



Der SAFE®- Elternkurs hilft werdenden Müttern und Vätern in ihre zukünftige Rolle als Eltern hineinzuwachsen!

Nächte mit wenig Schlaf, die Wohnung unaufgeräumt, keine Zeit für sich selbst und unklare Rollenverteilungen bringen Eltern nach der Geburt eines Kindes schnell an ihre Grenzen, –obwohl sie sich sehr auf ihr Kind gefreut haben. Ganz unabhängig wie der Start mit dem Baby verläuft, wünschen sich junge Paare das Beste für ihr Kind und sind heute bereit, sich mit ihrer neuen Rolle auseinander zu setzen.

Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen der Bindungsforschung ist eine frühe sichere Bindung die beste Basis, die Eltern ihrem Kind für eine weitere positive Entwicklung in psychischer, geistiger, gesundheitlicher und sozialer Hinsicht geben können.

Sicher gebundene Kinder sind selbstsicherer, belastbarer, sozial kompetenter und feinfühlicher als unsicher gebundene Kinder. Bereits in der Schwangerschaft, vor allem aber nach der Geburt muss die emotionale Beziehung zwischen den Eltern und dem Kind aktiv aufgebaut werden. Gelingt dies gut, werden die Eltern für ihre Bereitschaft, auf die Bedürfnisse des Kindes einzugehen, belohnt:

Das Kind wird eher ausgeglichen, wohl gelaunt und unternehmungslustig sein. Solche Kinder zeigen ein ausgewogenes Verhältnis zwischen selbstständigem Spiel und Interesse am Kontakt mit Mutter oder Vater. Sie suchen ihre Nähe bei Angst und Leid, lassen sich leichter trösten und lösen sich von ihren Bezugspersonen wieder, sobald sie ihre Trauer überwunden haben.

Eine derartige Entwicklung und Förderung der frühen sicheren Bindung zwischen Eltern und Baby ist das Ziel von „SAFE® - Sichere Ausbildung für Eltern“, das PD Dr. med. Karl-Heinz Brisch an der Universität München entwickelt hat.

Der Elternkurs begleitet den entscheidenden Zeitraum, der sich von der Schwangerschaft bis zum Ende des ersten Lebensjahres erstreckt. Deshalb finden die ersten vier Termine etwa ab der 15. Schwangerschaftswoche statt. In den jeweils eintägigen Seminaren, die am Wochenende (>Sonntag) stattfinden, erfahren die Eltern alles Wissenswerte über die emotionale Entwicklung eines Babys und der Entstehung der Bindung zwischen Eltern und Kind. Ist der Nachwuchs da, werden die jungen Familien an sechs weiteren Seminartagen begleitet. Ganz alltägliche praktische Themen wie Schlafen, Füttern, Spielen und Verwöhnen erscheinen vor dem Hintergrund der Erkenntnisse der Bindungsforschung in einem ganz anderen Licht.

Mit Hilfe von Videoaufnahmen, in denen Alltagssituationen festgehalten und in Einzelarbeit ausgewertet werden, lernen die Teilnehmer, eigene Verhaltensmuster zu erkennen und ihre vorhandenen Handlungskompetenzen weiter zu entwickeln.

Häufig greifen Eltern bei der Erziehung ihrer Kinder auf Verhaltensweisen zurück, die ihnen aus ihrer eigenen Kindheit bekannt sind.

Auch nicht verarbeitete Kindheitserlebnisse oder traumatische Ereignisse können in Einzelarbeit Veränderung erfahren.

Ein neuer SAFE®-Elternkurs im Landkreis Neustadt/Aisch-Bad Windsheim (10 Seminartage) beginnt im Sommer 2011.

Adressaten sind werdende Eltern/Mütter etwa ab 15. Schwangerschaftswoche.

An Kosten fallen insgesamt 75.-€ pro Person an, Ermäßigungen sind auf Anfrage möglich.

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Paare bzw. 12 Personen begrenzt.

Weitere Informationen finden sich unter www.kreis-nea.de und unter www.schwanger-in-nea.de .

Information und Anmeldung bei den **SAFE®-MentorInnen**

Dipl. SozPäd./PEKiP-Gruppenleiterin Ulla Schiller-Irlbacher, Tel. (09161) 92533, Mo-Mi und Fr von 9.00 – 12.00 oder per Mail unter ursula.schiller-irlbacher@kreis-nea.de und bei

Dipl. SozPäd/Par- und Familientherapeut Wolfgang Schmidt, Tel. (09161) 92532, Mo-Fr von 9.00 -12.00 und Mo – Do von 14.00 – 16:00 oder per Mail unter wolfgang.schmidt@kreis-nea.de.