwas mit ihr nicht stimmt.

Es stimmt wirklich etwas nicht, denn sie hat eine psychische Krise gehabt und ist seither in psychiatrischer Behandlung. Ihr Arzt hat ihr daraufhin den Flyer von den Familienpaten in die Hand gedrückt.

So oder anders sind die Zugänge zu den Familien, denen eine Patin/ein Pate im Rahmen der Familienpaten vermittelt wird.

Das Netzwerk Familienpaten Bayern¹

Bereits im Jahr 2009 haben sich erstmals verschiedene Stellen, die in Bayern für Familienunterstützung und -schutz tätig sind², für ein bayernweites Netzwerk eingesetzt, um Familienpaten sukzessive flächendeckend zu etablieren.

Ziel war es, ein niederschwelliges Angebot bereitzustellen, auf das **alle** Familien zugreifen können, unabhän-

gig u.a. von finanziellen Ressourcen oder Nationalität; ein Angebot, das wohnortnah und ohne formelle und behördliche Hürden, Unterstützung im Alltag bieten kann. Mit dem Slogan „Hilfe, die ankommt“, werden engagierte Menschen in den Gemeinden gesucht, die ihre Zeit und ihre Lebenserfahrung anderen Familien ehrenamtlich zur Verfügung stellen wollen. Doch Helfen will gekonnt sein. Daher ist die intensive Schulung, die der Übernahme einer Patenschaft vorausgeht, obligatorisch. Hierfür wurde vom Staatsministerium

„Zum Erziehen eines Kindes braucht es ein ganzes Dorf“

(afrikanisches Sprichwort)

1 Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration. <http://www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/familienpaten/index.php> und www.familienpaten-bayern.de. Der Begriff „Familienpate“ ist nicht geschützt, so dass es leicht zu Verwechslungen mit gleichlautenden Projekten kommen kann.

2 Deutscher Kinderschutzbund Landesverband Bayern e.V., Bayerischer Landesverband des Katholischen Deutschen Frauenbundes e.V., Landesverband Mütter- und Familienzentren in Bayern e.V., Zentrum Aktiver Bürger Nürnberg.



Gemeinsam stark und glücklich sein

ein umfangreiches Curriculum erstellt. Inhalte sind beispielsweise die Phasen einer Patenschaft, Familiensysteme und ihre Dynamik, die systemische Sichtweise, die dem Familienpatenprojekt zugrunde liegt, Kommunikation, Werte in der Familie, Nähe und Distanz, Nein sagen, Abgrenzung in der Patenschaft, die eigene Rolle als Pate/-in, interkulturelle Kompetenz, Trennung und Scheidung, rechtliche Fragen, was tun, bei Verdacht auf Kindeswohlgefährdung, wo stößt die eigene Verantwortung als Pate/-in an ihre Grenzen, so dass eine Sache an das professionelle Netz abgegeben werden muss, Schweigepflicht und vieles mehr. Erst nach dieser 6-tägigen Schulung entscheiden sich die Teilnehmer/-innen, ob sie tatsächlich als Familienpaten/-innen tätig sein wollen.

Diese Verzahnung zwischen Familien, ehrenamtlichen Helfern aus der Region und professionellen Koordinatoren/-innen unter der Nutzung des gesamten Netzwerkes eines Landkreises, um Syn-

ergien nutzbar zu machen und Schnittstellen effizient zu managen (Clearing) ist ein Spezifikum, ein Qualitätsmerkmal und ein Erfolgskriterium des Familienpatenprojekts zugleich.

Dabei bleibt das Hilfsangebot auf beiden Seiten freiwillig. Zwar wird schriftlich eine detaillierte Vereinbarung über die konkrete Hilfeleistung – auch als Schutz für die Paten – getroffen, die sehr wichtig ist. Dennoch bleibt das Angebot zwar verbindlich, aber freiwillig und kann auch wieder beendet werden, wenn sich Verhältnisse verändern oder andere Gründe für eine vorzeitige Beendigung sprechen. Läuft eine Patenschaft, so beträgt die Dauer ein Jahr, mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe, aber auch der Option der Verlängerung, falls nötig und beidseits gewünscht. Ein Rechtsanspruch auf Familienpaten besteht hingegen nicht. Im Durchschnitt leisten die Paten/-innen pro Woche 2–3 Stunden Hilfestellung, wobei der genaue Treffensmodus Aus-

handlungssache zwischen der Familie und den Paten ist. Die geleisteten Stunden werden protokolliert und fließen in eine bayernweite Statistik ein.

Die Paten werden auch nach der Schulung professionell koordiniert, haben regelmäßige Fortbildungen und Supervision. Das relativ kostenintensive Projekt basiert auf einer Mischfinanzierung an der sich Gemeinden, freie Träger, Stiftungen u.m. anteilig beteiligen.

Das Projekt wird vom Netzwerk Familienpaten halbjährlich evaluiert. Die Beteiligten werden nach Beendigung einer Patenschaft schriftlich befragt. Was Familien nach einem Jahr Familienpatenschaft sagen:

„Endlich hat mir jemand zugehört.“

„Wenn die Familienpatin mit meinen Geschwistern spielt, hat meine Mami Zeit für mich.“

„Zeit für mich selbst gab es gar nicht mehr. Langsam beginne ich damit, wieder etwas für mich zu tun.“

Die Motivation der Helfer/-innen und Gründe für den Bedarf

Die klassische Großfamilie gibt es nur noch vereinzelt. Manchmal sind es auch die Großeltern, die ihre Rolle als Unterstützer/-innen nicht mehr ausfüllen wollen. Sei es, weil sie selber noch aktiv sind und ihre eigenen Interessen pflegen, sei es, weil die Beziehung zwischen ihnen und den eigenen Kindern nicht die beste ist und zu Reibungsflächen führt. Auch dann ist es manchmal gesünder, seine Zeit und Anteilnahme anderen Kindern und nicht den eigenen zukommen zu lassen. So verschwimmen die Fürsorgebeziehungen heute mehr und mehr. Was früher innerhalb einer Familie und eines Dorfes, einer sozialen Gemeinschaft geregelt wurde, weicht auf, ist durchlässig, verhandelbar. Diese Mechanismen zu bewerten führt nicht weiter. Sie sind der Motor für Veränderung und damit Weiterentwicklung. Ohne Schritte der Veränderung – oft nicht freiwillig gegangen – keine Menschheitsgeschichte.

Auch die Mobilität kostet ihren Preis. Viele Familien haben keine Angehörigen in der Nähe, soziale stützende Netzwerke müssen in der Wahlheimat erst neu aufgebaut werden. Die Zeit bis zum ersten Kind verschiebt sich zunehmend

nach hinten und wird bis dahin von Mann und Frau gleichermaßen mit der immer wichtigeren beruflichen Identität, Gelderwerb und der Planung einer abgesicherten Zukunft verbracht.

Wenn die Kinder und Enkelkinder weit weg wohnen oder man selber nie eigene Kinder hatte, schenkt man die Zeit eben lieber anderen. Auffallend viele der Familienpaten haben selber in ihrem Leben nicht nur Gutes erfahren, Unterstützungsangebote außerhalb der Familie gab es kaum.

Erfreulicher Weise gibt es unter den Familienpaten einen erstaunlich hohen Anteil an Männern. Oft sind es Berentete, die ihr Wissen gerne weitergeben, Nachhilfe und Hausaufgabenbetreuung als Patenaktivität bevorzugen. Hier passt das Hilfsangebot oft wie der Schlüssel ins Schloss, denn viele Familienpaten werden in der Tat für Jungs gesucht. Der oft abwesende eigene Vater kann somit durch ein neues männliches Vorbild ergänzt werden.

Familie im gesellschaftlichen Wandel

Manche Menschen kann man heute schwärmen hören „Früher war alles besser! Da waren die Familien noch in Ordnung“. „Früher“ meint: als noch die Mütter liebevoll die Kinder um- und die Väter mit ihrer harten Arbeit die Familie versorgten. Sofort baut sich vor dem eigenen geistigen Auge eine romantische Idylle auf und man möchte denken „Ja, früher!“

Die klassische traditionelle Vater-Mutter-Kinder-Familie, mit ihrem männlich konnotierten Versorgungsaspekt und der weiblichen Fürsorge wurde faktisch nur zwischen den 1950er bis maximal 90er Jahren gelebt. Es war ein Idealbild des städtischen Bürgertums sowie des Nationalsozialismus, aber auch geprägt durch die ersten damaligen Erkenntnisse der Psychologie nach Sigmund Freud und seinen Schülern. Tatsächlich war es noch in den 60er-

Jahren in landwirtschaftlich geprägten Gegenden für Frauen normal, harte Arbeit außerhalb des Hauses Tag für Tag zu erledigen. Die Bäuerin ging der Feldarbeit meist rasch nach der Geburt ihres Kindes wieder nach. Die Landhebamme Rosalie Linner³ beschreibt in zahlreichen Erzählungen, wie oft sie Mütter wenige Tage nach der Geburt eines Kindes bereits auf dem Feld antraf und ihnen deswegen ins Gewissen reden musste. Die Erziehung der Kinder oblag damals größtenteils der Großmutter, die mit im Haus lebte. Das damalige Familienleben war v.a. Versorgungs- und Zweckgemeinschaft. Dazu brauchte es Zusammenhalten und Solidarität. Die Befriedigung von basalen Bedürfnissen stand im Vordergrund, nicht aber die pädagogische Pflege. Kinder galten noch lange als kleine Erwachsene, die ihre Aufgaben zu erfüllen hatten, wie alle anderen Hausmitglieder im Arbeitsprozess. Ver-

glichen mit der heutigen Lebenswirklichkeit war es ein hartes, pflichtvolles und klar strukturiertes Zusammenleben ohne große Rücksicht auf individuelle Befindlichkeiten.

Durch die Lehren der freudschen Tiefenpsychologie versuchte die Gesellschaft ab den 70er Jahren die Familie immer mehr auf einen sehr kleinen Rahmen festzulegen: Vater, Mutter und Kind. Ziel war die Einheit zu bilden, ein eng verwobener Kern, in dem die Kinder eine besondere pflegende Umgebung erfahren. Die mütterliche Pflege war dabei von entscheidender Bedeutung. Bei ihr sollte der Nachwuchs eine pädagogisch geprägte Nestwärme erleben und darin bestmöglichst „gedeihen“ können. In diesem Gebilde stieg der Anspruch aber auch an das elterliche Handeln, zunächst besonders bei den Müttern, enorm an. Noch heute befinden sich deutsche Familien in diesem



In unserer heutigen Zeit eher seltene Momente

³ Bücher von Rosalie Linner, u.a. „Meine Zeit als Landhebamme“ (2003), „Hebamme aus Leidenschaft“ (2004), „Tagebuch einer Landhebamme“ (2014), „Meine besten Geschichten als Handhebamme“ (2015), u.a.



Das gute Verhältnis zu Eltern bzw. Großeltern wird maßgeblich durch die Qualität des Miteinanders geprägt

Entwicklungsprozess – mit weiter steigender Tendenz.

So entwickelte sich das Konstrukt „Familie“ von einer Gemeinschaft, die das Überleben des Individuums sichern sollte, zu einem sozialen Verbund, in dem ein besonderes Augenmerk auf die Entwicklung und Pflege des Nachwuchses gelegt wird. Auf der anderen Seite rückte die Versorgung der Alten, die als Gegenleistung von den Kindern erwartet wurde, mehr und mehr durch das Rentenversicherungssystem in den Hintergrund. Folglich wird also maximal in den Nachwuchs investiert, ohne dass eine entsprechende Solidarität von genau diesem erwartet wird. Zielsetzung des elterlichen Handelns ist nun die Zufriedenheit über das eigene Erziehungsverhalten, sowie eine gute Beziehung und Freundschaft zum

eigenen Kind. Nach der Shellstudie⁴ der letzten Jahre berichten junge Menschen in Deutschland, dass sie überaus zufrieden mit ihren Eltern wären. Über 75% erwägen eine ähnliche Erziehung, wie die ihrer Väter und Mütter. Gleichzeitig gehört die „Familie“ zu den attraktivsten Lebensmodellen bei Jugendlichen. Fast 80% der jungen Menschen meinen, dass ein glückliches Leben nur im Kreise einer eigenen Familie möglich wäre. Dies spricht für den hohen Erfolg der westlich geprägten Elternschaft. Eltern sind gute „Freunde“⁵ für ihre Kinder. Sie sind wichtigste Bezugs- und Vertrauenspersonen.

Dazu gesellen sich zusätzlich überaus aktive Großeltern. Auch sie suchen weiter eine positive Beziehung zu ihren Kindern und Enkeln. Außerdem sind Frauen und Männer mit anwachsenden

Bildungschancen zunehmend immer häufiger beide berufstätig. Zur Unterstützung beider übernehmen Omas und Opas oft wichtige Teile der Kinderbetreuung und -versorgung. So erhalten

4 Prof. Dr. Albert et al. (2015). 17. Shellstudie. Hamburg. http://www.shell.de/ueber-uns/die-shell-jugendstudie/multimediale-inhalte/_jcr_content/par/expandablelist_643445253/expandablesection.stream/1456210165334/d0f5d09f09c6142df03cc804f0fb389c-2d39e167115aa86c57276d240cca4f5f/flyer-zur-shell-jugendstudie-2015-auf-deutsch.pdf

5 Das Befreundet sein mit seinen eigenen Kindern hat auch seine Grenzen. Dann nämlich, wenn die autoritäre Kraft der Eltern dabei verschwimmt und das eigene elterliche Rollenbild nicht klar ist. Dann können auch Eltern ihre Kinder als beste Freunde und Vertraute „missbrauchen“.

auch sie einen wichtigen Platz im Leben der Kinder und Jugendlichen. Befragungen ergaben zusätzlich, dass deutsche Großeltern gerne ihre Kinder entlasten. Weiter möchten sich gerade Menschen an der Grenze zur Rente zusätzlich sozial engagieren. Sie ergreifen dann ehrenamtliche Ämter als Familienpaten, Bildungscoaches oder Lesepaten. Dabei entlasten sie Eltern in ihren unterschiedlichen Bedürfnissen.

Warum diese Veränderungen?

In der deutschen Kultur haben sich zwei US-amerikanische Ideale verankert: Einmal wird angenommen, dass jedes Individuum über eine Wahlfreiheit in seinem Leben verfügen soll⁶. Allen Menschen stehen weitestgehend alle Türen offen. Voraussetzung dafür ist ein entsprechender persönlicher Einsatz. Diese Einsicht ist u.a. Frucht der behavioristischen Strömung in der Psychologie, die nach Watson⁷ besagt, dass man jeden Menschen mit einer entsprechenden Förderung zu jedem Weg befähigen könne. Natürlich möchten Väter und Mütter ihren Kindern unbedingt gute Lebensvoraussetzungen ermöglichen. Dazu fördern sie ihren Nachwuchs nun entsprechend. Kinder werden bereits frühzeitig zum Sprach-, Musik- oder Kreativunterricht angemeldet. Die Nebenfolge ist die Verinselung der Kindheit. Mädchen und Jungen werden zu verschiedenen Förderangeboten befördert, um ihre Attraktivität für die Marktwirtschaft und spätere Berufstätigkeit zu sichern. Dabei können oft Familienaktivitäten auf der Strecke bleiben.

Weiter hat jeder Mensch in der westlichen Kultur ein verbrieftes Recht auf sein persönliches Glück. Verantwortlich dafür sind bei Kindern deren wichtigste Bezugspersonen und die Gesellschaft. Sie haben zum Ziel, das Kind in die Richtung zu bringen, auf dass es sein persönliches Glück fände.

Die Wahlfreiheit und das Recht auf eigenes Glück- diese beiden Ansätze bergen ein großes Potenzial in der Fami-

lie. Kinder können heutzutage alles erreichen. Ihre Eltern stehen ihnen quasi als Coaches bei. Auch dadurch entsteht eine positive Beziehung. Auf der anderen Seite bekommt Elternschaft aber gerade dadurch einen fast „unheimlichen“ Anspruch. Eltern werden in diesem Bild alleinig für das Glück und die Chancen ihrer Kinder verantwortlich. Die meistens berufstätige Mutter und/oder der Vater sollen neben den hohen Anforderungen des Lebens und der Arbeitswelt ihre/seine Kinder feinfühlig, verständnisvoll und in einer überaus positiven Beziehung großziehen. Eltern sollen allzeit pädagogisch handeln: also nicht schreien, schlagen oder ihre eigene Schwäche zeigen. Gleichzeitig haben sie den Auftrag ihren Kindern alle Freiheit zu ermöglichen und dazu angemessene Grenzen zu setzen, ihre Freunde zu kennen, entsprechende Medienkompetenz zu erwerben usw. Das ist eine sehr große Heraus- und großteils Überforderung.

In pädagogischen Kreisen beobachtet man entsprechend, dass Eltern in gewissen Bereichen zum großen Teil resignieren und gerne ihre Erziehungsverantwortung in professionelle Hände abgeben möchten. Folge ist eine zunehmende Vollzeitbetreuung von Kindern und Jugendlichen in Institutionen.

Gleichzeitig möchte der deutsche Staat mit weiteren Maßnahmen die Elternschaft fördern um die Funktionalität der Familie zu sichern.

Das Familienleben stellt heute neue Anforderungen an alle Teile der Gemeinschaft. Dabei kann eine Unterstützung von Menschen mit entsprechender Lebenskompetenz eine wichtige Richtung geben. Ehrenamtliche Familienpaten haben oftmals bereits erfolgreich eigene Kinder großgezogen und entsprechende Erfahrungen. Sie kennen häufig die Dinge, die zu einer gelingenden Beziehung wichtig sind und können neue Perspektiven aufzeigen.

Der gesundheitliche Aspekt

Gesellschaftlicher Wandel vollzieht sich über viele Jahrzehnte, in denen Parallelwelten mehr oder weniger glücklich koexistieren. Das heißt auch, dass beispielsweise alte und neue Familienwerte in ein und derselben Familie gelebt und vertreten werden. Die Elterngeneration, die sozusagen zwischen den Großeltern und den Enkeln steht, ist dabei meist in einer „Sandwich-Position“. An ihnen reiben sich die Vorstellungen, Werte und Emotionen bis zur Zerreißprobe. Manche Familie zerbricht daran. Auf jeden Fall ist das eine prekäre Position. Eine, an der sich psychosomatische Dynamiken ma-



Hohe Erwartungen sind häufig mit Elternschaft verknüpft

⁶ Mehr über Wahlfreiheit und Glück aus systemischer Arbeit und Therapie bei: A. Retzer (2010).

⁷ <https://de.wikipedia.org/wiki/Behaviorismus>



Immer mehr Eltern klagen über Erschöpfung

nifestieren können. Bereits 2014 stellte Jennifer Hüge⁸ fest, dass immer mehr Eltern und vor allem Mütter an Burnout leiden. Sie macht die gesellschaftlichen Trends in der Entwicklung von Familienstrukturen dafür verantwortlich. Familien heute sind also hochbelastet.

Ein weiteres Beispiel:

Mit der Mutter, die ich heute besuche, hatte ich mich zufällig im Obstladen über den Flyer unterhalten, den ich dort gerade ausgelegt hatte. Von sich aus wäre die Familie aus einer Region in Südbayern, in der das durchschnittliche Pro-Kopf-Einkommen bei über 10.000 Euro liegt, sicher nicht auf mich zugekommen. Zu hoch das eigene schlechte Gefühl, in dieser Gesellschaft nicht zu genügen, zu den Verlierern zu gehören. Das Geschirr türmt sich, am Boden liegen Wäsche, Papiere und Spielsachen durcheinander. Die Mutter müsste dringend in ihrem Homeoffice etwas erledigen und eigentlich müsste schon das Mittagessen auf dem Herd kochen. Aber diese Mutter schafft nichts davon. Beide Eltern Akademiker. Der Vater verdient gut, ist aber nach einem Herzinfarkt gesundheitlich nicht mehr belastbar, ist oft müde und benö-

tigt viel Erholungsphasen – am besten alleine. Ich höre mir auch diese komplexe Geschichte an und ein Bild in mir wird immer deutlicher: was, wenn in diesem labilen Gleichgewicht noch ein Steinchen dazu kommt? Das Steinchen ist schon am Anrollen. In der Schule zeigen sich Probleme, eine Oma ist im letzten Jahr gestorben und die andere gerade auf dem Weg zum Pflegefall. Die Familienpatin, die ich hier vermitteln konnte, hilft in erster Linie der Mutter bei der Strukturierung des Alltags, beim Aufräumen und Entrümpeln. Außerdem unternimmt Sie manchmal etwas mit den Kindern.

An diesem Beispiel, im Übrigen kein Einzelfall, wird deutlich, dass auch eine geringfügige Hilfestellung viel Entlastung bringen kann. Der Vater kann ohne schlechtes Gewissen ausschlafen und sich danach seinen Kindern wieder mit mehr Energie zuwenden. Die Mutter kann durchatmen und hat nicht immer die tausend Dinge im Kopf, die eigentlich getan werden müssten. Jede Woche ein bisschen – das ist über's Jahr verteilt viel. Ein **primärpräventiver Ansatz**, der dort ansetzt, wo Schlimmeres, eine Eskalation, ein gesundheitlicher Rückfall, vermieden werden können.

Kneipp sagte einmal sinngemäß, er habe erst wirkliche Heilung erreicht, als er Ordnung in die Seelen der Menschen gebracht habe. Im o.g. Beispiel bringt die Familienpatin Ordnung in die Familienseele und „heilt“ damit auch andere „Wunden“ des Systems. Die **systemische Sichtweise** ist bei den Familienpaten konzeptimmanent. Drehen wir auf der einen Seite ein Schraubchen, so hat das Auswirkungen auf das Ganze.

Auch wenn die gesundheitsförderliche Komponente bei den Familienpaten konzeptionell nicht im Vordergrund steht, hat das Programm doch eindeutig ressourcenorientierte, potenzial- und gesundheitsförderliche, also salutogene Aspekte. Was Einzelne gesund erhält ist auch für Systeme, wie eine Familie, gut und auf diese übertragbar. Die drei Faktoren der **Salutogenese**: Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit, sind mehr oder weniger erfüllt. Die Familien erfahren, dass Sie sich Hilfe holen dürfen, dass Probleme mit kleinem Einsatz gelöst werden können, dass Veränderungspotential vorhanden ist, dass sie selbstmächtig sind und die Paten erleben, dass ihr Einsatz Sinn macht, dass ihre Lebenserfahrung gefragt und ihr ehrenamtliches Engagement es wert sind. Dankbarkeit, ein Händedruck und ein Lächeln beim Abschied sind Balsam für die Seele.

Aus der Glücksforschung wissen wir, dass Enkel große **Glücksstifter** sind⁹. Das gilt auch für die Sorge um andere, die nicht mit einem verwandt sind. Anders als Schmidbauer erkannte Victor Frankl im Drang, anderen zu helfen, eine tiefe **Sinnerfüllung**, weshalb er diesen Aspekt

⁸ Jennifer Hüge, stellvertretende Bundesvorsitzende des Deutschen Bundesverbandes für Burnout-Prophylaxe und Prävention e.V. (DBVB) sowie systemische Kinder- und Jugendlichentherapeutin in München. Hüge bezieht sich dabei auf Zahlen des Müttergenesungswerkes, wonach die Zahl der Mütter mit Erschöpfungssyndrom bis hin zum Burnout in den letzten 10 Jahren um 37 Prozentpunkte gestiegen ist. <https://www.dbvb.org/burnout---muetter-der-erschoenpfungsfalle>

⁹ Jurczyk Karin, Soziologin und Leiterin der Abt. Familienpolitik am DJI in München. In: DIE ZEIT, No. 12, 16. März 2017, S. 23 (Wirtschaft).

in den Mittelpunkt seiner psychologisch-therapeutischen Arbeit stellte. Menschen sind soziale Wesen und evolutionär auf Kooperation angewiesen. Wir brauchen den Austausch mit anderen Menschen, Verbundenheit und das Gefühl, einen sinnerfüllten Platz in der Gemeinschaft einzunehmen.

Nicht zufällig wird diese eher philosophische Erkenntnis durch medizinische Forschung aus dem Bereich der Psycho-neuroimmunologie, der Stressforschung und der Kardiologie bestätigt. So hat beispielsweise Dean Ornish festgestellt, dass der wichtigste Faktor zur Gesundung bei kardiovaskulären Erkrankungen, neben Ernährung, Bewegung und Gesprächen, der sog. „social support“ ist. Soziale Unterstützung darf also als salutogener Faktor und protektive Kraft in (Familien-) Systemen nicht unterschätzt werden. Ebenso sind die Forschungsarbeiten von Stephen Porges wegweisend. Er konnte nachweisen, dass frühe Bindungserfahrungen einen entscheidenden Einfluss auf die Herzkohärenz haben.

Fazit

Mit diesem Artikel wurde deutlich, dass der Slogan „Miteinander – Füreinander“ als Losung in einer erodierenden Gesellschaft in Mitten eines Paradigmenwechsels fungieren kann. Gesellschaft im Wandel verlangt von uns allen Reaktionen, Anpassungsbestrebungen, Kompensation von Versorgungslücken, die wie eine soziale Wunde klaffen, politische Weichenstellungen, Rituale für Übergänge (Transitionen). Ein zwar staatlich „verordnetes“¹⁰, doch auf Erfahrung basiertes und bewährtes Programm wie die Familienpaten Bayern stellt genau dies dar und kann ein Vorzeigemodell bürgerschaftlichen Engagements und Gemeindeorientierung sein.

*Dr. phil. Sonja Weißbacher
alleinerziehende Mutter einer Tochter, Dozentin an der Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen, Koordinatorin für Familienpaten des Standortes Nord im Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen.*

*Diana Eichmüller
fünffache Mutter, zweifache Oma, Fachstelle für Familienförderung beim Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen, Amt für Jugend und Familie*

Literaturangabe

Albert, Mathias/Hurrelmann, Klaus/Quenzel, Gudrun/TNS Infratest Sozialforschung (2015). Jugend 2015: 17. Shell Jugendstudie. Hamburg.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.) (2001). Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 6. Was erhält Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese. Diskussionsstand und Stellenwert. Köln.

Netzwerk Familienpaten Bayern (Hrsg.) (2014). „Familien Pate sein“, „Familien Patin sein“. München: Selbstverlag des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration.

Netzwerk Familienpaten Bayern (Hrsg.) (2014). Netzwerk Familienpaten Bayern: Information. München: Selbstverlag. Herunterzuladen als pdf-Datei über: www.familienpaten-bayern.de

Linner, Rosalie (2005). Landhebamme mit Leib und Seele. Rosenheim: Rosenheimer Verlagshaus.

Ornish, Dean (2001). Die revolutionäre Therapie: Heilen mit Liebe. Krankheiten ohne Medikamente überwinden. München: Wilhelm Goldmann Verlag.

Ornish, Dean (2006). Revolution in der Herztherapie. Der Weg zur vollkommenen Gesundheit. Bielefeld: Lüchow Verlag.

Porges, Stephen W. (2010). Die Polyvagal-Theorie. Neurophysiologische Grundlagen der Therapie. Emotionen, Bindung, Kommunikation und ihre Entstehung. Paderborn: Junfermann Verlag.

Retzer, Arnold (2010). Lob der Vernunft. Eine Streitschrift für mehr Realismus in der Liebe. Frankfurt am Main: Fischer.

Schmidbauer, Wolfgang (1992). Hilflöse Helfer: Über die seelische Problematik der helfenden Berufe. Reinbek: Rowohlt TB-Verlag.

¹⁰ „Verordnet“ deshalb, weil die Familienpaten Bayern ein sog. Top-down-Modell verfolgen, bei dem der Staat aktiv wird, Ressourcen bereitstellt, etc., die Kommunen und Gemeinden als Zwischenakteure fungieren und die eigentlichen Kunden am untersten Ende quasi nur die mehr oder weniger passiven Empfänger sind. Im Gegenteil dazu sind bottom-up-Projekte von der Basis aus motiviert