



Deutsches  
Jugendinstitut

Laura Castiglioni

# Erschöpfte Familien

Veranstaltung „*Erschöpfte Familien als Adressat\*innen von Familienbildung und Familienerholung*“

23.02.2022



Quelle: Pixabay, CC

Deutsches Jugendinstitut e. V.  
Nockherstraße 2  
D-81541 München

Postfach 90 03 52  
D-81503 München

Telefon +49 89 62306-0  
Fax +49 89 62306-162

[www.dji.de](http://www.dji.de)

# Überblick

- Erschöpfung vor Pandemie:
  - **Ergebnisse aus der Studie über die Familienerholung**
    - Zielgruppen der Familienerholung
    - Erschöpfungserscheinungen
- Folgen der Pandemie für alle Familien
- Familien unterstützen nach der Pandemie:
  - **Bedarfe und Herausforderungen**

# Studie zur Familienerholung

(Laufzeit: 01.11.2018 - 29.02.2020)

**Modul 1:** quantitative Sekundäranalyse bundesweiter Daten (SOEP und pairfam) zum Urlaubsverhalten von Familien in Deutschland

- Bestimmung der Risikofaktoren für ein belastetes Familienklima
- Untersuchung des Zusammenhangs zwischen Risikofaktoren und Urlaubsverzicht
  - Erfassung der Belastungssituation von Familien auf drei Ebenen: **individuelle Ebene** (*Stressniveau & Depressivität*), **Partnerschaftsebene** (*Partnerschaftsstabilität & Zufriedenheit mit Paarbeziehung*), **Familienebene** (*Hilflosigkeit bei Erziehung & Zufriedenheit mit Familienleben*)

**Modul 2:**

- Experteninterviews mit den Leitungspersonen der Familienferienstätten
- Qualitative Interviews (Gruppendiskussionen und Familieninterviews) mit Familien in sechs gemeinnützten Familienferienstätten in vier Bundesländern

# Belastetes Familienklima

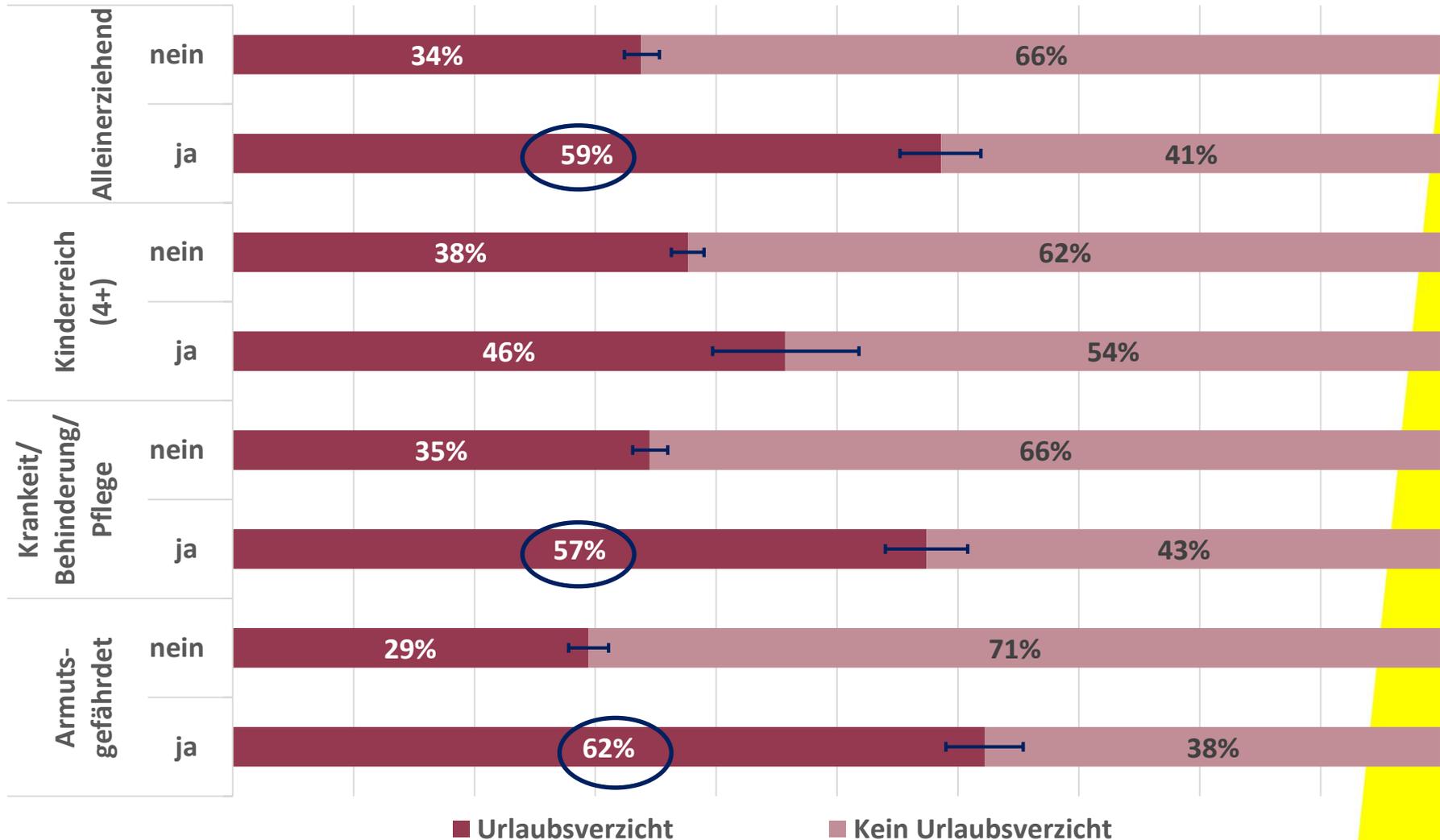
Die Wahrscheinlichkeit eines belasteten Familienklimas steigt bei hohen Care-Anforderungen (Basis: pairfam 2016/7)

Indikatoren	Kinderreiche Familien		Krankheit/ Pflegebedürftigkeit eines Familienmitglieds		Alleinerziehender Elternteil	
	nein	ja	nein	ja	nein	ja
<b>Hilflosigkeit bei der Erziehung</b>	<b>19%</b>	<b>33%</b>	<b>16%</b>	<b>33%</b>	20%	16%
<b>Geringe Zufriedenheit mit dem Familienleben</b>	29%	25%	<b>25%</b>	<b>45%</b>	<b>27%</b>	<b>42%</b>
<b>Geringe subjektive Stabilität der Partnerschaft</b>	21%	22%	<b>18%</b>	<b>37%</b>		
<b>Geringe Zufriedenheit mit der Partnerschaft</b>	38%	30%	<b>34%</b>	<b>56%</b>		
<b>Erhöhtes Stressniveau</b>	27%	24%	<b>25%</b>	<b>35%</b>	<b>26%</b>	<b>33%</b>
<b>Erhöhte Depressivität</b>	27%	30%	<b>23%</b>	<b>47%</b>	<b>25%</b>	<b>39%</b>

*Prognostizierte Wahrscheinlichkeiten negativer Bewertungen des Familienklimas, der Partnerschaftsqualität und des individuellen Wohlbefindens der Eltern in An- bzw. Abwesenheit von Risikofaktoren für Belastungen*

# Indikatoren für Urlaubsverzicht

- Vergleich Familien mit und ohne Belastungen (Basis SOEP 2016)



# Belastungserscheinungen in den Worten der Eltern

„Da bin ich auch manchmal, ehrlich gesagt, ungeduldig und maulig, wenn's dann nicht so funktioniert (lacht) wie es funktionieren soll, gell. Und Kinder sollen ja nicht nur funktionieren, die sollen ja auch frei sein und glücklich; aber es ist manchmal echt nicht so einfach im Alltag.“ (GD\_7 Z. 390-393)

„Ja, genau, das ist, für alle Alleinerziehenden ist das ein Problem! Wenn man nicht noch eine Oma hat oder einen sehr netten Nachbarn hat, geht das nicht! Weil wir können es uns finanziell nicht leisten. [...] Kinder noch hüten zu lassen.“ (GD\_8 Z. 502-508)

Und (.) dann stellen, stellen sich zwei Frauen hin und machen mit den Kindern einfach Riesenseifenblasen; also wirklich so aus kleinen Dingen machen die den Kindern so eine Riesenfreude... Was man zwar zu Hause auch macht, aber man kann's gar nicht so genießen, weil man eigentlich schon immer (.) das Nächste wieder im Kopf hat. Da denkt man sich: „Hm, gut, jetzt machst du mit den Kindern Seifenblasen...“ Ah, im nächsten Moment denkst du: „Du musst noch die Wäsche waschen!“ Was man halt hier nicht (.) hat. Wo sie einem eigentlich die kleinen Dinge noch mal richtig nahebringen! (GD6\_OH:431-437)

# Risikofaktoren und Belastungen im Alltag

Finanzielle Belastungen und geringe Erwerbseinbindung

finanzielle Aspekte spielen bei Urlaubsgestaltung und -planung eine große Rolle

Umgang mit finanziellen Einschränkungen als Teil des eigenen Alltags

Erhöhter organisatorischer Aufwand im Alltag

Betreuungsaufgaben

Individuelle Bedürfnisse der Kinder

Planung des Haushaltsbudgets etc.

Zeitarmut

Zu wenig (qualitative) Familienzeit

Zu wenig Eigenzeit

Außerhalb der Norm

Abwertende Erfahrungen im Alltag

Keine soziale Anerkennung

Gefühl nicht der gesellschaftlichen Norm zu entsprechen

Soziales Umfeld

Nicht kindgerecht bzw. feindlich

Sorge um Sicherheit der Kinder

Sozialer Raum als positiv und Unterstützungsressource

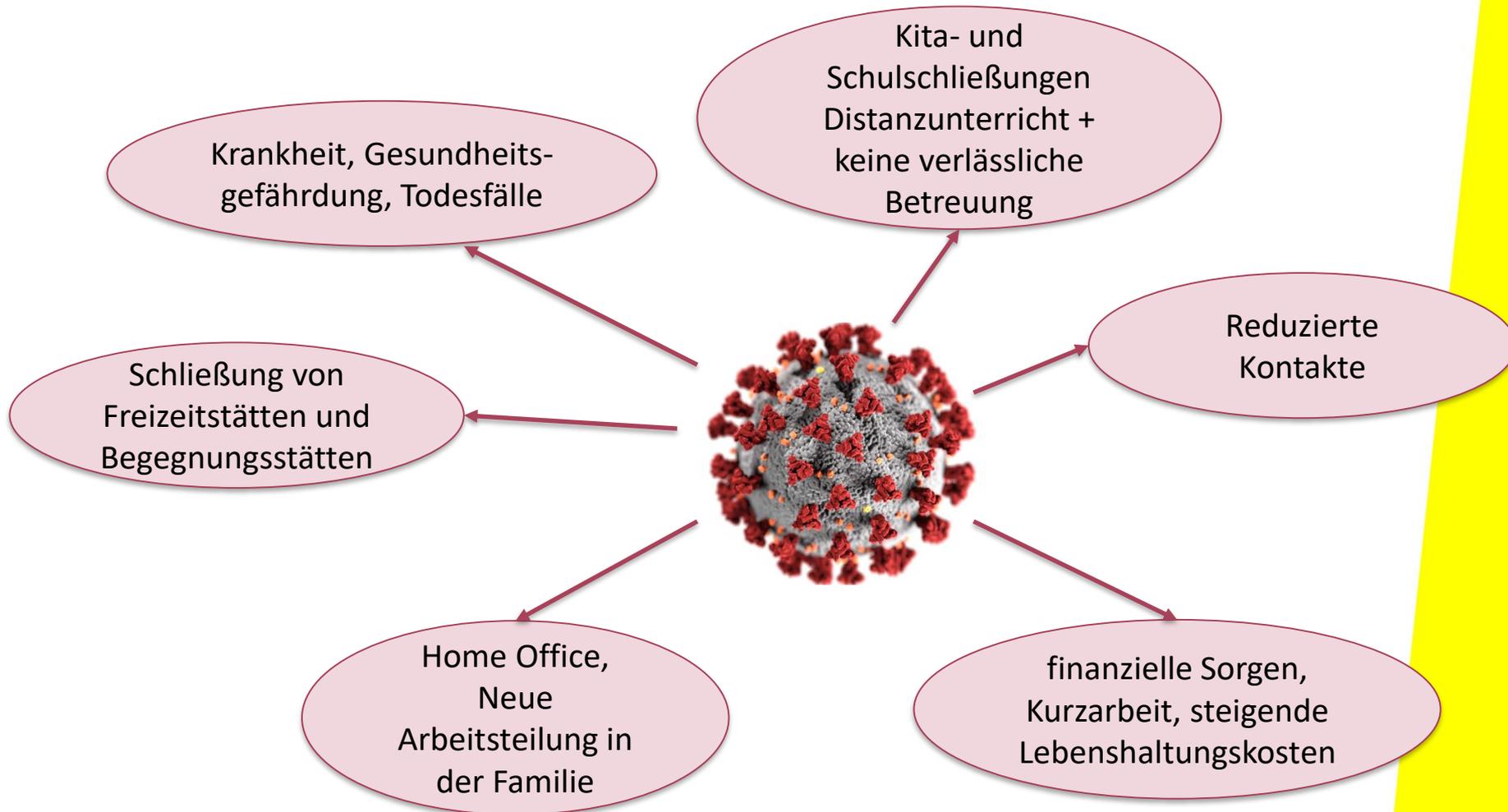
Ineinandergreifen von Belastungsfaktoren

mehrere Belastungslagen innerhalb einer Familie, die einander bedingen

zeitlich begrenzte und langfristige Belastungsfaktoren

# Folgen der Pandemie

# Was hat die Pandemie ausgelöst



# Bewegung und Gesundheit

## COPSY W2:

- Ernährung der Kinder hat sich wesentlich verschlechtert.
- Der Anteil der Kinder, der gar keinen Sport treibt, hat sich verzehnfacht im Vergleich zu vor der Pandemie.
- Medienkonsum ist zw. W1 und W2 gestiegen.

## Familienmonitor-Corona (DIW)

- 38% der Eltern sorgen sich sehr um die Gesundheit der Kinder (Stand: April 21).

# Seelische Gesundheit

## COPSY W2:

- Rückgang der sozialen Kontakte bei 83% der Kinder.
- Die Verluste in der sozialen Teilhabe und das Einsamkeitserleben betreffen auch Jugendliche, die vor der Pandemie überwiegend nicht belastet waren.
  - **Extrovertierte Jugendliche mit zuvor hoher sozialer Unterstützung hatten ein erhöhtes Risiko für vermehrte Einsamkeitsgefühle während des Lockdowns.**
- Höheres Risiko für Depressivität und Ängste, wenn Eltern weniger Zeit mit den Kindern verbringen und ihren Sorgen weniger Gehör schenken.
- Der Anteil der Kinder mit einer geminderten Lebensqualität hat sich im Zuge der Pandemie verdoppelt.
- Steigerung psychosomatischer Beschwerden und Verhaltensauffälligkeiten.

## BIB:

Analysen der pairfam Daten (Corona Studie) zeigten, dass Anzeichen klinischer Depressivität im 1. Lockdown bei 25% der 16-19-Jährigen erkennbar waren (vor Pandemie: 10%).

Besonders betroffen waren Mädchen, Kinder mit Migrationshintergrund und Kinder mit Belastungen vor der Pandemie.

# Soziales und familiales Umfeld

## COPSY:

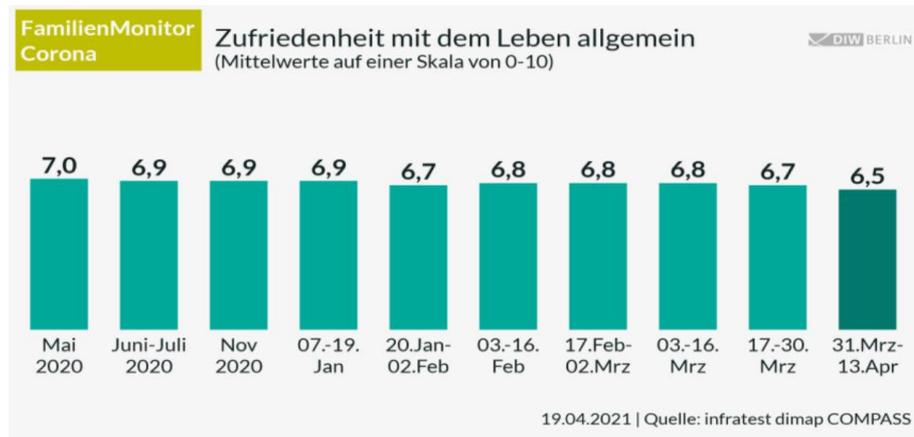
- Kinder berichten im Schnitt über eine Zunahme von Streit in der Familie.
- 39% der Kinder berichten von einer Verschlechterung des Verhältnisses zu Freunden.
- Eltern berichten zunehmend über Belastungen, Erschöpfung und depressive Symptome.
- Diejenige Familien, die auch in der Pandemie ein besseres Familienklima behalten, zeigen sich resilienter.

## IFO-Bildungsbarometer:

Elternangaben über psychische Belastung durch Lockdown:

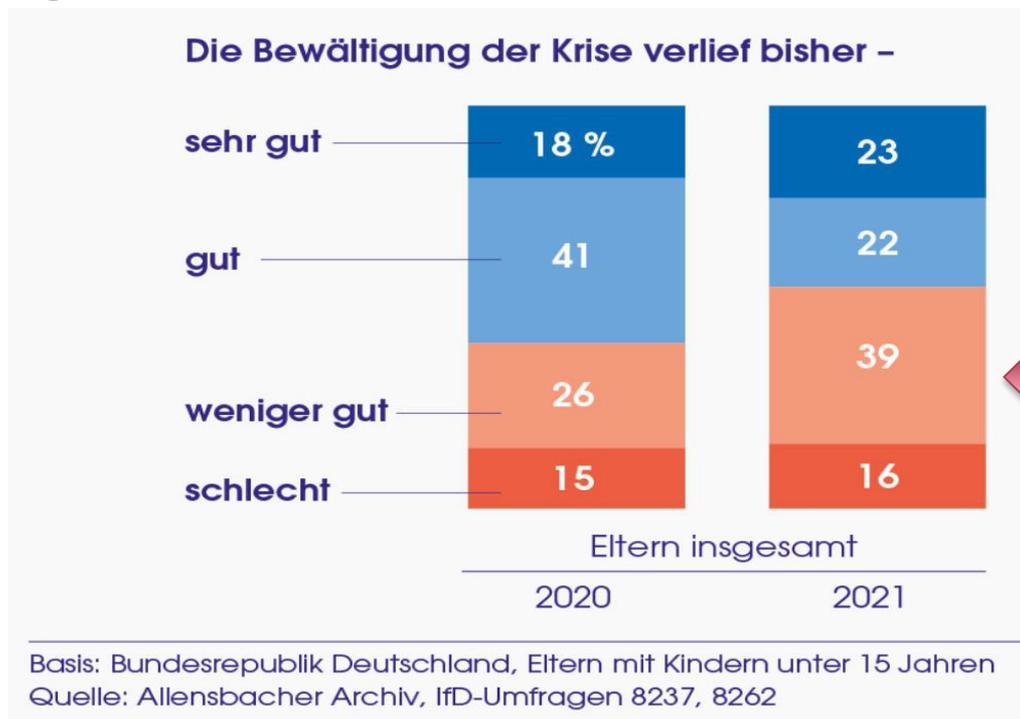
Frühjahr 2020: 36% Kinder sind belastet  
38% Eltern sind belastet

Winter 20/21: 49% Kinder sind belastet  
51% Eltern sind belastet



# Krisenbewältigung

Selbsteinstufung der Eltern und Berücksichtigung der Erfahrungen mit Kinderbetreuung, Entwicklung des Haushaltseinkommens und Sorge vor finanziellen Einbußen und Problemen



Es empfanden als besonders belastend

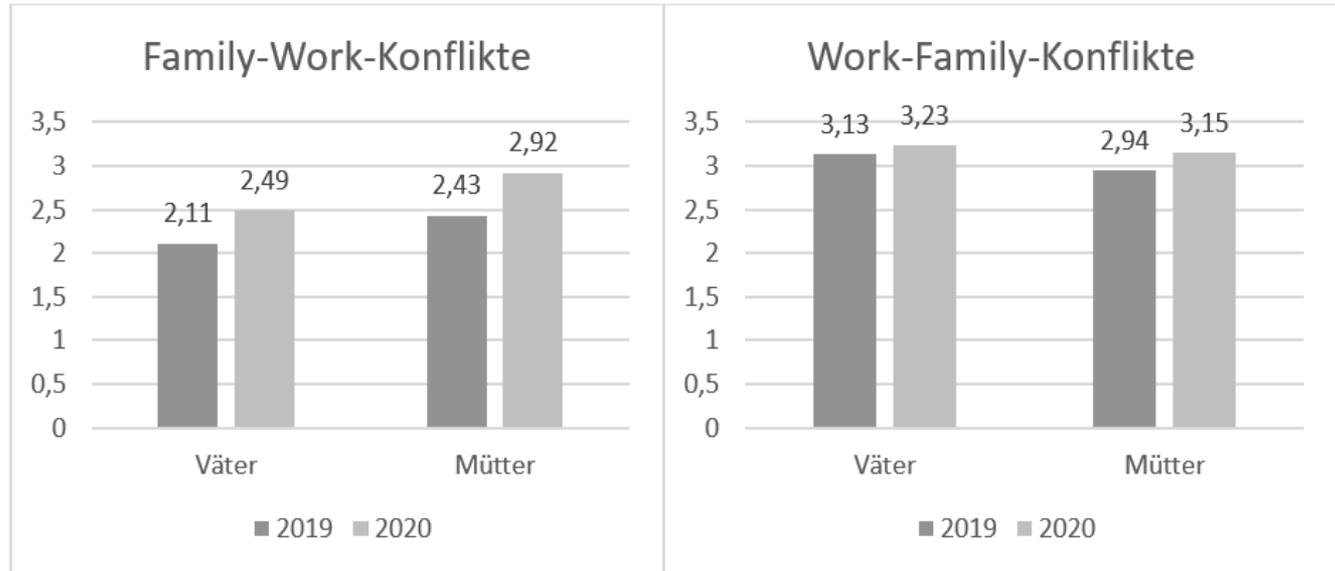


# Geschlechtsspezifische Vereinbarkeitskonflikte

Deutsches  
Jugendinstitut

Regina Ahrens (Hochschule Hamm-Lippstadt), Anna Buschmeyer, Claudia Zerle-Elsäßer (Deutsches Jugendinstitut)

Abbildung 1: Family-Work- und Work-Family-Konflikte vor und während Corona (Mütter und Väter)



6 = große Konflikte,  
1 = keine Konflikte.

Quelle: AID:A 2019 und Corona-Blitz, eig. Berechnungen. N=255 erwerbst. Mütter und N=257 erwerbst. Väter.<sup>12</sup>

**F-W-K:** Verbesserung der Konflikte bei den Müttern, die >33 St/Wo arbeiteten, aber Verschlechterung dort, wo Mütter mehr als vor der Pandemie arbeiten mussten; Verbesserung bei den pendelnden Vätern, denen mit >40 Erwerbswochenstunden und jenen, die im LD mehr als 50% ihrer Arbeitszeit im Home-Office verbrachten

**W-F-K:** Verschlechterung dort, wo Mütter (vor der Pandemie) häufig auf Dienstreisen waren, wo Mütter im Bereich kritische Infrastruktur oder im Gesundheitswesen arbeiten, in Kurzarbeit gehen mussten oder zuhause arbeiteten, aber keinen ungestörten Platz zum Arbeiten hatten; Verbesserung bei Müttern mit ‚special leaves‘; Verschlechterung, wo Väter mehr als die Hälfte der AZ zuhause arbeiteten, aber keinen ungestörten Platz zum Arbeiten hatten

# Getrennt lebende Eltern in der Corona-Krise

Anna Buschmeyer, Claudia Zerle-Elsässer (DJI)



Quelle: istock\_78947745

- Material: 8 qual. Interviews mit getrenntlebenden Eltern mit unterschiedlichen Betreuungsmodellen
- Wichtiger als die „Form“ des Betreuungsmodells, scheint die „Stimmung“ zwischen den Eltern zu sein
  - **Eltern als Team oder als Konkurrenten/ohne Kontakt? Die Qualität der Beziehung ist entscheidend**
- Verschiedene Phasen und Erzählungen innerhalb einer Familie
  - **Erste Wochen der Pandemie: weitreichende Isolation**
  - **Nach und nach: vor allem familiäre und nachbarschaftliche Verbindungen helfen durch das Vereinbarkeitsproblem und bei täglicher Care-Arbeit**
- Netzwerke bestanden schon vorher oder sind im Laufe der Pandemie entstanden
  - **Vor allem die Großeltern (Großmütter) werden bei den Getrennt-/Alleinerziehenden relativ schnell wieder zu einer elementaren Stütze**
  - **Durch Netzwerke wird viel abgefangen**
  - **Ohne Netzwerk: Verantwortung droht die Eltern zu erdrücken**
- Pandemie hat wackelige Konstrukte endgültig zum Einsturz gebracht oder gefährdet

# Schlussfolgerungen und Empfehlungen

# Welche Zielgruppen brauchen Unterstützung?

- Nach 2 Jahren Pandemie melden die meisten Menschen einen Rückgang der Lebensqualität und Lebenszufriedenheit und eine Zunahme der psychosozialen, körperlichen und materiellen Belastungen.
    - **Niedrigschwellige Maßnahmen für die allgemeine Bevölkerung sind sinnvoll.**
    - **Diese müssen beworben werden, damit eine Vielzahl der Familien erreicht werden kann.**
  - Bei Menschen aus fragileren bzw. vorbelasteten Gruppen ist allerdings das Risiko erhöht Angststörungen, Depressivität, Verschlechterung des Gesundheitszustandes, Risikoverhalten entwickelt zu haben. (Bei Kindern: Entwicklungsstörungen, markante Lerndefizite).
    - **Diese Fälle sollten möglichst identifiziert und an spezialisierte Angebote vermittelt werden.**
  - Jenseits der Risikogruppen ist es wichtig, besondere individuelle Bedarfe zu identifizieren und adressieren.
- Erweiterung der Zielgruppe für Präventionsangebote und allgemeine Förderangebote aber auch für die spezialisierten Interventionen

# Folgen der Pandemie für die Familienerholung

- Die traditionellen Zielgruppen der Familienerholung sind stärker belastet als vor der Pandemie
  - Dank der Corona-Auszeit für Familien können mehr belastete Familien sich einen Aufenthalt in der Familienerholung leisten
    - Der Anteil der Gästen mit starken Belastungen hat zugenommen
    - Die Personalressourcen sind gleich geblieben oder zurückgegangen
- **Risiko der Überforderung für das Personal**
- **Für einige Gäste reicht die Zeit in der Familienerholung nicht aus, um ihre Probleme zu überwinden**
- Unklar, ob die FE als Fuß in der Tür wirkt und zur Nutzung anderer Angebote im Sozialraum anregt
  - Eine Weitervermittlung ist für Fachkräfte der Familienerholung in der Regel nicht möglich (geringe Zeitressourcen, Gäste reisen bundesweit an...)

# Meine Wünsche an die Familienförderung

- Eltern haben viel geleistet: sie brauchen Anerkennung aber auch Sensibilisierung zur Selbstsorge
  - **Kinderförderung über Elternförderung**
  - **Stress und Überforderung nicht als persönliches Versagen zu sehen**
- Informationsangebote und Infomaterial für Eltern, vor allem in Kitas, Familienzentren, Schulen und Arztpraxen zur Verfügung stellen (Migrantenselbstorganisationen miteinbeziehen)
  - **Schwerpunkte:**
    - Anzeichen von Stress und Belastungen (bei sich und den Kindern) erkennen
    - Umgang mit Stress verbessern
    - Information über Beratungs- und Hilfsangebote
    - Elterntrainings
    - Sensibilisierung über Partnerschaftstrainings
    - Gesundheitsförderung

# Danke für die Aufmerksamkeit!

Kontakt: [castiglioni@dji.de](mailto:castiglioni@dji.de)