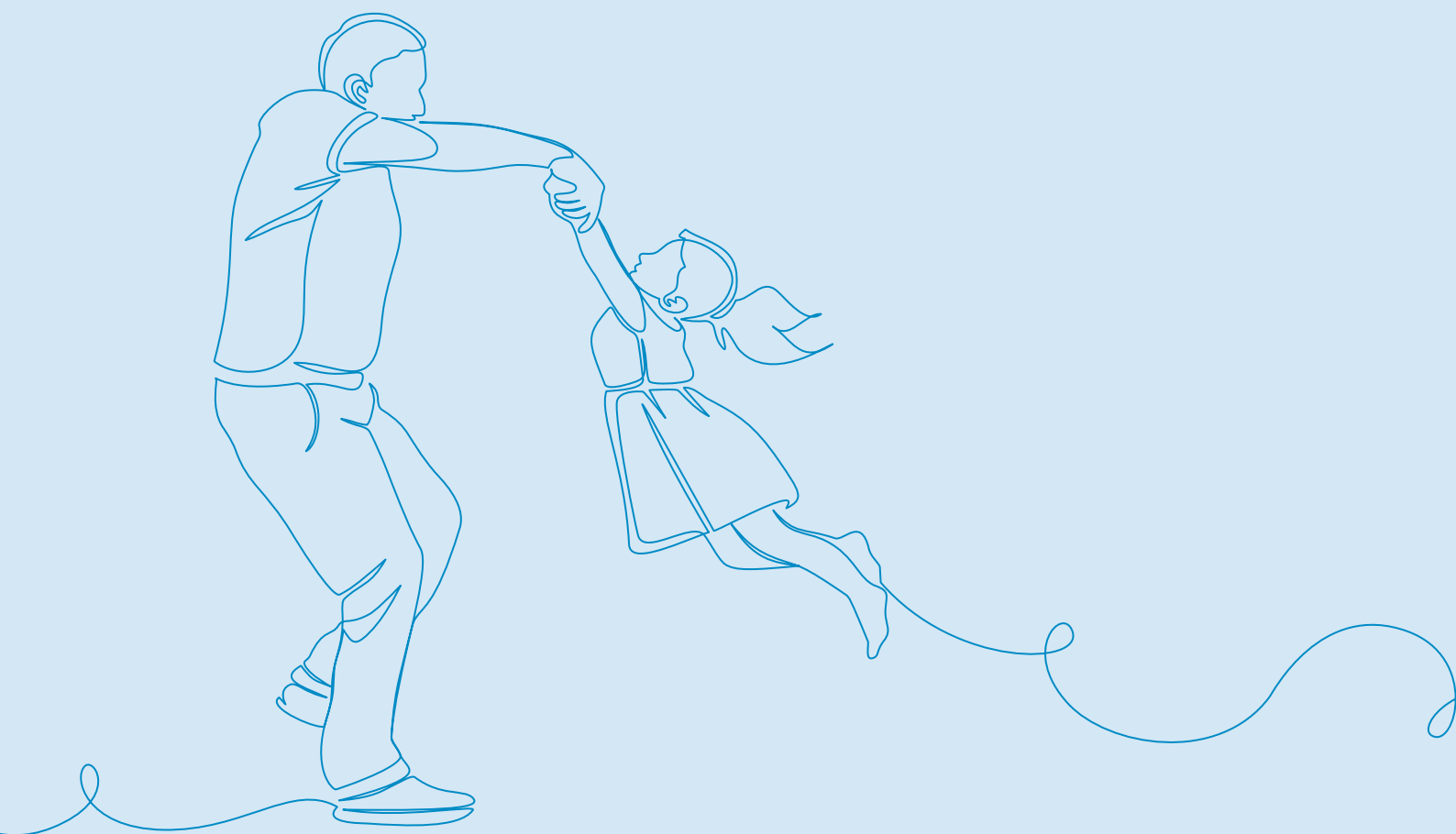


Eltern werden, Eltern sein: Ein inklusiver Ratgeber





Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	4
2	Kinderwunsch	8
2.1	Natürlicher Kinderwunsch	9
2.2	Assistierte Reproduktion (künstliche Befruchtung)	9
2.3	Pflegschaft und Adoption	11
3	Von der Schwangerschaft bis zur Einschulung	14
3.1	Schwangerschaft	15
3.1.1	Beratung und (finanzielle) Unterstützung	15
3.1.2	Vorbereitung auf die Geburt	16
3.1.3	Komplikationen in der Schwangerschaft	18
3.1.4	Konflikte in der Schwangerschaft	19
3.1.5	Rechtliche Betreuung	21
3.2	Nach der Geburt	22
3.2.1	Mutterschutz	22
3.2.2	Erste Hinweise und Aufgaben	23
3.2.3	Beratung und (finanzielle) Unterstützung	24
3.2.4	Stimmungskrisen (Baby Blues)	26
3.2.5	Hilfen bei einem Kind mit Behinderung	27
3.2.6	Umgang mit herausfordernden Situationen	27
3.3	Heranwachsen des Kindes	28
3.3.1	Beginn der Kindertagesbetreuung	28
3.3.2	Von der Kindertagesbetreuung in die Grundschule	31
3.3.3	Schulzeit	33
4	Gesetzliche Leistungen und Angebote	34
4.1	Leistungen der Krankenkassen (SGB V)	35
4.2	Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe (SGB VIII)	36
4.3	Leistungen der Eingliederungshilfe (SGB IX)	38
5	Spezifische behinderungsbedingte Bedarfslagen	44
5.1	Hilfe zur Selbsthilfe	45
5.2	Hörbehinderte und gehörlose Eltern	46
5.3	Sehbehinderte und blinde Eltern	49
5.4	Eltern mit körperlichen Behinderungen und/oder chronischen Erkrankungen	51
5.5	Eltern mit kognitiven Behinderungen	52
5.6	Eltern mit psychischen Erkrankungen	53
5.7	Eltern mit Suchterkrankungen	55
6	Inklusive Angebote für Eltern und ihre Kinder	58
6.1	Möglichkeiten der Freizeitgestaltung	59
6.2	Weitere Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag	60

1 Einleitung

Das Recht auf Elternsein ist ein grundlegendes Menschenrecht, das in zahlreichen internationalen Dokumenten verankert ist, darunter die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte, die UN-Behindertenrechtskonvention, die UN-Kinderrechtskonvention und die Europäische Menschenrechtskonvention. Es garantiert allen Menschen das Recht, eine Familie zu gründen, Kinder zu haben und sie zu erziehen.

Das Recht auf Elternsein umfasst verschiedene Aspekte, darunter:

- 1. Freiheit zur Familienplanung:** Jeder Mensch hat das Recht, frei zu entscheiden, ob, wann und wie viele Kinder er haben möchte. Dies beinhaltet den Zugang zu Verhütungsmitteln und reproduktiver Gesundheitsversorgung.
- 2. Gleichberechtigte Elternschaft:** Unabhängig von Geschlecht, sexueller Orientierung, ethnischer Zugehörigkeit, Religion, Behinderung oder anderen Merkmalen haben alle Menschen das gleiche Recht, Eltern zu werden und Kinder zu erziehen.
- 3. Unterstützung für Eltern:** Die Gesellschaft und der Staat stellen Programme und Dienste bereit, um Eltern in ihren Aufgaben zu unterstützen. Dazu gehören finanzielle Leistungen, Zugang zu Bildung und Gesundheitsversorgung für Kinder sowie Elternbildungsprogramme.
- 4. Schutz vor Diskriminierung:** Niemand darf wegen seines Elternstatus diskriminiert werden. Dies gilt insbesondere für Alleinerziehende, LGBTQ+-Eltern¹, Eltern mit Behinderungen oder Eltern in prekären Lebenssituationen.
- 5. Recht auf Sorgerecht:** Kinder haben das Recht auf Pflege und Erziehung durch ihre Eltern, es sei denn, dies ist nicht im besten Interesse des Kindes. Eltern darf nur dann das Sorgerecht entzogen werden, wenn dies absolut notwendig ist, um eine Gefahr für das Kindeswohl abzuwenden.

- 6. Respekt vor kultureller Vielfalt:** Das Recht auf Elternsein respektiert die kulturellen Unterschiede in Bezug auf Familienstrukturen und Erziehungsmethoden. Die Vielfalt der Familienformen und -modelle sollte anerkannt und geschützt werden.

Insgesamt ist das Recht auf Elternsein ein wesentlicher Bestandteil der Menschenwürde und Selbstbestimmung. Es trägt zur Entwicklung gesunder Familien, stabiler Gesellschaften und des individuellen Wohlergehens bei. Regierungen, Institutionen und die Gesellschaft insgesamt tragen die Verantwortung dafür, dass dieses Recht für alle Menschen gleichermaßen respektiert, geschützt und gefördert wird.

Die vorliegende Broschüre möchte einen Beitrag dazu leisten, dass alle Menschen die notwendigen Unterstützungen erhalten, um ihr Recht auf Elternschaft verwirklichen zu können. Die Broschüre entstand in Umsetzung des Thüringer Maßnahmenplans zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention in der Version 2.0. Der Thüringer Maßnahmenplan dient der Landesregierung und den einzelnen Ressorts als Leitdokument für ihr politisches Handeln, um Menschen mit Behinderungen eine vollumfängliche und gleichberechtigte Teilhabe am Leben in der Gesellschaft zu ermöglichen. Der Thüringer Maßnahmenplan in der Version 2.0 ist in neun Handlungsfelder gegliedert und enthält insgesamt 141 Einzelmaßnahmen, welche gemeinsam mit der Zivilgesellschaft entwickelt wurden.

¹ LGBTQ+ steht für «Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, Queer, und weitere» und ist eine Abkürzung für die Vielfalt sexueller Orientierungen und Geschlechtsidentitäten. Die einzelnen Buchstaben stehen für: Lesbisch (Frauen, die Frauen lieben), Gay/Schwul (Männer, die Männer lieben), Bisexuell (Menschen, die Männer und Frauen lieben), Transgender/Trans (Menschen, deren Geschlechtsidentität vom ihnen bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht abweicht), und Queer (ein Sammelbegriff für Menschen, die sich nicht in traditionelle Geschlechterkategorien einordnen). Das Pluszeichen (+) steht für alle anderen Identitäten, die nicht in der Abkürzung der Buchstaben enthalten sind, wie zum Beispiel Intersexuelle oder Asexuelle Menschen, und unterstreicht die Inklusion und die Vielfalt der Gemeinschaft.

Im Handlungsfeld VIII, welches sich der Teilhabe am öffentlichen und politischen Leben und der Bewusstseinsbildung widmet, wurden folgende zwei Maßnahmen entwickelt, um insbesondere Eltern mit Behinderungen besser zu unterstützen:

VIII.13: Bildung einer Arbeitsgruppe zum Thema „Elternschaft und Behinderung“, welche sich insbesondere mit den Schwierigkeiten bei der Hilfeerlangung von Eltern mit Behinderungen beschäftigt. Die Mitglieder der Arbeitsgruppe sollen aus den Bereichen Beratung von Schwangeren, Beratung von Familien, Behindertenhilfe, Interessenvertretung behinderter Eltern, Jugendhilfe, Eingliederungshilfe, Netzwerkkoordinator:innen Frühe Hilfen usw. kommen.

VIII.14: Erarbeitung eines Wegweisers / Broschüre für Eltern mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen, der unter anderem über die unterschiedlichen Hilfen bei verschiedenen Behinderungsarten aufklärt (Elternassistenz, Begleitete Elternschaft, Hilfen für psychisch kranke Eltern), Informationsstellen und Ansprechpartner benennt und Informationen zu barrierefreien Kindertageseinrichtungen/Krabbelgruppen gibt.

Die mit der Maßnahme VIII.13 geforderte Arbeitsgruppe wurde im Jahr 2022 unter Federführung des Thüringer Sozialministeriums ins Leben gerufen. Gemeinsam mit Vertreter:innen

- » des für Bildung zuständigen Ministeriums,
- » dem Thüringer Landesbeauftragten für Menschen mit Behinderungen,
- » der Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungs- und Familienberatung in Thüringen (LAG EFIT),
- » der Thüringer Stiftung HandinHand – Hilfe für Kinder, Schwangere und Familien in Not,
- » der Landeskontaktstelle für Selbsthilfe Thüringen e. V. (LaKoST e. V.),
- » der LIGA der Freien Wohlfahrtspflege Thüringen e. V.,
- » der LIGA der politischen Interessen- und Selbstvertretung für Menschen mit Behinderungen in Thüringen e. V.,
- » der Trägerwerk soziale Dienste gGmbH,

- » der Christophoruswerk Erfurt gGmbH,
- » der Thüringer Landesstelle für Suchtfragen,
- » der örtlichen Träger der Eingliederungshilfe,
- » der örtlichen Träger der Jugendhilfe und Eltern mit Behinderungen

wurden die Ziele der Arbeitsgruppe besprochen und mit der Realisierung der Maßnahme VIII.14 begonnen. Viele grundlegende Fragen zu den Themen Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt und dem Leben mit einem Kind stellen sich unabhängig davon, ob ein Elternteil oder beide eine Behinderung haben. Aus diesem Grund hat sich die Arbeitsgruppe bereits frühzeitig gegen die ursprüngliche Intention der Maßnahme VIII.14 ausgesprochen, einen Wegweiser ausschließlich für Eltern mit Behinderungen zu erstellen.

Die vorliegende Broschüre richtet sich daher ausdrücklich an alle Menschen, die gern Eltern werden möchten oder dies bereits sind und für folgende Fragen Hilfe und Orientierung suchen:

- » Welche Hilfen gibt es?
- » Wie bekomme ich Hilfe?
- » Wo bekomme ich Hilfe?

Der Begriff „Hilfe“ umfasst dabei nicht nur professionelle Hilfen und Leistungsansprüche aus den Sozialgesetzbüchern. Vielmehr ist unter „Hilfe“ jede Form von Unterstützung gemeint, die (werdenden) Eltern auf ihrem Weg zu und mit einem Kind zur Verfügung stehen.

Ziel der Broschüre ist es, die vielfältigen Informationen zum Thema Elternschaft möglichst übersichtlich und kompakt zusammenzufassen. Neben einer kurzen thematischen Einführung zu jedem Kapitel verweist die Broschüre auf weiterführende Informationen (Lesetipps) und Ansprechpersonen (Kontakte). Nicht immer finden sich bei den Kontakten Angaben zur Barrierefreiheit. Dies kann unterschiedliche Gründe haben: In manchen Fällen lagen die Angaben zum Zeitpunkt der Fertigstellung der Broschüre noch nicht vor. In anderen Fällen sind die Angebote nicht für jede Zielgruppe barrierefrei; in diesen Fällen sind die Kontaktpersonen jedoch bemüht, entsprechende individuelle Lösungen zu finden. Interessierten Lesenden wird dazu geraten, sich di-

rekt mit den Kontaktpersonen in Verbindung zu setzen und mögliche Einschränkungen der Barrierefreiheit zu erfragen.

Wichtige Inhalte in den Kapiteln sind besonders hervorgehoben, sodass diese möglichst schnell erfasst werden können. Zum Verstehen der Broschüre ist es nicht erforderlich, die einzelnen Kapitel nacheinander zu lesen. Entsprechend den individuellen Fragen und Interessen können die relevanten Kapitel einzeln herausgegriffen werden.

In den Kapiteln 2 und 3 werden chronologisch die verschiedenen Phasen vom Kinderwunsch bis zum gemeinsamen Leben mit einem Kind thematisiert. Kapitel 2 richtet sich an alle, die Kinder haben möchten und informiert über den natürlichen Kinderwunsch (Kapitel 2.1), die Möglichkeiten einer künstlichen Befruchtung (Kapitel 2.2) und Fragen im Zusammenhang mit den Themen Pflegschaft und Adoption (Kapitel 2.3). Das 3. Kapitel fokussiert sich auf die wichtigsten Informationen zu Schwangerschaft und Geburt (Kapitel 3.1), der unmittelbaren Zeit nach der Geburt (Kapitel 3.2) und auf das Heranwachsen des Kindes (Kapitel 3.3). Im Rahmen der Erarbeitung der Broschüre wurden die Phasen des Übergangs in eine Kindertagesbetreuung und in die Grundschule als besonders bedeutsam identifiziert, sodass sich Kapitel 3.3 auf die Gestaltung dieser Übergänge konzentriert.

Im sich anschließenden Kapitel 4 werden aufgegliedert nach den jeweiligen Zuständigkeiten noch einmal die Leistungen der Krankenkassen (Kapitel 4.1), der Kinder- und Jugendhilfe (Kapitel 4.2) und der Eingliederungshilfe (Kapitel 4.3) zusammengefasst dargestellt.

In der Bewältigung des Alltags mit einem Kind werden Eltern mit Behinderungen mit zusätzlichen Herausforderungen konfrontiert, die gegebenenfalls weitere Unterstützung erfordern. Kapitel 5 widmet sich daher dem Thema Selbsthilfe (Kapitel 5.1) und den spezifischen behinderungsbedingten Bedarfslagen von hörbehinderten und gehörlosen Eltern (Kapitel 5.2), sehbehinderten und blinden Eltern (Kapitel 5.3), Eltern mit chronischen Erkrankungen und/oder körperlichen Behinderungen (Kapitel 5.4), Eltern mit kognitiven Behinderungen (Kapitel 5.5), Eltern mit psychischen Erkrankungen (Kapitel 5.6) sowie Eltern mit Suchterkrankungen (Kapitel 5.7).

Sowohl in Thüringen als auch auf Bundesebene gibt es verschiedene inklusive Angebote, die so konzipiert sind, dass Eltern und Kinder mit und ohne Behinderungen gemeinsam ihre Freizeit gestalten können. Das Kapitel 6 bietet eine Zusammenstellung dieser Angebote.

Die Broschüre ist sowohl als Druckexemplar als auch digital auf der Seite des Thüringer Sozialministeriums verfügbar:



Eine Reihe von Angaben bedarf einer kontinuierlichen Überprüfung und Aktualisierung. Aus diesem Grund stehen bestimmte Informationen insbesondere aus dem Kapitel 6 ausschließlich digital über einen Link oder QR-Code zur Verfügung.





2

Kinderwunsch

Der Wunsch Kinder zu bekommen ist für viele Menschen ein wichtiger Teil des Lebens. In vielen Fällen löst dieser Wunsch bei Paaren oder Einzelpersonen positive Gefühle unter anderem der Vorfreude und des Glücks aus. Jedoch kann das Thema auch zu Stress, Unsicherheit und Enttäuschung führen. Daher ist es wichtig, dass Menschen, die einen Kinderwunsch hegen, die vorhandenen Ressourcen nutzen können und Unterstützung erhalten, um ihre Träume zu verwirklichen und ihre Familienpläne zu erreichen.

Neben allgemeinen Ausführungen zum Thema Kinderwunsch (Kapitel 2.1) finden sich in diesem Kapitel auch Informationen zur assistierten Reproduktion, das heißt zur künstlichen Befruchtung (Kapitel 2.2) und zum Thema Pflegschaft und Adoption (Kapitel 2.3).

2.1 Natürlicher Kinderwunsch

Viele Menschen empfinden den Wunsch, Kinder zu bekommen, als eine natürliche und wichtige Erfahrung in ihrem Leben. Sowohl die Empfängnis als auch der Verlauf einer Schwangerschaft kann dabei von vielen Faktoren positiv oder negativ beeinflusst werden. Zu diesen Faktoren gehören unter anderem das Alter, die Gesundheit und der Lebensstil der beteiligten Personen. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung und der Verzicht auf Alkohol, Tabak und Drogen können sich dabei positiv auf die natürliche Empfängnis (Fruchtbarkeit) und die Schwangerschaft auswirken. Medizinische Vorerkrankungen, hormonelle Störungen, aber auch Stress und zum Beispiel Übergewicht dagegen können den Weg zu einem leiblichen Kind manchmal erschweren.

Mit dem Wunsch nach einem eigenen Kind kommen oftmals auch Fragen zur eigenen Fruchtbarkeit oder der des Partners beziehungsweise der Partnerin auf: Was geschieht im Körper, damit ein Kind entstehen kann? Wie gehen Zeugung und Empfängnis vor sich? Kann ich die Empfängnis positiv beeinflussen?



WICHTIG

Die Empfängnis und der Schwangerschaftsverlauf werden durch verschiedene Faktoren beeinflusst. Wenn Sie die Biologie des eigenen Körpers verstehen und sensibel für dessen Signale sind, können Sie auf Veränderungen besser und schneller reagieren.



LESETIPP

» Informationsportal Kinderwunsch des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend: <https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/schwangerschaft-geburt>

2.2 Assistierte Reproduktion (künstliche Befruchtung)

Je länger der Wunsch nach einem eigenen Kind unerfüllt bleibt, umso aufreibender und psychisch belastender kann diese Situation von den Betroffenen erlebt werden.



WICHTIG

Sie sind mit Ihren Sorgen und Ängsten nicht allein. Sowohl im Internet als auch vor Ort gibt es verschiedene Anlaufstellen unter anderem Ärzte/Ärztinnen, Beratungsangebote und Selbstbetroffenenvereine, die unterstützen und für Entlastung sorgen können.

Wenn eine Empfängnis auf natürlichem Weg nicht zustande kommt, kann für Paare und Einzelpersonen auch eine künstliche Befruchtung in Frage kommen. Die sogenannte assistierte Reproduktion ist ein medizinischer Eingriff, der helfen kann, den Kinderwunsch zu erfüllen, wenn natürliche Methoden nicht erfolgreich oder möglich sind. Diese Technologien und Verfahren können es Menschen ermöglichen, die Schwangerschaft und Geburt eines Kindes zu erleben, indem sie die Fortpflanzungsfähigkeit unterstützen und die Wahrscheinlichkeit einer erfolgreichen Empfängnis erhöhen. Es gibt mehrere Arten von assistierten Reproduktionsmethoden, die von medizinischen Fachleuten angeboten werden.



LESETIPP

» Informationsportal Kinderwunsch des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend:

<https://www.informationsportal-kinderwunsch.de/>

Wer sich eine medizinische Unterstützung bei der Erfüllung des eigenen Kinderwunsches vorstellen kann, sollte sich entsprechend von Fachärzten/-ärztinnen beraten lassen. Über die Internetseite der Kassenärztlichen Vereinigung Thüringen (KVT) besteht die Möglichkeit, entsprechende Ärzte/Ärztinnen zu suchen. Über die Suchfunktion können auch barrierefreie Angebote gefiltert werden: <https://www.kv-thueringen.de/arztsuche>.

Suche nach:

Arzt oder Fachgebiet

Standort (PLZ/Ort) Umkreis

weitere Filter ausblenden

Fachgebiet Schwerpunkt

Zusatzbezeichnung Leistungsangebote Sonderverträge

Barrierefreiheit

× Filter zurücksetzen

Suche



KONTAKT

In Thüringen existieren zwei Kinderwunschzentren, die auch allgemeine Informationsabende veranstalten und Paare und Einzelpersonen auf ihrem Weg begleiten. Informationen zu den Kinderwunschzentren in Thüringen und Fragen zur Barrierefreiheit finden Sie unter

- » Kinderwunschzentrum Erfurt:
<https://kinderwunsch-erfurt.com/>
- » Zentrum für Reproduktionsmedizin (Jena):
<https://www.kinderwunsch-thueringen.de/>
mit online Informationsabenden

Die Kosten für eine assistierte Reproduktion richten sich nach der individuellen Situation und dem Versicherungsverhältnis derjenigen, die eine künstliche Befruchtung durchführen lassen wollen. In jedem Fall sollte die Kostenübernahme beziehungsweise -beteiligung vor einer künstlichen Befruchtung mit den behandelnden Ärzten/Ärztinnen geklärt und bei der zuständigen Kranken- oder Ersatzkasse beantragt werden.



WICHTIG

Wenn Sie sich für eine assistierte Reproduktion entscheiden, sollten Sie sich über die verschiedenen Verfahren genau informieren. In entsprechenden Gesprächen mit Beratungsstellen und ärztlichem Fachpersonal sollten Sie auch die Frage nach den Kosten einer solchen Behandlung ansprechen.



LESETIPP

- » Informationsportal bei ungewollter Kinderlosigkeit, Zuschüsse bei Kinderwunschbehandlung des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend:
<https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/kinderwunsch-adoption/kinderwunsch>

In Thüringen werden unter bestimmten Voraussetzungen Kinderwunschbehandlungen für Paare, die ihren Wohnsitz in Thüringen haben, gefördert. Die Fördervoraussetzungen und die Höhe der Förderung können zum Beispiel auf der Internetseite der Thüringer Stiftung HandinHand eingesehen oder in einer persönlichen Beratung erfragt werden. Die Anträge sind online zum Herunterladen abrufbar: <https://thueringer-stiftung-handinhand.de/ich-benoetige-hilfe/kinderwunsch/foerdervoraussetzungen/>.



KONTAKT

Thüringer Stiftung HandinHand – Hilfe für Kinder, Schwangere und Familien in Not

Internetseite:

<https://thueringer-stiftung-handinhand.de/>

Tel.: 0361/ 44 20 123

E-Mail: kinderwunsch@ts-handinhand.de

Barrierefreiheit: Fahrstuhl vorhanden; weitere Informationen zur Barrierefreiheit erfragen Sie bitte telefonisch bei der Thüringer Stiftung HandinHand.

2.3 Pflegschaft und Adoption

Wenn der Wunsch nach einem leiblichen Kind nicht in Erfüllung geht, bedeutet das nicht zwingend, dass das Leben gänzlich ohne Kind verlaufen muss. Natürlich müssen sich die betroffenen Personen erst einmal mit dem Gedanken auseinandersetzen, kein leibliches Kind zu haben.



WICHTIG

Suchen Sie sich in dieser Zeit Unterstützung bei Freunden und Familie und nehmen ggf. auch professionelle Hilfe in Anspruch.



LESETIPP

» Broschüren zur ungewollten Kinderlosigkeit des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend:

<https://www.informationsportal-kinderwunsch.de/kiwu/mediathek/publikationen>

Es gibt andere Möglichkeiten, um Eltern sein und einem Kind Liebe und Geborgenheit schenken zu können, zum Beispiel im Rahmen einer Pflegschaft oder Adoption.

Pflegschaft

Ein **Kind in Pflege** zu nehmen, bedeutet, ihm vorübergehend oder dauerhaft ein Leben in einer Familie zu ermöglichen. Viele Pflegekinder kommen aus schwierigen familiären Verhältnissen und brauchen zuverlässige Pflegeeltern oder -personen, die sich gut um sie kümmern. Anders als bei einer Adoption verbleibt das Sorgerecht bei den leiblichen Eltern, dem örtlich zuständigen Träger der Jugendhilfe² oder einem anderen Vormund. Auch Pflegeeltern können die Vormundschaft übernehmen.



WICHTIG

Um Pflegeeltern zu werden, müssen Sie bestimmte Voraussetzungen erfüllen. Zu diesen Anforderungen, dem Verfahren und weiteren Fragen berät Sie das örtlich zuständige Jugendamt.

Adoption

Eine **Adoption** soll dem Kind Geborgenheit und Zuwendung unter Achtung der eigenen Biografie in einer neuen Familie sichern. Die Adoption eines Kindes wird erst dann in Betracht gezogen, wenn feststeht, dass eine Lebensperspektive in der Herkunftsfamilie auch mit Unterstützungsangeboten nicht gegeben ist.

Von zentraler Bedeutung bei einer Adoption ist das Wohl des Kindes. Kinder, für die Adoptiveltern gesucht werden, haben in unterschiedlichem Ausmaß Einschränkungen in der Erfüllung ihrer grundlegenden Bedürfnisse erfahren. Daraus resultiert, dass die betroffenen Kinder besonders verlässliche und belastbare Bezugspersonen benötigen. Adoptiveltern müssen ihr Leben und ihren Alltag an den Bedürfnissen ihres Adoptivkindes ausrichten. Dies sind keine kurzfristigen, sondern Aufgaben, die weit in die Zukunft reichen. Um die notwendigen erzieherischen und pflegerischen Aufgaben für ein Kind über einen relativ langen Zeitraum hinweg übernehmen zu können, bedarf es neben weiteren Voraussetzungen auch einer angemessenen körperlichen, geistigen und seelischen Gesundheit. Sind diese Voraussetzungen gegeben, kommen auch Menschen mit Behinderungen als Adoptiveltern in Frage.



² Nach § 1 Thüringer Kinder- und Jugendhilfe-Ausführungsgesetz (ThürKJHAG) nimmt das Jugendamt die Aufgaben des örtlichen Trägers der Jugendhilfe wahr.



WICHTIG

Eine Behinderung ist nicht per se kein Ausschlussgrund für eine Pflegschaft oder eine Adoption. Eine gelungene Lebensbewältigung mit einer Erkrankung oder Behinderung kann auch als eine spezifische Kompetenz festgehalten werden, welche Sie als besonders geeignet für die Aufnahme eines Kindes ausweisen kann.

Wer in Thüringen lebt und den Wunsch hat, ein Kind zu adoptieren, muss mit der Adoptionsvermittlungsstelle des jeweils örtlich zuständigen Trägers der Jugendhilfe Kontakt aufnehmen und einen entsprechenden Antrag stellen. Es besteht ein Rechtsanspruch auf Prüfung, ob Antragstellende generell für die Aufnahme eines Kindes mit dem Ziel der Adoption geeignet sind.



KONTAKT

Paare oder Einzelpersonen die in Thüringen den Wunsch haben ein Kind zu adoptieren, müssen mit der Adoptionsvermittlungsstelle des örtlichen Trägers der Jugendhilfe, in dessen Zuständigkeitsbereich ihr Hauptwohnsitz liegt, Kontakt aufnehmen. Adoptionsinteressenten erreichen die örtlichen Adoptionsvermittlungsstellen immer über das für sie zuständige Jugendamt.

Adoptionsvermittlungsstellen haben die Aufgabe, umfassend zu sämtlichen die Adoption betreffenden inhaltlichen, rechtlichen und formalen Fragen zu informieren und zu beraten. Im Bewerbungsverfahren müssen Antragstellende offen unter anderem über sich selbst, ihre Partnerschaft und ihre sozialen Beziehungen sprechen können. Vertrauensvolle Gespräche zwischen den Antragstellenden und den Adoptionsvermittlungsstellen stehen im Vordergrund.



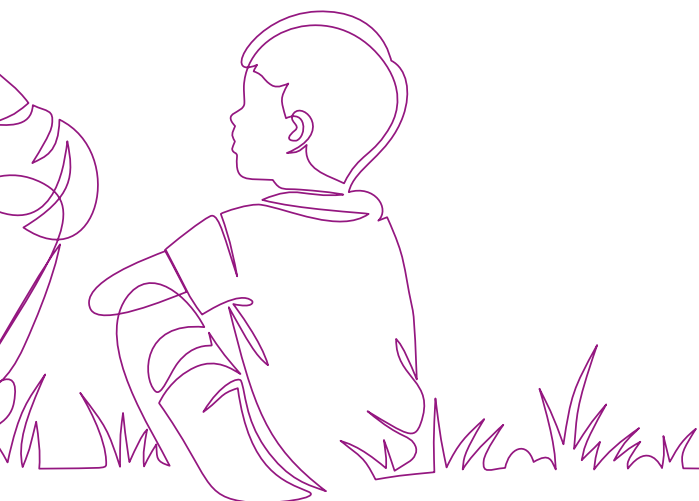
WICHTIG

Als Adoptiveltern müssen Sie nicht „besser“ sein als andere Eltern. Sie benötigen jedoch besondere Kompetenzen, da die Lebenssituation eines Adoptivkindes unter anderem dadurch geprägt ist, das Kind von zwei Elternpaaren zu sein.



LESETIPP

- » Broschüre „Einblicke Adoption. Erfahrungen und Hintergründe“ des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend:
<https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/einblicke-adoption-118538>
- » Informationen auf dem Familienportal des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend zu Vermittlung und Formen von Adoptionen, Voraussetzungen für Inlands- und Auslandsadoptionen:
<https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/kinderwunsch-adoption/adoption>
- » Zentrale Adoptionsstelle Thüringen:
<https://soziales.thueringen.de/kinder-jugendliche/erzieherische-hilfen-heimaufsicht/zentrale-adoptionsstelle>



3

Von der
Schwangerschaft
bis zur
Einschulung

Ein Kind großzuziehen, gehört zu den schönsten und spannendsten Aufgaben im Leben. Dazu stellen sich viele Fragen zu Schwangerschaft und Geburt sowie Kinderpflege, -betreuung und -erziehung.

In diesem Kapitel werden alle wichtigen Themen rund um Schwangerschaft (Kapitel 3.1), Geburt (Kapitel 3.2) und Heranwachsen des Kindes vom ersten Tag im Kindergarten bis zur Einschulung (Kapitel 3.3) vorgestellt. Weiterhin gibt es im Kapitel Schwangerschaft Informationen zur rechtlichen Betreuung (Kapitel 3.1.5).

3.1 Schwangerschaft

Mit dem positiven Schwangerschaftstest fängt meist alles an. Schwanger zu sein, bedeutet immer Veränderung. Es stehen eine Vielzahl von Fragen und Unsicherheiten im Raum: *„Wer hilft mir während der Schwangerschaft? Wo finde ich eine passende Hebamme? Wie bereite ich mich am besten auf die Geburt vor? Bin ich einem Leben mit Kind gewachsen?“*

Verbunden mit diesen Fragen sind zahlreiche Entscheidungen zu treffen. Dieses Kapitel stellt wichtige Informationen zu den vorgenannten Fragen zusammen und dient als Orientierungshilfe bei der Entscheidungsfindung.

3.1.1 Beratung und (finanzielle) Unterstützung

Beratungsstellen für Schwangere bieten eine wichtige Unterstützung für schwangere Frauen, die Fragen oder Probleme haben. Diese Einrichtungen bieten eine Vielzahl von Dienstleistungen an, um Schwangeren dabei zu helfen, eine informierte Entscheidung über ihre Schwangerschaft zu treffen und die bestmögliche Unterstützung zu erhalten. Darüber hinaus bieten Beratungsstellen für Schwangere auch eine psychologische Unterstützung an, wenn Schwangere die Schwangerschaft als eine stressige Zeit empfinden und zum Beispiel mit Ängsten und depressiven Verstimmungen zu kämpfen haben. In diesen Fällen unterstützen die Beratungsstellen dabei, die aufkommenden Ängste und Sorgen besser zu bewältigen.



KONTAKT

Beratungsstellen und Kontaktpersonen finden Sie unter:

- » <https://www.familienplanung.de/beratung/beratungsstelle-finden/> oder
- » <https://thueringer-stiftung-handinhand.de/ich-benoetige-hilfe/beratungsstellen/>

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die finanzielle Unterstützung. Die Vorbereitung auf ein Leben mit einem Kind kann teuer sein. Haben werdende Eltern möglicherweise nicht die finanziellen Mittel, um dies allein zu bewältigen, können die Beratungsstellen dabei helfen, finanzielle Ressourcen zu finden, um medizinische Behandlungen und notwendige Ausstattung zu bezahlen.



WICHTIG

Wenn Sie schwanger sind, können Sie einen Zuschuss beziehungsweise finanzielle Mittel für die Ausstattung Ihres Kindes erhalten, wenn Ihnen selbst die finanziellen Mittel dazu fehlen.

Informationen dazu erhalten Sie zum Beispiel in einer Beratungsstelle für Schwangere. Alternativ können Sie sich auch an Ihre Krankenkasse, das Jobcenter oder das Sozialamt.

Beispielsweise bietet die **Bundesstiftung Mutter und Kind** finanzielle Unterstützung für Aufwendungen im Zusammenhang mit der Schwangerschaft und der Geburt an. Höhe und Dauer der Hilfe richten sich nach der individuellen Finanzsituation der werdenden Mutter. Der Antrag auf Zuwendungen muss vor der Geburt gestellt werden.

Die finanzielle Unterstützung wird durch die Thüringer **Stiftung HandinHand** ausgereicht. Die Thüringer Stiftung stellt Hilfen in der Schwangerschaft und nach der Geburt zur Verfügung.

Hilfesuchende haben die Möglichkeit, über eine anerkannte Schwangerschaftsberatungsstelle einen Antrag bei der Thüringer Stiftung HandinHand auf finanzielle Hilfe zur Finanzierung der Babyerstausstattung (Kinderwagen, Kinderbett, Wickelkommode, Babyerstausstattung, etc.) und ggf. weiterer Bedarfe zu stellen (zum Beispiel Möbel, weil ein Umzug erforderlich ist).

Für Eltern mit Behinderungen können auch Hilfen für Sonderanfertigungen gewährt werden (zum Beispiel spezielle rollstuhlgerechte Wickelkommode, spezielles Babyphone für Hörgeschädigte).

Im Übrigen können auch sonstige Hilfebedarfe nach der Geburt/Familienhilfe ausgereicht werden, wenn ein unterhaltspflichtiges Kind im Haushalt lebt (zum Beispiel Wohnungsausstattung und Elektrogeräte, Beteiligung am barrierefreien Umbau eines KFZ oder der Wohnung).



KONTAKT

Zu den Hilfemöglichkeiten erfahren Sie mehr von einer Schwangerschaftsberatungsstelle. Wo diese zu finden ist, erfahren Sie unter <https://thueringer-stiftung-handinhand.de/ich-benoetige-hilfe/beratungsstellen/>.

Der Antrag auf finanzielle Unterstützung steht online unter <https://thueringer-stiftung-handinhand.de/> zur Verfügung.



LESETIPP

- » Informationsheft des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend „Hilfe und Unterstützung in der Schwangerschaft“

<https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/hilfe-und-unterstuetzung-in-der-schwangerschaft-82030>

- » Thüringer Stiftung HandInHand:

<https://thueringer-stiftung-handinhand.de/>

3.1.2 Vorbereitung auf die Geburt

Die Vorbereitung auf die Geburt und das Leben mit einem Kind ist ein wichtiger Schritt für werdende Eltern. Eine gut vorbereitete Geburt kann dazu beitragen, dass sich die werdende Mutter während der Geburt wohler fühlt und dass der Geburtsprozess reibungsloser verläuft.

Neben den Vorbereitungen, die durch die werdenden Eltern zu treffen sind, beginnt mit der Schwangerschaft auch eine intensive ärztliche Betreuung in Form von Vorsorgeuntersuchungen. Diese dienen dazu, die Entwicklung des Kindes zu überwachen und mögliche Komplikationen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.



WICHTIG

Bei der ersten Vorsorgeuntersuchung stellt Ihnen der/die Frauenarzt/-ärztin den Mutterpass aus. Im Mutterpass werden alle wichtigen Daten über Sie und den Verlauf der Schwangerschaft dokumentiert. Diese Angaben sind für die Geburt oder im medizinischen Notfall wichtige Informationen. Deshalb ist es gut, die Vorsorgeuntersuchungen regelmäßig wahrzunehmen und den Mutterpass immer dabei zu haben.



LESETIPP

- » Informationen rund um den Geburtsprozess: <https://www.gesundheitsinformation.de/geburt.html>
- » Checkliste vor der Geburt des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend: <https://familienportal.de/resource/blob/197876/b7963ea5de-5a8312f8d3751d01326e79/pdf-checkliste-vor-der-geburt-data.pdf>
- » Was ist vor der Geburt zu erledigen – ein Überblick: <https://familienportal.de/resource/blob/198284/6dodo761f22225ac-8d8a2dc70b738fbc/pdf-infografik-vor-der-geburt-data.pdf>

Ein Kurs zur Geburtsvorbereitung

Hebammen und Krankenhäuser bieten Kurse an, in denen sich werdende Mütter auf die Geburt vorbereiten können, entweder allein oder zusammen mit dem/der Partner:in. In einem solchen Kurs wird zum Beispiel über folgende Themen gesprochen:

- » Woran merke ich, dass die Geburt anfängt?
- » Wie verläuft eine Geburt?
- » Welche Geburtsarten gibt es?
- » Wie kann ich trotz der Schmerzen entspannen? Was hilft gegen die Schmerzen?
- » Wann muss ein Kaiserschnitt gemacht werden?
- » Wie kann mich mein:e Partner:in unterstützen?

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen für Schwangere die Kosten des Kurses.

Nehmen Partner:innen an dem Kurs teil, muss diese:r den Kurs in vielen Fällen selbst bezahlen. Inzwischen übernehmen jedoch immer mehr Krankenkassen auch diese Kosten ganz oder zumindest anteilig. Hier lohnt sich eine Nachfrage bei der zuständigen Krankenkasse.

Hebamme

Hebammen arbeiten freiberuflich, können aber in einer bestimmten Geburtsklinik den Kreißaal benutzen. Der Vorteil ist, dass Schwangere während der Geburt von der Hebamme begleitet werden, die sie während der Schwangerschaft kennengelernt und zu der sie ein Vertrauensverhältnis aufge-

baut haben. Mit einer Hebamme können Schwangere vorher Wünsche und Sorgen in Bezug auf die Geburt besprechen. Die Hebamme ist während der Geburt nur für die werdende Mutter da und kann nach der Geburt auch die Wochenbett-Betreuung (Nachsorge) übernehmen.

Steht keine Hebamme zur Verfügung, wird empfohlen, frühzeitig Kontakt mit dem Kreißaal-Team der Geburtsklinik aufzunehmen. Gibt es in der Schwangerschaft keine Komplikationen, kann das Baby auch in einem Geburtshaus oder zu Hause zur Welt gebracht werden.



KONTAKT

Hebammen in Thüringen finden Sie unter:
» <https://www.ammely.de/>

Geburtsklinik/Geburtshaus/Hausgeburt

Soll das Baby in einer **Geburtsklinik** entbunden werden, ist es ratsam, frühzeitig Kontakt mit dem Kreißaal-Team der Geburtsklinik aufzunehmen. Mit den Hebammen und den Ärzten/Ärztinnen können die Abläufe im Kreißaal und auf der Wochenstation besprochen werden. Außerdem können Fragen gestellt werden, zum Beispiel wie eine PDA (Periduralanästhesie) gegen die Wehenschmerzen gelegt oder was bei einem vielleicht notwendigen Kaiserschnitt gemacht wird und was dabei beachtet werden muss.

Ein **Geburtshaus** ist eine Einrichtung, die Frauen eine Alternative zum Gebären in einer Geburtsklinik bietet. Es handelt sich um eine Art von Geburtszentrum, das speziell auf die Bedürfnisse werdender Mütter zugeschnitten ist und von Hebammen und Geburtshelfer:innen betreut wird. Das Geburtshaus ist mit medizinischer Ausrüstung und Fachpersonal ausgestattet, um im Notfall schnelle und wirksame medizinische Hilfe leisten zu können.

Bei einer **Hausgeburt** wird das Kind zu Hause geboren. Eine Hausgeburt wird von einer Hebamme oder einem:r Geburtshelfer:in betreut, die speziell dafür ausgebildet ist.



WICHTIG

Bei einer Geburt können jederzeit unvorhergesehene Komplikationen auftreten, die eine schnelle medizinische Intervention erfordern. Wenn Sie sich für eine Hausgeburt oder ein Geburtshaus entscheiden, sollten Sie sorgfältig alle potentiellen Risiken und Vor- und Nachteile abwägen. In jedem Fall ist es wichtig, dass Sie von einer ausgebildeten und erfahrenen Hebamme betreut werden.

Mutterschutz

Der Mutterschutz ist ein besonderer Schutz für Frauen, die in einem Beschäftigungsverhältnis stehen und schwanger sind oder ein Kind stillen. Geschützt werden sowohl die Mütter als auch die Kinder vor und nach der Geburt. Zum Mutterschutz gehören unter anderem:

- » der Schutz der Gesundheit am Arbeitsplatz,
- » ein besonderer Schutz vor Kündigung,
- » ein Beschäftigungsverbot in den Wochen vor und nach der Geburt, sowie
- » die Sicherung des Einkommens während des Beschäftigungsverbots.



LESETIPP

- » Informationen zum gesetzlichen Mutterschutz, Kündigungsschutz, Beschäftigungsverbot und den Regelungen bei Mehrlingsgeburten:
<https://familienportal.de/familienportal/familienleistungen/mutterschutz>
- » Kapitel 3.2.1

3.1.3 Komplikationen in der Schwangerschaft

Während einer Schwangerschaft können verschiedene Komplikationen auftreten, die das Wohlbefinden der Mutter und/oder des ungeborenen Kindes beeinträchtigen können. Einige der häufigsten Komplikationen können Bluthochdruck, Schwangerschaftsdiabetes oder frühzeitige Wehen sein.



LESETIPP

- » Infektionen und schwangerschaftsspezifische Erkrankungen:
<https://www.frauenaerzte-im-netz.de/schwangerschaft-geburt/infektionen-und-schwangerschaftsspezifische-erkrankungen/>



WICHTIG

Vor allem Mehrlingsschwangerschaften (Schwangerschaften mit Zwillingen, Drillingen oder mehr) können bei Ihnen das Risiko von Komplikationen, wie zum Beispiel Frühgeburt oder Schwangerschaftsdiabetes erhöhen.

Frühgeburt

Eine Frühgeburt ist definiert als eine Geburt vor der 37. Schwangerschaftswoche. Es gibt viele Gründe, warum eine Frühgeburt auftreten kann. Eine Frühgeburt kann sich durch bestimmte Anzeichen ankündigen, zum Beispiel durch vorzeitige Wehen oder durch ein vorzeitiges Platzen der Fruchtblase (Blasensprung). Eine Frühgeburt kann auch aus krankheitsbedingtem Grund ausgelöst werden.



LESETIPP

- » Früh- und Fehlgeburt:
<https://www.frauenaerzte-im-netz.de/schwangerschaft-geburt/frueh-und-fehlgeburt/>
- » Frühgeburten vermeiden durch Selbstvorsorge:
https://soziales.thueringen.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/einleger_mutterpass_fruehgeburtenvermeidungsaktion.pdf



WICHTIG

Eine Frühgeburt kann für Sie als Mutter und das Baby mit Risiken verbunden sein. Daher ist es wichtig, dass beide nach der Geburt engmaschig medizinisch betreut und versorgt werden, das Frühchen zum Beispiel in einem auf Frühgeburten spezialisierten Krankenhaus.

Medikamente

Auch die Einnahme von Medikamenten während der Schwangerschaft kann die Gesundheit von Mutter und Ungeborenem beeinflussen. Die Einnahme sollte daher zuvor immer mit dem/der behandelnden Frauenarzt/-ärztin abgesprochen werden. Über das unabhängige Beratungszentrum der Charité-Universitätsmedizin Berlin besteht zum Beispiel die Möglichkeit, sich zur Verträglichkeit von Arzneimitteln bei bestehendem Kinderwunsch, während der Schwangerschaft, in der Stillzeit und bei einer zurückliegenden Schwangerschaft kostenlos beraten zu lassen. Die Webseite informiert auch über einige häufige Erkrankungen und deren Behandlung in der Schwangerschaft.



KONTAKT

» Unabhängiges Beratungszentrum der Charité Universitätsmedizin Berlin:
<https://www.embryotox.de/>

3.1.4 Konflikte in der Schwangerschaft

Bei einer ungeplanten Schwangerschaft ist manchen Frauen schnell klar, ob sie das Kind bekommen werden oder nicht. Andere Frauen geraten in einen Konflikt oder sogar in eine Krise. Bei der Suche nach einer Lösung haben Frauen meist nicht nur die eigene Situation im Blick. Sie fragen sich, ob und wie sie für ein (weiteres) Kind da sein können. Oft lasten auf ihnen auch noch Erwartungen des/der Partner:in, der Familie und des persönlichen Umfeldes. Diese können die Entscheidung enorm erschweren.

Viele Frauen können ihre Gefühle und Befürchtungen und auch ihre möglichen Gedanken an einen Schwangerschaftsabbruch mit ihrem/ihrer Partner:in, ihren Freund:inne oder anderen Vertrauenspersonen besprechen und so zu einer tragfähigen Entscheidung kommen. Andere haben kaum eine Möglichkeit, ohne Druck und Beeinflussung offen über ihre Konflikte zu sprechen. Unabhängig davon, ob bereits feststeht, dass die Schwangerschaft abgebrochen werden soll oder ob die Entscheidung noch offen ist: In beiden Fällen kann die Schwangerschaftskonfliktberatung helfen. Sie bietet die Möglichkeit, in einem geschützten und wohlwollenden Rahmen und auf Wunsch auch anonym alle Sorgen und Probleme anzusprechen und einen guten Weg zu finden.

Beratung und Unterstützung

In der Schwangerschaftskonfliktberatung werden Ratsuchende, wenn sie das möchten, über staatliche und nichtstaatliche Hilfsangebote für Schwangere und Mütter informiert und es können mögliche Perspektiven für ein Leben mit dem Kind besprochen werden. Auch rechtliche, medizinische und soziale Fragen können geklärt werden. Entscheidet sich die Schwangere für die Fortsetzung der Schwangerschaft, erhält sie unter anderem auch praktische Unterstützung bei der Beantragung von Hilfen (zum Beispiel bei „Bundesstiftung Mutter und Kind“, siehe dazu Kapitel 3.1.1), der Wohnungssuche, der Suche nach einer Betreuungsmöglichkeit für das erwartete Kind oder beim Fortsetzen Ihrer Ausbildung.

Schwangerschaftsabbruch

Erwägen die Ratsuchenden einen Schwangerschaftsabbruch, klärt die Schwangerschaftskonfliktberatung über die Voraussetzungen für einen straffreien Abbruch auf. Die Schwangere erhält Informationen über die Methoden zur Durchführung eines Schwangerschaftsabbruchs und deren jeweilige Vor- und Nachteile. Falls erforderlich, kann im Rahmen der Schwangerschaftskonfliktberatung auch der Rat weiterer Fachkräfte eingeholt werden, etwa wenn es um medizinische oder rechtliche Fragen geht oder wenn eine psychologische Beratung sinnvoll ist.



WICHTIG

Alles, was in der Beratung mit Ihnen besprochen wird, unterliegt der Schweigepflicht.



KONTAKT

Beratung und Hilfe finden Sie unter:

- » <https://www.familienplanung.de/beratung/beratungsstelle-finden/>
- » <https://thueringer-stiftung-handinhand.de/ich-benoetige-hilfe/beratungsstellen/>

Informationen zur vertraulichen Geburt

Keine schwangere Frau muss in Deutschland ihr Kind alleine und heimlich zur Welt bringen. Jede Frau hat das Recht, während und nach der Schwangerschaft bei Schwangerschaftsberatungsstellen anonym und geschützt Hilfe in Anspruch zu nehmen. Die vertrauliche Geburt ist ein Hilfsangebot für schwangere Frauen, die ihre Schwangerschaft geheim halten möchten. Gründe hierfür sind oft als besonders schwierig empfundene Lebenssituationen und/oder eine Gefahr für das eigene Wohlergehen.



LESETIPP

- » Informationen zur vertraulichen Geburt finden Sie auf der Internetseite des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend unter <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/die-vertrauliche-geburt-80950>.

Konflikte in der Partnerschaft

Konflikte gibt es in jeder Partnerschaft – sie entstehen dort, wo Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen, Werten oder Erwartungen aufeinandertreffen. Der Wunsch nach einem Kind, eine Schwangerschaft und das gemeinsame Leben bringen viele Fragen und Entscheidungen mit sich, bei denen sich (werdende) Eltern nicht immer von Beginn an einig sind. Daraus entstehende Konflikte und die Erarbeitung einer gemeinsamen Lösung ist eine Möglichkeit, um das Verständnis füreinander zu vertiefen und gegenseitiges Vertrauen zu stärken.

Manchmal verschärfen sich Konflikte derart, dass sie in körperlicher, psychischer, emotionaler oder sexualisierter Gewalt enden. In diesen Fällen ist es für die Betroffenen

wichtig zu wissen, dass sie diese Formen von Gewalt nicht hinnehmen oder erdulden müssen und sich unmittelbar Hilfe suchen sollten. Nach dem Thüringer Chancengleichheitsfördergesetz besteht ein Anspruch auf Schutz vor häuslicher Gewalt für von Gewalt betroffene Personen und deren Kinder. Konkret bedeutet dies, dass von häuslicher Gewalt betroffene Personen und ihre Kinder einen Anspruch darauf haben, kostenfrei in einer Schutzeinrichtung – Frauenhaus – aufgenommen zu werden. In den Schutzeinrichtungen erhalten von Gewalt betroffene Personen nicht nur sicheren Wohnraum, sondern darüber hinaus auch Beratung und Unterstützung.



WICHTIG

Scheuen Sie sich nicht, Konflikte bei Ihrer/Ihrem Frauenarzt/-ärztin, Hebamme oder der Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle anzusprechen.

Sie tragen keine Schuld daran, wenn Ihnen Gewalt angetan wird. Häusliche Gewalt ist nicht hinnehmbar. Suchen Sie sich frühestmöglich Hilfe und Unterstützung.



KONTAKT

Beratung und Hilfen finden Sie unter:

- » Hilfetelefon gegen Gewalt an Frauen 365 Tage im Jahr rund um die Uhr kostenfrei erreichbar unter Telefon 116016 und <https://www.hilfetelefon.de/> in 18 Sprachen, auch in Leichter Sprache und Gebärdensprache.
- » Frauenhäuser mit angeschlossenen Beratungsstellen in Thüringen: <https://www.gleichstellungsbeauftragte-thueringen.de/netzwerke/beratung-schutz-und-hilfe/fh/frauenhaeuser-und-frauenschutzwohnungen>
- » Frauenhäuser in ganz Deutschland: <https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/frauenaussuche.html>

3.1.5 Rechtliche Betreuung

Menschen mit Behinderungen sind manchmal nicht in der Lage, alle anfallenden Aufgaben und Tätigkeiten selbst zu übernehmen und auszuführen. Aus diesem Grund können insbesondere Menschen mit einer kognitiven oder psychischen Behinderung manchmal eine rechtliche Betreuung haben.

Aufgabe einer rechtlichen Betreuung ist es, die betreute Person dabei zu unterstützen, ihre Angelegenheiten rechtlich selbst und nach ihren Wünschen zu besorgen (§ 1821 BGB). Dabei kann und darf die betreuende Person nur in den Aufgabenbereichen tätig werden, die das Betreuungsgericht festgelegt hat, also zum Beispiel in der Vermögenssorge oder in der Gesundheitsvorsorge für die betreute Person. In dem festgelegten Aufgabenkreis kann eine rechtliche Betreuung die betreute Person gerichtlich und außergerichtlich bei Rechtshandlungen vertreten, soweit das erforderlich ist. Zu beachten ist, dass die Anordnung einer Betreuung keine Auswirkungen auf die Geschäftsfähigkeit hat. Ist die betreute Person geschäfts- und einwilligungsfähig, kann sie weiterhin selbstständig Rechtshandlungen vornehmen und entscheidet selbst über medizinische Maßnahmen. Rechtsgeschäfte bedürfen nur insoweit dann der Zustimmung oder Genehmigung der betreuenden Person, wenn das Betreuungsgericht einen sogenannten Einwilligungsvorbehalt angeordnet hat.



WICHTIG

Sie entscheiden selbst, ob Sie ein Kind bekommen möchten oder nicht. Diese Entscheidung ist höchstpersönlich und kann von Ihnen selbstbestimmt getroffen werden. Insbesondere kann die betreuende Person nicht gegen Ihren Willen Entscheidungen zur Verhinderung oder den Abbruch einer Schwangerschaft treffen. Auch die Sorge für das Kind unterliegt nicht der Betreuung. Das Sorgerecht ist Elternsache (§§ 1626 ff. BGB). Die Ausübung des Sorgerechts kann vom Betreuungsgericht nicht als Aufgabenbereich einer Betreuung festgelegt werden. Für Entscheidungen, die das Kind der betreuten Person betreffen, hat die betreuende Person keine Befugnis. Es ist auch nicht Aufgabe der Betreuung, Hilfen zur Erziehung zu organisieren oder Rechte in Familienangelegenheiten durchzusetzen. Kontaktstellen für Sie sind insoweit vielmehr das Jugendamt oder das Familiengericht.



LESETIPP

- » Broschüre „Betreuungsrecht“, des Bundesministerium der Justiz
<https://www.bmj.de/SharedDocs/Publikationen/DE/Betreuungsrecht.html>
- » in Leichter Sprache: „Das Betreuungsrecht in Leichter Sprache“, das Bundesministerium der Justiz
https://www.bmjv.de/SharedDocs/Publikationen/DE/Broschueren/Betreuungsrecht_LeichteSprache.html?nn=110568
- » „Betreuung – was ist das? – Informationen in Leichter Sprache“, des Thüringer Landesbeauftragten für Menschen mit Behinderungen
<https://www.tlmb-thueringen.de/service/broschueren-und-publikationen/>
- » „Das ist wichtig bei der rechtlichen Betreuung“, Herausgeber Donumvitae
<https://donumvitae.org/publikationen>



3.2 Nach der Geburt

In der ersten Zeit nach der Geburt dreht sich alles um das Baby und an eigene Bedürfnisse und Wünsche ist oftmals kaum zu denken. Jede junge Familie erlebt die erste Zeit anders, doch die neue Aufgabe kann viele Fragen und Unsicherheiten mit sich bringen. Es gibt viel Neues, es stehen viele Entscheidungen an. Das folgende Kapitel soll helfen, in den wichtigen und entscheidenden Situationen die richtigen Informationen, Tipps und Kontaktstellen zu finden. Frischgebackene Eltern brauchen Sicherheit, um in ihre Elternrolle hineinwachsen zu können. Viel Nähe und ein möglichst ungestörter Kontakt zwischen Eltern und Kind nach der Geburt sind gute Voraussetzungen dafür, dass das Neugeborene behutsam in dieser Welt ankommt und eine einzigartige Bindung entsteht.

3.2.1 Mutterschutz

Der gesetzliche Mutterschutz soll die Frau und ihr Kind während der Schwangerschaft, nach der Entbindung und in der Stillzeit vor Gesundheitsgefahren und Überforderung bei der Arbeit, in der Ausbildung und im Studium schützen und Benachteiligungen entgegenwirken.

Nach dem Gesetz zum Schutz von Müttern bei der Arbeit, in der Ausbildung und im Studium (Mutterschutzgesetz) besteht nach der Geburt im Regelfall ein achtwöchiges Beschäftigungsverbot für die Frau. In dieser Zeit darf sie auch dann nicht beschäftigt werden, wenn sie selbst dazu bereit wäre. Nach Frühgeburten im medizinischen Sinne, nach Mehrlingsgeburten und – auf Antrag der Frau – nach der Entbindung eines Kindes mit Behinderung dürfen Frauen während der ersten zwölf Wochen nach der Entbindung nicht beschäftigt werden. Kommt das Kind vor dem errechneten Termin zur Welt, verlängert sich die Schutzfrist um die Anzahl der Tage, die vor der Geburt nicht in Anspruch genommen werden konnten. In der Zeit der Schutzfrist besteht für Arbeitnehmerinnen in der Regel ein Anspruch auf Mutterschaftsgeld (Kapitel 3.2.3) und den Zuschuss zum Mutterschaftsgeld (Arbeitgeberzuschuss).

Schülerinnen und Studentinnen dürfen bereits in der Schutzfrist nach der Geburt wieder zur Schule oder an die Uni gehen, wenn sie das ausdrücklich möchten und eine entsprechende Erklärung abgeben. Diese können sie jederzeit widerrufen.

Das Mutterschutzgesetz enthält außerdem Regelungen zu den Bedingungen für Schwangere und Stillende am Arbeits-, Ausbildungs- oder Studienplatz. Diese müssen so

beschaffen sein, dass die schwangere oder stillende Frau vor unverantwortbaren Gefahren für Leben und Gesundheit ausreichend geschützt ist. Stillende Frauen haben in den ersten zwölf Monaten nach der Entbindung einen Anspruch auf eine bezahlte Freistellung von ihrer Tätigkeit, um ihr Kind zu stillen, ohne dass diese Zeit nach- oder vorgearbeitet werden muss.



WICHTIG

Als Arbeitnehmerin haben Sie mindestens vier Monate nach der Geburt Kündigungsschutz. Auch eine Fehlgeburt nach der 12. Schwangerschaftswoche führt zu einem viermonatigen Kündigungsschutz. Frauen, die eine Fehlgeburt ab der 13. Schwangerschaftswoche erleiden, haben Anspruch auf Mutterschutz, der zeitlich gestaffelt ist und je nach Schwangerschaftswoche bis zu acht Wochen dauern kann. Während dieser Zeit ist nur in besonderen Fällen eine Kündigung der Frau, mit ausdrücklicher Zustimmung der für den Arbeitsschutz zuständigen Aufsichtsbehörde, möglich.



LESETIPP

- » Ausnahmen und Sonderfälle zum Mutterschutz: www.familien-wegweiser.de
- » Mutterschutz: <https://familienportal.de/familienportal/familienleistungen/mutterschutz> und
- » Nach der Geburt: <https://www.familienplanung.de/schwangerschaft/nach-der-geburt/recht-und-amt/>
- » Regelung seit dem 1. Juni 2025 bei Fehl- und Totgeburten: <https://familienportal.de/familienportal/familienleistungen/mutterschutz/welche-regelungen-gelten-bei-fehl-und-totgeburten--125128>
- » Kapitel 3.1.2

3.2.2 Erste Hinweise und Aufgaben

Die meisten Mütter bleiben nach der Geburt für ein paar Tage auf der Wochenstation im Krankenhaus. Hier können sie sich erholen und das Baby wird gut versorgt. Gesetzlich versicherte Frauen haben nach der Geburt zwölf Wochen lang einen Anspruch auf die Unterstützung einer Hebamme, bei Bedarf auch noch länger. Die Hebamme sollte bereits vor der Geburt gesucht werden (siehe Kapitel 3.1.2). Die Nachsorge beinhaltet die medizinische Begleitung der Mutter und des Kindes durch die Hebamme. In der Regel besucht die Hebamme die Mutter mit dem Neugeborenen zu Hause. Insbesondere in den ersten Tagen kommt die Hebamme täglich und gibt Tipps für das Stillen und die Säuglingspflege.

Anmeldung des Kindes beim Standesamt und Namenswahl

Der Vorname wird bei der Anmeldung des Kindes beim Standesamt bekannt gegeben. Steht der Vorname des Kindes zu diesem Zeitpunkt noch nicht fest, muss er innerhalb eines Monats nachgetragen werden.

Haben die Eltern unterschiedliche Familiennamen, wird bei der Anmeldung des Kindes beim Standesamt auch der Familienname des Kindes festgelegt.

Grundsätzlich sind Eltern in der Wahl des Vornamens für ihr Kind frei, sofern der Name das Geschlecht des Kindes eindeutig erkennen lässt und das Kindeswohl durch den Namen nicht verletzt wird.



LESETIPP

- » Checkliste nach der Geburt des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend:
<https://familienportal.de/resource/blob/197878/62cc3fodd24fd31a7bf47aa009ocbd19/pdf-checkliste-nach-der-geburt-data.pdf>
- » Überblick was nach der Geburt zu erledigen ist:
<https://familienportal.de/resource/blob/198286/03ff749d450df5eff6fe1dbodf9114bd/pdf-infografik-nach-der-geburt-data.pdf>

Vaterschaftsanerkennung

Eine Vaterschaftsanerkennung kann der Vater des Kindes abgeben, wenn er zum Zeitpunkt der Geburt nicht mit der Mutter des Kindes verheiratet ist.

Die Anerkennung ist schon vor der Geburt des Kindes zulässig.

Sind Vater und Mutter des Kindes verheiratet, ist eine Vaterschaftsanerkennung nicht notwendig. Nach Anmeldung der Geburt beim Standesamt wird der Vater automatisch in die Geburtsurkunde eingetragen und ist gemeinsam mit der Mutter sorgeberechtigt.

Bei gleichgeschlechtlichen Paaren gibt es unterschiedliche Konstellationen, bei denen eine Vaterschaftsanerkennung Relevanz hat. Lesen Sie dazu den Lesetipp für Regenbogenfamilien.



KONTAKT

Die Erklärung zur Anerkennung der Vaterschaft muss persönlich bei einer zuständigen Stelle abgegeben werden: beim örtlichen Träger der Jugendhilfe, Standesamt, Amtsgericht oder bei einem Notar. Sie können selbst entscheiden, wo Sie die Anerkennung der Vaterschaft abgeben. Entscheiden Sie sich für das Amtsgericht oder einen Notar, können Kosten für Sie anfallen.



WICHTIG

Die Mutter muss ebenfalls persönlich ihre Zustimmung zur Vaterschaftsanerkennung erklären.



LESETIPP

- » Vaterschaftsanerkennung:
<https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/schwangerschaft-geburt/vaterschaftsanerkennung>
- » Regenbogenfamilien:
<https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/regenbogenfamilien>

Früherkennungsuntersuchungen des Kindes

Die Früherkennungsuntersuchungen dienen der frühzeitigen Erkennung möglicher Gesundheitsstörungen oder Auffälligkeiten in der Entwicklung des Kindes und deren Behandlung. Mit einer frühzeitigen Erkennung kann das Kind behandelt und – wenn erforderlich – gezielt unterstützt und gefördert werden. Die Untersuchung führt der/die Kinderarzt/-ärztin durch. Die Teilnahme an den Früherkennungsuntersuchungen ist kostenlos.



LESETIPP

- » Früherkennungsuntersuchungen:
<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/frueherkennung-u1-u9-und-j1/>

3.2.3 Beratung und (finanzielle) Unterstützung

Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen

In Thüringen steht allen Eltern, Kindern und Jugendlichen ein flächendeckendes Netz mit 34 Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen (EEFLB) und 15 Außenstellen zur Verfügung. Die Fachteams der Beratungsstellen unterstützen Familien in unterschiedlichen Problemlagen in der Familie, bei familiären Konflikten und Krisen oder bei vorliegenden Risikofaktoren.

Seit 2005 ist mit der Onlineberatung zusätzlich eine virtuelle Beratung als besonders niedrigschwelliges Angebot im Bereich der EEFLB hinzugekommen, welches auch Eltern mit Behinderung entgegenkommt. Die Beratung ist anonym und kostenfrei.



KONTAKT

Anerkannte Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen finden Sie unter:

- » <https://soziales.thueringen.de/soziales/familie/beratung-und-unterstuetzung>
» <https://thueringer-stiftung-handinhand.de/ich-benoetige-hilfe/beratungsstellen/>

Frühe Hilfen

Frühe Hilfen sind einfach zugängliche Informations-, Beratungs- und Hilfsangebote für werdende Eltern und Familien mit Kindern in den ersten (drei) Lebensjahren. Frühe Hilfen sollen von Anfang an allen Kindern gute Lebens- und Entwicklungsbedingungen ermöglichen. Sie sind vorbeugend ausgerichtet und unterstützen das gesunde und gewaltfreie Aufwachsen von Kindern. Dadurch wird zur Verwirklichung ihrer Rechte auf Schutz, aber auch auf Förderung und Teilhabe beigetragen.

In allen Thüringer Landkreisen und kreisfreien Städten engagieren sich viele kompetente Fachkräfte aus unterschiedlichen Bereichen in Netzwerken der Frühen Hilfen. Dazu zählen beispielsweise Schwangerschaftsberatungsstellen, Gesundheitswesen, Frühförderung, Kinder- und Jugendhilfe und weitere soziale Dienste sowie Familienhebammen, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger:innen.



KONTAKT

- » <https://www.kinderschutz-thueringen.de/fruehe-hilfen-neu/netzwerkkoordinierende>

Mutterschaftsgeld

Mutterschaftsgeld ist eine Leistung für erwerbstätige Frauen während der Mutterschutzfristen vor und nach der Entbindung (Kapitel 3.2.1). Es wird von der Krankenkasse oder dem Bundesamt für Soziale Sicherung gezahlt und soll den Verdienstaufschlag während dieser Zeit ausgleichen.

Angestellte, die gesetzlich krankenversichert sind und Anspruch auf Krankengeld haben, erhalten Mutterschaftsgeld von ihrer Krankenkasse. Das Gleiche gilt für Beschäftigte in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderungen. Arbeitnehmerinnen, die nicht gesetzlich krankenversichert sind, erhalten Mutterschaftsgeld vom Bundesamt für Soziale Sicherung. Auch Frauen, die während der Mutterschutzfrist kein Arbeitsentgelt erhalten, haben Anspruch auf Mutterschaftsgeld, ebenso Frauen bei einer Fehlgeburt ab der 13. Schwangerschaftswoche.

Die Krankenkasse zahlt höchstens 13 Euro pro Kalendertag, liegt das Nettoarbeitsentgelt der Frau über 13 Euro pro Tag, zahlt der Arbeitgeber die Differenz als Arbeitgeberzuschuss.

Für Frauen, die nicht über die Krankenkasse abgesichert sind, zahlt das Bundesamt für Soziale Sicherung einmalig 210,00 Euro. Für arbeitslose Frauen entspricht das Mutterschaftsgeld der Höhe ihres Arbeitslosengeldes.

Die Beantragung erfolgt entsprechend bei der Krankenkasse oder beim Bundesamt für Soziale Sicherung.

Elterngeld

Elterngeld ist eine staatliche Leistung in Deutschland, die Eltern nach der Geburt eines Kindes finanzielle Unterstützung bietet, um ihnen die Betreuung und Erziehung ihres Kindes zu ermöglichen. Es gleicht teilweise das Einkommen aus, das Eltern aufgrund der Kinderbetreuung verlieren. Anspruch auf Elterngeld haben Eltern, die mit ihrem Kind in einem Haushalt leben, ihr Kind selbst betreuen und erziehen und nicht mehr als 32 Stunden pro Woche erwerbstätig sind. Die Eltern müssen ihren Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthalt in Deutschland haben. Das zu versteuernde Einkommen der Eltern darf vor der Geburt eine bestimmte Grenze nicht überschreiten (ab 1. April 2025: 250.000 Euro für Paare und 175.000 Euro für Alleinerziehende).

Das Elterngeld beträgt mindestens 300 Euro und maximal 1.800 Euro pro Lebensmonat und entspricht in der Regel 65 Prozent des Nettoeinkommens vor der Geburt. Elterngeld wird für die Lebensmonate des Kindes gezahlt. Es gibt verschiedene Modelle, wie das Basiselterngeld, Elterngeld-Plus und den Partnerschaftsbonus. Die konkrete Höhe und Dauer des Elterngeldes hängen von verschiedenen Faktoren ab, wie dem Einkommen vor der Geburt und der gewählten Bezugsform. Es ist empfehlenswert, sich bei der zuständigen Elterngeldstelle oder einem Beratungsangebot zu informieren.

Beschäftigte, die in einer Werkstatt für behinderte Menschen tätig sind, haben ebenfalls Anspruch auf Elterngeld.

Der Antrag kann nach der Geburt bei der zuständigen Elterngeldstelle gestellt werden. Es ist ratsam, den Antrag innerhalb der ersten drei Lebensmonate des Kindes zu stellen, da Elterngeld maximal für drei Monate rückwirkend gezahlt wird.



LESETIPP

- » Elterngeld: <https://familienportal.de/familienportal/familienleistungen/elterngeld>
- » Elterngeld: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/themen/familie/familienleistungen/elterngeld/elterngeld-73752>

Kindergeld und Kinderzuschlag

In Deutschland wird die grundlegende Versorgung von Kindern sichergestellt. Dafür gibt es Kindergeld. Es besteht Anspruch auf Kindergeld, wenn

- » das Kind unter 18 Jahren ist (unter bestimmten Voraussetzungen besteht ein Anspruch auch für volljährige Kinder),
- » das Kind regelmäßig versorgt wird und im Haushalt lebt (das gilt auch für Stiefkinder, Enkelkinder oder Pflegekinder) und
- » der Wohnort in Deutschland, einem anderen Land der EU, in Norwegen, Liechtenstein, Island oder der Schweiz ist.



WICHTIG

Die Zahlung des Kindergeldes ist unabhängig von Ihrem Einkommen. Die Zahlung des Kindergeldes muss bei der Familienkasse durch Sie beantragt werden.

Der Kinderzuschlag ist eine Leistung für Familien mit geringem Einkommen. Den Kinderzuschlag gibt es zusätzlich zum Wohngeld³ und zum Kindergeld. Den Kinderzuschlag können Eltern nur bekommen, wenn sie genug für sich selbst verdienen, aber das Einkommen nicht oder nur knapp für ihre gesamte Familie reicht.

³ Wohngeld: Wenn das Einkommen des privaten Haushalts nicht ausreicht, um die Kosten für eine angemessene Wohnung zu tragen, kann Wohngeld bei der Wohngeldbehörde des Landkreises, der kreisfreien Stadt oder der kreisangehörigen Gemeinde beantragt werden.



LESETIPP

» Kindergeld:

<https://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/infos-rund-um-kindergeld/kindergeldanspruch-hoehe-dauer>

Unterhalt und Unterhaltsvorschuss

Nach Anerkennung der Vaterschaft oder nach gerichtlicher Vaterschaftsfeststellung ist der Vater gegenüber dem Kind zur Unterhaltsleistung verpflichtet. Das örtliche Jugendamt bietet Beratung, Unterstützung und Vertretung zu unterhaltsrechtlichen Fragen und zum Unterhaltsvorschuss an.



LESETIPP

» Unterhaltsvorschuss:

<https://familienportal.de/familienportal/familienleistungen/unterhaltsvorschuss>

3.2.4 Stimmungskrisen (Baby Blues)

Das Wochenbett (die ersten 40 Tage nach der Geburt) ist eine besondere Zeit. Eltern und Kind dürfen sich kennenlernen. An die neue Rolle als Eltern müssen sich die meisten Menschen erst gewöhnen. Eltern sollten sich in dieser Zeit Erholung und Selbstfürsorge (siehe Kapitel 6.2) erlauben.

In den ersten Tagen nach der Geburt erlebt mindestens die Hälfte aller Frauen Stimmungsschwankungen. Dies ist hauptsächlich durch hormonelle Veränderungen bedingt und sollte nach einigen Tagen von selbst wieder abklingen.⁴

Einige Eltern (Mütter wie Väter) erleben nach der Geburt ein Stimmungstief, das länger als zwei Wochen anhält. Typische Beschwerden können Traurigkeit, Erschöpfung, Stimmungsschwankungen, Selbstzweifel über die eigenen Fähigkeiten als Elternteil oder Ängste sein.

Für Menschen, die mit chronischen, körperlichen und psychischen Erkrankungen leben, oder wenig Unterstützung von anderen Menschen haben, ist das Risiko erhöht. Diese Faktoren können zusätzliche Belastungen in einer ohnehin herausfordernden Lebensphase darstellen.



WICHTIG

Sprechen Sie auffällige Veränderungen der Stimmung frühzeitig bei Ihrer Hebamme oder Arzt/Ärztin (Frauenarzt/-ärztin, Hausarzt/-ärztin) an. Überlegen Sie gemeinsam mit dem Sie betreuenden Fachpersonal, ob Sie ausreichend praktische Unterstützung bei Haushalt und Versorgung des Kindes haben oder welche Hilfe aus Ihrem persönlichen Umfeld oder von professionellen Helfer:innen Sie noch brauchen.



LESETIPP

» Depressionen nach der Geburt – was kann helfen?

<https://www.gesundheitsinformation.de/depressionen-nach-der-geburt-was-kann-helfen.html>



KONTAKT

- » Der Verein **Schatten und Licht e. V.** informiert über psychische Erkrankungen im Zusammenhang mit der Geburt eines Kindes. Es gibt Selbsttests, Listen mit Anlaufstellen, Tipps zur Selbsthilfe und ein Forum: www.schatten-und-licht.de.
- » Weitere Anlaufstellen bei seelischen Problemen finden Sie in Kapitel 5,6 dieser Broschüre.

⁴ Dorsch, V. M. & Rohde, A. (2016). Postpartale psychische Störungen – Update 2016. Frauenheilkunde up2date; 10(04): 355-374. DOI: 10.1055/s-0042-112631 (Zugriff: 06.03.2023).

3.2.5 Hilfen bei einem Kind mit Behinderung

Wird in der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt eine Entwicklungsauffälligkeit bei einem Kind festgestellt, werden die behandelnden Ärzte/Ärztinnen alles Wissenswerte mit den Eltern besprechen, ihnen Unterstützungsmöglichkeiten aufzeigen und Kontaktmöglichkeiten unter anderem zu Anlauf- und Beratungsstellen nennen.

Bei Fragen und Sorgen zum Entwicklungsstand des Kindes kann der/die behandelnde Kinderarzt/-ärztin oder die Hebamme weiterhelfen. Auch die Frühen Hilfen (Kapitel 3.2.3) können bei Bedarf wertvolle Informationen bieten. Die Interdisziplinären Frühförderstellen bieten ein offenes niedrigschwelliges Beratungsangebot an, welches kostenfrei in Anspruch genommen werden kann. Weitere Beratungsangebote können Personensorgeberechtigte auch bei dem örtlichen Träger der Eingliederungshilfe, der Kranken- oder Ersatzkasse oder bei dem/der behandelnden Kinderarzt/-ärztin in Anspruch nehmen.

Wurde bei einem Kind eine Behinderung festgestellt, können gegebenenfalls heilpädagogische Frühförderung und/oder medizinisch-therapeutische Leistungen (zum Beispiel Logopädie, Ergotherapie, Physiotherapie) notwendig werden.



KONTAKT

- » behandelnde Kinderärzte/-ärztinnen, Klinik, Sozialpädiatrische Zentren (SPZ)
- » örtlicher Träger der Eingliederungshilfe (Sozialamt) in Ihrer Stadt oder Ihrem Landkreis,
- » Verfahrenslisten (siehe dazu auch Kapitel 4.2)
- » Frühförderstellen in Thüringen unter <https://soziales.thueringen.de/soziales/inklusion/fruehfoerderung> und
- » zuständige Kranken- oder Ersatzkasse



LESETIPP

- » Überblick über Rechte und finanzielle Leistungen für Familien mit behinderten Kindern: <https://bvkm.de/ratgeber/mein-kind-ist-behindert-diese-hilfen-gibt-es-in-mehreren-sprachen/> (Broschüre in Deutsch, Englisch, Französisch, Arabisch, Türkisch)

3.2.6 Umgang mit herausfordernden Situationen

Schreien ist ein lautstarkes Signal. Egal wie fürsorglich und umsichtig Eltern sind – in den ersten Lebenswochen gehört Schreien zum normalen Alltag des Babys, denn

- » Schreien ist das wichtigste Ausdrucksmittel eines Babys,
- » Babys brauchen Zeit, um den Rhythmus zwischen Schlafen und Wachsein zu lernen.

Schreien kann auch ein Hinweis sein, dass sich das Kind unwohl fühlt oder ihm vielleicht etwas wehtut. Schreien kann auch ein Zeichen der Überforderung sein und signalisieren, dass das Kind zu wenig Schlaf erhält. Babys reagieren dann überreizt.



WICHTIG

Schütteln Sie Ihr Kind niemals, denn Hals und Kopf Ihres Babys sind sehr verletzlich! Wenn Ihr Baby viel schreit und Ihnen der Schlaf fehlt, ist es verständlich, dass Sie sich seelisch und körperlich ausgezehrt fühlen. Suchen Sie rechtzeitig Hilfe bei Ihrer Hebamme oder Ihrem/Ihrer Kinderarzt/-ärztin, wenn Sie das Gefühl haben, Sie verkraften das Schreien nicht mehr. In einem Notfall stellen Sie Ihr Baby bitte im Notfallzentrum eines Krankenhauses in Ihrer Nähe vor.

Möglichkeiten, häufigem Schreien vorzubeugen:

- » Reagieren Sie in den ersten Wochen möglichst sofort auf das Schreien, trösten und beruhigen Sie Ihr Baby.
- » Geben Sie Ihrem Kind Anregung und Bewegung.
- » Nutzen Sie die Wachphasen des Babys, um mit ihm zu spielen.
- » Lassen Sie Ihr Kind möglichst oft frei strampeln.
- » Vermeiden Sie Überreizung durch Regelmäßigkeiten im Tagesablauf.

Wenn Schreien zur Belastung wird, können Eltern an ihre Grenzen kommen. Deshalb ist dies besonders wichtig:

- » Bewahren Sie Ruhe und legen Sie eine Atempause ein.
- » Verlassen Sie kurzzeitig den Raum, wenn Sie sich überzeugt haben, dass Ihr Kind nicht akut krank ist und sich nicht in Gefahr befindet.
- » Nehmen Sie Hilfe in Anspruch.

Unterstützung können Eltern auch bei den Familienhebammen der Frühen Hilfen (Kapitel 3.2.3) erhalten.



LESETIPP

- » Aufklärungsfilm zum Schütteltrauma in den Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch, Russisch, Türkisch, Arabisch und Farsi:
<https://www.bioeg.de/mediathek/themen/fruehe-hilfen/v/niemals-schuetteln-wenn-babys-nicht-aufhoeren-zu-schreien/>
- » So schläft mein Baby gut und sicher:
https://soziales.thueringen.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/gesundheits_flyer_baby-schlaf_2025.pdf



KONTAKT

- » Beratung für Eltern – anonym und kostenlos:
<https://www.elternsein.info/beratung-anonym/beratung-fuer-eltern-anonym-und-kostenlos/>
- » Informationsportal mit der Möglichkeit Schreibambulanzen zu suchen:
<https://www.elternsein.info/schuetteln/gefahrschuetteln/>

3.3 Heranwachsen des Kindes

Das Heranwachsen eines Kindes ist ein vielschichtiger Prozess, der körperliche, geistige und soziale Veränderungen umfasst. Es ist eine Reise von der völligen Abhängigkeit des Kindes von den Eltern hin zur zunehmenden Selbstständigkeit und Autonomie des Kindes. Eltern spielen in diesem Prozess eine wichtige Rolle bei der Begleitung ihres Kindes indem sie Geborgenheit, Selbstvertrauen, Unterstützung und altersgerechte Verantwortlichkeiten vermitteln. Hilfreich und unterstützend in den ersten Lebensmonaten können Eltern-Kind-Kurse wie PEKiP (Prager-Eltern-Kind-Pro-

gramm) oder Delfi (Denken – Entwickeln – Lieben – Fühlen – individuell), Babymassagekurse, Kurse zur musikalischen Früherziehung oder Krabbelgruppen sein.



KONTAKT

PEKiP- und Delfikurse werden von verschiedenen Einrichtungen angeboten: Elternschulen, Hebammenpraxen, Geburtshäuser, Familienbildungsstätten, Familienzentren, Volkshochschulen, Frühförderstellen und Physiotherapien.

Der Übergang in die Kindertagesbetreuung und später in die Schule ist ein wichtiger Meilenstein im Leben eines Kindes und kann für Eltern eine aufregende, aber auch herausfordernde Zeit sein. Es ist ein Moment des Übergangs von der familiären Umgebung zur Gruppenerfahrung und der Beginn eines neuen Kapitels in der Bildung und sozialen Entwicklung des Kindes. In diesem Prozess ist es wichtig, dass Eltern, Erzieher:innen und Lehrer:innen zusammenarbeiten, um sicherzustellen, dass das Kind in seiner Entwicklung gefördert wird und sich wohl fühlt. Mit Geduld, Empathie und Unterstützung können Eltern und Kinder diesen Übergang erfolgreich bewältigen und das Fundament für eine erfolgreiche Kindergarten- und Schulzeit und eine glückliche Kindheit legen.

3.3.1 Beginn der Kindertagesbetreuung

Kinder mit gewöhnlichem Aufenthalt in Thüringen haben gemäß dem Thüringer Kindergartengesetz vom vollendeten ersten Lebensjahr bis zum Schuleintritt einen Rechtsanspruch auf ganztägige Förderung in einer Kindertageseinrichtung⁵. Bei der Wahl der Kindertagesbetreuung sowie den Angeboten der Kindertagespflege gibt es im Rahmen der freien Kapazitäten ein Wunsch- und Wahlrecht.

Kinder mit Behinderungen und von Behinderungen bedrohte Kinder haben grundsätzlich das Recht, gemeinsam mit Kindern ohne Behinderung inklusiv gefördert zu werden. Die gemeinsame Förderung kann in allen Kindertageseinrichtungen (Regeleinrichtungen und integrative Ein-

5 § 2 Abs. 1 Thüringer Kindergartengesetz (ThürKigaG)

richtungen) erfolgen, wenn eine dem besonderen Bedarf entsprechende Förderung gewährleistet ist⁶.

Eltern mit einer Hör- oder Sprachbehinderung erhalten nach dem Thüringer Gesetz zur Inklusion und Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen auf Antrag die notwendigen Aufwendungen für die Kommunikation mit der Schule oder Kindertagesstätte in Deutscher Gebärdensprache, mit lautsprachbegleitenden Gebärden, durch Lormen oder mit anderen geeigneten Kommunikationshilfen erstattet⁷. (Ergänzende Informationen im Kapitel 3.4.)

Barrierefreie Krabbelgruppen und Kindertageseinrichtungen

Träger von Kindertageseinrichtungen oder Krabbelgruppen sind die Landkreise und kreisfreien Städte sowie freie Träger. Die Kindertageseinrichtungen können Auskunft zur Barrierefreiheit ihrer Räumlichkeiten geben.

Bei den Kindertageseinrichtungen ist eine Betriebserlaubnis erforderlich, welche auch die Barrierefreiheit für alle, die Zugang zur Einrichtung haben (unter anderem Kinder, Erzieher:innen, Personensorgeberechtigte), mit in den Blick nimmt. Darauf wird insbesondere bei der Planung von Neubauten oder Sanierungen von Kindertageseinrichtungen geachtet.

Kosten der Kindertagesbetreuung

Die Kosten der Kindertagesbetreuung werden anteilig durch Elternbeiträge finanziert. Im Thüringer Kindergartengesetz wurde darüber hinaus eine Regelung getroffen, die festlegt, dass für die Betreuung eines Kindes in einer Kindertageseinrichtung im Zeitraum der letzten 24 Monate vor Schuleintritt (erster Schultag der Schulanfänger) kein Elternbeitrag geltend gemacht werden darf (Elternbeitragsfreiheit)⁸.

Eltern mit niedrigem Einkommen können einen Antrag auf Kostenübernahme des Kindergartenbeitrags stellen. Maßgeblich für den Anspruch auf Kostenübernahme ist die Höhe des Einkommens.

Folgende Faktoren werden bei der Berechnung berücksichtigt:

- » Erwerbseinkommen der Eltern,
- » Kindergeld und Kinderzuschlag,
- » Unterhaltszahlungen,
- » ergänzende Leistungen der Bundesagentur für Arbeit (Bürgergeld),
- » Mietkosten.

Anträge auf Kostenübernahme der Kindertagesbetreuung können beim örtlichen Jugendamt gestellt werden. Bei Arbeitslosigkeit ist die Bundesagentur für Arbeit zuständig. Wenn das Einkommen geringfügig oberhalb der Belastungsgrenze liegt, ist es möglich, dass das Jugendamt einen Teil der Kosten übernimmt.

Kinder mit Förderbedarf in der Kindertageseinrichtung

In allen Landkreisen und kreisfreien Städten sind für die Beratung der Eltern die Träger der Jugend- und Eingliederungshilfe in den Landkreisen und kreisfreien Städten zuständig. Die Beratung bezieht sich in erster Linie auf die Kinder, die gegebenenfalls einen Förder-/Unterstützungsbedarf haben, und weniger auf Behinderungen der Eltern.



LESETIPP

- » Auf der Internetseite des Thüringer Bildungsministeriums findet sich eine Broschüre zum Thema Kinderbetreuung, verfügbar in Leichter Sprache und in verschiedenen Fremdsprachen:
http://bildung.thueringen.de/fileadmin/ministerium/publikationen/Miteinander_im_Kindergarten.pdf

6 § 8 ThürKigaG

7 § 12 Abs. 5 Thüringer Gesetz zur Inklusion und Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (ThürGIG)

8 § 2 Abs. 1 Satz 1 und § 21 Abs. 2 ThürKigaG

Eingewöhnung in die Kindertagesbetreuung

Der Übergang von der Familie in eine Kindertagesbetreuung kann für Kinder und Eltern eine erhebliche emotionale Belastung sein, die Stress auslösen kann. Mit dem Übergang von der Familie in die Kindertageseinrichtung müssen Kinder eine für sie bis dahin in der Regel ungewohnte mehrstündige Trennung von den engsten Bezugspersonen, ihren Eltern, bewältigen und darüber hinaus mit einem anderen Tagesablauf zurechtkommen. Daher ist es wichtig, dass die Eltern das Kind beim Übergang von der Familie in die Kindertageseinrichtung begleiten. Eine Anwesenheit in der Kindergruppe in den ersten Tagen unterstützt das Einleben des Kindes und das Vertrauen der Eltern und des Kindes in die neue Situation. Dauer und Gestaltung der Übergangssituation sind davon abhängig, wie schnell sich das Kind in die neue Situation einlebt und seine Trennungsängste und Unsicherheiten überwindet. Im Mittelpunkt der Gestaltung und Reflexion dieses Übergangs steht daher die Qualität der Bindung des Kindes an die Bezugspersonen innerhalb und außerhalb der Familie. Für die Eingewöhnung sollten sich die Eltern daher ausreichend Zeit nehmen.



WICHTIG

Es besteht kein Grund zur Sorge, wenn Ihr Kind im Rahmen der Eingewöhnung Schreien und Weinen sollte oder versucht, Sie am Verlassen der Kindertageseinrichtung zu hindern. Diese Situation kommt häufiger vor. Wichtig ist, dass Sie sich und Ihrem Kind genügend Zeit für die Eingewöhnung einräumen. So hat Ihr Kind die Chance, sich Stück für Stück an die neue Situation zu gewöhnen. Die Eingewöhnung verläuft bei jedem Kind individuell und sollte deshalb auch genauso individuell von den Eltern und der Kindertageseinrichtung gestaltet werden.



LESETIPP

- » Verschiedene Eingewöhnungsmodelle:
<https://www.bo-paedagogik.de/magazin/eingewoehnungsmodelle-ueberblick>
- » Checkliste für Eltern:
<https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/publikationen/publikation/did/checkliste-fuer-eltern-kinder-unter-drei-in-kitas>



WICHTIG

Informieren Sie sich frühzeitig über das Eingewöhnungsmodell und dessen Ablauf in der von Ihnen ausgewählten Kindertageseinrichtung.

Um dem Kind die Eingewöhnung zu erleichtern, ist es hilfreich, ihm vor dem ersten Besuch spielerisch zu erzählen, was genau in der Kindertagesbetreuung passiert. Auch kann die Vorfreude auf den Besuch der Kindertageseinrichtung dadurch gesteigert werden, dass das Kind aktiv in die Vorbereitungen einbezogen wird, zum Beispiel indem es die Tasche für den Kindergartenbesuch selbst aussuchen darf. Für die erste Zeit in der Kindertageseinrichtung kann es dem Kind Sicherheit geben, ein geliebtes Kuscheltier, ein Kuscheltuch, eine Decke oder ähnliches mitzunehmen.

Die bevorstehende Veränderung ist allerdings nicht nur für Kinder schwierig. Manchen Eltern fällt die Trennung von ihren Kindern ebenfalls schwer. Bekommen die Kinder dies mit, kann es sie verunsichern und sich negativ auf die Eingewöhnung auswirken. Wichtig ist es deshalb, dass Eltern respektieren, dass ihr Kind auch zu den pädagogischen Fachkräften der Einrichtung eine tragfähige und intensive Beziehung aufbaut und die Erweiterung der räumlichen und sozialen Umwelt von den Eltern als entwicklungsfördernd für ihr Kind erfahren wird.



WICHTIG

Verabschieden Sie sich **immer** von Ihrem Kind, zögern Sie diese aber nicht hinaus. Lange Abschiede machen die Trennung für Ihr Kind meist schwerer. Ein Ritual zum Abschied (zum Beispiel ein Abschiedskuss) signalisiert Ihrem Kind, dass Sie nun gehen und gibt Ihrem Kind gleichzeitig Sicherheit.

3.3.2 Von der Kindertagesbetreuung in die Grundschule

Übergänge sind nicht nur Prozesse äußerer Veränderungen, sondern fordern Kinder ganzheitlich heraus und wirken sich grundlegend auf ihre Persönlichkeit und Identitätsentwicklung aus. Dies gilt auch für den Übergang zur Schule. Die jeweils vor dem Eintritt in die Übergangssituation praktizierten alltäglichen Routinen und bewährten Strategien sind nur noch teilweise passend. Sie müssen verändert oder neu entwickelt und angepasst werden. Bei diesem Übergang helfen den Kindern Anlusserfahrungen aus der Kindertagesbetreuung, die ihnen Sicherheit bieten. Der Lebens- und Lernalltag der Kinder spielt hierbei eine wesentliche Rolle. In der Schule und im Unterricht gehen die Kinder – anders als in der Kindertageseinrichtung – ihren Bildungsbedürfnissen nicht mehr überwiegend im selbst gewählten Tempo und entlang selbst gewählter Themen nach. Das kann für Kinder anfangs eine große Umstellung sein. Damit jedes Kind aber auch in seinem Tempo lernen und im System der Schule ankommen kann, gibt es in Thüringen eine sogenannte Schuleingangsphase. Diese umfasst die 1. und 2. Klasse, die eine inhaltliche Einheit bilden.

Schulwahl

In Thüringen gibt es staatliche Schulen und Schulen in freier Trägerschaft. Informationen zu den staatlichen Schulen und auch zu einzelnen Schulen in freier Trägerschaft (zum Beispiel zur Barrierefreiheit der Schule, zum Schulträger und zum zuständigen Schulamt, zu den Kontaktdaten der Schule und zur Schulleitung) gibt es im Thüringer Schulportal: Schulporträt – Thüringer Schulportal (schulportal-thueringen.de). Viele Schulen haben zudem auch eine eigene Internetseite, auf der man sich zur Schule informieren und einen Einblick in das Schulleben gewinnen kann.



KONTAKT

Wenn Sie Unterstützung bei der Auswahl der geeigneten Schule für Ihr Kind benötigen, können Sie sich an das zuständige staatliche Schulamt oder an die einzelne Schule nach vorheriger Terminvereinbarung wenden: <https://schulamt.thueringen.de/>

Die meisten Schulen präsentieren sich über einen Tag der offenen Tür. Bei dieser Gelegenheit können Eltern und Kinder einen Einblick in das Schulleben und das Schulhaus gewinnen sowie die Pädagog:innen kennenlernen.

Schulbezirk und Einzugsgebiete

Der Schulträger (der jeweilige Landkreis beziehungsweise die kreisfreie Stadt) kann im Schulnetzplan für Schulen Einzugsbereiche bestimmen, das heißt es ist festgelegt, welche Kinder (je nachdem, in welchem Ort beziehungsweise in welcher Straße sie wohnen) dieser Schule zugeordnet sind. Das ist die für diese Kinder zuständige Schule. Die Kinder müssen dann an dieser Schule angemeldet werden.

Es gibt auch Schulen, die keinen festgelegten Einzugsbereich, also keinen Schulbezirk oder einen gemeinsamen Schulbezirk haben. Dann kann das Kind an jeder gewünschten Schule beziehungsweise an jeder gewünschten Schule im gemeinsamen Schulbezirk angemeldet werden.

Für die Anmeldung und Aufnahme an einer Schule ohne Schulbezirk oder im gemeinsamen Schulbezirk gibt es besondere Bestimmungen. Wenn an einer Schule nicht so viele Schulplätze wie Anmeldungen vorhanden sind, findet ein Auswahlverfahren statt.



LESETIPP

» Anmeldung und Aufnahme an einer Schule in Thüringen:

https://bildung.thueringen.de/fileadmin/schule/schulwesen/schulrecht/Handreichung_Anmeldung_und_Aufnahme_an_einer_Schule.pdf

Gastschulverhältnis

Wenn ein Kind bei festgelegten Schulbezirken eine Schule außerhalb des Schulbezirkes besuchen soll, müssen die Sorgeberechtigten nach dem Thüringer Schulgesetz einen Gastschulantrag stellen⁹. Dieser Antrag wird bei der zuständigen Schule gestellt. Beim Besuch einer anderen als der zuständigen Schule und damit auch beim Besuch einer Schule in freier Trägerschaft können für die Sorgeberechtigten zusätzliche Kosten für die Schülerbeförderung (Weg zur Schule und zurück nach Hause) entstehen. Deshalb sollten sich Sorgeberechtigte beraten lassen, zum Beispiel beim zuständigen Schulverwaltungsamt (Landkreis/kreisfreie Stadt/Gemeinde) oder bei der zuständigen Schule.



KONTAKT

Um Ihr zuständiges Schulamt angezeigt zu bekommen müssen Sie nur auf Ihren Landkreis beziehungsweise kreisfreie Stadt klicken:

<https://schulamt.thueringen.de/>

Anmeldung an der Schule

Die Kindertageseinrichtungen informieren die Personensorgeberechtigten, dass ihr Kind in der Schule angemeldet werden muss, und begleiten die Eltern in dieser Phase. Die Anmeldung zur Einschulung erfolgt im Kalenderjahr vor der Einschulung im Zeitraum vom 2. bis zum 10. Mai des Jahres. Die Termine zur Anmeldung werden vom 15. bis 30. April eines jeden Jahres durch den jeweiligen Schulträger in ortsüblicher Weise (zum Beispiel im Amtsblatt) veröffentlicht. Auch auf der Internetseite des Thüringer Bildungsministeriums wird zu den Anmeldeterminen für die einzelnen Schularten im jeweils aktuellen Kalenderjahr informiert:

<https://bildung.thueringen.de/schule/schularten>.



WICHTIG

Für die Schulanmeldung sind Sie verantwortlich. Sie können Ihr Kind in der zuständigen staatlichen Grundschule (bei Schulbezirken) beziehungsweise bei einer von Ihnen gewählten Schule (Grundschule oder Thüringer Gemeinschaftsschule mit Primarstufe) anmelden.

Soll das Kind eine Schule in freier Trägerschaft besuchen, kann das Kind auch dort direkt angemeldet werden. Schulen in freier Trägerschaft haben oft eine andere Anmeldefrist; daher sollte man sich frühzeitig informieren. Eine parallele Anmeldung an einer entsprechenden staatlichen Schule ist dann nicht erforderlich.

Schulleitung beziehungsweise Mitarbeitende der Schule nehmen die Schulanmeldung entgegen beziehungsweise führen durch den Anmeldeprozess und unterstützen dabei. Nach der Anmeldung erhalten die Eltern eine Mitteilung über die Aufnahme des Kindes in die Schule.



WICHTIG

Bei Fragen zu Bücherzetteln, Unterrichtsmaterialien, Essensanmeldung, Hortanmeldung, Anmeldung für außerschulische Angebote, Schulbus und so weiter können Sie sich an die Schule, in die Ihr Kind aufgenommen wird, wenden.

Jugendärztliche Schuleingangsuntersuchung

Vor der Einschulung führt der Jugendärztliche Dienst des Gesundheitsamtes die jugendärztliche Schuleingangsuntersuchung bei dem Kind durch. Das zuständige Gesundheitsamt lädt zu dieser Untersuchung ein. Diese Untersuchung des Kindes ist verpflichtend.

9 § 15 Thüringer Schulgesetz (ThürSchulG)

Wenn es einen medizinischen Grund gibt, kann ein Kind einmal für ein Jahr zurückgestellt werden¹⁰. Dafür müssen Eltern bei der Schule, bei der das Kind angemeldet ist, einen Antrag stellen.

Auch eine vorzeitige Einschulung mit fünf Jahren ist möglich. Dazu muss das Kind am 30. Juni mindestens 5 Jahre alt sein und die Eltern müssen einen Antrag bei der Schule stellen¹¹. Das Kind kann im Fall der Genehmigung des Antrags am 1. August desselben Jahres in die Schule aufgenommen werden.

Dolmetscher und weitere Unterstützung in der Kommunikation mit der Schule

Zur Unterstützung in der Kommunikation mit der Schule stehen den Schulen Mittel für Dolmetscherleistungen zur Verfügung. Das können zum Beispiel Dolmetscherleistungen für Gebärdensprache oder zum Übersetzen in eine Fremdsprache sein.



WICHTIG

Wenn Sie für ein Gespräch in der Schule Dolmetscherleistungen benötigen, sollten Sie dies rechtzeitig in der Schule anmelden.

3.3.3 Schulzeit

Es gibt in Thüringen verschiedene Schularten:

- » Grundschule,
- » Regelschule,
- » Gemeinschaftsschule,
- » Gesamtschule,
- » Gymnasium,
- » berufsbildende Schulen,
- » Kolleg und
- » Förderschule.

Das Schulwesen in Thüringen ist nach Schulstufen aufgebaut: Primarstufe, Sekundarstufen I und II und Oberstufe. Bei der Einschulung kommt das Kind in die Primarstufe. Die Primarstufe umfasst die Klassenstufen 1 bis 4. Sie kann

in einer Grundschule oder einer Thüringer Gemeinschaftsschule (TGS) mit Primarstufe besucht werden. Mit dem Besuch der Primarstufe werden die Grundlagen für alle anderen Bildungsbereiche, für ein erfolgreiches Lernen in den weiterführenden Schulen und für ein lebenslanges Lernen geschaffen.



LESETIPP

» Schullaufbahnen:

https://bildung.thueringen.de/fileadmin/ministerium/publikationen/schullaufbahnen_in_thueringen.pdf

Schuleingangsphase (SEP)

Die Schuleingangsphase (SEP) ist Teil der Primarstufe. Sie umfasst die Klassen 1 und 2. Der Unterricht in der Schuleingangsphase wird so organisiert und gestaltet, dass die verschiedenen Lernvoraussetzungen und Bedürfnisse der Schulanfänger:innen berücksichtigt werden. Deshalb kann jedes Kind in die Schule aufgenommen werden.

In Abhängigkeit von der individuellen Entwicklung des Kindes kann das Lernen in der Schuleingangsphase auf ein Jahr verkürzt oder auf drei Jahre verlängert werden¹².

Schulpflicht

Die Schulpflicht in Deutschland ist die gesetzliche Verpflichtung für Kinder und Jugendliche, eine Schule zu besuchen. Sie beginnt mit dem Schuleintrittsalter (in der Regel mit sechs Jahren) und dauert eine bestimmte Anzahl von Jahren, wobei die Dauer je nach Bundesland variieren kann. Die Schulpflicht beginnt für alle Kinder in Thüringen, die bis zum 1. August eines Jahres sechs Jahre alt werden, im selben Jahr¹³ und umfasst zehn Jahre. Das bedeutet, die Kinder müssen in die Schule gehen, regelmäßig am Unterricht teilnehmen und die verpflichtenden schulischen Veranstaltungen besuchen.

In dieser Broschüre werden nur die Übergänge zwischen den Lebensabschnitten beleuchtet. Für die Herausforderungen in der Schule ist eine weitere Broschüre des Bildungsministeriums geplant.

10 § 18 Abs. 3 ThürSchulG

11 § 18 Abs. 2 ThürSchulG

12 § 5 Abs. 1 ThürSchulG

13 §18 ThürSchulG

4

Gesetzliche Leistungen und Angebote

Familien mit Kindern brauchen neben einem finanziellen Auskommen gute Angebote zur Kinderbetreuung, Hilfen im Haushalt und die Möglichkeit, Familie und Beruf zu vereinbaren. Mit verschiedenen Leistungen und unterschiedlichen Zuständigkeiten können Familien entlastet und unterstützt werden. In Kapitel 4 erfahren Sie alles zu den Leistungen der Krankenkassen (Kapitel 4.1), zu den Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe (Kapitel 4.2) und zu den Leistungen der Eingliederungshilfe (Kapitel 4.3).

4.1 Leistungen der Krankenkassen (SGB V)

Die Leistungen der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) bei Schwangerschaft und Mutterschaft sind im Fünften Buch Sozialgesetzbuch (SGB V) geregelt und umfassen folgende Ansprüche¹⁴:

- » **ärztliche Betreuung und Hebammenhilfe** einschließlich der Untersuchungen zur Feststellung der Schwangerschaft und zur Schwangerenvorsorge,
- » **Versorgung mit Arznei-, Verband-, Heil- und Hilfsmitteln**, zum Beispiel Milchpumpen,
- » **ambulante oder stationäre Entbindung** (Die ambulante Entbindung kann in einem Krankenhaus, in einer von einer Hebamme oder einem Entbindungspfleger geleiteten Einrichtung, in einer ärztlich geleiteten Einrichtung, in einer Hebammenpraxis oder im Rahmen einer Hausgeburt erfolgen; siehe Kapitel 3.1.2),
- » **häusliche Pflege**, soweit diese wegen Schwangerschaft oder Entbindung erforderlich ist,
- » **Haushaltshilfe**, soweit der Versicherten wegen Schwangerschaft, Entbindung, bei schwerer Krankheit oder Operation die Weiterführung des Haushalts nicht möglich ist und eine andere im Haushalt lebende Person den Haushalt nicht weiterführen kann; die Haushaltshilfe kann auf Antrag mit ärztlicher Bescheinigung für maximal vier Wochen gewährt werden,
- » **Mutterschaftsgeld** (siehe Kapitel 3.2.3).

Einzelne Krankenkassen bieten auch besondere Leistungen bei Schwangerschaft und Geburt an, wie zum Beispiel die anteilige Kostenübernahme für die erweiterte Schwangerschaftsvorsorge. Diese umfassen zusätzliche Untersuchungen, die über die regulären Mutterschaftsrichtlinien hinausgehen, um die Gesundheit von Mutter und Kind besser zu überwachen und Risiken frühzeitig zu erkennen. Weitere Leistungen können beispielsweise die 24-Stunden-Hebammen-Rufbereitschaft, Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse oder einen Babybonus für Vorsorgeuntersuchungen und Schutzimpfungen des Kindes umfassen.



KONTAKT

Für die Beantragung der jeweiligen Leistungen und weitere Informationen wenden sich Versicherte am besten an ihre Krankenkasse. Es wird empfohlen, dass sich Versicherte bereits vor einer geplanten Schwangerschaft mit den unterschiedlichen Angeboten der Krankenkassen vertraut machen.

Stationäre Behandlung und stationäre Therapie von Personensorgeberechtigten

Eltern mit chronischen Erkrankungen oder einer Behinderung können eine (teil-)stationäre Behandlung oder Rehabilitation nur in Anspruch nehmen, wenn die Betreuung und Versorgung ihrer Kinder in dieser Zeit gesichert ist. Sinnvoll ist es, hier bereits vorab einen Notfallplan zu erstellen.

Bei stationärer Aufnahme von Eltern minderjähriger Kinder muss die Versorgung der Kinder organisiert werden.

Die in den meisten Fällen beste Lösung für die Kinder ist, wenn sie innerhalb der gewohnten Umgebung, zumindest aber innerhalb vertrauter sozialer Bezüge, verbleiben können. Wird ihre Versorgung nicht durch den zweiten Elternteil oder eine andere Bezugsperson gewährleistet, haben die erkrankten Eltern zur Sicherung der Versorgung ihrer Kinder Anspruch auf staatliche Unterstützung, die dann auch kurzfristig zu erbringen ist. Zu denken ist insbesondere an eine Haushaltshilfe (siehe Punkt Haushaltshilfe), die von der Krankenkasse finanziert wird¹⁵. Auch das Jugendamt hat in solchen Fällen und bei Bedarf kurzfristig Hilfe zu leisten, zum Beispiel in Form der „Hilfe in Notsituationen“¹⁶ oder durch die vorübergehende Vermittlung einer Pflegefamilie oder einer Einrichtung für das Kind oder die Kinder (Siehe Kapitel 4.2).

Mutter-Kind-Maßnahmen/Vater-Kind-Maßnahmen¹⁷

Um einer Schwächung der Gesundheit, die in absehbarer Zeit zu einer Krankheit führen würde, vorzubeugen, einer Gefährdung der gesundheitlichen Entwicklung eines Kindes entgegenzuwirken, Krankheiten zu verhüten oder deren Verschlimmerung zu vermeiden oder Pflegebedürftigkeit zu vermeiden, können Versicherte¹⁸ eine Mutter- oder Vater-Kind-Maßnahme in Anspruch nehmen. Die hierfür erforderliche ärztliche Verordnung stellt der/die behandelnde Haus- oder Kinderarzt/-ärztin aus. Die Versicherten reichen die Verordnung zusammen mit dem Antrag auf Bewilligung der Maßnahme bei ihrer Krankenkasse ein. Diese Maßnahmen dauern in der Regel 21 Tage. Bei Fragen zu den Anspruchsvoraussetzungen stehen die Kranken- und Ersatzkassen beratend zur Verfügung.



KONTAKT

Eine Übersicht über Eltern-Kind-Kliniken findet sich hier: www.kurklinikverzeichnis.de. Es gibt in vielen Regionen Beratungsstellen, die bei der Beantragung helfen.

Krankengeld bei Erkrankung des Kindes

Für gesetzlich krankenversicherte Eltern gilt:

Gesetzlich krankenversicherte Eltern, mit ebenfalls gesetzlich krankenversicherten Kindern unter zwölf Jahren, haben bei Erkrankung des Kindes pro Kind zehn Tage pro Jahr Anspruch auf Krankengeld, insgesamt jedoch höchstens 25 Tage¹⁹. Bei Alleinerziehenden verdoppelt sich die Anzahl der Tage pro Jahr.

Für privat krankenversicherte Eltern gilt:

Ob und in welcher Höhe eine private Krankenversicherung Kinderkrankengeld zahlt, hängt vom jeweiligen Versicherungstarif ab. Entscheidend ist dabei die Versicherung des Kindes, nicht des Elternteils.

4.2 Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe (SGB VIII)

Kinder- und Jugendliche haben ein Recht auf Förderung ihrer Entwicklung und auf Erziehung zu einer selbstbestimmten, eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit. Die Angebote und Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe sollen zur Verwirklichung dieses Rechts beitragen. Sie richten sich an junge Menschen, an deren Eltern und Familien. Ansprechpartner sind die örtlichen Träger der Jugendhilfe²⁰ in den kreisfreien Städten und in den Landkreisen.

15 § 38 SGB V

16 § 20 SGB VIII

17 Mutter-Kind-/Vater-Kind-Kur

18 §§ 23, 24 SGB V

19 §45 SGB V

20 § 1 ThürKJHAG Jugendamt

Alle Angebote und Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe haben folgende Ziele:

- » junge Menschen in ihrer individuellen und sozialen Entwicklung fördern,
- » Benachteiligungen vermeiden oder abbauen,
- » jungen Menschen ermöglichen oder erleichtern, in allen sie betreffenden Lebensbereichen selbstbestimmt und gleichberechtigt teilhaben zu können,
- » Eltern und Erziehungsberechtigte in Fragen der Erziehung beraten und unterstützen,
- » junge Menschen vor Gefahren für ihr Wohlergehen schützen und
- » dazu beitragen, positive Lebensbedingungen für junge Menschen und ihre Familien zu erhalten oder zu schaffen.

Die Leistungen und Angebote der Kinder- und Jugendhilfe, mit welchen diese Ziele verfolgt werden, umfassen unter anderem die Aufgabenfelder Jugendarbeit (zum Beispiel Freizeitgestaltung), Jugendsozialarbeit (zum Beispiel Streetwork), Schulsozialarbeit, Kindertagesbetreuung, Hilfen zur Erziehung, Vaterschaftsfeststellung und Unterstützung bei Unterhaltsansprüchen.

Beratung und Begleitung

Junge Menschen, deren Eltern und Familien haben ein Recht auf Beratung zu allen Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe. Diese Beratung soll eine Orientierung bieten, bevor eine Leistung beantragt wird. Den Beteiligten werden im Gespräch alle relevanten Inhalte ausführlich und niedrigschwellig erklärt. Bei Bedarf kann das Gespräch auch durch Kommunikationshilfen wie zum Beispiel Gebärdensprachdolmetschen unterstützt sowie in einfache oder Leichte Sprache übersetzt werden.

Die Beratung kann unter anderem folgende Themen umfassen:

- » die persönliche Situation und die möglichen Bedarfe des jungen Menschen oder der Familie,
- » die Leistungen und Angebote der Kinder- und Jugendhilfe und
- » Hinweise zu anderen Beratungsstellen im Umfeld der jungen Menschen, deren Eltern, Familien und anderen Erziehungsberechtigten.



LESETIPP

- » Übersicht zu Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung:
<https://soziales.thueringen.de/soziales/familie/beratung-und-unterstuetzung>
- » Elternkurs: Starke Eltern – Starke Kinder des Kinderschutzbundes Bundesverband e.V.:
www.sesk.de/
- » Tool unter anderem zum Finden von Beratungsstellen in der näheren Umgebung: Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V. (DAJEB)
www.dajeb.de/beratungsfuehrer-online/beratung-in-ihrer-naehe/
- » Online-Plattform „STARK“ zur niederschweligen Unterstützung von Trennungsfamilien
<https://www.stark-familie.info/de/>

Hilfen zur Erziehung

Eltern haben einen Anspruch auf Leistungen der Hilfen zur Erziehung. Die Hilfen und Unterstützungen kommen der gesamten Familie beziehungsweise Lebensgemeinschaft zugute, sofern diese im Interesse des Kindes notwendig erscheinen und in Betracht kommen. Bei den örtlich zuständigen Jugendämtern stehen den Eltern sozialpädagogische Fachkräfte zur Verfügung, die sie zu ihren Anliegen beziehungsweise der familiären Situation beraten. In den Beratungen wird besprochen, ob und welche Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe für die konkrete Situation der Eltern und deren Kind(er) sinnvoll und hilfreich sein können. Im Ergebnis des Beratungsprozesses stellen die Eltern bei Notwendigkeit einen Antrag für die erforderliche Hilfeleistung. Bei der Antragstellung werden sie durch die beratenden Fachkräfte unterstützt. Die Leistungen stehen für alle Eltern gleichermaßen zur Verfügung und sind nicht an bestimmte Voraussetzungen gebunden.



LESETIPP

- » „Sorgentelefon“ u.a. auch für Eltern:
www.nummergegenkummer.de/
- » Online-Beratung für Eltern: Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. – Der Fachverband für Erziehungs-, Familien- und Jugendberatung:
www.bke-beratung.de/

Leistungen für junge Menschen mit einer (drohenden) seelischen Behinderung

Neben den Hilfen zur Erziehung gibt es auch Leistungen und Angebote für junge Menschen, die selbst von Behinderung bedroht oder betroffen sind. Im Jugendamt wird mit den jungen Menschen, den Eltern, der Familie oder anderen Erziehungsberechtigten besprochen, welche Hilfen und Unterstützungen für diese jungen Menschen in Betracht kommen. Dies können beispielsweise folgende Leistungen sein:

- » Frühförderung,
- » Schulbegleitung,
- » autismspezifische Förderung.

Aktuell wird in der Regel unterschieden, ob bei einem Kind oder Jugendlichen eine seelische Behinderung (Zuständigkeit beim örtlichen Träger der Jugendhilfe) oder eine körperliche, geistige oder Sinnesbehinderung (Zuständigkeit beim örtlichen Träger der Eingliederungshilfe²¹) vorliegt. In einigen Regionen ist für alle Kinder und Jugendlichen das Jugendamt zuständig.

Beratung und Unterstützung durch Verfahrenslots:innen (vorerst befristet bis 31.12.2027)

Neben der bereits genannten allgemeinen Beratung beim Träger der Jugendhilfe gibt es auch die Möglichkeit der Beratung und Unterstützung durch einen sogenannten „Verfahrenslotsen“.

Die Verfahrenslots:innen beraten und unterstützen, wenn Hilfen, Leistungen und Angebote in verschiedenen Bereichen für junge Menschen mit Behinderung in Betracht kommen. Die Beratung richtet sich auch an Eltern, Familien und andere Erziehungsberechtigte der jungen Menschen.

Die Beratung ist kostenfrei und basiert auf den Prinzipien der Freiwilligkeit und Verschwiegenheit, um eine vertrauensvolle Atmosphäre zu gewährleisten.

Betreuung und Versorgung in Notsituationen

In Notsituationen haben Eltern einen Anspruch auf Unterstützung bei der Betreuung und Versorgung des im Haushalt lebenden Kindes. Dies betrifft die Fälle, wenn ein Elternteil (oder beide) aus gesundheitlichen oder anderen Gründen ausfällt und zum Beispiel Großeltern das Kind ebenfalls nicht betreuen können.

Diese Leistung kommt vorübergehend auch für die Unterstützung von Eltern mit Behinderungen in Betracht, wenn aufgrund einer akuten Notsituation, wie zum Beispiel im Krankheitsfall noch keine andere Lösung gefunden werden konnte oder das Verfahren zur Feststellung der Behinderung eines Elternteils noch nicht abschließend geklärt ist.



KONTAKT

Einen Überblick über die Angebote, Leistungen sowie Möglichkeiten der Beratung und Unterstützung durch die Jugendämter werden auf deren Homepage dargestellt, können per Telefon oder vor Ort besprochen werden.

4.3 Leistungen der Eingliederungshilfe (SGB IX)

Um die Lebenssituation von Menschen mit Behinderungen zu verbessern und Teilhabe zu ermöglichen, sind sowohl der Bund, die Länder als auch die Landkreise und kreisfreien Städte in einer fortwährenden Verantwortung. Um dieser Verantwortung nachzukommen, existieren verschiedene gesetzliche und vertragliche Regelungen. So gibt es auch für Eltern mit Behinderungen eine Reihe von Leistungen, die bei der Bewältigung des alltäglichen Lebens mit Kindern helfen können. Als Eingliederungshilfe bezeichnet man die Leistungen zur Rehabilitation und Teilhabe für Menschen mit Behinderungen. Die Leistungen der Eingliederungshilfe bestimmen sich nach der Besonderheit des Einzelfalles, insbesondere nach der Art des individuellen Bedarfes,

21 In Thüringen ist das Sozialamt zuständig.

den persönlichen Verhältnissen, dem Sozialraum und den eigenen Kräften und Mitteln. In Thüringen werden Leistungen der Eingliederungshilfe durch die Landkreise und kreisfreien Städte erbracht.

Bedarfsermittlungsinstrument

In Thüringen ist der Integrierte Teilhabeplan (ITP) das verbindliche Instrument zur Bedarfsermittlung. Mit Hilfe des ITP werden auf der Grundlage der individuellen Lebenssituation der Menschen mit Behinderung die persönlichen Ziele, Ressourcen und Beeinträchtigungen festgestellt. Dabei sind die betroffenen Menschen an dem Verfahren zu beteiligen. Da sich die Lebenssituation verändern kann, haben die im ITP erfassten Ziele eine zeitlich begrenzte Gültigkeit (meist ein Jahr). Die Ziele und insbesondere die sich daraus ableitenden Leistungen für die Zielerreichung bilden den Ausgangspunkt für die Abstimmungen in der sogenannten Gesamtplankonferenz und damit letztlich auch für die Leistungsbewilligung.

Durch eine Schwangerschaft ändern sich sowohl die persönliche Lebenssituation als auch die Zielsetzungen der werdenden Eltern mit Behinderungen. Daher kann nach Bekanntwerden der Schwangerschaft eine (gegebenenfalls regelmäßige) Überprüfung des ITP und in deren Folge voraussichtlich auch eine Anpassung der Leistungsbewilligung erforderlich werden. Gleiches gilt für die sich nochmals verändernde Lebenssituation nach der Geburt des Kindes.



LESETIPP

» ITP: <https://soziales.thueringen.de/soziales/inklusion/itp>.

Beispiel: Beschäftigte in Werkstätten für behinderte Menschen (WfbM)

Besteht ein Beschäftigungsverbot für eine Schwangere, die in einer Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) arbeitet, beziehungsweise wenn der gesetzliche Mutterschutz einsetzt, müssen die Teilhabeziele angepasst werden, da sich die Bedarfe geändert haben.

Durch das Beschäftigungsverbot beziehungsweise das Einsetzen des gesetzlichen Mutterschutzes ist im Rahmen einer Überprüfung des ITP und einer sich anschließenden Gesamtplankonferenz zu besprechen, wie sich die Bedarfe geändert haben, welche Unterstützung nunmehr erforder-

lich ist und welche Teilhabeziele gemeinsam vereinbart werden können. Soweit der Zustand eine weitere Beschäftigung in der WfbM, beispielsweise in einem anderen Tätigkeitsfeld, zulässt, ist die Leistungsbewilligung entsprechend anzupassen.

Kann die Schwangere keine Beschäftigung mehr in der WfbM ausüben, so ist wie bei einem dauerhaften Krankheitsfall die Leistungsbewilligung aufzuheben und der Schwangeren sind entsprechende, ihrer neuen Situation angemessene Leistungen zu gewähren.



WICHTIG

Menschen mit Behinderungen, die in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderungen tätig sind, haben Anspruch auf Mutterschafts- und Elterngeld. Weitere Informationen finden Sie im Kapitel 3.2.3.

Für Eltern mit Behinderungen kommen verschiedene Leistungen der Eingliederungshilfe in Betracht, durch die ihre Elternschaft unterstützt und ihre individuellen Bedürfnisse und Einschränkungen berücksichtigt werden.

Dazu einige Beispiele:

1. **Assistenzleistungen:** Eltern mit Behinderungen können Anspruch auf Unterstützung durch Assistenzkräfte haben, die bei der Versorgung und Betreuung der Kinder helfen. Dazu gehören beispielsweise Hilfe bei der Körperpflege, beim An- und Auskleiden, beim Füttern oder bei der Hausarbeit.
2. **Hilfsmittel:** Abhängig von der Art der Behinderung können Eltern mit Behinderungen spezielle Hilfsmittel benötigen, um ihre elterlichen Aufgaben zu erfüllen. Dazu gehören beispielsweise spezielle Rollstühle oder Wickeltische, Treppenlifte oder technische Hilfsmittel.
3. **Beratung und Schulung:** Eltern mit Behinderungen können von speziellen Beratungs- und Schulungsangeboten profitieren, um ihre elterlichen Fähigkeiten zu verbessern und Herausforderungen zu bewältigen. Hier können beispielsweise Themen wie Barrierefreiheit, Umgang mit Vorurteilen oder spezielle Erziehungstechniken besprochen werden.
4. **Wohnraumanpassung:** Wenn die Wohnsituation nicht barrierefrei ist, können Eltern mit Behinderungen Anspruch auf Unterstützung bei der Anpassung des

Wohnraums haben. So können beispielsweise Umbauten für mehr Barrierefreiheit oder der Einbau spezieller technischer Hilfsmittel finanziert werden.

Leistungen der Eingliederungshilfe werden auf Antrag gewährt. Die Leistungen sind auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Wichtig ist, dass Eltern mit Behinderungen frühzeitig Kontakt mit dem örtlichen Träger der Eingliederungshilfe aufnehmen und ihre Bedürfnisse und Einschränkungen deutlich machen, um bestmögliche Unterstützung zu erhalten.



WICHTIG

Die Eingliederungshilfeträger haben ihre Leistungen grundsätzlich so zu gestalten, dass sie sich mit Ihren Familienpflichten als Eltern mit Behinderungen vereinbaren lassen²².

Assistenzleistungen für Mütter und Väter

Eltern mit Behinderungen haben ein Recht darauf, mit ihrem Kind oder ihren Kindern selbstbestimmt als Familie zusammenzuleben. Sie übernehmen selbstbestimmt die Verantwortung für ihr:e Kind:er. Wenn sie bei der Betreuung und Erziehung wegen der Behinderungen Unterstützung benötigen, erhalten sie diese in allen Bereichen, in denen es notwendig ist. Dabei geht es ausschließlich darum, die Einschränkungen durch die Behinderung auszugleichen und nicht um die Übernahme der Betreuung und Erziehung des Kindes/der Kinder.

Eltern können zur Förderung ihrer sozialen Teilhabe auch Anspruch auf Elternassistenz haben. Diese Leistung zielt auf die Förderung der selbstbestimmten und eigenständigen Bewältigung und/oder Strukturierung des Alltags mit Kind oder Kindern. Je nach Bedarf kann die Unterstützung verschiedene Formen umfassen: Haushaltsführung, Kinderbetreuung und -pflege, Mobilitätshilfen, Hilfen bei der Verständigung mit der Umwelt oder andere Unterstützungshandlungen.



WICHTIG

Mit einem Persönlichen Budget können auch Eltern mit Behinderungen, die in stationär betreuten Wohnformen mit ihrem Kind leben, Elternassistenz in Anspruch nehmen. Weitere Informationen zu den betreuten Wohnformen finden Sie in diesem Kapitel.



LESETIPP

- » Broschüre zum Persönlichen Budget vom BMAS: <https://www.bmas.de/DE/Service/Publikationen/Broschueren/a722-persoennesliches-budget-broschuere.html>

Eine Elternassistenz kann in folgenden Bereichen unterstützen:

- » Pflege und Versorgung,
- » Hilfe im Haushalt, zum Beispiel Putzen, Aufräumen, Kochen,
- » PBegleitung außerhalb der Wohnung, zum Beispiel zum/zur Kinderarzt/-ärztin, in die Spielgruppe, zum Einkaufen,
- » Kinderbetreuung, während Vater/Mutter mit Behinderung in Therapie ist,
- » Assistenz, um eine altersgerechte Entwicklung des Kindes zu ermöglichen, zum Beispiel Fahrradfahren lernen.

Die verschiedenen Arten der Elternassistenz sind in unterschiedlichen Vorschriften geregelt. Das Schaubild verdeutlicht dies noch einmal:

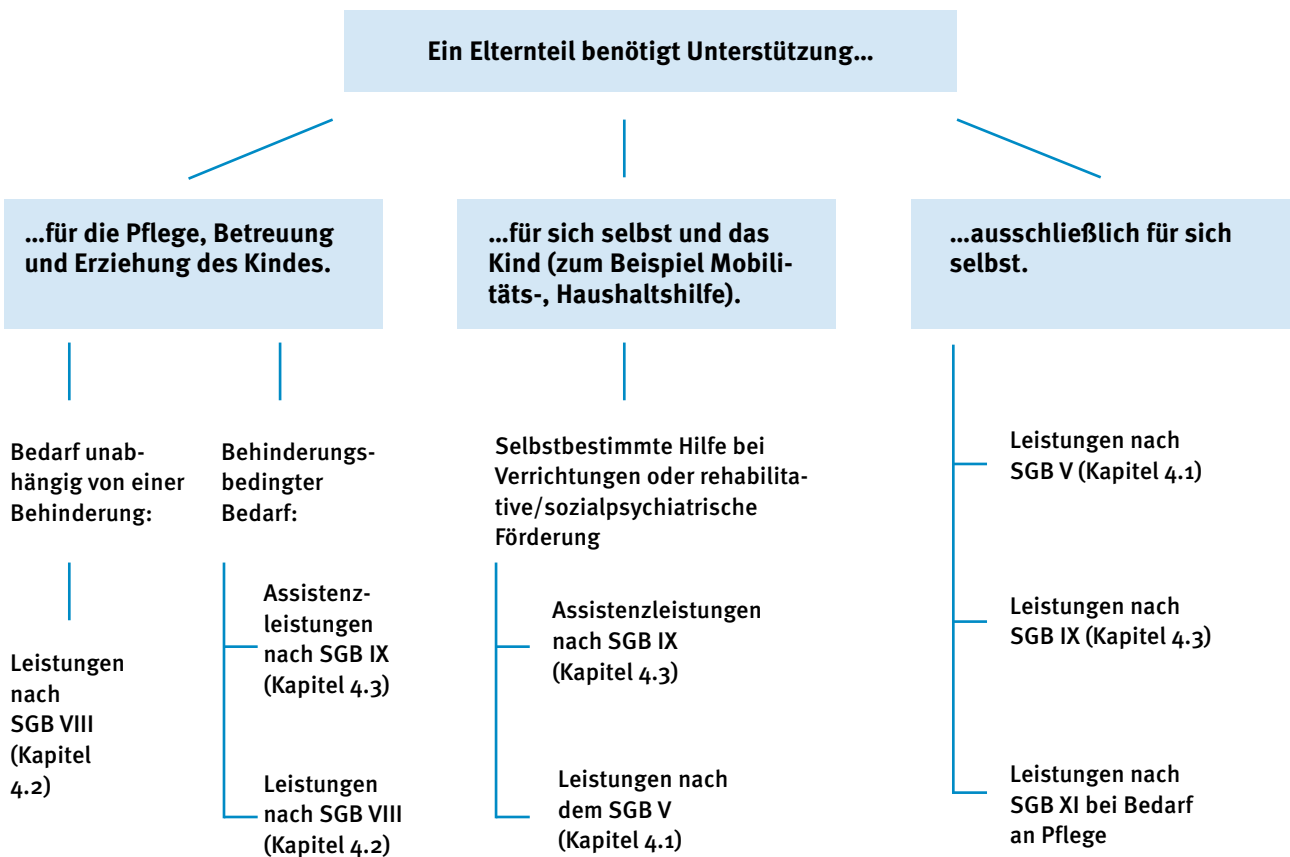


Abbildung: eigenes Schaubild des TMSGAF



WICHTIG

Benötigen Eltern mit Behinderungen zur Betreuung und Versorgung ihrer Kinder behinderungsbedingt Unterstützung gibt es unter anderem folgende Hilfen:

- » Eltern mit Behinderungen können eine einfache Assistenz erhalten, das heißt sie bestimmen selbst wann, wo und welche Hilfen sie benötigen.
- » Eltern mit Lernschwierigkeiten benötigen meist eine qualifizierte Assistenz. Diese bietet auch pädagogische Anleitung an, um bei der Erziehung der Kinder zu unterstützen.
- » Eltern mit psychischen Behinderungen benötigen häufig Hilfe in Akutsituationen, zum Beispiel die sozialpädagogische Familienhilfe.

Die Leistungen können durch unterschiedliche Rehabilitationsträger erbracht werden. Alle drei Gruppen können zusätzlich bei vorübergehendem oder dauerhaftem Bedarf Haushaltshilfen erhalten.



Unterstützende Wohnangebote für Eltern mit Behinderungen mit Kind über die Eingliederungshilfe (ambulant und stationär)

Benötigen Menschen mit Behinderungen längerfristig umfangreiche Unterstützung im Alltag, können sie beim Träger der Eingliederungshilfe Ambulant Unterstütztes Wohnen beantragen. Dieses Angebot kann Unterstützung in den folgenden Bereichen umfassen:

- » Alltagspraktische Tätigkeiten (Haushalt, Einkauf, Umgang mit Geld, Behördenangelegenheiten etc.),
- » Tagesstrukturierung,
- » Gesundheitsvorsorge, Umgang mit der eigenen Erkrankung/Behinderung,
- » Soziale Beziehungen,
- » Freizeit,
- » Beschäftigung/Arbeit.

In Abhängigkeit von den Lebensverhältnissen der Eltern mit Behinderungen und der Organisation der Hilfe kann Ambulant Unterstütztes Wohnen sehr unterschiedlich ausgestaltet sein.

Ambulant Unterstütztes Wohnen für Eltern mit Behinderungen muss die im Haushalt lebenden Kinder und die Ausübung der Elternrolle berücksichtigen.



WICHTIG

Eine ambulante Betreuung Ihrer Familie darf nicht allein aus Kostengründen abgelehnt werden.

Ist der Bedarf an Unterstützung der Eltern mit Behinderung höher, als er im ambulanten Wohnen angeboten wird, stehen in Thüringen auch stationäre Wohnangebote für das Eltern-Kind-Wohnen zur Verfügung.



LESETIPP

- » Übersicht zu Wohnangeboten für suchtkranke Eltern²³:

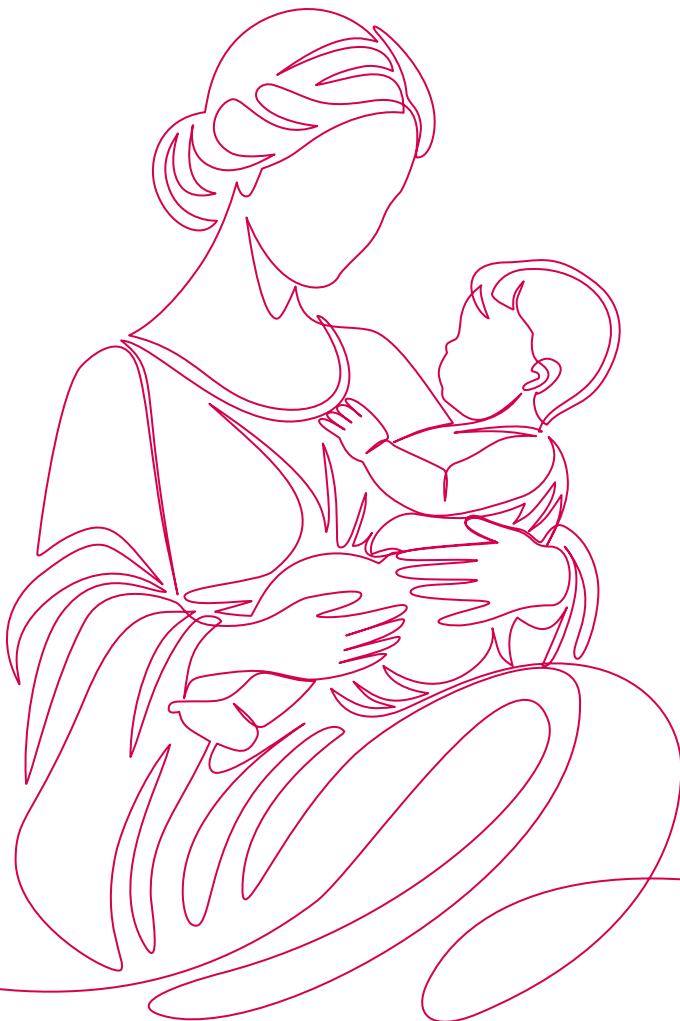


23 Die Übersicht zu den Wohnangeboten wird nur digital zur Verfügung gestellt.



KONTAKT

- » Zuständig für unterstützende Wohnangebote ist der örtliche Träger der Eingliederungshilfe (Sozialamt) in Ihrer Stadt oder Ihrem Landkreis.
- » Weiterhin unterstützen Sie die Fachstellen der Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB). Ziel der EUTB ist, vor dem Hintergrund komplexer Verfahrensvorschriften und Anspruchsregelungen niedrigschwellige Beratungsangebote zu etablieren, die neutral und nur dem Ratsuchenden gegenüber verpflichtet sind. Beratungsstellen in Ihrer Nähe finden Sie unter: <https://www.teilhabeberatung.de/>.
- » Der Bundesverband behinderter und chronisch kranker Eltern (bbe e. V.) hat einen sehr guten und umfassenden Ratgeber zur Elternassistenz für die Beantragung und Organisation personeller Hilfen zur Pflege und Versorgung der Kinder herausgegeben: www.behinderte-eltern.de.
- » Bundesweit hat sich ein Netz der Zentren für Selbstbestimmtes Leben und anderer Beratungsstellen (zum Beispiel MOBILE – Selbstbestimmtes Leben Behinderter e. V.) und Assistenzdienste und -genossenschaften etabliert, bei denen Menschen Unterstützung bei der Organisation ihrer persönlichen Assistenz erhalten. Daneben bietet eine wachsende Zahl von Dienstleistern assistenznahe Dienste in den Bereichen Pflege, Haushalt und Teilhabe an.



5

Spezifische
behinderungs-
bedingte
Bedarflagen

Eltern mit Behinderungen haben je nach Art ihrer Behinderung spezifische Bedarfslagen, die es zu berücksichtigen gilt. Die Herausforderungen, mit denen sie konfrontiert sind, können physischer, emotionaler und sozialer Natur sein und müssen von der Gesellschaft und insbesondere von Familienangehörigen, Freunden und Betreuern verstanden werden, damit sie entsprechende Unterstützung leisten können.

Eine große Herausforderung für Eltern mit Behinderungen ist das Thema Barrierefreiheit. Dabei geht es beispielsweise um die Zugänglichkeit von Wohnraum und Angeboten des täglichen Bedarfs. Es geht aber auch um die kommunikative Barrierefreiheit, zum Beispiel durch Angebote in Leichter Sprache oder Deutscher Gebärdensprache. Entsprechend trägt ein barrierefreier Sozialraum dazu bei, dass den Bedürfnissen von Eltern mit Behinderungen und ihren Kindern besser entsprochen werden kann.

Eine zusätzliche Herausforderung für Eltern kann die Verfügbarkeit von angemessener Unterstützung sein. Je nach Art der Behinderung können Eltern zum Beispiel Schwierigkeiten haben, die Bedürfnisse ihrer Kinder zu erkennen oder darauf angemessen zu reagieren. Eine Möglichkeit der Unterstützung in solchen Situationen ist die Hilfestellung durch Familienangehörige oder Freunde und Bekannte. Bei Bedarf kann zusätzlich professionelle Unterstützung zum Beispiel durch Pflegekräfte, Sozialarbeiter:innen, Therapeut:innen oder Assistenzkräfte in Anspruch genommen werden.

Weitere Probleme für Eltern mit Behinderungen können sich aufgrund von Unwissenheit und diskriminierendem Verhalten der Gesellschaft ergeben. Häufig gibt es im sozialen Umfeld Unkenntnis und Unsicherheit darüber, ob und wie Unterstützung in einer konkreten Situation angeboten werden kann. Eltern mit Behinderungen werden manchmal damit konfrontiert, dass ihre Befähigung als Eltern in Frage gestellt wird.

Deshalb ist es wichtig, über die Bedarfslagen von Eltern mit Behinderungen aufzuklären und diese ernst zu nehmen, indem Eltern mit Behinderungen die notwendige Unterstützung und Ressourcen bei der Wahrnehmung ihrer Aufgaben als Eltern zur Verfügung gestellt werden.

Nachfolgend werden spezifische behinderungsbedingte Bedarfslagen und Möglichkeiten der Unterstützung dargestellt, die sich für (werdende) Eltern in Abhängigkeit von ihrer jeweiligen Behinderung ergeben.

In dem folgenden Kapitel erhalten Sie Informationen zum Thema Selbsthilfe (Kapitel 5.1) und Informationen für hörbehinderte/gehörlose Eltern (Kapitel 5.2), sehbehinderte/blinde Eltern (Kapitel 5.3), Eltern mit körperlichen Behinderungen und/oder chronischen Erkrankungen (Kapitel 5.4), Eltern mit kognitiven Behinderungen (Kapitel 5.5), Eltern mit psychischen Erkrankungen (Kapitel 5.6) und Eltern mit Suchterkrankungen (Kapitel 5.7).

5.1 Hilfe zur Selbsthilfe

Der Austausch von Betroffenen untereinander zum Beispiel in Selbsthilfegruppen ist sehr wertvoll und hilfreich. Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden – das können sowohl Betroffene als auch Angehörige sein –, tauschen Erfahrungen und praktische Tipps aus, können sich gegenseitig Mut machen und erleben dadurch psychische und emotionale Stärkung.

Der Beitritt zu einer Selbsthilfegruppe ist freiwillig und kostenlos. In vielen Gemeinden und Städten existieren Gruppen mit dem Zweck, Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten. Über Selbsthilfekontaktstellen und andere Unterstützungs- und Beratungseinrichtungen finden Betroffene zusammen. Wenn es noch keine passende Selbsthilfegruppe gibt, können Betroffene eine neue Gruppe gründen.



LESETIPP

- » Adressen aller Selbsthilfekontaktstellen in Thüringen: Broschüre zu beziehen bei LaKoST e. V. oder über <https://www.selbsthilfe-thueringen.de/selbsthilfekontaktstellen.html>
- » Broschüre zur Barrierefreiheit der Selbsthilfekontaktstellen in Thüringen: Broschüre zu beziehen bei LaKoST e. V. oder über https://www.selbsthilfe-thueringen.de/files/content/Barrierefreiheit/Brosch%C3%BCre%20Barrierefreiheit%20oder%20Selbsthilfekontaktstellen%20Th%C3%BCringen_neuaktualisiert_final.pdf



KONTAKT

Einige Selbsthilfeorganisationen finden Sie nach Themen sortiert auf der Webseite unter: <https://www.selbsthilfe-thueringen.de/selbsthilfeorganisationen.html>.

5.2 Hörbehinderte und gehörlose Eltern

Wenn gehörlose oder schwerhörige Menschen ein Kind erwarten, können sie von den Erfahrungen anderer Eltern profitieren. Kontakt zu ihnen können sie unter anderem über einen der Landes- oder Stadtverbände des Deutschen Gehörlosen-Bundes e. V. bekommen. Helfen kann neben dem Bundeselternverband gehörloser Kinder (<https://gehoerlosekinder.de>) auch der Verein „Gehörlose Eltern – CODA“ (<https://www.geco-koeln.de/>), der gehörlose, später-taubte und schwerhörige Eltern mit hörenden Kindern berät.

Andere gehörlose oder schwerhörige Eltern können wichtige Fragen beantworten:

- » Welche Frauenärzte/-ärztinnen und Hebammen können mit der Gehörlosigkeit oder Schwerhörigkeit einer Schwangeren oder eines Paares gut umgehen?
- » Worauf sollte geachtet werden, wenn der Geburtsort ausgewählt wird? Mit welchem Krankenhaus oder Geburtshaus haben andere gute Erfahrungen gemacht?
- » Wie werden Dolmetscher:innen gefunden, die auch zur Verfügung stehen, wenn der Termin nicht genau planbar ist, wie die Geburt des Kindes?
- » Welche technischen Hilfsmittel erleichtern die Versorgung des Babys?

Anspruch auf Dolmetschen

Wenn gehörlose oder schwerhörige Menschen medizinische oder soziale Leistungen in Anspruch nehmen, haben sie das Recht auf die Kommunikation, die sie brauchen. Da hörende Menschen nur selten die Gebärdensprache beherrschen, wird oft die Verständigung mittels Gebärdensprachdolmetschender benötigt.

Die Krankenkasse übernimmt die Kosten für das Dolmetschen bei Arztbesuchen, bei Terminen mit der Hebamme und bei ambulanten Behandlungen im Krankenhaus. Das Dolmetschen bei einer Geburt und auf der Wochenstation muss vorher genau mit dem Krankenhaus und den gewünschten Dolmetschenden besprochen werden. Es wird empfohlen, mit der Krankenkasse und dem Krankenhaus schon vor der Geburt zu klären, wer die Kosten für die Dolmetschenden übernimmt.

Falls Sie während der körperlichen Untersuchung nicht wünschen, dass ein:e Dolmetscher:in dabei ist, könnten Sie hier auch eine vertraute Person mitnehmen und der/die Dolmetscher:in übersetzt nur das anschließende Gespräch mit dem/der Arzt/Ärztin.

Das Dolmetschen bei einer Schwangerschaftsberatungsstelle, der Familienkasse, der Elterngeldstelle oder dem Standesamt wird von unterschiedlichen Kostenträgern bezahlt.



WICHTIG

Die Kostenübernahme für die Gebärdensprachdolmetschenden muss vor dem Aufsuchen der jeweiligen Stellen beantragt werden. Die Bewilligung kann manchmal länger dauern; daher sollten Sie sich frühzeitig darüber informieren.



KONTAKT

- » die Sozialberatungsstelle des Landesverbands der Gehörlosen Thüringen (<https://lvglth.de/beratungsstelle/beratung/>)
- » beim Berufsverband der Dolmetschenden für Gebärdensprachen und Lautsprachen Thüringen (<https://bdgl-thueringen.de/>)

Vor der Geburt

In den letzten Tagen vor der Geburt sollte alles vorbereitet sein und die Dolmetschenden beziehungsweise die Kommunikationsmittel sollten auf Abruf bereitstehen, damit die Kommunikation mit der Hebamme, dem Krankenhaus oder dem Geburtshaus reibungslos funktioniert.

Eine vorbereitete Nachricht auf dem Smartphone oder Handy kann an Freunde, Angehörige oder andere wichtige Menschen geschickt werden, wenn man sich zum Kreißsaal begibt.

Verständigung bei der Geburt

Bei jeder Geburt kann es zu Situationen kommen, die man nicht vorhersehen kann. Manchmal müssen die Hebamme und der/die Arzt/Ärztin schnell entscheiden, was zu tun ist. Um in solchen Situationen die Verständigung zwischen Mutter und dem/der Arzt/Ärztin sicherzustellen, sollten Gebärdensprachdolmetschende beziehungsweise andere Kommunikationshilfen der Wahl anwesend oder schnell verfügbar sein, denn auch die schriftsprachliche Kommunikation ist in solchen Situationen schwierig – auch für den/die Partner:in.

Die Entscheidung, ob beziehungsweise wer bei der Geburt dabei sein soll, wird am besten gemeinsam mit dem/der Partner:in getroffen. Die Geburt ist ein sehr persönliches Ereignis. Deshalb ist es gut, die Person, die bei der Kommunikation unterstützt, frühzeitig kennenzulernen. Man kann auch vereinbaren, dass die Kommunikationshilfe vor dem Kreißsaal wartet und nur dann zum Einsatz kommt, wenn es notwendig ist. Es sollte bedacht werden, die Kommunikationshilfe frühzeitig vor der Geburt anzufragen, da kurzfristig kaum Dolmetschende für Geburten verfügbar sind.



WICHTIG

Wenden Sie sich rechtzeitig mit einer Dolmetschfrage an den BDGL oder fragen Sie Dolmetschende oder eine Kommunikationshilfe Ihres Vertrauens direkt an.

Informieren Sie Ihren/Ihre Arzt/Ärztin, Ihre Hebamme und Pflegekräfte, wenn möglich bereits im Vorfeld, über Ihre Kommunikationsbedürfnisse.



LESETIPP

- » Sie können hierzu auch die Broschüre „Der gehörlose Patient“ (<https://gehoerlosenbund.de/publikationen/broschueren/>) zu Rate ziehen.

Die erste Zeit mit dem Baby

Das Krankenhaus kann in der Regel keine in der Kommunikation mit gehörlosen und schwerhörigen erfahrenen Mitarbeitenden zur Verfügung stellen. Hier sollte vor der Geburt festgelegt werden, dass eine gebärdensprachkompetente Person zugegen sein wird. Alternativ kann auf die Nutzung von Dolmetschenden in Präsenz oder Ferndolmetschdiensten bestanden werden.



KONTAKT

- » Ferndolmetschdienst tess (<https://www.tess-relay-dienste.de/>)

Um mitzubekommen, wenn das Baby weint oder schreit, sollten ein mit der hauseigenen Licht-Signalanlage kompatibles Babyphone verwendet werden. Damit das Gerät von der Krankenkasse bezahlt wird, ist eine ärztliche Verordnung erforderlich. Die gehörlosen oder schwerhörigen Eltern müssen gegebenenfalls einen Eigenanteil zahlen.

Auch um ein mobiles Babyphone mit Lichtsignal beziehungsweise Vibrationsfunktion für unterwegs sollte sich bereits vor der Geburt gekümmert werden, um es auf der Wochenstation einsetzen zu können.

Kommunikation mit dem Baby und sprachliche Förderung

Für eine gesunde körperliche und kognitive Entwicklung des Kindes ist neben der Versorgung der Grundbedürfnisse eine funktionierende Familienkommunikation der Schlüssel. Egal, ob das Baby hört oder ebenfalls eine Hörbehinderung hat, sollte bereits sehr früh angefangen werden, mit ihm zu kommunizieren. Für eine gute Eltern-Kind-Bindung sollte eine Sprache verwendet werden, die allen Familienmitgliedern zugänglich ist. Die Aufstellung klarer Kommunikationsregeln ermöglicht es beiden Elternteilen, mit dem Kind eine enge kommunikative Bindung aufzubauen.

Beispielkonstellation: Ein Elternteil ist taub und kommuniziert ausschließlich in Deutscher Gebärdensprache (DGS), das andere Elternteil ist schwerhörig oder hörend und kommuniziert in DGS und Lautsprache. Wenn das Kind hörend ist, empfiehlt es sich, DGS als gemeinsame Familiensprache zu verwenden, damit beide Elternteile eine gesunde Eltern-Kind-Bindung aufbauen können.



WICHTIG

Nutzen Sie die Angebote der lautsprachlichen Hör-Frühförderung beziehungsweise der bilingualen Frühförderung in DGS und Laut- beziehungsweise Schriftsprache.

Je nach Bedarf können auch Hausgebärdensprachkurse bei dem örtlichen Eingliederungshilfeträger beantragt werden.



LESETIPP

- » Gebärdensprach-Videos für gehörlose Schwangere und werdende Väter – auch in Leichter Sprache: <http://gesundheit.gehoerlosen-bund.de/schwangerschaft/>
- » Broschüren „Bilingual Aufwachsen“ und „Sprachen bilden“ zum bilingualen Spracherwerb und zur bilingualen Förderung hörbehinderter Kinder: <http://gehoerlosen-bund.de/publikationen/broschuere>.
- » Elternratgeber des Vereins für Bilinguale Bildung in Deutscher Gebärdensprache und Deutscher Lautsprache: <https://biling-ev.de/elternratgeber/>.

Leistungen zur Verständigung § 78 und § 82 SGB IX
Gehörlose Menschen benötigen für die soziale Teilhabe Gebärdensprachdolmetscher:innen beziehungsweise Kommunikationsassistent:innen:

- » § 82 SGB IX sieht solche Unterstützungsleistungen für besondere Anlässe vor,
- » § 78 SGB IX sieht solche Unterstützungsleistungen für den alltäglichen Bedarf vor.



LESETIPP

- » Gesetzliche Bestimmungen, aus denen sich Ansprüche für Kommunikationshilfen ergeben: <https://www.bundestag.de/resource/blob/797574/5a74772ce4d74366728f1ab2e-ba29db9/WD-6-060-20-pdf-data.pdf>

Recht auf Verwendung von Gebärdensprache oder anderen Kommunikationsformen (§ 12 Absatz 5 ThürGIG) in KiTa und Schule

Eltern mit einer Hör- oder Sprachbehinderung erhalten auf Antrag die notwendigen Aufwendungen für die Kommunikation mit der Schule oder Kindertagesstätte in Deutscher Gebärdensprache, mit lautsprachbegleitenden Gebärden, durch Lormen oder mit anderen geeigneten Kommunikationshilfen erstattet, sofern die entsprechende Kommunikation nicht durch die Einrichtung selbst sichergestellt werden kann.

Der Anspruch auf Erstattung der Aufwendungen für die Kommunikation mit einer Schule ist gegenüber dem für die Schule zuständigen Schulamt und im Falle von Kindertageseinrichtungen gegenüber dem zuständigen Landkreis beziehungsweise der kreisfreien Stadt als örtlichem Träger der öffentlichen Jugendhilfe geltend zu machen.

Hierdurch wird der Benachteiligung entgegengewirkt, mit Schulen und Kindergärten aufgrund einer Behinderung entweder nicht oder nur mit zusätzlichen Kosten kommunizieren zu können. Zudem besteht der Anspruch nicht nur im Verwaltungsverfahren, sondern für jede Kommunikation einschließlich der Elterngespräche.



LESETIPP

- » Thüringer Gesetz zur Inklusion und Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (ThürGIG) finden Sie unter <https://landesrecht.thueringen.de/bsth/document/jlr-InklGIGTHrahmen>.

5.3 Sehbehinderte und blinde Eltern

Schwanger zu sein oder Vater zu werden bedeutet, sich in vielen Bereichen des Alltags neu zu orientieren. Deshalb kann es hilfreich sein, mit anderen sehbehinderten Eltern darüber zu reden, welche Erfahrungen sie in der Schwangerschaft und Säuglingszeit ihres Kindes gemacht haben. Andere sehbehinderte Eltern können wertvolle Tipps und Informationen zum Beispiel zu diesen Fragen geben:

- » In welcher Frauenarztpraxis haben sie sich während der Schwangerschaft gut aufgehoben gefühlt?
- » Welche Hebammen konnten mit der Sehbehinderung der werdenden Mutter (und gegebenenfalls des werdenden Vaters) vor und nach der Geburt gut umgehen?
- » Welche Absprachen mit der Hebamme und dem Kreißaal-Team der Geburtsklinik oder des Geburtshauses waren hilfreich?
- » Mit welchem Kranken- oder Geburtshaus haben sie gute Erfahrungen gemacht?
- » Welche technischen Hilfsmittel haben die Versorgung des Babys erleichtert?

Mutterpass

Den Mutterpass gibt es nicht in Brailleschrift. Alle persönlichen Angaben werden nur handschriftlich eingetragen. Die werdende Mutter kann aber von jedem wichtigen Eintrag eine Sprachnotiz machen und diese in einem digitalen Ordner für sich speichern.

Die erste Zeit mit dem Baby

Bei Bedarf kann ein:e Rehabilitationslehrer:in bei der Krankenkasse oder dem zuständigen Eingliederungshilfeträger beantragt werden. Sie kann helfen, mit den neuen Anforderungen in der Babypflege und im Haushalt zurechtzukommen.



WICHTIG

Erkundigen Sie sich außerdem nach einer Möglichkeit, schon vor der Geburt einen Kurs in Säuglingspflege für blinde und sehbehinderte Eltern zu besuchen, auch um sich mit technischen Hilfsmitteln vertraut zu machen. Sprechen Sie in dem Kurs Ihre besonderen Bedarfe aufgrund Ihrer Seheinschränkung offen an, damit Sie geeignete Techniken zur Pflege Ihres Babys erlernen können.



KONTAKT

- » Eine spezifisch ausgebildete Rehallehrerin, die lebenspraktische Fähigkeiten bei Menschen mit Sehbehinderung oder Blindheit in Thüringen schult, ist Frau Ute Oelschlegel. Kontaktdaten: Ute.oelschlegel@t-online.de und Telefon 03681-726544. Weitere Informationen finden Sie unter <https://uteoelschlegel.com/>.
- » Weitere Rehallehrende außerhalb Thüringens finden sich unter: <https://www.rehalehrer.de/rehalehrerinnensuche/listenansicht>.

Sicherheit im Alltag

Die Sicherheit Ihres Kindes steht im Vordergrund. Seheingeschränkte Eltern sollten ihre Umgebung so gestalten, dass sie Hindernisse leicht umgehen und sich selbst und ihr Kind sicher durch den Raum bewegen können. Dazu gehören unter anderem

- » Kantenschutz,
- » Vermeidung von Stolperfallen, taktile Markierung von Gegenständen, um sie besser unterscheiden zu können,
- » Ordnung und übersichtliche Strukturierung,
- » Aufbewahrung von Gegenständen möglichst an demselben Ort,
- » Aufstellen von Türgittern, damit Kinder nicht in gefährliche Bereiche gelangen können.

Praktische Hilfsmittel

Für sehbehinderte Menschen gibt es technische Hilfsmittel, die sich bei der Versorgung eines Babys bewährt haben. Dazu zählen zum Beispiel

- » Produkte mit Sprachausgabe: unter anderem Babyphone, Farberkennungsgerät, Fieberthermometer, Küchenwaage, Personenwaage, Uhren, Wecker, Etikettenlesegeräte,
- » App-gesteuerte Thermostate zur Überwachung der Raumtemperatur,
- » Smartphone mit Sprachausgabe für Zeitplanung, Erinnerungen und Informationen,
- » Taktile (tastbare) Produkte: unter anderem Kurzzeitwecker, Messbecher mit fühlbaren Markierungen, Armbanduhren, Markierungspunkte.

Besonders praktisch für sehbehinderte Eltern sind Tragehilfen, mit denen man das Baby jederzeit sicher bei sich hat. Welcher Tragegurt oder Tragetuch am besten geeignet ist, kann schon vor der Geburt in einem Fachgeschäft in der Region ausprobiert werden.



LESETIPP

- » Hilfsmittel:
<https://www.deutscherhilfsmittelvertrieb.de/>

Vertrauen in die eigenen Stärken

Eltern mit einer Seheinschränkung entwickeln häufig eine starke Intuition. Sie haben ein besonders ausgeprägtes Gehör und verfügen über einen sehr feinen Tastsinn. Es ist wichtig, dass sie Vertrauen in diese besonderen Stärken aufbauen und lernen, diese Fähigkeiten für ihre Aufgaben als Eltern zu nutzen.



WICHTIG

Fokussieren Sie sich auf Berührung und Ihre Stimme, um eine enge Bindung zum Kind aufzubauen. Kinder erkennen schnell die Stimme ihrer Eltern und reagieren darauf.

Förderung der Interaktion

Da Eltern mit Seheinschränkung auf nonverbale Kommunikation – wie beispielsweise Signale durch Mimik – nicht reagieren können, ist die Förderung des Austauschs mittels Sprache sowie durch taktilen Kontakt besonders wichtig. Kinder sollten ermutigt werden, klar und laut zu sprechen und ihre Wünsche und Bedürfnisse sprachlich auszudrücken. Kinder lernen schnell, durch Sprache zu vermitteln, was sie brauchen oder möchten.

Im Umgang mit seheingeschränkten Eltern entwickeln Kinder schon frühzeitig ein feines Gespür dafür, was dem betroffenen Elternteil behinderungsbedingt möglich ist und was nicht. Dadurch lernen sie, auf besondere Belange Rücksicht zu nehmen, was ihnen auch in ihren sonstigen sozialen Beziehungen außerhalb der Familie zugutekommt. Eltern sollten mit ihrem Kind offen und altersgerecht über ihre Behinderung sprechen und die besondere Situation erklären – zum Beispiel, dass es im Straßenverkehr oder in großen Menschenmengen immer an der Hand gehen soll, um Gefahren zu vermeiden. Wichtig ist, die Fragen des Kindes zu beantworten.

Kinder sind keine Hilfspersonen. Sie sollten keine Aufgaben übertragen bekommen, die sie überfordern könnten. Wenn Eltern Hilfe brauchen, sollten sie sich an erwachsene Angehörige, Freunde oder professionelle Assistenzkräfte wenden.

Tastbücher für Kinder

Für blinde und sehbehinderte Kinder gibt es in Deutschland nur eine sehr kleine Auswahl an Tastbüchern. Das aktuelle Bücherangebot ist einsehbar unter: <https://www.dbsv.org/aktuelles-buecherangebot.html>.



WICHTIG

Für Eltern mit Seheinschränkungen ist es wichtig, ein zuverlässiges, unterstützendes Umfeld zu schaffen, um insbesondere die elterlichen Aufgaben zu meistern, die behinderungsbedingt schwierig sein können. Scheuen Sie sich daher nicht, auf die Hilfe von Familienangehörigen, Freund:innen oder professionellen Hilfspersonen zurückzugreifen, wenn Ihnen dies notwendig erscheint.

Einige Beispiele für den Bedarf an unterstützender Assistenz für sehbeeinträchtigte Eltern:

- » Eine blinde Mutter geht mit ihrem Kind auf den Spielplatz. Sie braucht Elternassistenz um das Kind zu beaufsichtigen beziehungsweise, um das Kind bei seinen Aktivitäten zu unterstützen.
- » Blinde Eltern brauchen Unterstützung bei der Kontrolle der Hausaufgaben ihrer Kinder beziehungsweise beim Üben für die Schule.
- » Nicht dauerhafte Hilfen können auch durch ehrenamtliche Helfer:innen erbracht werden. So können zum Beispiel Familienangehörige oder Freund:innen einem Kind von blinden Eltern das Fahrradfahren beibringen.

5.4 Eltern mit körperlichen Behinderungen und/oder chronischen Erkrankungen

Mütter und Väter mit einer chronischen Krankheit oder körperlichen Behinderungen haben nach der Geburt ihres Kindes einen Familienalltag unter erschwerten Bedingungen zu

bewältigen. Damit dies nicht zu körperlicher und seelischer Überlastung führt, ist es wichtig, den eigenen Unterstützungsbedarf möglichst frühzeitig zu klären:

- » Welche Tätigkeiten fallen bei der Versorgung und Betreuung des Babys an?
- » Wobei und in welchen Situationen benötige ich welche Art von Unterstützung?

Manchmal genügt schon ein bestimmtes Hilfsmittel, zum Beispiel eine spezielle Babytrage, ein unterfahrbarer Wickeltisch oder ein spezieller Kinderwagen, damit Eltern ihr Baby selbstständig versorgen und betreuen können. Häufig gibt es diese Hilfsmittel vor Ort im Einzelhandel oder im Internet zu kaufen, oft jedoch nur zu verhältnismäßig hohen Preisen. Die Hilfsmittel gebraucht zu erwerben, kann eine kostengünstigere Alternative sein. Selbsthilfegruppen sind hier eine gute Anlaufstelle für Tipps (siehe Kapitel 5.1)

Oft benötigen körperlich behinderte und chronisch kranke Eltern für die Versorgung und Betreuung ihres Kindes die Unterstützung anderer Menschen – manchmal nur vorübergehend, manchmal dauerhaft. Sind geeignete Personen gefunden, muss die Finanzierung geklärt werden. Im Neunten Buch Sozialgesetzbuch (SGB IX) ist das Recht behinderter und chronisch kranker Mütter und Väter auf Leistungen zur Unterstützung bei der Versorgung und Betreuung ihrer Kinder gesetzlich geregelt²⁴. Für die sogenannte Elternassistenz sind die örtlichen Träger der Eingliederungshilfe zuständig. Der Begriff Elternassistenz wird für Familien verwendet, in denen Eltern mit einer Körperbehinderung die Betreuung ihres Kindes zwar selbst planen und steuern, diese aufgrund ihrer körperlichen Behinderung allerdings nur mit Unterstützung umsetzen können. Weitere Informationen zu der Leistung finden Sie im Kapitel 4.3.

Wenn Eltern pädagogische Unterstützung (Begleitete Elternschaft) benötigen, sind die Jugendämter zuständig (siehe Kapitel 4.2).



LESETIPP

- » Ratgeber Elternassistenz für behinderte und chronisch kranke Eltern – Informationen zur Organisation und Finanzierung der Elternassistenz, Musteranträge und eine Checkliste für den eigenen Unterstützungsbedarf: Elternassistenz – Unterstützung für Eltern mit körperlichen Behinderungen, Sinnesbehinderungen und chronischen Erkrankungen (behinderte-eltern.de):
https://www.behinderte-eltern.de/pdf/bbe_Ratgeber_Elternassistenz_PDF-UA.pdf.



KONTAKT

Beratung in allen Fragen zur Teilhabe behinderter Menschen können (werdende) Eltern mit Behinderung und von Behinderung bedrohte Eltern in den Beratungsstellen der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) barrierefrei und kostenlos erhalten. Eine Beratungsstelle in Ihrer Nähe finden Sie auf der Internetseite der Fachstelle Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung:
www.teilhabeberatung.de.

5.5 Eltern mit kognitiven Behinderungen

Haben Eltern eine kognitive Behinderung, brauchen sie möglicherweise in bestimmten Bereichen Unterstützung. Dabei gibt es Unterstützungsleistungen wie Mütter- und Väterberatung, Sozialpädagogische Familienbegleitung, betreute Wohnmöglichkeiten für Eltern und Kind und Entlastungsdienste.

Eltern mit einer kognitiven Behinderung brauchen aufgrund ihrer Beeinträchtigung häufig Unterstützung bei der Versorgung und Betreuung ihres Kindes. Die Unterstützung von Müttern und Vätern mit Behinderung ist als mögliche Assistenzleistung im SGB IX geregelt.

Durch die rasche Entwicklung des Kindes kann sich der Unterstützungsbedarf der Eltern fortlaufend verändern. Auch direkte Unterstützungen für das Kind selbst kann sinnvoll und notwendig sein. Die bewilligten Leistungen müssen deshalb regelmäßig überprüft und bei Bedarf angepasst werden (siehe Kapitel 4.3).

In der Praxis wird häufig zwischen Elternassistenz und begleiteter Elternschaft unterschieden:

- » **Elternassistenz:** Der Begriff Elternassistenz wird für Familien verwendet, in denen Eltern mit einer körperlichen Behinderung die Betreuung ihres Kindes zwar selbst planen und steuern, diese aufgrund ihrer Behinderung jedoch nur mit Unterstützung umsetzen können (siehe Kapitel 4.3).
- » **Begleitete Elternschaft:** Der Begriff Begleitete Elternschaft wird hingegen für Familien gebraucht, in denen Eltern mit einer geistigen Behinderung Unterstützung brauchen, um die Grundbedürfnisse ihres Kindes wahrzunehmen und diesen nachzukommen.



WICHTIG

Nehmen Sie an allgemeinen Angeboten für Eltern teil, um in Austausch mit anderen Eltern zu kommen. So können Sie Ihr soziales Netzwerk erweitern und Kontakte mit anderen Eltern knüpfen.

Die begleitete Elternschaft ist eine Leistung, die von zwei unterschiedlichen Rehabilitationsträgern erbracht wird:

- » zum einen die Leistung der Familienhilfe nach SGB VIII – hier ist das Kind fallbestimmend,
- » zum anderen die Leistung der Eingliederungshilfe nach SGB IX für einen Erwachsenen aufgrund seiner Zugehörigkeit zum Personenkreis von Menschen mit Behinderungen.

Verständlichkeit und Leichte Sprache (§ 14 ThürGIG)

Behörden müssen mit Menschen mit kognitiven Behinderungen in einfacher und leicht verständlicher Sprache kommunizieren. Bescheide, Allgemeinverfügungen, öffentlich-rechtliche Verträge und Vordrucke müssen auf Verlangen ohne zusätzliche Kosten in einer verständlichen beziehungsweise barrierefreien Form zur Verfügung gestellt werden.

5.6 Eltern mit psychischen Erkrankungen

Jeder vierte Mensch in Deutschland leidet im Verlauf eines Jahres an einer psychischen Erkrankung. Es wird geschätzt, dass ein Viertel aller Kinder in Deutschland mit einem psychisch kranken Elternteil zusammenlebt. Psychische Beeinträchtigungen sind weltweit die Hauptursache von Behinderungen. Wer mit einer psychischen Erkrankung Kinder großzieht, ist damit alles andere als allein, auch wenn es sich vielleicht manchmal anders anfühlt.

Die neuen Aufgaben, Schlafmangel oder fehlende Ruhepausen und manchmal auch die eigenen Ansprüche und der Erwartungsdruck anderer Menschen können nach der Geburt eines Kindes für Eltern herausfordernd sein. Das Leben mit einer psychischen Erkrankung kostet zusätzlich Kraft.

Für Eltern mit psychischen Erkrankungen ist es daher besonders wichtig, dass sie gut für sich sorgen, um dauerhaft für ihre Kinder da sein zu können. Wichtig ist, dass Eltern Hilfe und Unterstützung annehmen, wo sie passend und entlastend ist. Das ist kein Zeichen von Schwäche oder Unfähigkeit – im Gegenteil: Es ist ein Zeichen für kompetente Eltern. Gespräche mit vertrauten Menschen, das Einbeziehen Anderer, zum Beispiel Familienmitglieder, der Nachbarschaft oder anderer Eltern hilft, nicht alles allein bewältigen zu müssen. Es gibt außerdem eine Reihe von professionellen Hilfen für Eltern mit psychischen Erkrankungen.



WICHTIG

Mitunter sind die Angebote schwer zu überblicken, zum Teil gibt es Wartezeiten. Bleiben Sie hartnäckig. Wenn ein Angebot Ihnen nicht hilft, geben Sie die Suche nicht auf. Manchmal braucht es etwas Geduld, bis Sie die Hilfe finden, die zu Ihnen und Ihrer Situation passt.

Unterstützungsangebote für Eltern mit psychischen Erkrankungen

» Ärzte/Ärztinnen (Frauenarzt/-ärztin, Hausarzt/-ärztin, Psychiater:in) oder Hebammen sind gute ersten Anlaufstellen. Sie haben entsprechendes Wissen über psychische Erkrankungen, kennen Unterstützungsangebote

und können gemeinsam mit den Betroffenen überlegen, welche Hilfen sie brauchen. Es kann auch wichtig sein, mit Ärzten/Ärztinnen zu besprechen, ob wegen der psychischen Erkrankung Medikamente benötigt werden und welche Medikamente in Schwangerschaft und Stillzeit eingenommen werden dürfen.

- » Bei Belastungen im Alltag kann eine Online-Familienberatung helfen, zum Beispiel bei der *Bundeskongferenz für Erziehungsberatung e. V.* Diese ist kostenlos, vertraulich und anonym und funktioniert per Einzel- oder Gruppenchat, per Mail oder in Foren (www.bke-beratung.de).
- » In der *Telefonberatung*, zum Beispiel des Elterntelefon der *Nummer gegen Kummer*, erfolgt eine Beratung durch geschulte ehrenamtliche Mitarbeiter:innen bei allen Fragen, die die Erziehung betreffen, anonym, kostenlos und vertraulich (Nummer gegen Kummer – Elterntelefon: 0800 – 111 0 550, www.nummergegenkummer.de/elternberatung/elterntelefon/).
- » *Psychotherapeut:innen* bieten Behandlung durch Gespräche und Übungen an. In der Regel bezahlt die Krankenkasse die Behandlung. Weitere Informationen sind zum Beispiel in der Broschüre *Wege zur Psychotherapie* der Bundespsychotherapeutenkammer zusammengestellt (www.wege-zur-psychotherapie.org). Adressen von Psychotherapeut:innen sind auf verschiedene Arten zu finden: im Internet (zum Beispiel auf der Übersichtsseite der Selbsthilfe-Initiative MUT – Atlas, www.mut-atlas.de), auf Anfrage auch bei der Krankenkasse oder behandelnden Ärzten/Ärztinnen). Zwei bewährte Beispiele sind:
 - Psychotherapeut:innensuche der Kassenärztlichen Vereinigung Thüringen: www.kv-thueringen.de/arztsuche (siehe Kapitel 2.2).
 - Die Terminservicestelle der Kassenärztlichen Vereinigung (Telefon: 116 117) vermittelt Erstgespräche bei Psychotherapeut:innen. Dies ist allerdings keine Garantie auf einen langfristigen Therapie-Platz.
- » *Sozialpsychiatrische Dienste* bieten kostenlose, vertrauliche Beratung, Hilfestellung und Schutzmaßnahmen für Menschen mit psychischen Erkrankungen, seelischen Behinderungen und sozialen Problemen an. Auch Kontaktpersonen von Betroffenen können sich dorthin wenden. Im Wegweiser für seelische Gesundheit (Thüringer Psychiatriewegweiser) finden sich regionale Dienste und viele weitere Unterstützungsangebote (Seelische Gesundheit)
- » *Selbsthilfe*: In Thüringen gibt es Selbsthilfe beziehungsweise *Selbstvertretungsorganisationen* für Menschen mit psychischen Erkrankungen (siehe Kapitel 5.1), die Veranstaltungen und persönliche Beratung anbieten und zu weiteren regionalen Hilfsangeboten vermitteln können. Hierzu zählen:

- Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener (TLPE) e. V. (www.tlpe.de),
- Ex-In, Landesverband Thüringen e. V. (www.ex-in-thueringen.de)
- Landesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V. (www.apkm-thueringen.de).

In bestimmten Phasen einer psychischen Erkrankung, zum Beispiel in Krisen, ist eine Behandlung in einer Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie oder Psychosomatik notwendig und hilfreich. Einige Kliniken bieten eine Eltern-Kind-Behandlung an, zu der Kinder in den ersten Lebensjahren mitgenommen werden können. (Der Verein Schatten und Licht e. V. veröffentlicht eine Übersicht von Eltern-Kind-Einrichtungen: <https://www.schatten-und-licht.de/Hilfsangebote/mutterkindeinrichtungen.html>)

Eltern mit Kleinkindern haben die Möglichkeit, sich in einer Tagesklinik behandeln zu lassen. Dies hat den Vorteil, dass die Behandlung nur einen Teil des Tages in Anspruch nimmt, während das Kind in der Kindertagesbetreuung untergebracht ist. Welche Behandlung für die Situation und in der Region die Passendste ist, sollte gemeinsam mit dem/der behandelnden Arzt/Ärztin besprochen werden.

Hilfen für Kinder aus psychisch belasteten Familien

Kinder, die ihre Eltern in psychischen Krisen erleben, übernehmen häufig Rollen, die sie überfordern: Sie trösten, beraten oder erledigen mehr Aufgaben im Haushalt, als zu ihrem Alter passt.



WICHTIG

Die Hilfe und Unterstützung, die Sie aufgrund Ihrer psychischen Erkrankung brauchen, sollte von außen kommen, das heißt von Freund:innen, Familie und professionellen Helfer:innen – nicht vom eigenen Kind. Sprechen Sie offen mit Ihrem Kind und erklären Sie, was los ist. Fragen Sie Ihr Kind nach seiner Sicht der Dinge und hören Sie zu.

Tauschen Sie sich regelmäßig mit den Erzieher:innen und Lehrer:innen aus und sehen Sie diese Pädagog:innen als Ihre Unterstütz:innen an, die über die Situation Ihres Kindes Bescheid wissen sollten. Gemeinsam können Sie frühzeitig erkennen, ob möglicherweise auch Ihr Kind besonderen Unterstützungsbedarf hat und nach Lösungen/Hilfen suchen.



LESETIPP

Eltern, die unsicher sind, wie sie ihre psychische Erkrankung verständlich und altersgerecht ihrem Kind erklären sollen, können Bücher zur Hilfe nehmen. Es gibt eine Vielzahl an Büchern, die kindgerecht das Thema psychischer Erkrankungen darstellen und darüber aufklären. Bücher für ältere Kinder und Jugendliche sind teilweise auch so gestaltet, dass sich das Kind eigenständig mit dem Thema befassen kann:

- » Romy Fischer „Meine Mutter, ihre Persönlichkeitsstörung und ich“ (Hörbuch)
- » Sigrun Eder „Annikas andere Welt“
- » Claudia Gliermann „Papas Seele hat Schnupfen“



WICHTIG

Die Lektüre sollte als Hilfsmittel verstanden werden und ersetzt keine persönlichen Gespräche zwischen Eltern und Kind.



LESETIPP

Weitere Informations- und Hilfsangebote für Kinder psychisch kranker Eltern (Auswahl):

- » Internetberatung für Kinder: Auf der Seite KidKit (www.kidkit.de) finden Kinder psychisch kranker Eltern Informationen und können sich kostenlos und anonym online per E-Mail oder Chat beraten lassen.
- » Telefonberatung für Kinder: Beim Kinder- und Jugendsondertelefon im Freistaat Thüringen unter der Nummer 0800 – 008 008 0 werden Kinder kostenlos und anonym 24 Stunden am Tag durch geschulte Fachkräfte beraten.
- » Auf der Seite Netz und Boden – Initiative für Kinder psychisch kranker Eltern finden Sie Informationen, Seminare und Anlaufstellen. Es gibt auch ein Beratungsangebot für betroffene Familien, zum Teil online und telefonisch (www.netz-und-boden.de).
- » Die Beratung beim Jugendamt, bei Erziehungs- und Familienberatungsstellen ist ein Recht Ihres Kindes und auch ohne Zustimmung und Wissen der Eltern möglich.
- » Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (BAPkM) e. V. stellt kindgerechte Sachbücher, Ratgeber und Broschüren für Eltern, Kinder und Erzieher:innen zur Verfügung (www.bapk-themen.de/kinder-psychisch-erkrankter-eltern.html).
- » Falls Sie in der Nähe von Erfurt oder Weimar leben: Das Projekt Seelensteine bietet für Familien, die von psychischen Erkrankungen betroffen sind, Kinder- und Jugendgruppen, Elternkurse, Beratung, Kreativnachmittage und Patenschaften an (<https://traegerwerk-thueringen.de/unsere-angebote/kinder-jugendliche-und-familie/projekte/>)
- » Dein Megafon, die Beratungsstellen (Ombudsstellen) des Kinderschutzbunds Landesverband Thüringen, beraten zur Unterstützungsmöglichkeiten der Kinder- und Jugendhilfe und helfen bei Beschwerden darüber www.dein-megafon.de

5.7 Eltern mit Suchterkrankungen

Suchterkrankungen können verschiedene Formen annehmen und zum Beispiel durch Alkoholmissbrauch, Drogeneinnahme oder durch Verhaltenssüchte verursacht werden. Unabhängig von der Art der Sucht stehen Eltern mit Suchterkrankungen vor Herausforderungen, die sowohl ihr eigenes Leben als auch das Wohlergehen ihrer Kinder beeinflussen können.

Unterstützungsangebote online (bundesweit)

Die IRIS-Onlineberatung unterstützt seit 2011 schwangere Frauen dabei, rauch- und alkoholfrei durch ihre Schwangerschaft zu gehen. Der Name IRIS ist eine Abkürzung und steht für „Individualisierte, risikoadaptierte, internetbasierte Intervention zur Verringerung des Alkohol- und Tabakkonsums bei Schwangeren“, ein Onlineprogramm für eine gesunde Schwangerschaft. Das Programm begleitet Betroffene durch ihren Alltag und ist jederzeit erreichbar: mobil, kostenlos und anonym. IRIS ist eine Initiative der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), <https://www.iris-plattform.de/>.

Angebote für konsumierende Schwangere in Thüringen: clean4us

Das Modellprojekt „clean4us“ der Uniklinik Jena richtet sich an schwangere Frauen beziehungsweise Mütter, die ein oder mehrere Suchtmittel konsumieren oder konsumiert haben, sowie deren neugeborene Kinder. Das Projekt möchte den Weg zur Abstinenz begleiten und unterstützen. Mehr Informationen unter <https://www.uniklinikum-jena.de/geburtsmedizin/clean4us.html>.

Medizinische Rehabilitation

In Einrichtungen der medizinischen Rehabilitation Abhängigkeitskranker, die Mütter und/oder Väter mit Kindern aufnehmen, steht die Behandlung der Abhängigkeitserkrankung im Vordergrund. Kinder von Suchtkranken werden als sog. „Begleitkinder“ in die Rehabilitationseinrichtung aufgenommen.

In Thüringen: Suchthilfezentrum für Mutter und Kind: <https://www.wendepunkt-ev.net/suchthilfezentrum-fuer-mutter-und-kind-wolfersdorf>



KONTAKT

Selbsthilfegruppen und -organisationen als Unterstützungsmöglichkeit

- » bundesweit: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen <https://www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis>
- » thüringenweit:
 - Thüringer Landesstelle für Suchtfragen <https://tls-suchtfragen.de/service-hilfe/suchtwegweiser/>
 - Thüringer Fachstelle Glücksspielsucht <https://gluecksspielsucht-thueringen.de/>
 - Präventionszentrum der SiT (Suchthilfe in Thüringen) <https://praevention-info.de/index.php?id=130>
 - Thüringer Suchtprävention: <https://thueringer-suchtpraevention.info/> → Kompass: HILFEN FÜR KINDER von suchtbelasteten und/ oder psychisch kranken Eltern in Thüringen (wird 2023 neu aufgelegt)
 - Suchthilfe in Thüringen: <https://sit-online.org/>

Hilfen für Kinder mit suchtkranken Eltern

Es gibt unterschiedliche Konzepte und Hilfsangebote für Kinder suchtkranker Eltern und ihre Familien, die in Beratungs- und Präventionsfachstellen, Selbsthilfeverbänden und weiteren Hilfeinrichtungen umgesetzt werden. Hauptberuflich und ehrenamtlich Tätige in der Suchthilfe engagieren sich und kooperieren mit der Kinder- und Jugendhilfe sowie den Verbänden der Krankenkassen.

NACOA Deutschland ist die Interessenvertretung für Kinder in Deutschland, die in ihren Familien unter Alkohol- oder Drogenkrankheit beziehungsweise nicht-stofflichen Süchten seitens ihrer Eltern leiden: <https://nacoa.de/>

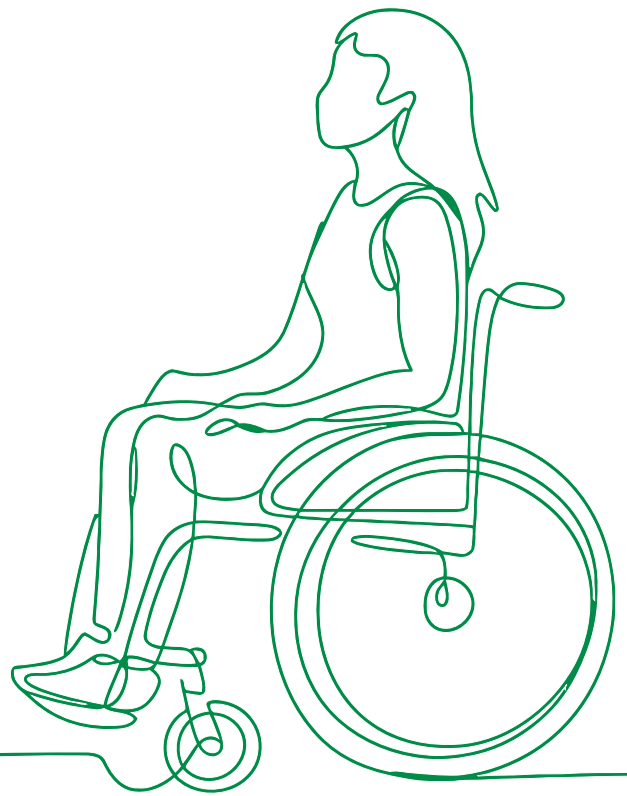


LESETIPP

- » Gruppenangebote für Kinder aus suchtbelasteten Familien: <https://thueringer-suchtpraevention.info/kinder-aus-suchtbelasteten-familien/>

Für das gesunde Aufwachsen eines Kindes ist es unerlässlich, dass Eltern dem Kind ihre Suchterkrankung erklären und auf Fragen antworten. Zur Unterstützung können dabei Bücher hilfreich sein. Wichtig ist, dass die Bücher nie ein persönliches Gespräch mit dem Kind ersetzen können:

- » Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung „Mia, Mats und Moritz ... und ihre Mama, wenn sie wieder trinkt“
- » Gudrun Lahme „Nono im Taumeltraumel. Eine Geschichte über Sucht und Familie“



6

Inklusive
Angebote für
Eltern und
ihre Kinder

In Thüringen gibt es eine Vielzahl inklusiver Angebote für Eltern und Kinder, die sowohl draußen als auch drinnen stattfinden. Diese Angebote berücksichtigen unterschiedliche Bedürfnisse und Fähigkeiten, um allen Familien ein gemeinsames Erlebnis zu ermöglichen (Kapitel 6.1). Weiterhin existiert auf Bundes- und Landesebene ein flächendeckendes Netz von Beratungs- und Unterstützungsangeboten. In Kapitel 6.2 finden Sie zahlreiche Links zu den entsprechenden Angeboten.

6.1 Möglichkeiten der Freizeitgestaltung

In Thüringen gibt es zahlreiche kulturelle und historische Orte, die darauf warten, von Familien entdeckt zu werden. Für Familien mit behinderten Angehörigen stellt sich bei der Planung von Ausflügen immer die Frage nach der Barrierefreiheit der Angebote. Immer mehr Ferienstätten und Ausflugsziele richten ihre Angebote inklusiv aus und bieten damit auch Familien mit Behinderungen Möglichkeiten der Freizeitgestaltung.

Familien-App

Die Thüringer Familien-App findet passende Angebote für jeden Bedarf. Sie bündelt eine große Auswahl an Bildungs- und Beratungsangeboten, Freizeitaktivitäten, Veranstaltungen und Ausflugszielen in ganz Thüringen.



LESETIPP

- » Thüringer Familien-App:
<https://familienapp.thueringen.de/>

Familienferienstätten

Gemeinnützige Familienferienstätten gehören zu den Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe. Demgemäß richten Familienferienstätten ihre Arbeit an und für Familien aus, um sie für den Alltag zu stärken. Besonderes Anliegen ist es, Familien in belasteten Lebenssituationen Urlaub zu ermöglichen.

Familienferienstätten gestalten Urlaub so, dass Eltern und Kinder sich wohlfühlen. Die Thüringer Familienferienstätten bieten familienfreundliche Unterkünfte, wahlweise mit Halb- oder Vollpension und vielen Angeboten für Kreativität und Freizeitgestaltung.

Die verschiedenen Einrichtungen setzen dabei eigene Schwerpunkte: Erlebnispädagogik, Gesundheit, Natur und Umwelt, musikalisches und kreatives Gestalten, Sport, Gesprächsangebote.

Menschen mit Behinderungen sind in den Familienferienstätten in Thüringen willkommen. Die Häuser verfügen über eine begrenzte Anzahl barrierefreier Zimmer oder Ferienwohnungen.

Informationen und weitere Angebote finden Sie unter:
<https://www.thueringen-familienerholung.de/>

Thüringen entdecken

Im Rahmen der Planungen von Ausflügen können sich vielfältige Fragen stellen:

- » Wie ist die Zugänglichkeit für behinderte Menschen im Erfurter Dom?
- » Welche Hilfsmittel stehen blinden und sehbehinderten Menschen in der Anna-Amalia-Bibliothek-Weimar zur Verfügung?
- » Welche Städte bieten Stadtführungen für Menschen mit Behinderungen an?

Zur Beantwortung dieser Fragen steht eine Suchfunktion auf der Seite von „Thüringen entdecken“ bereit: <https://barrierefrei.thueringen-entdecken.de/reisen-fuer-alle>.

Kulturelle Angebote (Museen/Theater/Kinos/ Konzerte/usw.)

Eine Vielzahl der kulturellen Einrichtungen in Thüringen bietet barrierefreie Erlebnismöglichkeiten. Eine Übersicht zu Museen und touristischen Orten und ihren barrierefreien Angeboten ist als Anhang beigefügt oder unter folgendem Link abrufbar²⁵:



Sportvereine und -verbände

Vereine bieten für alle Familienmitglieder qualifizierten Sport an. Der Deutsche Olympische Sportbund sowie der Thüringer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e. V. haben dazu Informationen:

- » Bewegungslandkarte des DOSB mit passenden Sport- und Bewegungsangeboten in der Nähe:
<https://bewegungslandkarte.de/>
- » Thüringer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.: <https://www.tbrsv.de/>

Barrierefreie Spielplätze

Für Kinder gibt es kaum etwas Schöneres, als den ganzen Tag herumzutoben, zu klettern, Sandburgen zu bauen, zu schaukeln und zu rutschen. In Thüringen gibt es eine Vielzahl an Spielplätzen, die darauf warten, erobert zu werden. Eine Übersicht zu den bestehenden Spielplätzen in Thüringen gibt es auf der Internetseite <https://familie.thueringen-entdecken.de/w/-spielplaetze-in-thueringen>. Spezifische Informationen zu barrierefreien Spielplätzen sind unter www.spielplatztreff.de/barrierefrei zusammengestellt.

„Reisen für Alle“ – Geprüft. Detailliert. Verlässlich.

„Reisen für Alle“ ist das bundesweit gültige Kennzeichnungssystem für barrierefreie Reiseangebote. Erfasst werden relevante Daten für sieben verschiedene Gästegruppen:

- » Menschen mit Gehbehinderung,
- » Rollstuhlfahrer:innen,
- » Menschen mit Hörbehinderung,
- » gehörlose Menschen,
- » Menschen mit Sehbehinderung,
- » blinde Menschen,
- » Menschen mit kognitiver Behinderung.

In der Datenbank können die Angebote nach individuellen Bedürfnissen gefiltert werden: <https://barrierefrei.thueringen-entdecken.de/reisen-fuer-alle>.

Deutsche Bahn

Die Deutsche Bahn weitet ihr Angebot zu barrierefreiem Reisen stetig aus – zum Beispiel mit der App DB Barrierefrei. Nutzer erhalten unter anderem wichtige Anzeigen und Durchsagen zu ihrer Reise als Textnachricht direkt auf ihr Smartphone. Sehbehinderte Reisende können die Nachricht mit der Sprachausgabe des Smartphones abhören. Zudem stellt die Deutsche Bahn auf ihren Internetseiten Informationen zu barrierefreien Reisezielen in Deutschland und Österreich zur Verfügung: <https://www.bahn.de/service/individuelle-reise/barrierefrei>.

6.2 Weitere Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag

Alltagsinseln und präventive Angebote

Alltagsstress kennen vermutlich alle Eltern, beispielsweise wenn viele und teilweise schwierige Situationen gleichzeitig gemeistert werden müssen. Wenn die Bewältigung eigener Erkrankungen oder Behinderungen zusätzlich Kraft kostet, kann der Alltag unter Umständen stressig und die eigenen Kräfte schnell aufgebraucht sein. Eltern brauchen daher eigene Strategien zur Stressbewältigung, die sich einfach in den Alltag einfügen lassen. Wichtig ist auch die Überzeugung, dass man nur dann gut für seine Familie sorgen kann, wenn man sich gut um sich selbst sorgt. Ein wirksames Mittel kann darin bestehen, sich körperlich bewusst zu entspannen. Das hat positive Auswirkungen auf die Stimmung. Gute Möglichkeiten sind Atem- oder Entspannungsübungen, die zum Beispiel im Internet zu finden sind. Entspannungstrainings werden (online oder vor Ort) unter anderem an den Volkshochschulen angeboten.



KONTAKT

Auch die örtlichen Bibliotheken bieten Hörbücher, CDs oder Bücher zu diesen Themen an. Entspannungstrainings werden (online oder vor Ort) auch an der Volkshochschule angeboten (<https://www.volkshochschule.de/>).

²⁵ Die Übersicht wird nur digital zur Verfügung gestellt.

Eine weitere Möglichkeit sind Resilienztrainings. Diese werden von vielen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst oder sogar vollständig übernommen, da sie als Präventionskurse²⁶ gelten. Um eine Kostenübernahme zu erhalten, muss das Training von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert sein und als Präventionskurs anerkannt werden. Viele Krankenkassen bieten zu diesem Thema Informationen und Kurse an.



KONTAKT

Sprechen Sie Ihre zuständige Kranken- oder Ersatzkasse an.

Wer wenig Zeit hat oder keinen Kurs machen möchte, kann bewusst kleine „Entspannungseinseln“ in den Alltag einbauen, wie zum Beispiel eine Tasse Tee trinken, Musik hören, ein Entspannungsbad nehmen, Spazieren gehen oder einer Lieblingsbeschäftigung nachgehen.

Zur Prävention und Stärkung von Alltagskompetenzen gibt es Eltern-Kind-Maßnahmen wie beispielsweise Kuren (siehe Kapitel 4.1).

Thüringenweite Angebote und Interessenvertretungen

- » LIGA Selbstvertretung Thüringen e.V.: <https://selbstvertretung-thueringen.de/>
- » Mitglieder der LIGA der Freien Wohlfahrtspflege in Thüringen e.V.: <https://liga-thueringen.de/liga-aktuell>
- » Blinden- und Sehbehindertenverband Thüringen e.V.: <https://bsvt-weimar-apolda.de/>
- » Landesverband der Gehörlosen Thüringen e.V.: <https://lvglth.de/>
- » Landesverband der Hörgeschädigten Thüringen e.V.: <https://schwerhörigeweimar.de/>
- » Landesverband der Körper- und Mehrfachbehinderten Thüringen e.V.: <http://lvkm-thuer.de/>
- » Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Thüringen e.V.: <https://www.lebenshilfe-thueringen.de/>
- » Sozialverband Hessen-Thüringen VdK e.V.: <https://www.vdk.de/hessen-thueringen/>
- » Verband kinderreicher Familien Thüringen e.V.: <https://thueringen.kinderreichfamilien.de/>

- » Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung: <https://www.teilhabeberatung.de/>
- » Thüringer Initiative für Integration, Nachhaltigkeit, Kooperation und Aktivierung (ThINKA): <https://www.inka-thueringen.de/>
- » Kommunale Beauftragte für Menschen mit Behinderungen: <https://www.tlmb-thueringen.de/service/ansprechpartner/lag-der-kommunalen-behindertenbeauftragten/>

Bundesweite Angebote von Behörden und Vereinen

- » Das Familienportal ist eine Seite des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend und informiert rund um das Thema Familie: <https://familienportal.de/>
- » Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung klärt alle Fragen rund um die Schwangerschaft: <https://www.familienplanung.de/>
- » Bundesweite Selbstvertretungsorganisation von Frauen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen und Behinderungen und politische Interessenvertretung behinderter Frauen: <https://www.weibernetz.de/startseite.html>
- » Der Bundesverband behinderter und chronisch kranker Eltern e. V. hat selbst einen Ratgeber zur Elternassistenz herausgegeben und vermittelt Kontakte zu behinderten Eltern: www.behinderte-eltern.de
- » Die Bundesfachstelle für Barrierefreiheit stellt bestehendes Wissen zur Barrierefreiheit zur Verfügung: <https://www.bundesfachstelle-barrierefreiheit.de/>
- » Der Deutsche Gehörlosen-Bund e. V. stellt Gebärdensprachvideos für Gehörlose Schwangere und werdende Väter, auch in Leichter Sprache zur Verfügung: <http://gesundheit.gehoerlosen-bund.de/schwangerschaft/>
- » Der Deutsche Blinden- und Sehbehindertenverband ist eine Selbstvertretungsorganisation von Menschen, die von einem Sehverlust betroffen oder bedroht sind: <https://www.dbsv.org/>
- » Im Deutschen Zentrum für barrierefreies Lesen gibt es Literatur für die Lesebedürfnisse blinder, seh- und lesebehinderter Menschen zum Ausleihen und Kaufen: <https://www.dzbleesen.de/>
Der Deutsche Verein der Blinden und Sehbehinderten in Studium und Beruf e. V. ist eine Selbsthilfeorganisation von blinden und sehbehinderten Menschen: <https://www.dvbs-online.de/>

NOTIZEN

NOTIZEN

Impressum

Herausgeber: Thüringer Ministerium für Soziales, Gesundheit, Arbeit und Familie
Werner-Seelenbinder-Straße 6 | 99096 Erfurt

Inhalt und Redaktion: Referat 23 | Inklusion und Teilhabe von Menschen mit Behinderungen

Gestaltung: design idee, büro für gestaltung, Erfurt
Titelfoto: Kostia/StockAdobe.com

Stand: © 2025

