



# PRESSEKONFERENZ

## Kinder brauchen Beziehung Über sommerliche Verbindungsmomente

**Mittwoch, 17. Juli 2024**

### **Gesprächspartnerinnen:**

**Mag.<sup>a</sup> Christine Winkler-Kirchberger**, Kinder- und Jugendanwältin des Landes  
OÖ

**Mag.<sup>a</sup> Silvia Breitwieser**, Leiterin TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142

**Mag.<sup>a</sup> Barbara Lanzerstorfer-Holzner**, Referentin TelefonSeelsorge OÖ –  
Notruf 142

## Das Recht auf Fürsorge, Beziehung und bestmögliche Entwicklung

Das zentrale Anliegen der weisungsfreien Kinder- und Jugendanwaltschaft des Landes OÖ (KiJA OÖ) ist die Stärkung von jungen Menschen auf Basis der Kinderrechtskonvention der Vereinten Nationen (UN-KRK). Kinder haben ein Recht auf Fürsorge und bestmögliche Entwicklung, welches von entscheidender Bedeutung für ihre soziale Entwicklung, Sicherheit und ein gesundes Aufwachsen ist. Kinder brauchen verlässliche, empathische Bezugspersonen, um Vertrauen in sich selbst und ihre Umwelt zu entwickeln.

Alle kinderrechtlichen Grundlagen betonen dabei die zentrale Rolle der Eltern und Familien: Sie vermitteln Kindern erste Erfahrungen für ein respektvolles Miteinander. Ein liebevolles Familienklima, in dem Kinder wertgeschätzt werden, ihnen Freiräume zugestanden und klare Grenzen gesetzt werden, wirkt sich positiv auf ihre Entwicklung aus. Eltern müssen bei dieser verantwortungsvollen Aufgabe unterstützt werden. Aber auch Gesellschaft und Staat stehen den Kindern gegenüber in der Pflicht.



© KiJA OÖ / Publikation „Damit es mir gut geht“: Was Kinder brauchen

## Was macht die Kinder- und Jugendanwaltschaft?

Die kinderrechtliche Beratung für junge Menschen und erwachsene Bezugspersonen ist ein zentraler Aufgabenbereich. Diese individuellen Hilfeleistungen sind kostenlos und vertraulich, auf Wunsch können sie auch anonym in Anspruch genommen werden. Jährlich finden rund 5.000 psychosoziale und juristische Beratungen (persönlich, telefonisch, per E-Mail oder WhatsApp) statt. Neben dem Themenbereich Mobbing und Gewalt an Schulen und im Netz geht es sehr häufig um familiäre Herausforderungen, wie etwa Überforderung und Gewalt in der Erziehung sowie Fragen rund um Trennung oder Scheidung der Eltern.

Das Monitoring der Situation von Kindern und ihren Rechten sowie Pilotprojekte zu deren Verbesserung zählen ebenso zur kinderanwaltlichen Tätigkeit wie die Abgabe von Empfehlungen gegenüber Politik und sonstigen Entscheidungsträger\*innen. Bewährte Rechtsinstrumente, wie etwa die Prozessbegleitung in Strafverfahren für Opfer von Gewalt oder der Kinderbeistand in Obsorge- und Kontaktrechtsverfahren, gehen auf Initiativen der Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs zurück.

Einen großen Stellenwert nehmen präventive Angebote ein, von Workshops an Schulen und Kindergärten über pädagogische Theaterstücke bis hin zu Elternabenden. Ergänzt wird das Leistungsspektrum durch vielfältige Informationsmaterialien für alle Zielgruppen.

## **Beziehung ist ein Kinderrecht**

Neben der UN-KRK und dem österreichischen Bundesverfassungsgesetz über die Rechte von Kindern, die den Vorrang des Kindeswohls als Maxime betonen, findet sich in § 138 ABGB eine ausführliche Definition des „Kindeswohls“. Hier sind explizit Kriterien festgelegt, die für das Wohlergehen von Kindern essenziell sind, wie etwa Fürsorge und Geborgenheit in der Familie, die Vermeidung der Gefahr für das Kind, Gewalt zu erleiden oder an wichtigen Bezugspersonen mitzuerleben, verlässliche Kontakte zu beiden Elternteilen und wichtigen Bezugspersonen sowie sichere Bindungen zu diesen Personen und die Vermeidung von Loyalitätskonflikten und Schuldgefühlen des Kindes.

Im Zuge der Beratungstätigkeit zeigt sich, dass es immer mehr Kinder und Jugendliche gibt, die den täglichen Herausforderungen in der Schule oder Arbeit nicht gewachsen sind, die wenig soziale Kontakte haben und ihre Freizeit alleine oder hauptsächlich mit digitalen Medien verbringen. Oftmals fehlt das familiäre und soziale Netz, um sie in schwierigen Lebenssituationen aufzufangen. Nicht selten sind es auch finanzielle Engpässe in den Familien, die den Kindern und Jugendlichen eine aktive Freizeitgestaltung und eine Teilhabe am gesellschaftlichen und kulturellen Leben erschweren oder unmöglich machen. Maßnahmen gegen die steigende Kinderarmut müssen daher höchste Priorität haben.

Im Rahmen des Projektes „MaMMut – Mach Mir Mut!“ vermittelt die KiJA OÖ ehrenamtliche Patinnen und Paten für Kinder und Jugendliche ab acht Jahren, die für sie da sind und ein offenes Ohr für ihre kleinen und großen Sorgen haben. Sie bieten den Kindern regelmäßige Kontakte und Zeit zum Reden, unternehmen gemeinsame Aktivitäten, sind Ansprechpersonen bei Problemen und Ängsten und unterstützen bei Bedarf in schulischen Belangen. Es handelt sich dabei um interessierte Erwachsene, die sich ehrenamtlich oder auch in Form eines Praktikums im Sozialbereich engagieren und vom Team der KiJA OÖ umfassend begleitet und beraten werden. Seit dem Projektstart vor rund 10 Jahren wurden 134 Patenschaften vermittelt.

## **Recht auf beide Eltern**

Verlässliche Kontakte des Kindes zu getrenntlebenden Elternteilen sind für das Kindeswohl unabdingbar. Etwa 5000 Kinder sind in Oberösterreich jährlich von einer Trennung oder Scheidung der Eltern betroffen. In dieser Situation brauchen sie besonders viel Zuwendung, emotionale Sicherheit und eine stabile Beziehung zu beiden Elternteilen. Eine gute Regelung der persönlichen Kontakte ist die unerlässliche Voraussetzung zur Vermeidung von Loyalitätskonflikten, die eine extreme Belastung für Kinder darstellen können.

Auch wenn man sich als Paar trennt, bleibt man auf Lebenszeit Mutter und Vater des gemeinsamen Kindes. Auf gesetzlicher Ebene hat sich in den letzten Jahren viel getan, um Eltern und Kinder in Trennungssituationen zu unterstützen und die Voraussetzungen für einen guten Neubeginn zu schaffen. Die Praxis bestätigt, dass frühzeitige Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten nachhaltige und alltagstaugliche Lösungen fördern. Bewährt hat sich z.B. die vor etwa 10 Jahren implementierte verpflichtende Beratung für Eltern vor einer einvernehmlichen Scheidung.

Der Gestaltung des Kontaktrechts in den Sommerferien kommt eine besondere Bedeutung zu. Häufig sind die Kontakte während des Schuljahres auf Wochenenden bzw. stundenweise Besuche beschränkt. Ein längerer Aufenthalt beim getrenntlebenden Elternteil im Sommer ist eine wertvolle Gelegenheit, um die Beziehung zu vertiefen, und sollte daher unbedingt rechtzeitig mit allen Beteiligten geplant werden.

### **Recht auf Schutz vor Gewalt**

Immer wieder sind Familien auch ein Ort, an dem Kinder Gewalt erleben. Jedes fünfte Kind ist davon betroffen. Gewalt spielt sich auf vielen Ebenen ab: Neben körperlicher Misshandlung zählen auch seelische Gewalt, emotionale, körperliche sowie erzieherische Vernachlässigung und sexuelle Gewalt dazu. Auch wenn Kinder und Jugendliche Gewalt zwischen ihren Eltern miterleben, hat das weitreichende Folgen für sie.

Kinder brauchen daher besonderen Schutz. Kinderrechte stärken Kinder und haben das Ziel, in Familie und Gesellschaft eine Atmosphäre gegenseitiger Achtung zu schaffen. Nur eine gewaltfreie Erziehung, die den Kindern mit Liebe und Respekt begegnet, macht sie stark und fördert ihre soziale Kompetenz.

### **Kinder- und Jugendanwaltschaft OÖ**

Mag.<sup>a</sup> Christine Winkler-Kirchberger

T: 0732 77 20-14001

Mobil: 0664 1808220

E-Mail: [kija@ooe.gv.at](mailto:kija@ooe.gv.at)

[www.kija-ooe.at](http://www.kija-ooe.at)





## Als Familie verbunden bleiben

In den letzten Wochen war die Frage „Und, wie macht ihr das mit den neun Wochen frei?“ in Elterngesprächen die wahrscheinlich meistgestellte.

In der Welt der Kinder und Jugendlichen klangen die Äußerungen über die anstehenden Sommerferien weitaus enthusiastischer, fast immer gepaart mit dem erleichterten Ausruf „Endlich frei!“

In den Sommermonaten prallen zwei Lebensrealitäten aufeinander: Hier die Eltern, selbst erholungsreif und mit der Kinderbetreuung gefordert bis überfordert. So gaben 58 Prozent der in der AK-Schulkostenstudie befragten Eltern an, dass sie die Organisation der Ferien ziemlich bis sehr belastend finden. Dort die Kinder und Jugendlichen, die sich auf Sommer, Sonne, Sonnenschein, Erholung, Zeit mit Familie und Freund:innen freuen.

Es gäbe also viel zu erzählen, es gäbe auf beiden Seiten Bedarf an Leichtigkeit, Lebenslust und Erholung – aber was passiert? Am See, im Freibad, beim Italiener oftmals dasselbe Bild: Eltern und Jugendliche wischen und tippen, kleinere Kinder starren aufs Tablet. Alle verbunden und doch voneinander abgekapselt.

## Familien benötigen Beziehung und Präsenz

Im Familienleben ist unter dem Jahr viel los und der Alltag massiv durchgetaktet. Die Verbindungsmomente, die so wichtig und wertvoll für die Beziehung zu unseren Kindern sind, kommen dabei oft zu kurz.

Am Beginn der Sommerferien ist folglich die Sehnsucht nach Erholung bei Eltern, Kindern und Jugendlichen groß. Erholung bedeutet auch, so sein zu können, wie man ist, sich nicht verstellen zu müssen, mit seinen Höhen und Tiefen angenommen zu werden, sich in der Familie aufgehoben und verbunden zu fühlen. Dies gilt für Eltern und Kindern. Wie können Eltern also in den kommenden Wochen gut für sich selbst und ihre Kinder sorgen und so das Familiengefüge durch Verbundenheit stärken?

Wir haben einige „**Verbindungs-Tipps**“ zusammengestellt:

- Kinder und Jugendliche wünschen sich Zeit mit Eltern, Zeit mit der Familie und Geborgenheit, weil sie dadurch Sicherheit und Halt bekommen. Gemeinsame Zeit ist deshalb von enormer Bedeutung.
- Auf das psychische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen, aber auch Eltern, können ganz einfache Dinge große Wirkung haben: ein regelmäßiger Tag-Nacht-Rhythmus, ausreichend Schlaf, ein strukturierter Alltag, Rituale wie gemeinsame Essenszeiten oder die Gute-Nacht-Geschichte, Bewegung, gesunde Ernährung, Sonnenlicht und frische Luft – zumindest einmal am Tag
- In den Sommerferien sollte der Fokus auf positive Aktivitäten und gemeinsame Erlebnisse gelegt werden. Planen Sie jeden Tag etwas ein, auf das Sie und Ihre



Kinder sich freuen können – etwas, das den Alltag unterbricht und die Stimmung steigert. Das kann alles Mögliche sein: Spiele, gutes Essen, Musik, Singen, Tanzen, Vorlesen, Malen, Ausflüge, Sport, Treffen mit Freund:innen, Freibad etc. Der gemeinsame Austausch ist dabei ein Faktor für gutes Gelingen: „Was macht meinem Kind Spaß? Was bereitet mir Freude? Sind die Wünsche vereinbar? Was wäre ein guter Kompromiss?“

- Aber: Sie sind nicht der/die Alleinunterhalter/in Ihrer Kinder. Langeweile ist sinnvoll und kann kreative Prozesse anstoßen. Machen Sie deutlich, dass es auch für Sie nicht verhandelbare Fixpunkte in der Freizeitgestaltung gibt. Es ist nicht nötig, rund um die Uhr alles gemeinsam zu unternehmen. Eltern brauchen zwischendurch Erholung.
- Versuchen Sie, ohne Bewertung und Kritik zu kommunizieren. Unangenehme Gefühle und negative Gedanken sollten ernst genommen und keinesfalls bagatellisiert werden. Wichtige Bausteine eines Gesprächs sind
  - die volle Aufmerksamkeit für Gesprächsinhalt und Gegenüber,
  - klare Aussagen, die korrekt und verbindlich sind,
  - von sich und den eigenen Gefühlen sprechen, für sich selbst sprechen,
  - zu gemachten Aussagen und getroffenen Vereinbarungen stehen und
  - das Verhalten des/der anderen im Zweifelsfall positiv interpretieren; dem Gegenüber Neugier, Offenheit und Respekt entgegenbringen.
- Kinder und Jugendliche sollten in den Ferien nicht mehr Zeit vor dem Fernseher, am Smartphone oder bei Computerspielen verbringen als sonst. Eine gute Balance zwischen der Zeit vor dem Computer und dem Kontakt mit „der realen Welt da draußen“ ist essenziell. Vereinbaren Sie Offline-Zeiten, die für die gesamte Familie gültig sind, zeigen Sie Interesse an den medialen Aktivitäten Ihrer Kinder und kommen Sie über Ihrer aller Mediennutzung ins Gespräch. Leben Sie vor, wie ein vernünftiger und gesunder Umgang mit Smartphone und Co aussieht.
- Reflektieren Sie Ihren eigenen Umgang mit Smartphone und Social Media: Überlegen Sie vor allem, ob es Bereiche im Wohnraum und bestimmte Zeiten gibt, die Sie zumindest eine Zeit lang "gerätefrei" machen können. Bei den Mahlzeiten sollten die Geräte unbedingt weggelegt werden. Laut einer aktuellen, amerikanischen Studie nutzten Kinder im Schnitt mehr Handys, Tablets, Fernseher und Computer, wenn die Familienmitglieder bei den Mahlzeiten auf Bildschirme schauen. Einen großen Einfluss auf die Bildschirmzeit hatte auch, ob es den Kindern erlaubt war, vor dem Einschlafen ein Gerät im Bett zu nutzen.
- Bieten Sie Umarmungen an. Kuscheln tut uns und unseren Beziehungen gut! Umarmungen sind nicht nur eine Möglichkeit, das Bedürfnis nach Verbundenheit zu erfüllen, sondern stärken das Immunsystem, reduzieren Stress und schaffen





Glücksgefühle. Die Psycho- und Familientherapeutin Virginia Satir meint dazu:  
*„Wir brauchen vier Umarmungen am Tag, um zu überleben, acht Umarmungen, um zu funktionieren und zwölf, um uns weiterentwickeln zu können.“*

## **Selbstfürsorge für Eltern**

Der Alltag mit Kindern und Jugendlichen ist nicht immer leicht und kann manchmal an die eigenen Grenzen gehen. Seien Sie gut zu sich und geduldig, schrauben Sie Ihre Erwartungen an sich auf ein realistisches Maß herunter. Verhaltensänderungen verlangen Selbstreflexion, Übung und ausreichend Zeit.

Versuchen Sie, freundlich und verständnisvoll mit sich selbst umzugehen, statt sich selbst zu kritisieren und abzuwerten.

Wesentlich ist zudem, eigene (Ver-)Stimmungen wahrzunehmen und zu akzeptieren. Hilfreich könne sein, sich Zeit zu nehmen, um sich selbst zu fragen „Wie geht es mir gerade?“ Es ist in Ordnung, sich überfordert, gestresst, einfach müde oder lustlos zu fühlen. All diese Gefühle dürfen sein. Gestehen Sie sich und Ihren Kindern auch unangenehme Gefühle zu. Sprechen Sie darüber und finden Sie gemeinsam heraus, wie jede:r von Ihnen wieder zu Kräften kommen kann.

Wenn Sie merken, dass die eigene Beziehung, die berufliche Situation etc. Sie über die Maßen beschäftigt, Ihnen den Schlaf raubt, Sie unausgeglichen und unfair den Kindern oder der Partnerin bzw. dem Partner gegenüber werden lässt, dann holen Sie sich Unterstützung. Sie müssen es nicht alleine schaffen!

## **Aktiv werden – Hilfe in Anspruch nehmen**

Die TelefonSeelsorge OÖ und auch das ElternTelefon sind in schwierigen Situationen erste Ansprechpartner. Das Gespräch mit einem/r professionell ausgebildeten Berater/in kann entlasten, neue Perspektiven aufzeigen, Lösungswege eröffnen oder Sprungbrett für weitere Hilfsangebote sein. Vertraulich und kostenlos ist die TelefonSeelsorge unter der **Nummer 142** rund um die Uhr erreichbar. Wir haben Zeit für Ihre Anliegen, wir geben Ihren Sorgen Raum. Wer lieber schreibt, kann sich an die kostenlose Mail- und Chatberatung wenden: [www.onlineberatung-telefonseelsorge.at](http://www.onlineberatung-telefonseelsorge.at).



## Wir suchen dich/Sie!

Unser Motto „Hier hört ein Mensch“ begleitet uns schon seit einigen Jahren, in Zeiten der immer präsenter werdenden KI gewinnt es zunehmend an Bedeutung.

Ja, bei uns beraten echte Menschen aus Fleisch und Blut. Professionell ausgebildete Beraterinnen und Berater schenken Eltern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, Menschen in Krisen ihr offenes Ohr.

Beziehungsaufbau und persönliche Präsenz sind seit mehr als 55 Jahren unser tägliches Brot als amtlicher psychosozialer Notruf. Rund um die Uhr erreichbar zu sein, ist eine große Herausforderung.

Wir brauchen dafür immer wieder neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die offen für andere Menschen und deren Sorgen sind, die auch in Krisen belastbar bleiben und die den Wunsch verspüren, in einer starken Gemeinschaft mitzuarbeiten.

Start der neuen Ausbildung ist am 28. März 2025. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte der Homepage [www.ooe.telefonseelsorge.at](http://www.ooe.telefonseelsorge.at).

Das Ausbildungscurriculum finden Sie hier: [https://www.dioezese-linz.at/dl/skloJKJM-koLmJqx4KJK/Ausbildungscurriculum\\_2025\\_26\\_pdf](https://www.dioezese-linz.at/dl/skloJKJM-koLmJqx4KJK/Ausbildungscurriculum_2025_26_pdf)

## Kontakt:

### TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142

Mag.<sup>a</sup> Silvia Breitwieser, Leiterin

Mag.<sup>a</sup> Barbara Lanzerstorfer-Holzner, Referentin

Schulstraße 4, 4040 Linz

Tel.: +43(0)732/73 13 13

Mail: [telefonseelsorge@dioezese-linz.at](mailto:telefonseelsorge@dioezese-linz.at)

Web: [www.ooe.telefonseelsorge.at](http://www.ooe.telefonseelsorge.at)

Chat- und Onlineberatung: [www.onlineberatung-telefonseelsorge.at](http://www.onlineberatung-telefonseelsorge.at)



[www.facebook.com/TelefonSeelsorge142/](https://www.facebook.com/TelefonSeelsorge142/)



<https://www.instagram.com/telefonseelsorge142/>