

ElBa® - Kursprogramm für Eltern und ihre Babys

ElBa® steht für „Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr“ und ist ein Spiel- und Bewegungsprogramm des Deutschen Roten Kreuzes für Eltern mit Babys im Alter von vier Wochen bis zu einem Jahr. Die Kurse finden wöchentlich statt und dauern jeweils 1,5 Stunden.

Warum gibt es das ElBa®-Programm?

Das erste Lebensjahr eines Kindes ist prägend für sein Bindungsverhalten und bestimmend für seine physische und psychische Entwicklung. Eltern brauchen in dieser auch für sie meist sehr aufwühlenden, intensiven Zeit Bestärkung, Begleitung und Entlastung. Die Anforderungen an Familien sind in den letzten Jahren enorm gestiegen. Die ersten Lebensjahre gelten als der Zeitraum, in der die Weichen für das zukünftige Leben gestellt werden. Entsprechend hoch sind die Anforderungen der Eltern an sich. Junge Eltern sind dadurch oftmals verunsichert und fühlen sich überfordert. Das umfassende ElBa®-Programm vermittelt in dieser Situation Sicherheit, bietet Handlungsalternativen an und gibt durch die feste Gruppe Halt und Unterstützung.

Ziele des ElBa®-Konzeptes

- Gemeinschaft erleben: Babys und Eltern erleben Spiel, Spaß und Bewegung miteinander, bauen Kontakte zu anderen Eltern und Babys auf und tauschen Erfahrungen untereinander aus.
- Zusammen wachsen der Eltern mit ihrem Baby wird unterstützt durch ElBa®-Übungen wie achtsames Beobachten und Wahrnehmen der Signale des Babys. Die ElBa®-Gruppe wächst immer mehr zu einer vertraute Gemeinschaft.
- Begleitung in der ersten Zeit mit dem Baby: Die ElBa®-Gruppe eröffnet einen Raum für Fragen, sie gibt Orientierung für den Alltag und bildet nach und nach ein Netzwerk von Entlastungsmöglichkeiten im sozialen Nahraum.

Wie ist das ElBa®-Programm aufgebaut?

In den wöchentlichen, anderthalb-stündigen Gruppentreffen unter qualifizierter fachlicher Leitung finden Eltern den Raum für den Austausch untereinander und die Zeit für die Beschäftigung mit ihren Babys.

Die ideale Gruppengröße besteht zwischen 7 und 9 Elternteilen mit ihren Babys. Der Altersabstand der Babys sollte 8 Wochen nicht überschreiten.

In den ersten Wochen stehen Gespräche und Entspannung der Eltern im Vordergrund der Treffen, je aktiver die Kinder werden, desto stärker werden die Bewegungs-Anteile und die aktive Beschäftigung mit den Babys.

Das Programm ist in vier Blöcke á 10 Termine eingeteilt. Das gesamte Programm dauert ca. ein Jahr.

In der ersten Phase „Zeit des Erwachens“ steht die körperliche Nähe zum Baby, Berührungen und Ansprache im Vordergrund. Fragen zur Ernährung, zum Schlafrhythmus und zum Schreiverhalten des Kindes werden in der Gruppe besprochen.

Im zweiten Block, der „Zeit des Vertrauens“ steht die sensorische Entwicklung des Babys, seine Signale und seine Bewegungsentwicklung im Vordergrund. Ein Treffen mit Vätern (falls sich nicht schon in der Gruppe sind), Großeltern oder anderen vertrauten Personen binden sie frühzeitig an die Gruppe an.

Um den sechsten Lebensmonat des Babys beginnt die Phase „Zeit des Erforschens“. Hier steht das Bindungsverhalten bzw. das Wechselspiel zwischen Binden und Lösen im Vordergrund. Die Thematik der außerfamiliären Betreuung gewinnt für Eltern große Bedeutung.

Im letzten Block „Zeit des Spiels“ dominiert das Thema Spiel mit all seinen Facetten. Angelehnt an die Bewegungsentwicklung des Kindes werden Anregungen für Gleichgewichts- und Kraftübungen, zum Spiel mit Wasser und Gegenständen gegeben.

Für Elterntreffen eignen sich jetzt Kreativangebote wie eine Spielwerkstatt. Nach der Vollendung des ersten Lebensjahres des Kindes können Eltern und Kinder nahtlos das DRK-Programm SpieKo® (Spiel- und Kontaktgruppen für Kinder ab einem Jahr) besuchen.

ElBa® wirkt!

Die [Evaluationsergebnisse der Universität Hildesheim](#) aus dem Jahr 2018 unterstreichen das große Präventionspotential des Programms: ElBa®. Es gibt den Familien Sicherheit und Orientierung in der ersten Phase der Elternschaft. Die ElBa®-Gruppe stellt für sie ein Ort der Selbstvergewisserung dar. Die intensive, ungeteilte Zeit mit dem Baby unterstützt die Eltern darin, ihr Baby als kompetente Persönlichkeit wahrzunehmen, angemessen auf seine Bedürfnisse einzugehen und einen partizipativen Erziehungsstil einzuüben. Dort, wo ElBa® in Kindertagesstätten angeboten wird, gelingt der Übergang in die Kindertagesbetreuung besonders fließend und sanft. Das ElBa® Netz, das sich in den Gruppen unter den teilnehmenden Eltern bildet, hält oft noch lange über die ElBa® Zeit hinaus und ist für die Familien ein großer Rückhalt bei Fragen, Problemen oder auch Engpässen im Alltag.

Zur [Infobroschüre ElBa®](#)

Landesverband Hessen

Ort: Alsfeld, Hessen

Termine jeweils von 10.00 (Fr.) bis 14.00 Uhr (So)

Wg. der aktuellen Lage ist die Ausbildung verschoben auf September, November 2020 und Januar 2021

Die genauen Termine werden noch bekannt gegeben

Ansprechpartner: Yan Vogel (0611/ 7909 241, yan.vogel@drk-hessen.de)

Kontakt: [Ümit Yüzen](#)

BEST Ausbildung (Basis, ElBa®, SPieKo®, Treff.)

Grundlage der Pilot-Ausbildungen ist die langjährigen Erfahrung in den beiden DRK-Eltern-Kind-Angebote ElBa® und SPieKo®, die hier erstmals zusammen geführt werden. Mit dem Modul „Offener Treff“ wird die Palette der DRK-Familienbildung um ein niedrigschwellige Angebot erweitert. In dem Zeitraum, in dem bislang eine Ausbildung durchgeführt wurde, können Teilnehmende nun Zertifikate für zwei Programme und das Know-how für offene Treffs erwerben.

Voraussetzungen

- Pädagogische Grundausbildung
- Pädagogische Kenntnisse und Fähigkeiten im Umgang mit Erwachsenen und Kindern
- Bereitschaft zur Teilnahme an Fortbildungen zur weiteren Qualifizierung
- Erweitertes Führungszeugnis, alle 5 Jahre zu erneuern

[BEST-Ausbildung](#)