

**ElBa[®] Kursprogramm für Eltern und
Babys im 1. Lebensjahr**
Informationsbroschüre



***ElBa*[®]-Kursprogramm für Eltern und Babys im 1. Lebensjahr
Informationsbroschüre**

ElBa[®]-Kursprogramm
für Eltern und Babys
im 1. Lebensjahr

Informationsbroschüre

Impressum

ElBa[®]-Kursprogramm für Eltern und Babys im 1. Lebensjahr

Informationsbroschüre

Hrsg. vom Deutschen Roten Kreuz

2. Auflage 2013

Berlin: DRK-Service GmbH, 2013

Herausgeber

Deutsches Rotes Kreuz e.V., Carstennstraße 58, 12205 Berlin

Fachverantwortung

DRK-Generalsekretariat, Team 41 „Kinder-, Jugend- und Familienhilfe“,

Ümit Yüzen-Grabski

Autorinnen

Vera Wenzel, Anna Becker, Anne Fuchs-Hanske, Ümit Yüzen-Grabski

Fotos

Steffen Freiling, Berlin (Titel, S. 9, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18)

Vera Wenzel, Wolfshagen (S. 22)

Vertrieb

DRK-Service GmbH, Bestellcenter

www.rotkreuzshop.de

Art.-Nr. 827 072

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, Übersetzung, Einspeicherung, Verarbeitung und Verbreitung in jeglicher Form sind nicht erlaubt.

Die Schreibweise mit einem Unterstrich, wie sie an einigen Stellen dieser Publikation verwendet wird, schließt neben der weiblichen und männlichen Form auch Personen ein, die sich keinem Geschlecht zugehörig fühlen.

© 2013 Deutsches Rotes Kreuz e.V., Berlin

© 2013 DRK-Service GmbH, Berlin

Nur für den Dienstgebrauch im Deutschen Roten Kreuz

Inhalt

Vorwort	7
1 Die Ziele des <i>ElBa</i>[®]-Konzepts	8
2 Wesentliche Bestandteile der <i>ElBa</i>[®]-Gruppen	10
3 Die vier Blöcke des <i>ElBa</i>[®]-Konzepts	12
4 Inhaltliche Schwerpunkte	14
5 Ausbildung zur <i>ElBa</i>[®]-Kursleitung	20

Vorwort

Das DRK-Angebot für Eltern und Babys (*ElBa*[®]) begleitet Familien durch die turbulente Zeit des 1. Lebensjahrs. Die Anforderungen an die Elternschaft sind in den letzten Jahren stark gestiegen. Die frühe Kindheit gilt als Zeitraum, in dem die Weichen für ein zukünftiges Leben gestellt werden. Entsprechend wollen Eltern keine Fehler machen und alle Zeitfenster optimal nutzen, um das Bestmögliche für ihr Kind zu erreichen. Dies kann die Familien unter starken Druck setzen und sie überfordern. Die selbstverständliche Erfahrung, mit Kindern zusammen zu leben, wird durch den steigenden Kindermangel in der Gesellschaft seltener. Familien sind öfter verunsichert und suchen Orientierung.

ElBa[®] stärkt Eltern darin, sich selbst zu vertrauen, auf die Signale des Babys angemessen zu reagieren, ihrer Intuition zu folgen und Zuversicht zu gewinnen. *ElBa*[®] gibt Eltern Raum für ihre Fragen und ihren Erfahrungsaustausch.

Das *ElBa*[®]-Programm setzt präventiv im Rahmen der Gesundheitsförderung an und entwickelt im Laufe des Programms viele entspannende, entlastende Elemente, die die Familien gut in ihren Alltag integrieren können.

Vervollständigt wird das *ElBa*[®]-Programm durch unsere anderen DRK-Programme der Familienbildung:

- *Spieko*[®]-Spiel- und Kontaktgruppen für Eltern mit Kindern ab einem Jahr
- *Fit* fürs Babysitting – Babysittingausbildung und -vermittlung für Jugendliche und als Angebot zur Entlastung von Familien

Darüber hinaus gibt es in den Einrichtungen vor Ort eine Vielzahl von flankierenden Angeboten wie Elternschulungsprogramme, thematische Elternabende, Angebote für Alleinerziehende, Familien mit Migrationshintergrund, Gesundheitsförderung, Haushaltsführung und Freizeitgestaltung etc.

Berlin, August 2013

1 Die Ziele des *ElBa*[®]-Konzepts

1. Gemeinschaft erleben:

- gemeinsame Erlebnisse für Eltern und Babys
- Kontakte mit anderen Babys und Eltern
- Spiel, Spaß und Bewegung
- Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern und der Gruppenleitung

2. Zusammen wachsen:

- Kommunikation mit dem Baby
- Sinneswahrnehmung und Sinnesanregungen
- Entwicklung des Babys – Meilensteine im 1. Lebensjahr
- Bedürfnisse von Eltern und Babys

3. Begleitet werden:

- den Alltag bewältigen
- Stärken der elterlichen Fähigkeiten
- Entlastung und Entspannung
- Netzwerke für Familien

ElBa[®]-Gruppen begleiten Familien durch das 1. Lebensjahr des Babys. Die ideale Gruppengröße bewegt sich zwischen einer Teilnehmerzahl von 7 bis maximal 9 Müttern/Vätern und ihren Babys. Ideal ist ein Altersabstand der Babys von 4 bis 8 Wochen.

Die Gruppe trifft sich einmal wöchentlich zu einem festen Termin. Das gesamte Gruppenangebot wird entsprechend den jeweiligen kindlichen Entwicklungsschwerpunkten in 4 Blöcke aufgeteilt. In jedem der 4 Blöcke finden jeweils 10 Treffen mit einer Dauer von 1,5 Stunden statt.

1. Block	ab der 4. Woche	Zeit des Erwachens*
2. Block	3–6 Monate	Zeit des Vertrauens
3. Block	6–9 Monate	Zeit des Erforschens
4. Block	9–12 Monate	Zeit des Spiels

In jedem Block ist ein thematisches Elterntreffen vorgesehen und/oder ein Treffen mit Vätern bzw. anderen Bezugspersonen, wie z. B. den Großeltern.

* Sonntag, K.; Frenkel, X.: So fördere ich mein Kind richtig. Fähigkeiten erkennen und spielerisch fördern. Rastatt: Pabel-Moewig, 2004



2 Wesentliche Bestandteile der *ElBa*[®]-Gruppen

Zwei Erlebnisformen charakterisieren das *ElBa*[®]-Programm:

- Gesprächsanteil
- Erlebnisanteil

Der Gesprächsanteil orientiert sich an den Bedürfnissen der Eltern nach Informationen über die Entwicklung des Kindes, Erziehungs- und Ernährungsfragen sowie dem Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern.

Der Erlebnisanteil orientiert sich an der kindlichen Entwicklung und an der zunehmenden Interaktionsbereitschaft der Babys. Spiel- und Bewegungsangebote sowie Sinnesanregungen und Entspannungselemente für Eltern mit ihren Babys werden vermittelt.

Im Verlauf des 1. Lebensjahres verlagert sich der Schwerpunkt der beiden Erlebnisformen gemäß der kindlichen Entwicklung: Während im ersten Block (bis zum 3. Lebensmonat) noch der Gesprächsanteil im Vordergrund steht, nimmt in den weiteren 3 Blöcken der Erlebnisanteil durch die zunehmende Aktivität der Babys einen größeren Raum ein.

Um Eltern und Babys in dieser Lebensphase Sicherheit zu geben, halten wir eine **feste Struktur** der Gruppentreffen sowie Wiederholungen und gleichbleibende Rahmenbedingungen für sinnvoll und wichtig.

Der Ablauf der *ElBa*[®]-Gruppentreffen gliedert sich folgendermaßen:

- Begrüßungslied
- Anfangsrunde: Austausch über Aktuelles aus dem Familienalltag und Fragen an die Gruppenleitung
- Kurzinformation von der Gruppenleitung zu verschiedenen entwicklungsrelevanten Themen oder Fragen rund um die Familie
- Spiel, Spaß, Bewegung und Entspannung für Eltern und Babys
- Abschluss, evtl. ein gemeinsames Lied

Der Alltag mit dem Baby weckt bei den Eltern das Bedürfnis, auch entlastet und „umsorgt“ zu werden. Daher wird in den *ElBa*[®]-Gruppen eine Atmosphäre



geschaffen, in der sich Eltern und Babys **wohlfühlen** können und ihrem Bedürfnis nach **Entspannung** und **Erholung** entsprochen wird.

Dies erfolgt insbesondere durch folgende *ElBa*[®]-Elemente:

- Entspannungstee für die Eltern (z. B. ein duftender Orangentee)
- Entspannungselemente, wie Hängematte, Schaukelbanane, Gymnastikball zur Entspannung, Beruhigung und zum Rückzug mit dem Baby
- gemeinsame Rituale (Anfangslied, Summkreis, Babys beobachten)

Die einzelnen Blöcke des *ElBa*[®]-Programms sind in der Arbeitshilfe unter „Blickpunkt Baby“, „Blickpunkt Eltern“ und „Angebote für die Gruppenstunden“ gegliedert.

Die Angebote verstehen sich als Vorschläge, die abhängig von dem Bedarf der Eltern und den Fähigkeiten der Babys flexibel gestaltet werden können.

3 Die vier Blöcke des *ElBa*[®]-Konzepts

1. Block: Zeit des Erwachens

ab 4. Woche–3 Monate



2. Block: Zeit des Vertrauens

3–6 Monate



3. Block: Zeit des Erforschens

6–9 Monate



4. Block: Zeit des Spiels

9–12 Monate



4 Inhaltliche Schwerpunkte

1. Block: Zeit des Erwachens

ab 4. Woche–3 Monate

Viele Sinneseindrücke erlebt das **Baby** über die Haut. Wichtige Elemente in diesem Block sind daher Geborgenheit und körperliche Nähe zum Baby. Dies geschieht über Berührungen, Schaukeln und Tragen sowie über liebevolle und behutsame Pflege.

Die entwicklungsbedingten **Themen für die Eltern** sind in dieser Anfangsphase z. B. Schrei- und Schlafverhalten des Babys, Ernährung (Stillen) und die kindliche Entwicklung.



Der Schwerpunkt im 1. Block liegt in den **Gesprächsanteilen** mit den Eltern. In den ersten Stunden findet die Anfangsrunde meist am Tisch mit einer Tasse Tee statt. Die Mütter/Väter können während des Gesprächs ihre Babys im Arm halten, sie stillen oder ihnen die Flasche geben. Das sind Situationen, die Eltern aus ihrem Alltag kennen und die ihnen Sicherheit geben.

Der **Erlebnisanteil** in diesem Block besteht aus dem Kennenlernen und Ausprobieren der *ElBa*[®]-Elemente, wie z. B. Hängematte oder Schaukelbanane. Viele Anregungen in dem 1. Block beziehen sich auf unsere Basissinne, die den Berührungs-, Gleichgewichts- und Bewegungssinn unterstützen. Der Erlebnisanteil mit den Babys findet am Boden auf den Matten statt. Dabei begeben sich die Eltern und die Gruppenleitung auf die gleiche Ebene zu den Babys.

Der 1. Block beginnt mit einer **Einführungsveranstaltung**. Ziel ist es, dass die Eltern sich gegenseitig kennenlernen, Informationen über den Inhalt und wichtige Elemente des *ElBa*[®]-Konzepts sowie den Ablauf der Gruppentreffen erhalten und ihre Erwartungen und Bedürfnisse austauschen können.

2. Block: Zeit des Vertrauens

3–6 Monate

Für das **Baby** steht in dieser Entwicklungsphase die Entdeckung des eigenen Körpers im Vordergrund.

Die Babys brauchen nach wie vor noch die Nähe ihrer vertrauten Bezugsperson.



Aufbauend auf den Basissinnen (siehe 1. Block) sind jetzt auch die Fernsinne des Babys wichtige Elemente zur Erkundung der Umwelt (Exploration). Vieles erforscht das Baby über den Mund.

Die sensorische Entwicklung ist ein zentrales Thema im 2. Block. Auch die **Eltern** nehmen an den Kurselementen zur Sinnesanregung teil, um die Wirksamkeit selbst zu erfahren und sie für die kindliche Wahrnehmung zu sensibilisieren. Die Babys sammeln vielfältige Erfahrungen mit verschiedenen Materialien sowie mit Spielen zur Körperwahrnehmung. Im 2., 3. und 4. Block werden hierzu Erfahrungen im Umgang mit Wasser als wiederkehrendes Element angeboten.

Themen, wie die Bewegungsentwicklung, die taktile Wahrnehmung und die Ernährung werden im 2. Block wieder aufgegriffen, entwicklungspezifisch vertieft und weitergeführt.

Die **Gesprächsrunde** am Anfang einer Kurseinheit findet jetzt mit den Babys auf den Matten statt. Der Entspannungsteer wird den Eltern weiterhin angeboten. Da die Babys in der Regel noch nicht so mobil sind, sind ein Austausch und die Weitergabe thematischer Informationen durch die Gruppenleitung noch gut möglich.

Die Babys wertfrei zu beobachten, ihre unterschiedlichen Signale beispielsweise auf angebotene Materialien zu verstehen und zu begleiten, kann ein wiederkehrendes Thema sein.

Im 2. Block ist ein Treffen mit den Vätern (sofern sie nicht am Kurs teilnehmen), Großmüttern oder anderen Bezugspersonen der Babys geplant, um die Familie bzw. das soziale Umfeld der Babys möglichst früh mit einzubeziehen.

3. Block: Zeit des Erforschens

6–9 Monate

Die **Babys** erforschen in dieser Phase verstärkt ihre Umwelt, nehmen Kontakt zu anderen Babys auf und entdecken sich selbst. Mit zunehmender motorischer Mobilität legen sie größere Entfernungen zurück. Bindung und Ablösung, Nähe und Distanz sind zentrale Themen in dieser Zeit (Fremdelphase).

Die **Eltern** beobachten jetzt verstärkt die Spielinteraktionen der Babys untereinander und führen mit anderen Eltern vertraute Gespräche.

Im 3. Block haben der Austausch der Eltern untereinander und das Spielbedürfnis der Babys den gleichen Stellenwert.

Die Eltern werden über die soziale Entwicklung des Babys und Möglichkeiten der außerfamiliären Betreuung informiert. Sie tauschen sich zu Fragen der Alltagsbewältigung aus.

Im Zentrum der **Angebote** im 3. Block stehen die Bewegungsentwicklung und die „Loslösung“ (Autonomieentwicklung) des Babys. Weiterhin wird Wert auf die **Wiederholung** strukturgebender Elemente, wie z. B. Wasser, Körperspiele, Schaukeln gelegt.

Als Elterntreffen können ein Wohlfühlabend, eine Spielwerkstatt oder Väter- und Familientreffen angeboten werden.



4. Block: Zeit des Spiels

9–12 Monate

Die Babys krabbeln jetzt sicherer, ziehen sich überall hoch und machen erste Stehversuche. Sie nehmen stärker Kontakt zu anderen Babys auf und untersuchen intensiv ihre Umgebung.

Die Eltern sollen den Babys in dieser Phase Zeit und Raum geben, die Welt zu erkunden. Sie haben die Aufgabe, ihnen eine sichere Umgebung zu schaffen, auf drohende Gefahren zu achten und Grenzen zu setzen.

Die Beschäftigung mit den Babys steht im 4. Block im Vordergrund. Sie bestimmen das Geschehen und somit den Erlebnisanteil in der Gruppe.

Im 4. Block werden Themen wie „Grenzen setzen“, „Laufen lernen“ und „Spielentwicklung“ behandelt. Die Informationsvermittlung und das Besprechen von Themen sind durch den Aktionsradius der Babys nicht mehr so einfach durchzuführen. Über Informationsblätter und Cartoons erhalten Eltern kleine „Denkanstöße“ mit auf den Weg.



Für das Baby werden Materialien interessant. Daher sind in diesem Block folgende Bestandteile zur Entwicklungsbegleitung der Babys integriert: Kletterlandschaft, Gegenstände zum Befüllen (z. B. mit Weizen oder Reis), Kartons, Gegenstände mit Löchern und Verschlüssen, Funktionskiste etc. Auch hier sind Wiederholungen als strukturgebendes Element wichtig.

Für das Elterntreffen im 4. Block sind Kreativangebote für Eltern oder eine Spielwerkstatt vorgesehen. Dabei werden gemeinsam Spielmaterialien für das Baby hergestellt. Mit den Eltern wird besprochen, welche Spielmaterialien sinnvoll und für die Entwicklung förderlich sind.

5 Ausbildung zur *ElBa*[®]-Kursleitung

Die Ausbildung zur *ElBa*[®]-Kursleitung ist für Fachkräfte mit folgenden Grundberufen möglich:

- Pädagog_innen, Sozialpädagog_innen, Erzieher_innen
- Ergotherapeut_innen, Krankengymnast_innen, Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Heilpädagog_innen mit Zusatzqualifikationen in Gesprächsführung (zu erwerben in den jeweiligen Landesverbänden)
- ausgebildete Kursleiter_innen nach den DRK-Konzepten (mit mehrjähriger Praxiserfahrung)

Nähere Informationen finden Sie in der Ausbildungsordnung.

Da die *ElBa*[®]-Gruppen neben den Erlebnisanteilen mit den Babys auf Gesprächsanteilen mit den Eltern basieren, werden Grundkenntnisse in Gesprächsführung vorausgesetzt oder müssen im Verlauf der Ausbildung erworben werden.

Die Ausbildung zur *ElBa*[®]-Kursleitung umfasst 96 Unterrichtsstunden und wird meist in 4 Ausbildungsblöcke mit jeweils 3 Arbeitstagen gegliedert. Nach dem 2. Ausbildungsblock sollten die Kursleiter_innen die Leitung einer eigenen *ElBa*[®]-Gruppe beginnen. Die Umsetzung des *ElBa*[®]-Programms wird mit einer zusätzlichen Praxisbegleitung (20 Unterrichtsstunden) unterstützt. Dabei werden Fallbeispiele aus *ElBa*[®]-Gruppen besprochen, die Leitungsrolle reflektiert, schwierige Gruppenprozesse bearbeitet sowie Elterntreffen ausgewertet. Die Praxistreffen werden von einer *ElBa*[®]-Lehrberater_in angeleitet. Diese werden vom DRK-Generalsekretariat ausgebildet, regelmäßig fortgebildet und verfügen über umfangreiche Praxiserfahrung in der Leitung von Eltern-Kind-Kursen.

Angehende Kurleiter_innen haben auch einen Anteil an selbstständigem Lernen zu absolvieren. Sie bekommen in den einzelnen Ausbildungseinheiten Literaturempfehlungen und Aufgabenstellungen, auf deren Grundlage im nächsten Ausbildungsblock gearbeitet wird, wie z. B. Erweiterung des Basiswissens zu Themen der Entwicklungspsychologie o. Ä., Erstellen eigener Materialien für *ElBa*[®]-Gruppen, Vorbereiten von Gruppentreffen etc.

Die inhaltlichen Schwerpunkte der Ausbildung sind wie folgt festgelegt:

1. Ausbildungsblock:

- Konzept der *ElBa*[®]-Gruppen
- Organisation/Werbung/Ausstattung/Raumgestaltung
- Struktur und Ablauf der Kurseinheiten
- Anleiten der „festen Elemente“ im *ElBa*[®]-Programm
- Bedürfnisse von Eltern und Babys
- Entwicklung der Babys in den ersten sechs Lebensmonaten
- Umgang mit dem Baby (Tragen, Handling etc.)

2. Ausbildungsblock:

- Informationsveranstaltung zur Vorstellung des Kurskonzepts
- Einführung in das *ElBa*[®]-Konzept für Eltern
- Anleiten der Rituale im Kurskonzept
- Anleiten der Spielinteraktion mit dem Baby
- Förderung der Sinneswahrnehmung (z. B. durch Babymassage)
- Ernährung des Babys in den ersten sechs Lebensmonaten
- Vorbereitung der Kurseinheiten
- Rolle der Kursleitung

3. Ausbildungsblock:

- Planung und Durchführung von Gruppenstunden im Rollenspiel
- Entwicklung der Babys in der 2. Hälfte des 1. Lebensjahres
- Ernährung der Babys in der 2. Hälfte des 1. Lebensjahres
- Schwerpunktthemen: Schlafen, Schreien, Bindungs- und Autonomieentwicklung
- veränderte Familiensituation
- Methoden der Informationsvermittlung
- Gestaltung von Elterntreffen
- Praxisbegleitung – erste Auswertung der Kursarbeit



4. Ausbildungsblock:

- Bedeutung der Spielentwicklung und -anregungen im 1. Lebensjahr
- Erziehungsstile
- Planung und Durchführung thematischer Elterntreffen
- Praxisbegleitung – weitere Auswertung der Kursarbeit
- Konflikte in Eltern-Kind-Gruppen

Die Voraussetzungen für die Fortbildung zum/zur Lehrberater_in sind nach Absprache mit dem zuständigen DRK-Landesverband eine pädagogische Grundausbildung, die Teilnahme an der Ausbildung zur *ElBa*[®]-Kursleitung sowie ausreichende Praxiserfahrung in der Durchführung des *ElBa*[®]-Programms.

ElBa[®] ist eine eingetragene Wort-Bild-Marke und gesetzlich geschützt.

ElBa[®]-Gruppen können nur von einer ausgebildeten Kursleitung mit DRK-Zertifikat geleitet werden.

Das *ElBa*[®]-Programm ist eingebettet in die „Klassiker“ der DRK-Familienbildung:

SpieKo[®]-Spiel- und Kontaktgruppen für Eltern und Kinder ab einem Jahr

Fit fürs Babysitting – Babysittingausbildung und -vermittlung für Jugendliche und als Angebot zur Entlastung von Familien

Darüber hinaus finden Familien in unseren Familienzentren und -bildungsstätten, in den DRK-Kindertageseinrichtungen und Beratungsstellen vor Ort viele Angebote zu den Themen Erziehung, Gesundheit, Haushalt und Freizeit.

DRK. Wir machen Familien stark.

www.DRK.de
www.drkservice.de

Weitere Informationen über die DRK-Familienbildung erhalten Sie unter www.drk.de oder bei Ihrem Kreisverband/Landesverband vor Ort:

Stempel

Art.-Nr. 827 072

