

### Familienbegriffe und -formen

Es gibt unterschiedliche Definitionen davon, was man eine Familie nennen kann. Ein rein **biologischer Familienbegriff** würde nur nach der leiblichen Abstammung fragen; etwas ganz anderes ist die Frage nach der sozialen Gruppe, in der Kinder aufwachsen und in der ihre Erziehung stattfindet. Dieser **soziale Familienbegriff** ist gemeint, wenn die Familie als **Keimzelle der Gesellschaft**

bezeichnet wird. Diese beiden Verständnisse von Familie können ganz oder teilweise zusammenfallen; mögliche Formen von Familie sind:

- Klein- oder Kernfamilie
- Großfamilie
- Patchwork-Familie
- Regenbogenfamilie
- Erziehung allein durch ein Elternteil

### Probleme von Familien

In Familien gibt es – wie in allen Gruppen von Menschen – Probleme, die das Zusammenleben erschweren können.

Faktoren, die in vielen Familien zu Problemen führen, sind:

- Geld (-mangel)
- Arbeitslosigkeit
- Zeit (-mangel)
- Krankheit / Behinderung

Wichtig: In jedem Fall hängt gelingendes Familienleben nicht davon ab, ob das Problem beseitigt werden kann, sondern vom Umgang der Familienmitglieder mit dem Problem:

- gegenseitiges Verständnis
- wertschätzender Umgang miteinander
- gegenseitige Unterstützung

### Rechte und Pflichten

Das Leben in Familien hat auch eine rechtliche Seite, denn es gibt Gesetze, die das Zusammenleben in der Familie regeln.

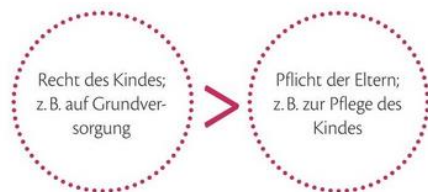
#### Kinderrechte:

- Gewaltfreiheit
- Versorgung

#### Elternrechte / -pflichten:

- Pflege des Kindes
- Erziehung des Kindes
- Bestimmung des Aufenthalts des Kindes

Die Rechte und Pflichten der Eltern leiten sich grundsätzlich aus den Rechten der Kinder ab:



Dabei ist es auch wichtig, dass Eltern bei der Wahrnehmung ihrer Pflichten eine „goldene Mitte“ treffen; d.h., dass es auch bei elterlicher Fürsorge nicht nur ein „zu wenig“, sondern auch ein „zu viel“ geben kann:



### Gelingendes Familienleben

Probleme und Konflikte in der Familie lassen sich am besten lösen, wenn die Familienmitglieder diese gemeinsam, offensiv und kompetent angehen. Dabei gilt:

1. Konflikte sind wichtig! Da es beim Zusammenleben von Menschen immer zu Konflikten kommt, sollten diese ausgetragen werden – denn auch richtiges Streiten will gelernt sein!

2. Offener Umgang mit Problemen trägt zu ihrer Lösung besser bei als Verschweigen. Zur Offenheit gehört aber auch, offen für Vermittlungs- und Lösungsansätze anderer zu sein.

3. Gegenseitige Wertschätzung und gegenseitiges Verständnis sind wichtige Grundvoraussetzungen für ein gelingendes Zusammenleben – auch und besonders bei Problemen wie Krankheit, Behinderungen oder Arbeitslosigkeit.



Zur Verbesserung der **Kommunikation** sind zwei Methoden hilfreich:

#### Aktives Zuhören:

- ist interessiert
- gibt Rückmeldung durch:
  - Gestik
  - inhaltliche Rückfragen
  - emotionales Reflektieren

#### Ich-Botschaften:

- klagen den Gesprächspartner nicht an
- geben Rückmeldung über den eigenen Gefühlszustand
- erregen eher Interesse und Nachdenklichkeit als ein ausgestreckter Zeigefinger