

Sozialarbeit/Familienbildung


**ElBa<sup>®</sup>**

**Kursprogramm  
für Eltern und Babys  
im 1. Lebensjahr**



Informationsbroschüre für Fachkräfte



**Deutsches Rotes Kreuz** 

# Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| Vorwort  | 1  |
| Hauptziele der <i>ElBa</i> <sup>®</sup> - Gruppen                    | 2  |
| Wesentliche Bestandteile von <i>ElBa</i> <sup>®</sup> - Gruppen      | 3  |
| Übersicht der vier Kursblöcke im <i>ElBa</i> <sup>®</sup> - Programm | 5  |
| Inhaltliche Schwerpunkte   | 6  |
| Ausbildung zur <i>ElBa</i> <sup>®</sup> - Kursleitung                | 10 |

# Vorwort

Familienbildung im Deutschen Roten Kreuz hat eine lange Tradition. Die Chronik berichtet über Angebote für werdende Eltern bereits im Jahr 1882. Heute zeichnet sich die DRK-Familienbildung durch einen Schwerpunkt in der Arbeit mit werdenden und jungen Familien aus. Programme der Bildungsarbeit mit Familien werden in Familienbildungsstätten, Familienzentren und Häusern der Familie ebenso angeboten, wie im Rahmen der Sozialarbeit von DRK-Kreisverbänden und Ortsvereinen.

Mit der Entwicklung des ElBa-Programms® für Eltern und Babys im ersten Lebensjahr wurde ein Angebot für Familien im Übergang zur Elternschaft und im ersten Lebensjahr des Kindes etabliert.

Die Kernprogramme der DRK-Familienbildung für junge Familien sind:

1. Eltern erwarten ihr erstes Kind - Begleitung im Übergang zur Elternschaft
2. *ElBa*® - für Eltern und Babys im ersten Lebensjahr
3. Spiel- und Kontaktgruppen für Eltern und Kinder im Alter von 1 bis 3 Jahren
4. Babysitterausbildung und -vermittlung

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

Wir freuen uns Ihnen hier das neue DRK-Kursprogramm *ElBa*® vorstellen zu können, das im Rahmen eines Modellprojektes in der Zeit von 1999 bis 2004 vom DRK-Generalsekretariat entwickelt wurde.

Berlin, Dezember 2004

# Hauptziele der *ElBa*<sup>®</sup> - Gruppen

Das ElBa-Programm<sup>®</sup> ist durch 3 Hauptziele gekennzeichnet:

## **1. Zeit und Raum für Gemeinsamkeit**

- Gemeinsame Erlebnisse für Eltern und Babys
- Kontakte mit anderen Babys und Eltern
- Spiel, Spaß und Bewegung
- Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern und der Kursleitung

## **2. Zeit und Raum zum Wachsen**

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

## **3. Begleitung in die neue Lebenssituation**

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

*ElBa*<sup>®</sup>-Gruppen begleiten Familien über den Zeitraum des ersten Lebensjahres. Die ideale Gruppengröße bewegt sich zwischen einer Teilnehmerzahl von 7 bis maximal 9 Müttern/Vätern und ihren Babys. Ideal ist ein Altersabstand der Babys von 4 bis 8 Wochen.

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

|                 |                        |                             |
|-----------------|------------------------|-----------------------------|
| <b>1. Block</b> | <b>ab der 4. Woche</b> | <b>Zeit des Erwachens*</b>  |
| <b>2. Block</b> | <b>3 – 6 Monate</b>    | <b>Zeit des Vertrauens</b>  |
| <b>3. Block</b> | <b>6 – 9 Monate</b>    | <b>Zeit des Erforschens</b> |
| <b>4. Block</b> | <b>9 – 12 Monate</b>   | <b>Zeit des Spiels</b>      |

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

---

\* nach Kirsten Sonntag „So fördere ich mein Kind richtig“ Fähigkeiten erkennen und spielerisch fördern, 1999.

# Wesentliche Bestandteile von *ElBa*<sup>®</sup> - Gruppen

Zwei Erlebnisformen charakterisieren das ElBa-Programm<sup>®</sup>:

- **Der Gesprächsanteil** – orientiert sich an den Bedürfnissen der Eltern nach Informationen über die Entwicklung des Kindes, Erziehungs- und Ernährungsfragen sowie dem Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern.
- **Der Erlebnisanteil** - orientiert sich an der kindlichen Entwicklung und an der zunehmenden Interaktionsbereitschaft der Babys. Spiel- und Bewegungsangebote sowie Sinnesanregungen und Entspannungselemente für Eltern mit ihren Babys werden vermittelt.

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

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

Der Ablauf der *ElBa*<sup>®</sup>- Gruppentreffen gliedert sich folgendermaßen:

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

Der Alltag mit dem Baby weckt bei den Eltern das Bedürfnis, auch entlastet und "umsorgt" zu werden. Daher wird in den ElBa-Gruppen<sup>®</sup> eine Atmosphäre geschaffen, in der sich Eltern und Babys **wohl fühlen** können und ihrem Bedürfnis nach **Entspannung** und **Erholung** entsprochen wird.

Dies erfolgt insbesondere durch folgende *ElBa*<sup>®</sup> - Elemente:

- Entspannungstee für die Eltern (z.B. ein duftender Orangentee)
- Entspannungselemente wie Hängematte, Schaukelbanane, Gymnastikball können genutzt werden zur Entspannung, Beruhigung und zum Rückzug mit dem Baby
- Gemeinsame Rituale (Anfangslied, Summkreis, Stille erleben)



Jede Kurseinheit in der Arbeitshilfe für Kursleiterinnen enthält Vorschläge zur Gestaltung von Gruppenstunden. Diese beinhalten alle **einen thematischen Schwerpunkt für die Eltern** sowie **Spielanregungen mit dem Baby**. Die Themeneinheiten sind Angebote, die je nach Informationsbedarf der Eltern und Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit der Babys flexibel gestaltet werden.

# Übersicht der 4 Kursblöcke im ElBa-Programm®

## 1. Block

### Zeit des Erwachens

ab 4. Woche bis 3 Monate



## 2. Block

### Zeit des Vertrauens

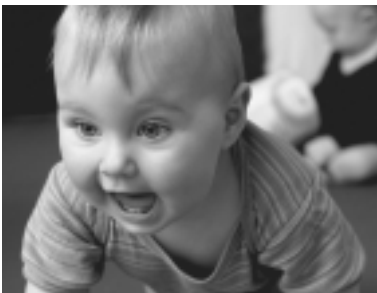
3 – 6 Monate



## 3. Block

### Zeit des Erforschens

6 - 9 Monate



## 4. Block

### Zeit des Spiels

9 – 12 Monate



# Inhaltliche Schwerpunkte

## 1. Kursblock

(ab 4. Woche bis 3. Lebensmonat)

### Zeit des Erwachens

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

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



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

Der **Erlebnisanteil** in diesem Block besteht aus dem *Kennenlernen und Ausprobieren der ElBa-Elemente* wie z.B. Hängematte, Schaukelbanane. Viele Anregungen in dem ersten Block beziehen sich auf unsere Basissinne, die den Berührungssinn, den Gleichgewichtssinn und den Bewegungssinn unterstützen. Der Erlebnisanteil mit den Babys findet am Boden auf den Matten statt. Dabei

geben sich die Eltern mit der Kursleitung auf gleiche Ebene mit den Babys.

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



## Zeit des Vertrauens

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

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

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

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

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

Die **Gesprächsrunde** am Anfang einer Kurseinheit findet jetzt mit den Babys auf den Matten statt. Der Entspannungsteer wird den Eltern weiterhin angeboten. Da die Babys noch nicht so mobil sind, ist ein Austausch und die Weitergabe thematischer Informationen durch die Kursleitung noch recht "ungestört" möglich.

Eine Anregung, mit der in diesem Block gute Erfahrungen gemacht wurden, ist "Gemeinsam Stille erleben". Die Gruppenleitung führt die Eltern gemeinsam zur Stille hin, um die Aufmerksamkeit gezielt für kurze Zeit ganz den Babys zu widmen. Dadurch kann eine unruhige, lebendige Atmosphäre gut wieder Entspannung finden.

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



### 3. Kursblock (6 – 9 Monate)

## Zeit des Erforschens

**Babys** erforschen in dieser Phase verstärkt ihre Umwelt, nehmen Kontakt zu anderen Babys auf und entdecken sich selbst. Über zunehmende motorische Mobilität (Roller, Kriechen, Robben, Krabbeln) legen sie größere Entfernungen zurück. Binden, Lösen, Nähe, Distanz sind zentrale Themen dieser Zeit („Fremdelphase“).

**Eltern** beobachten jetzt mehr die Kontaktaufnahme und Spielinteraktionen der Babys untereinander. Gleichzeitig sind sie sich inzwischen vertrauter und führen Gespräche mit den anderen Eltern.

Im 3. Kursblock sind der Gesprächsanteil und der Erlebnisanteil im Gleichgewicht: Neben dem Austausch der Eltern erhält das Spielbedürfnis der Babys gleichen Stellenwert im Kursprogramm.

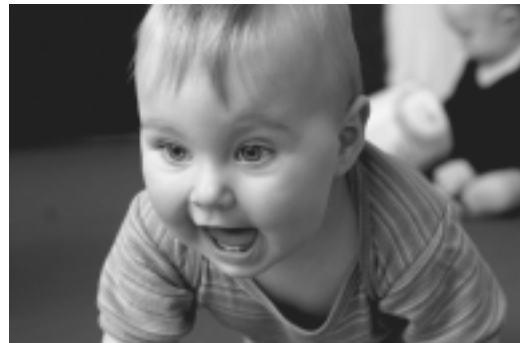
**Elterninformationen** gibt es zur Bewegungsentwicklung, zur Fremdelphase (Bindungsentwicklung), zum Spielverhalten und zu Fragen der Alltagsbewältigung.

Die Informationsvermittlung durch die Kursleitung ist jedoch durch die hohe Aktivität der Babys nur noch punktuell möglich.

Im Zentrum der **Angebote** steht im 3. Kursblock die Bewegungsentwicklung und die "Loslösung" (Autonomieentwicklung) des Babys.

Weiterhin wird Wert auf die **Wiederholung** strukturgebende Elemente wie z.B. Wasser, Körperspiele, Einsatz der schiefen Ebene etc. gelegt. Auch die Anregung "Gemeinsam Stille erleben" wird weitergeführt.

Ein zusätzliches Treffen für Mütter zu dem Thema "Ich bin Mutter" (Familienalltag, Mutterrolle, Formen der Kindertagesbeurteilung u.v.m.) sowie ein Vätertreffen werden angeboten.



## Zeit des Spiels

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

**Aufgabe der Eltern** ist es in dieser Phase, dem Baby vielfältige Erfahrungen zu ermöglichen, ihm Zeit zu lassen, zuschauen und abwarten zu lernen, jedoch wenn nötig auch Grenzen zu setzen.

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

Im 4. Block sind **Informationen** über *Betreuungs- und Vernetzungsangebote* vorgesehen. Weitere **Themen** sind u.a. "Grenzen setzen" und "Spiel mit dem Baby". Die Informationsvermittlung und das Besprechen von Themen ist durch den Aktionsradius der Babys nicht mehr so einfach durchzuführen. Über Informationsblätter und Cartoons erhalten Eltern kleine „Denkanstöße“ mit auf den Weg.

Für das Baby werden Materialien interessant. Daher sind in diesem Block folgende Bestandteile zur *Entwicklungsbegleitung* der Babys integriert: Kletterlandschaft, Planschbecken gefüllt mit verschiedenen Materialien (wie z.B. Weizen oder Reis), Kartons, Gegenstände zum Einstecken, Versteckspiele usw. Auch hier sind Wiederholungen als strukturgebendes Element wichtig.

Für das Elterntreffen im 4. Block ist eine *Spielzeugwerkstatt* vorgesehen. Dabei werden gemeinsam Spielmaterialien für Babys hergestellt und mit den Eltern besprochen, welche Spielmaterialien sinnvoll und entwicklungsförderlich sind.



# Ausbildung zur *ElBa*<sup>®</sup> - Kursleitung

Die Ausbildung zur ElBa-KursleiterIn ist für Fachkräfte mit folgenden Grundberufen möglich:

- Für PädagogInnen, SozialpädagogInnen, PsychologInnen, ErzieherInnen
- Für ErgotherapeutInnen, Krankengymnastinnen, Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Heilpädagoginnen mit Zusatzqualifikationen in Gesprächsführung (zu erwerben in den jeweiligen Landesverbänden)
- Für ausgebildete KursleiterInnen nach den DRK-Konzepten - Eltern erwarten ihr erstes Kind oder Spiel- und Kontaktgruppen (mit mehrjähriger Praxiserfahrung)

Nähere Informationen dazu finden Sie in der Ausbildungsordnung.

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

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

Angehende KursleiterInnen haben auch einen Anteil an selbständigem Lernen zu absolvieren. Sie bekommen in den einzelnen Ausbildungseinheiten Literaturempfehlungen und Aufgabenstellungen, auf deren Grundlage im nächsten Ausbildungsblock gearbeitet wird, wie z.B. Erweiterung des Basiswissens zu Themen der Entwicklungspsychologie o.ä., Erstellen eigener Materialien für ElBa-Gruppen<sup>®</sup>, Vorbereitung von Gruppentreffen etc.

Die inhaltlichen Schwerpunkte der Ausbildung sind wie folgt festgelegt:

## **1. Ausbildungsblock**

- Konzept der ElBa-Gruppen<sup>®</sup>
- Organisation /Werbung /Ausstattung /Raumgestaltung
- Struktur und Ablauf der Kurseinheiten
- Anleiten der "festen Elemente" im ElBa-Programm<sup>®</sup>
- Bedürfnisse von Eltern und Babys

Entwicklung der Babys in den ersten sechs Lebensmonaten  
Umgang mit dem Baby (Tragen, Handling etc.)

## **2. Ausbildungsblock**

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

## **3. Ausbildungsblock**

Planung und Durchführung von Gruppenstunden im Rollenspiel  
Entwicklung der Babys in der zweiten Hälfte des ersten Lebensjahres  
Ernährung des Babys in der zweiten Hälfte des ersten Lebensjahres  
Schwerpunkthemen: Schlafen, Schreien, Bindungs- und Autonomieentwicklung  
Veränderte Familiensituation  
Methoden der Informationsvermittlung  
Gestaltung von Elterntreffen  
Praxisbegleitung - erste Auswertung der Kursarbeit

## **4. Ausbildungsblock**

Bedeutung der Spielentwicklung und Spielanregungen im ersten Lebensjahr  
Erziehungsstile  
Planung und Durchführung thematischer Elterntreffen  
Praxisbegleitung - weitere Auswertung der Kursarbeit  
Konflikte in Eltern-Kind-Gruppen  
Klientenzentrierte Gesprächsführung in Eltern-Kind-Gruppen

Voraussetzung für die **Fortbildung zur LehrberaterIn** ist nach Absprache mit dem zuständigen DRK-Landesverband eine pädagogische Grundausbildung, die Teilnahme an der ElBa-Kursleiterinnenausbildung sowie ausreichend Praxiserfahrung in der Durchführung des ElBa-Programms®.

*ElBa*® ist eine eingetragene Wort-Bildmarke und gesetzlich geschützt. ElBa-Gruppen können nur von ausgebildeten KursleiterInnen mit DRK-Zertifikat durchgeführt werden.

Wenn Sie sich engagieren möchten oder weitere Informationen wünschen, wenden Sie sich an Ihren regionalen DRK-Kreis-/Landesverband oder an das Fachteam „Kinder-, Jugend- und Familienhilfe“ im Generalsekretariat.

**DRK. Wir machen Familien stark.**

## **Impressum**

**Herausgeber:** Deutsches Rotes Kreuz, Generalsekretariat, Team 41,  
Carstennstraße 58, 12205 Berlin

**Text:** Vera Wenzel, Anna Becker, Anne Fuchs-Hanske, Lena Neuburger

**Redaktion:** Lena Neuburger

**Fotos:** Sebastian Schürer

**Grafik & Layout:** Claudia Ebel, Gero Zimmermann

**Druck:** Druckerei Eberwein

Das ElBa-Programm ist eingebettet in die „Klassiker“ der DRK-Familienbildung:

## **Eltern erwarten ihr erstes Kind**

Begleitung im Übergang zur Elternschaft

**ElBa<sup>®</sup>-Programm**  
für Eltern und Babys im 1. Lebensjahr

## **Spiel- und Kontaktgruppen**

für Eltern und Kinder im Alter von 1-3 Jahren

## **Babysitterausbildung und -vermittlung**

für Jugendliche und als Angebot zur Entlastung von Familien

Darüber hinaus gibt es ein vielseitiges Angebot!

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