



Gehen wir gemeinsam diesen Weg!

Mit Familiengesundheitsberaterin Elisabeth Schmidt auf dem Spielplatz

Fotos: Manfred Schmid, Elisabeth Schmidt wurde eingekleidet von: Flair by Diana

Die Pandemie hat viel verändert im Familienalltag. Elisabeth Schmidt unterstützt, wenn die Balance einer Familie aus dem Lot geraten ist. Dabei kommt sie zu den Familien nach Hause, um im gewohnten Umfeld der Kinder und Jugendlichen arbeiten zu können.

Die Fragen stellte Leya Hempel.

Was macht eine Familiengesundheitsberaterin?

Ich berate und begleite Familien mit Kindern von 0 bis 18 Jahren in herausfordernden Situationen, die sich einen Blick und eine Begleitung von außen wünschen. Jemand, der mit ihnen gemeinsam die Situation bewältigt und nach Lösungen sucht. Der interessiert und wertfrei auf die einzelnen Familienmitglieder zugeht und diese berät und anleitet. Sie sozusagen an der Hand nimmt, um gemeinsam diesen Weg zu gehen. Da kann es um Unterstützung bei auftretenden schwierigen Situationen gehen, wenn das Kind oder der Jugendliche nicht zur Schule gehen möchte, oder auch zum Beispiel um eine Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung.

Überall da, wo die Familie in Dysbalance geraten ist und sich selbst nicht mehr „regulieren“ lässt, komme ich ins Spiel. Wo eine Hilfe von außen gefragt ist. Denn manchmal

braucht es einen anderen Blickwinkel, um klarer sehen zu können. In den Medien hört man viel von vollen Arztpraxen und vollen Kinderpsychiatrien. Ich biete die Alternative zum stationären Bereich an. Die Schule kann dabei weiterhin besucht und der Kontakt zu Gleichaltrigen gehalten werden.

Ein für mich wichtiger Punkt ist, dass die Familie bereit ist, sich einzubringen, um die Situation zu verändern und zum Positiveren zu wenden. Ganz im Sinne meines Mottos: Gehen wir gemeinsam diesen Weg!

Wie ist dein Arbeitsalltag?

Mein Alltag sieht so aus, dass ich zu den Familien nach Hause fahre. Beim Erstgespräch wird die Situation erhoben, das bedeutet, dass ich mir ein konkretes Bild von der Situation mache.

Dies alles erfolgt zuerst im familiären Umfeld. In weiterer Folge kann das Umfeld auch eine andere Umgebung sein, wie zum Beispiel das Lebensmittelgeschäft, das Museum, oder der Spielplatz. Ich begleite Familien auch bei Ausflügen, wenn etwa das Problem bei gemeinsamen Unternehmungen besteht.

Was ist der Vorteil an einem Termin daheim?

Daheim sind das Kind oder der Jugendliche, aber auch die Eltern und

Bezugspersonen selbst in einer vertrauten Umgebung. Dies bedeutet Sicherheit für sie. Sie sind in ihrem gewohnten Umfeld – ohne störende Reize. Dort ist es einfach für mich, möglichst viel über die Familie zu erfahren. Wie die einzelnen Familienmitglieder miteinander umgehen, wie sie in der Vergangenheit Probleme gehandhabt haben. Hier spielt Vertrauen und Offenheit, aber auch Ehrlichkeit eine wichtige Rolle.

„Manchmal braucht es einen anderen Blickwinkel, um klarer sehen zu können.“

Elisabeth Schmidt

Gleichzeitig kann ich mir die Gegebenheiten vor Ort ansehen und dadurch eine noch bessere Beratung durchführen. Ob etwa ein Garten vorhanden ist, den ich in meine Beratung integrieren kann.

Auch was die Tagesgestaltung oder die Verbesserung der Beziehungsgestaltung mit dem Kind angeht, ist es besser, die Familien zu Hause zu besuchen.

Weitere Beispiele wären Medienkonsumberatung oder auch Spielberatung, wie die Frage, was in welchem Alter kindgerecht ist. Bewegung und Ernährung, gemeinsames Kochen kommen hinzu und können in das ganze Geschehen miteingebaut werden.

Elisabeth Schmidt arbeitet mit den Familien zu Hause – durchaus auch im Park oder beim Einkaufen.

„Es ist wichtig, rechtzeitig zu handeln! Das ist mein Angebot: Ich höre genau hin und reagiere gemeinsam mit der Familie, bevor große Probleme entstehen.“

Elisabeth Schmidt



Angebote

Zoom-Meeting zum Kennenlernen

jeden Montag, 19.30 Uhr
Einladung mit Link auf:
www.familiengesundheitsberatung.at

Familiengesundheitsberatung

Elisabeth Schmidt

+43 664 992 86 416
office@familiengesundheitsberatung.at
www.familiengesundheitsberatung.at

Terminvereinbarung:

Mo bis Fr: 9-19 Uhr

Du begleitest Familien und Kinder auch auf den Spielplatz. Wie arbeitest du dort?

Das Problem kann nicht nur zu Hause, sondern auch beim Spielen mit anderen Kindern sein. Hier beobachte ich die Spielsituation und bespreche diese mit den Eltern oder Bezugspersonen. Im Zusammenspiel mit meiner Expertise und dem, was die Eltern bereits geleistet haben, können Lösungen und Wege gefunden werden.

Ich beobachte die Situation und dann überlege ich, in Absprache mit den Eltern oder Bezugspersonen, die weitere Betreuung und wie ich die Eltern oder die Kinder am besten unterstützen kann. Ich gehe individuell auf sie als Familie ein. Genau aus diesem Grund berate ich Familien daheim – wo das Problem besteht.

Was sind die Signale, die darauf deuten, dass ein junger Mensch Hilfe in Anspruch nehmen sollte?

Meine Erfahrung auf der Kinder- und Jugendlichenpsychiatrie hilft mir hier sehr. Natürlich kann man nicht so einfach pauschal antworten. Es kann ein Anzeichen sein, wenn sich das Kind plötzlich anders verhält als sonst, oder einnässt, oder der Jugendliche plötzlich aggressiv oder introvertiert ist.

Aber auch für Eltern gibt es Signale, dass sie Hilfe in Anspruch nehmen

sollten. Etwa, wenn sie sich vertrauten Personen mitteilen und über ihre Sorgen sprechen.

Um zu erkennen, ob junge Menschen Hilfe benötigen, ist ein genaues Hinsehen gefragt. Ich denke, dass es wichtig ist, bei den ersten Anzeichen zu handeln und nicht abzuwarten. Hilfe in Anspruch zu nehmen ist keine Schande.

Die psychischen Probleme bei jungen Menschen nehmen zu. Was sind die Probleme?

Die zunehmenden psychischen Probleme der Kinder und Jugendlichen haben mich dazu bewogen, mich selbstständig zu machen. Es gibt großen Bedarf für Familien genau in diesem Bereich. Ich war auf der Kinder- und Jugendpsychiatrie tätig und sah, dass es immens wichtig ist, frühzeitig bei auftretenden Problemen etwas zu tun!

Die Pandemie hat leider sehr vieles geändert. Es fehlte generell der Kontakt zu anderen Personen. Während des Home-Schoolings fehlte zusätzlich der Kontakt zu Gleichaltrigen, der jedoch so essenziell für die Entwicklung des Kindes und des Jugendlichen ist. Die Bewegung in der Natur fehlte und auch das Treffen mit Erwachsenen.

Kinder lernen durch Beobachtung. Auch hier entstanden große Probleme durch fehlende Mimik durch das Tragen der Maske.

Arbeitest du mit weiteren Organisationen oder Kolleginnen zusammen?

Ja, natürlich, das ist von großer Wichtigkeit. Ich vernetze mich mit anderen Berufsgruppen und Unternehmen. Ich sehe mich als Verbindungsstelle und Bindeglied. Beim jeweiligen Problem leite ich dann gegebenenfalls weiter oder gebe Anregungen für die richtige Stelle.

Welche Möglichkeiten gibt es, um unkompliziert und rasch Unterstützung zu bekommen?

Ich biete jeden Montag kostenlose Zoom-Veranstaltungen an, in denen Fragen gestellt und gleich auch Termine ausgemacht werden können. Das ist ein unkomplizierter Weg, um mit mir ins Gespräch zu kommen und in Kontakt zu treten. Alternativ bin ich über meine Homepage, telefonisch, per Mail oder andere soziale Medien (etwa Facebook) erreichbar.

Für mich steht die positive Auswirkung auf die ganze Familie durch meine Arbeit im Vordergrund. Alle profitieren von einem besseren Zusammenleben voller Lebensqualität.

Vielen Dank für das Gespräch.