



Karin Esch, Stefanie Kobben

## **Yes-Day**

Wie Kinderbeteiligung im Alltag gelingt

## Impressum

awo lifebalance GmbH  
Eastend-Tower  
Otto-Brenner-Straße 245, 33604 Bielefeld  
Fon 0800 296 2000 (kostenlos)  
Fax 0180 1296 329 (zum Ortstarif)  
Geschäftsführerin: Karin Esch

E-Mail: [info@awo-lifebalance.de](mailto:info@awo-lifebalance.de)  
[www.awo-lifebalance.de](http://www.awo-lifebalance.de)

Text und Konzept: Karin Esch, Stefanie Kobben  
Layout: Daniel Labidi  
Bildquelle: ©iStockphoto.com: FC Trade Latin; FatCamera; romrodinka; sibway;  
MixMedia; vvmich; Good\_Stock

©awo lifebalance GmbH, Mai 2024

## Inhalt

1	Einleitung	S. 4
2	Kinderbeteiligung – was ist das?	S. 5
3	UN-Kinderrechtskonvention: Erklärung und Rechte der Kinder	S. 6
4	Grundsätze der Demokratie und wie sie für Kinder verständlich gemacht werden können	S. 8
5	Kinderbeteiligung in der Familie	S. 9
6	Praktische Beispiele und Methoden, wie Kinder in Entscheidungen einbezogen werden können	S. 10
7	„Yes-Day“: Einfach mal Ja sagen	S. 11
8	Die herausfordernde Rolle der Eltern in der Förderung von Kinderbeteiligung	S. 12
9	Herausforderungen und Lösungsansätze für die Kinderbeteiligung	S. 13
10	So können EAP-Dienstleistungen unterstützen	S. 17
11	Fazit	S. 19

# 1 Einleitung

Kinder an den sie betreffenden Entscheidungsprozessen zu beteiligen, ist entscheidend für ihre persönliche Entwicklung. Sie lernen dadurch nicht nur, ihre eigenen Interessen und Bedürfnisse auszudrücken, Verantwortung zu übernehmen und die Perspektiven anderer zu respektieren. Diese Form der Beteiligung fördert auch wichtige demokratische Werte wie Mitbestimmung, Gleichberechtigung und Verantwortungsbewusstsein.

In diesem Infodossier lesen Sie, wie Sie demokratische Prinzipien in das tägliche Leben von Kindern integrieren können, insbesondere innerhalb der Familie. Anhand konkreter Beispiele und praxisnaher Methoden illustrieren wir, wie Kinder aktiv in Entscheidungsprozesse eingebunden werden können. Das Info-Dossier richtet sich an Eltern, Betreuungspersonen und alle, die daran interessiert sind, die Beteiligung von Kindern zu fördern und sie zu verantwortungsvollen und selbstbewussten Individuen zu erziehen.



# 2 Kinderbeteiligung – was ist das?

**Am 1. Juni feiern wir den Internationalen Tag des Kindes. Er dient als Anlass, um auf spezifische Themen wie Bildung, Gesundheit, Schutz vor Gewalt und Ausbeutung aufmerksam zu machen. Dieser Tag ermutigt Regierungen, Organisationen und Einzelpersonen, aktiv Maßnahmen zur Verbesserung der Situation von Kindern zu ergreifen.**

Kinder benötigen nicht nur Schutz und Fürsorge, sondern haben auch ein Recht auf Mitbeteiligung und Mitbestimmung. Sie sollen aktiv an Entscheidungsprozessen teilnehmen dürfen, die ihr Leben betreffen. Dies kann in der Familie, in Bildungseinrichtungen (z. B. durch Kinderparlamente oder Kinderkonferenzen in Kitas) oder in der Gemeinde geschehen. Kinderbeteiligung ist mehr als nur das Anhören von Kindermeinungen. Es geht darum, Kindern echte Einflussmöglichkeiten und Verantwortungen zu geben. Diese Beteiligung ist entscheidend für die persönliche Entwicklung der Kinder, da sie dadurch lernen, ihre eigenen Interessen und Bedürfnisse auszudrücken, Verantwortung zu übernehmen und die Perspektiven anderer zu respektieren. Dies sind gleichzeitig zutiefst demokratische Werte. Kinderbeteiligung und Demokratie sind also zwei eng miteinander verbundene Konzepte, die in der Erziehung und Bildung von Kindern eine zentrale Rolle spielen.

**Es ist essentiell, dass Kinder schon früh ein Verständnis für demokratische Prinzipien entwickeln und lernen, wie sie diese in ihrem täglichen Leben anwenden können. Die Vermittlung demokratischer Werte an Kinder ist ein wichtiger Schritt, um sie zu verantwortungsbewussten und engagierten Bürger\*innen zu erziehen.**



### 3 UN-Kinderrechtskonvention: Erklärung und Rechte der Kinder

**Die UN-Kinderrechtskonvention (KRK) ist ein internationales Abkommen, das die Rechte von Kindern weltweit schützt und fördert. Sie wurde am 20. November 1989 von der Generalversammlung der Vereinten Nationen verabschiedet und trat am 2. September 1990 in Kraft. Die Konvention wurde von fast allen Staaten der Welt ratifiziert, was sie zum am weitesten akzeptierten Menschenrechtsinstrument macht.**

Die Kinderrechtskonvention umfasst insgesamt 54 Artikel, die eine breite Palette von Rechten abdecken, die Kindern unabhängig von ihrer Herkunft, ihrem Geschlecht, ihrer Religion oder ihrem sozialen Status zustehen. Zu den wichtigsten Rechten gehören:

- **Recht auf Überleben und Entwicklung (Artikel 6):** Kinder haben das Recht auf Leben, Überleben und eine bestmögliche Entwicklung.
- **Recht auf Schutz vor Diskriminierung (Artikel 2):** Kein Kind darf aufgrund seiner Rasse, Hautfarbe, Geschlechtszugehörigkeit, Sprache, Religion, politischen oder anderen Anschauungen, nationalen, ethnischen oder sozialen Herkunft diskriminiert werden. Das gleiche gilt für seine Vermögensverhältnisse, eine Behinderung sowie den Geburts- oder sonstigen Status.
- **Recht auf Berücksichtigung des Kindeswohls (Artikel 3):** Bei allen Maßnahmen, die Kinder betreffen, muss das Wohl des Kindes vorrangig berücksichtigt werden.
- **Recht auf Meinungsäußerung und Beteiligung (Artikel 12):** Kinder haben das Recht, ihre Meinung in allen sie betreffenden Angelegenheiten frei zu äußern, und diese Meinung muss angemessen berücksichtigt werden.
- **Recht auf Identität (Artikel 8):** Kinder haben das Recht auf eine Identität, einschließlich Nationalität, Namen und familiärer Beziehungen.
- **Recht auf Bildung (Artikel 28):** Kinder haben das Recht auf Bildung, und der Staat muss dafür sorgen, dass Grundschulbildung kostenlos und für alle zugänglich ist.
- **Recht auf Gesundheit (Artikel 24):** Kinder haben das Recht auf das erreichbare Höchstmaß an Gesundheit und auf Zugang zu Gesundheitsdiensten.

- **Recht auf Schutz vor Gewalt (Artikel 19):** Kinder haben das Recht auf Schutz vor jeder Form von physischer oder psychischer Gewalt, Ausbeutung, Vernachlässigung und Misshandlung.
- **Recht auf Freizeit, Spiel und Erholung (Artikel 31):** Kinder haben das Recht auf Ruhe und Freizeit, auf Spiel und altersgemäße aktive Erholung sowie auf freie Teilnahme am kulturellen und künstlerischen Leben.

Die Konvention fordert die Staaten auf, diese Rechte durch geeignete gesetzgeberische, administrative und andere Maßnahmen umzusetzen. Durch die Ratifizierung der UN-Kinderrechtskonvention verpflichten sich die Staaten, die Rechte der Kinder zu achten, zu schützen und zu fördern und die Lebensbedingungen von Kindern kontinuierlich zu verbessern.



### 3 Grundsätze der Demokratie und wie sie für Kinder verständlich gemacht werden können

Die Demokratie als politische Struktur und Gesellschaftsprinzip basiert auf den Prinzipien der Mitbestimmung, Gleichberechtigung und Freiheit aller Menschen. Es gilt das Mehrheitsprinzip – die Mehrheit entscheidet, was getan wird. Demokratie ist dabei nicht frei von Machtpositionen. Gleichzeitig genießen Minderheiten einen besonderen Schutz.

Diese Grundsätze können Kindern durch altersgerechte Methoden und Beispiele vermittelt werden:

- **Mitbestimmung:** Kinder können lernen, was Mitbestimmung bedeutet, indem sie in Familienentscheidungen einbezogen werden, wie zum Beispiel die Planung von Aktivitäten oder die Gestaltung ihres eigenen Zimmers.
- **Gleichberechtigung:** Kinder sollten erfahren, dass ihre Meinungen und Wünsche genauso wichtig sind wie die der Erwachsenen. Dies kann durch regelmäßige Familiengespräche oder Klassenratssitzungen in der Schule geschehen.
- **Freiheit:** Kinder sollten die Freiheit haben, ihre Meinungen zu äußern und ihre Interessen zu verfolgen, solange sie die Rechte und Freiheiten anderer respektieren. Dies kann durch die Förderung von Hobbys und Interessen oder durch die Unterstützung bei der Lösung von Konflikten geschehen.

Mitbestimmung und Mitbeteiligung – von Kindern innerhalb ihrer Familie genauso wie von Erwachsenen innerhalb unseres demokratischen Systems – bedeutet aber auch, dass wir alle nicht nur Rechte, sondern auch Pflichten haben. Demokratie heißt nicht, dass jede\*r macht, was sie oder er will. Es gilt, sich auf eine bestimmte, am Gemeinwohl orientierte Art und Weise zu verhalten – und der Rahmen dafür ist auf allen Ebenen des gesellschaftlichen und politischen Lebens bis hinein in die Familien stetig zu verhandeln und anzupassen.



### 4 Kinderbeteiligung in der Familie

Die Förderung demokratischer Werte kann bereits im familiären Umfeld beginnen. Altersgerecht gestaltet, gibt es je nach Entwicklungsstand und Alter der Kinder verschiedene Ansätze, um Demokratie im Alltag zu leben:

- **Kleinkinder (0–3 Jahre):** In diesem Alter geht es vor allem darum, erste Schritte in Richtung Mitbestimmung zu ermöglichen. Kleinkinder können einfache Entscheidungen treffen, wie die Auswahl von Spielzeug oder bestimmte Aktivitäten. Dies stärkt ihr Selbstbewusstsein und ihre Fähigkeit, eigene Wünsche zu äußern.
- **Vorschulkinder (3–6 Jahre):** Vorschulkinder können zunehmend komplexere Entscheidungen treffen. Sie können zum Beispiel bei der Planung von Familienaktivitäten mitentscheiden oder kleine Aufgaben im Haushalt übernehmen. Dies fördert ihre Verantwortungsbereitschaft und ihr Verständnis für die Konsequenzen von Entscheidungen.
- **Schulkinder (6–12 Jahre):** Schulkinder können aktiv in Familienbesprechungen einbezogen werden. So lernen sie, ihre Meinungen zu vertreten und Kompromisse zu finden. In diesem Alter können Kinder auch eigene Projekte oder Aufgaben übernehmen, die sie selbstständig planen und durchführen.
- **Jugendliche (12+ Jahre):** Jugendliche sollten in allen wesentlichen Familienentscheidungen beteiligt werden. Sie können Diskussionen initiieren und an der Lösung von Problemen aktiv mitwirken. Dies bereitet sie auf die Teilnahme an größeren gesellschaftlichen Entscheidungsprozessen vor.



## 5 Praktische Beispiele und Methoden, wie Kinder in Entscheidungen einbezogen werden können

- **Familienrat:** Regelmäßige Treffen, bei denen alle Familienmitglieder ihre Anliegen und Ideen vorbringen können. Hier lernen Kinder, wie man diskutiert, Kompromisse findet und gemeinsam Lösungen erarbeitet.
- **Abstimmungen:** Bei kleineren Entscheidungen, wie der Wahl des Abendessens oder der Auswahl eines Films, können Abstimmungen durchgeführt werden. So erfahren Kinder, wie Mehrheitsentscheidungen funktionieren.
- **Verantwortungsbereiche:** Kinder übernehmen bestimmte Verantwortungsbereiche, wie die Pflege eines Haustiers oder das Planen eines Familienausflugs. Dies stärkt ihr Verantwortungsgefühl und ihre organisatorischen Fähigkeiten.
- **Diskussionen und Reflexion:** Offene Diskussionen über aktuelle Ereignisse oder familiäre Themen fördern das kritische Denken und die Meinungsbildung der Kinder. Es ist wichtig, dass Kinder lernen, ihre Gedanken zu artikulieren und auch die Perspektiven anderer zu verstehen.



## 6 „Yes-Day“: Einfach mal Ja sagen

**Ein Yes-Day bedeutet Ja-sagen für einen Tag zu (fast) allen Fragen und Bitten der Kinder. Natürlich sollte dies in einem sicheren und realistischen Rahmen stattfinden. Eltern müssen keine riesigen Geschenke kaufen oder einen Spaziergang auf der Schnellstraße erlauben. Diese grundlegenden Regeln gilt es im Vorhinein klar zu kommunizieren.**

Der Yes-Day soll zu mehr Verständnis untereinander führen und den Kindern das Gefühl geben, dass ihre Meinung auch zählt. Fragen wie ...

- Warum kann ich nicht mit dem Bus zur Kita fahren, nur weil die Fahrt dann 30 Minuten dauert statt 10?
- Warum darf ich mich nicht in die Pfütze legen?
- Warum soll ich den Regenwurm nicht mit nach drinnen nehmen?
- Warum zünden wir im Sommer keine Wunderkerzen an?
- Warum essen wir nicht jeden Tag Waffeln zum Abendessen?

... werden im Alltag oft mit Nein beantwortet, mal aus Stress oder weil sie für Erwachsene auf den ersten Blick keinen Sinn machen. Wer sich aber aktiv dafür entscheidet, heute mal „Ja“ zu den Kinderwünschen zu sagen, merkt schnell, dass man als Familie entspannter und vielleicht auch mit viel Spaß und neuen Erfahrungen miteinander und der Umwelt durch den Tag kommt. Außerdem lernen die Kinder auch die Gründe ihrer Eltern kennen und verstehen vielleicht, warum es nicht jeden Abend Waffeln geben kann.

Durch diese altersgerechten Ansätze und praktischen Methoden können Kinder schon früh demokratische Werte erleben und lernen, wie wichtig ihre Stimme und ihr Engagement sind. Dies legt den Grundstein für eine verantwortungsbewusste und partizipative Lebensweise.

## 7 Die herausfordernde Rolle der Eltern in der Förderung von Kinderbeteiligung

Eltern stehen vor der Herausforderung, eine Balance zwischen Führung und Beteiligung ihrer Kinder im Alltag zu finden. In Kitas sind Konzepte wie Kinderparlamente und Kinderkonferenzen mittlerweile weit verbreitet und fördern die Mitbestimmung von Kindern. Doch im familiären Umfeld geht es darum, wie man tatsächliche Augenhöhe im täglichen Leben herstellt. Eltern müssen ihre Rolle klar verstehen und gleichzeitig Raum für die Beteiligung ihrer Kinder schaffen, um ein gesundes Machtgefüge zu etablieren.

Eltern haben in der Familie eine ganz andere, oft komplexere Rolle als ihre Kinder. Sie tragen die Verantwortung für die Erziehung und das Wohlbefinden ihrer Kinder und müssen deshalb klare Entscheidungen treffen und Richtungen vorgeben. Diese Führungsaufgabe kann manchmal im Widerspruch zur demokratischen Beteiligung der Kinder stehen. Viele Eltern fürchten, sich durch zu strenge Entscheidungen unbeliebt zu machen, insbesondere wenn es sich um Kinder aus Trennungsfamilien handelt. Diese Angst kann dazu führen, dass sie zögern, notwendige Grenzen zu setzen oder Entscheidungen zu treffen, die für das Wohl des Kindes wichtig sind.

Ein gesundes Machtgefüge innerhalb der Familie erfordert, dass Eltern ihre Rolle als Führungsfiguren akzeptieren und verstehen, wie sie diese Verantwortung wahrnehmen können, ohne die demokratischen Werte zu untergraben. Es ist entscheidend, dass Eltern den Kindern erklären, warum bestimmte Entscheidungen getroffen werden und ihnen gleichzeitig Raum geben, ihre eigenen Meinungen und Wünsche zu äußern. Ein solcher Ansatz hilft Kindern, die Notwendigkeit von Regeln und Strukturen zu verstehen, während sie gleichzeitig die Erfahrung machen, dass ihre Stimme zählt. Wenn Eltern ihre Rolle nicht richtig verstehen oder aus Angst vor Unbeliebtheit auf notwendige Führung verzichten, besteht das Risiko, dass Kinder ein verzerrtes Bild von Demokratie und Verantwortung entwickeln.

## 8 Herausforderungen und Lösungsansätze für die Kinderbeteiligung

Die Umsetzung von Kinderbeteiligung im Alltag stellt Eltern und Betreuungspersonen vor verschiedene Herausforderungen. Ein häufiges Hindernis ist der Zeitmangel. In einem hektischen Alltag fällt es oft schwer, zusätzliche Zeit für Diskussionen und gemeinsame Entscheidungsprozesse einzuplanen. Ein Beispiel dafür ist der morgendliche gleichzeitige Aufbruch der Familienmitglieder zu Kita, Schule oder Arbeitsplatz. Wenn dann auf einmal Unstimmigkeiten über die Auswahl der anzuziehenden Kleidungsstücke, die **Notwendigkeit von warmer Kleidung oder falsch gebundene Schnürsenkel auftauchen, kann es schnell hektisch werden.**

Auch haben viele Erwachsene Bedenken, dass Kinder nicht die nötige Reife oder das Verständnis für bestimmte Entscheidungen haben und daher überfordert sein könnten. Deshalb entscheiden sie über deren Köpfe hinweg.

Ein weiteres Hindernis ist die Angst der Eltern, Autorität zu verlieren oder sich unbeliebt zu machen, besonders in Situationen, in denen Disziplin erforderlich ist. Dies kann dazu führen, dass Eltern entweder zu autoritär oder zu nachgiebig werden, was das Gleichgewicht zwischen Führung und Beteiligung stört. Zudem gibt es kulturelle und traditionelle Vorstellungen, die der Kinderbeteiligung entgegenstehen. In manchen Familien wird erwartet, dass Kinder gehorsam sind und nicht in die Entscheidungen der Erwachsenen eingreifen.





## Praktische Tipps und Lösungsansätze zur Überwindung dieser Hindernisse

- **Zeitmanagement:** Eltern können feste Zeiten für Familienbesprechungen oder gemeinsame Entscheidungsprozesse einplanen. Diese regelmäßigen Treffen bieten einen strukturierten Rahmen und signalisieren den Kindern, dass ihre Meinung wichtig ist.
- **Altersgerechte Beteiligung:** Es ist wichtig, dass Kinder entsprechend ihres Alters und ihrer Reife einbezogen werden. Kleinere Kinder können bei einfacheren Entscheidungen helfen, während ältere Kinder und Jugendliche in komplexere Entscheidungsprozesse eingebunden werden können (s. Abschnitt 4 dieses Info-Dossiers). Dies verhindert Überforderung und stärkt das Selbstbewusstsein der Kinder.
- **Kommunikation und Transparenz:** Eltern sollten offen über ihre Entscheidungsprozesse kommunizieren und den Kindern die Gründe für bestimmte Entscheidungen erklären. Dies fördert das Verständnis und die Akzeptanz der Kinder und zeigt ihnen, dass ihre Eltern verantwortungsbewusst handeln.
- **Klare Rollenverteilung:** Eltern sollten ihre Rolle als Führungspersonen klar definieren und gleichzeitig den Kindern Raum für Mitbestimmung geben. Dies kann durch eine klare Rollenverteilung und die Festlegung von Verantwortungsbereichen erreicht werden.
- **Kulturelle Sensibilität:** Alles gelingt leichter, wenn sich Eltern der kulturellen und traditionellen Einflüsse bewusst sind, die Kinderbeteiligung behindern könnten, und nach Wegen suchen, diese in Einklang mit modernen pädagogischen Ansätzen zu bringen.
- **Fortbildung und Unterstützung:** Eltern und Betreuungspersonen können von Fortbildungen und Workshops profitieren, die Strategien zur Förderung von Kinderbeteiligung vermitteln. Der Austausch mit anderen Eltern und Expert\*innen (wie bspw. EAP-Dienstleistern) kann ebenfalls wertvolle Unterstützung bieten.

Durch die Anwendung dieser Tipps und Ansätze können Eltern und Betreuungspersonen die Herausforderungen der Kinderbeteiligung meistern und ein demokratisches und respektvolles Miteinander fördern. So wird Kindern die Möglichkeit gegeben, aktiv an ihrem Umfeld teilzuhaben und wichtige soziale Kompetenzen zu entwickeln.

## Beispiele aus dem Familienalltag

**„Du ziehst jetzt einen Schal an, Ende der Diskussion! Und beeil dich endlich, sonst schaffen wir es nicht rechtzeitig!“**

Ein häufiges Szenario in vielen Familien ist der morgendliche Stress, wenn Kinder sich nicht schnell genug anziehen wollen. In solchen Situationen können Eltern versuchen, den Prozess durch Beteiligung und Motivation zu erleichtern. Eine Möglichkeit ist, abends gemeinsam mit den Kindern die Kleidung für den nächsten Tag auszuwählen. Dies gibt den Kindern ein Gefühl der Mitbestimmung und reduziert die Entscheidungszeit am Morgen. Eltern können außerdem spielerische Elemente einführen, wie zum Beispiel ein „Anzieh-Wettrennen“ gegen die Uhr, bei dem die Kinder versuchen, sich innerhalb einer bestimmten Zeit anzuziehen. Lob und kleine Belohnungen für das Einhalten der Zeit können zusätzlich motivieren. Wichtig ist auch, morgens genügend Zeit einzuplanen, um Hektik zu vermeiden und den Kindern die Möglichkeit zu geben, sich in ihrem eigenen Tempo anzuziehen.

**„Mama, ich hab Durst!“**

Ein weiterer Schritt zur Förderung der Selbstständigkeit und Mitbestimmung ist die Anpassung der häuslichen Umgebung an die Bedürfnisse der Kinder. „Mama, ich hab Durst!“, bedeutet nicht zwangsläufig, dass Mütter oder Väter nun herbeieilen und Getränke bereitstellen müssen. Auch kleinere Kinder sind schon in der Lage, sich selbst Wasser einzuschenken.

Eltern können dies erleichtern, indem sie die Küche entsprechend einrichten und beispielsweise Gläser und Getränke in Reichweite der Kinder aufbewahren wie etwa auf einer niedrigen Ablage oder in den unteren Fächern eines Regals. Eltern können zudem darauf achten, dass die Gläser nicht zu schwer oder zerbrechlich sind, um das Risiko von Unfällen zu minimieren. Durch diese Anpassungen fördern Eltern die Selbstständigkeit ihrer Kinder und entlasten sich gleichzeitig selbst im Alltag.



### „Ich will in den Sommerferien aber ans Meer!“

Urlaubsplanung bietet eine hervorragende Gelegenheit, demokratische Prinzipien in der Familie zu leben. Wenn die Wünsche der Kinder und Eltern auseinandergehen, ist es wichtig, diese Unterschiede offen zu diskutieren. Eltern können einen Familienrat einberufen, bei dem alle ihre Wünsche und Vorstellungen äußern dürfen. Gemeinsam kann man dann nach Kompromissen suchen, die die Bedürfnisse aller berücksichtigen. Eine Möglichkeit könnte sein, verschiedene Aktivitäten oder Ziele miteinander zu kombinieren. Beispielsweise könnte ein Teil des Urlaubs den Wünschen der Eltern entsprechen, während ein anderer Teil kindgerechte Aktivitäten umfasst. Eine Abstimmung innerhalb der Familie kann ebenfalls helfen, eine faire Entscheidung zu treffen. Durch solche Diskussionen lernen Kinder, dass ihre Meinungen zählen, aber auch, dass Kompromisse notwendig sind, um die Bedürfnisse aller Familienmitglieder zu berücksichtigen.

## 8 So können EAP-Dienstleistungen unterstützen

**EAP-Dienstleistungen (Employee Assistance Programs)** können Eltern bei der Umsetzung von Kinderbeteiligung und der Förderung demokratischer Werte in der Familie wertvolle Unterstützung leisten.

Diese Programme bieten oft **Lebenslagencoaching, Beratungsdienste, Workshops und andere Ressourcen**, die Eltern helfen, effektive Kommunikationsstrategien und Erziehungsmethoden zu entwickeln. Durch individuelle Beratung können Eltern lernen, wie sie ihre Rolle als Führungspersonen klar definieren und gleichzeitig Raum für die Mitbestimmung ihrer Kinder schaffen.

**Workshops und Schulungen** bieten praxisnahe Tipps und Techniken, um alltägliche Herausforderungen zu meistern, wie zum Beispiel morgendlichen Stress oder die Beteiligung der Kinder an Haushaltsaufgaben. Zusätzlich können EAPs bei der Bewältigung von familiären Konflikten und der Suche nach gemeinsamen Lösungen für unterschiedliche Bedürfnisse, wie etwa bei der Urlaubsplanung, unterstützen. Durch die Nutzung von EAP-Dienstleistungen können Eltern nicht nur ihre Erziehungskompetenzen stärken, sondern auch ein harmonischeres und demokratischeres Familienleben fördern.



## Was sind Employee Assistance Programs?



**Employee Assistance Programs (EAP) bieten Beschäftigten eines Unternehmens und deren Angehörigen professionelle Beratung und Unterstützung bei gesundheitlichen, privaten, sozialen sowie arbeitsplatzbezogenen Anliegen. Meist ist damit ein externer Dienstleister beauftragt – das stellt Vertraulichkeit sicher und schützt die Privatsphäre der Mitarbeitenden.**

Wichtige Handlungsfelder der EAP-Dienstleistungen sind beispielsweise Kinderbetreuung (inkl. Ferienbetreuung, Kindernotfallbetreuung), Pflege von Angehörigen (inkl. Notfallbetreuung für pflegebedürftige Angehörige) und Lebenslagencoaching (Beratung in belastenden beruflichen und privaten Situationen sowie zu Gesundheitsfragen). Aber auch Fachvorträge und Seminare (z. B. als Inhouse-Veranstaltungen oder Online-Seminare) oder haushaltsunterstützende Dienstleistungen gehören dazu.

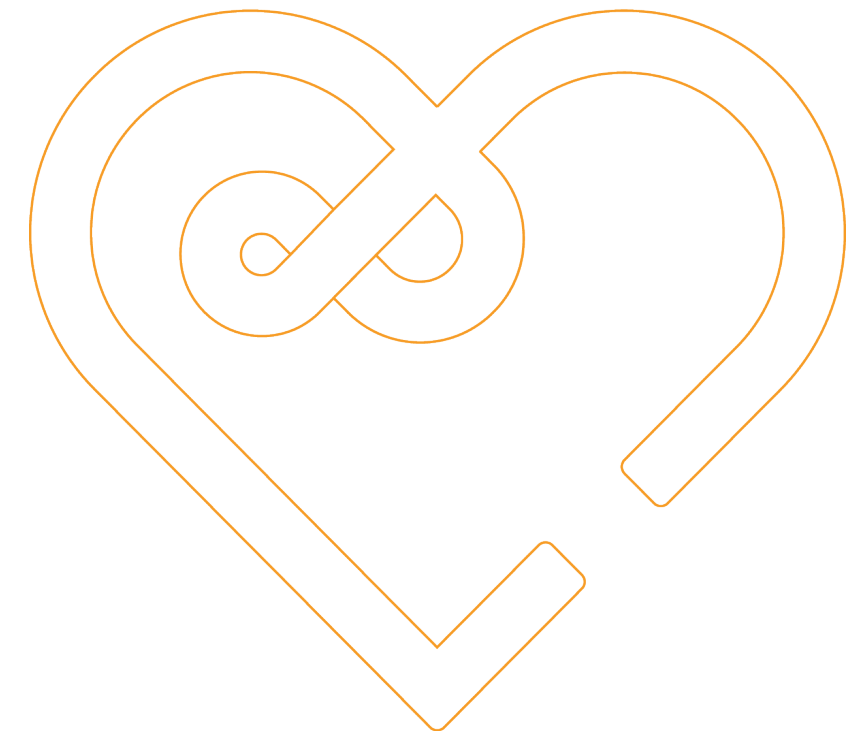
EAP-Dienstleistungen entlasten Beschäftigte nachhaltig, steigern deren Wohlbefinden und fördern eine gesunde Work-Life-Balance. Sie erhalten die Arbeitskraft der Mitarbeitenden und stärken deren Bindung an das Unternehmen – wer unterstützt wird, bleibt. Außerdem senken sie Fehlzeiten, Ausfallkosten und Unfallzahlen. EAP sind somit ein starkes Zeichen der Fürsorge eines Unternehmens für seine Mitarbeitenden und begleiten außerdem den Wandel von Organisationen: Aus Human Resources wird People & Culture.

## 9 Fazit

Kinderbeteiligung und die Vermittlung demokratischer Werte sind für die Entwicklung verantwortungsbewusster und selbstbewusster Individuen von zentraler Bedeutung. Indem Kinder in Entscheidungsprozesse eingebunden werden, lernen sie, ihre eigenen Interessen zu vertreten, Verantwortung zu übernehmen und die Perspektiven anderer zu respektieren. Diese Fähigkeiten sind grundlegend für das Leben in einer demokratischen Gesellschaft.

Durch altersgerechte Ansätze und praktische Methoden können Kinder bereits in jungen Jahren erfahren, wie bedeutend ihre Stimme und ihr Engagement sind. Von der morgendlichen Kleiderwahl über die selbstständige Organisation alltäglicher Aufgaben bis hin zur gemeinsamen Urlaubsplanung – es gibt zahlreiche Möglichkeiten, Kinder aktiv und auf Augenhöhe in Entscheidungen einzubeziehen.

Eltern stehen hierbei oft vor der Herausforderung, ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Führung und Beteiligung zu finden. Die Unterstützung durch EAP-Dienstleistungen kann dabei eine wertvolle Hilfe sein, indem sie Beratung, Workshops und Ressourcen zur Verfügung stellen, die Eltern und Erziehern helfen, ihre Erziehungskompetenzen zu stärken.





**Die awo lifebalance GmbH (gegründet 2006) ist eine sozial nachhaltige Dienstleisterin für Arbeitgeber\*innen, die ihre Mitarbeiter\*innen darin unterstützen, Leben und Beruf in Einklang zu bringen.**

Hierzu bieten wir Beratungs- und Vermittlungsdienstleistungen in den Bereichen der Kinderbetreuung und Pflege, der haushaltsnahen Dienstleistungen und des Lebenslagencoachings und der psychosozialen Beratung an. Weitere Betreuungsangebote wie betriebliche Ferienbetreuung vor Ort (Ferienspiele), Online-Ferien-Beschäftigung, Inhouse-Kinderbetreuung bei Fortbildungen, Veranstaltungen und Kongressen sowie betrieblich unterstützte Kindernotfallbetreuung ergänzen unser Angebot zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben. Unsere awo lifebalance Academy rundet unser Angebot mit Online-Seminaren zu verschiedenen Themenbereichen ab.

Eigentümer der awo lifebalance GmbH sind die 30 Bezirks- und Landesverbände und der Bundesverband der Arbeiterwohlfahrt (AWO) Deutschland. Zu unseren Kunden zählen neben zahlreichen AWO Gliederungen vornehmlich große und mittelständische Unternehmen, (Bundes-)Behörden und DAX-40-Konzerne. Insgesamt sind wir Servicedienstleisterin für über eine Million Mitarbeiter\*innen unserer Kund\*innen.



**awo lifebalance GmbH**

Eastend-Tower

Otto-Brenner-Str. 245 · 33604 Bielefeld

Tel.: 0800 296 2000 (kostenlos)

Fax: 0180 129 6329 (Ortstarif)

E-Mail: [info@awo-lifebalance.de](mailto:info@awo-lifebalance.de)

**[www.awo-lifebalance.de](http://www.awo-lifebalance.de)**