

Wichtige Hinweise zum Au-pair Aufenthalt

© Christoph Hambloch, 1996



Wir erwarten ein Au-pair

Einige Veränderungen in Ihrem Leben/Tagesablauf stehen bald an. Ein weiterer Mensch mit all seinen individuellen Wünschen, Ansprüchen, Vorstellungen, Bedürfnissen ergänzt Ihre Familie.

Einiges wird sich bald bei Ihnen ändern. Darauf sollten Sie vorbereitet sein. Es muß mehr Wäsche und Nahrung organisiert werden, die Reihenfolge im Bad ändert sich, Telefon, Fernseher und Külschrank werden anders genutzt, die Kinder bekommen eine neue Bezugsperson, Sie fühlen sich für einen weiteren Menschen verantwortlich....

Damit all diese Veränderungen zu Ihrem Vorteil geschehen, geben wir einige wichtige Hinweise. Sicherlich werden nicht alle Probleme erfaßt. Die wichtigsten Denkanstöße sind aber gegeben. Bei weiteren Fragen können Sie auch gerne meine persönliche Erfahrung nutzen und mich jederzeit anrufen.

Der erste Monat

ist der spannendste und gleichzeitig schwierigste

Daß es bald spannend wird, werden Sie bei sich und den Kindern, mit denen Sie vorab viel über ihre neue "Schwester" reden sollten, ganz von alleine feststellen. Schwierigkeiten können sich aus der oben schon angesprochenen Individualität des neuen Mitmenschen und der Neuorganisation in Ihrem Haus ergeben. Folgendes sollten Sie daher im ersten Monat bedenken und beherzigen:

Erster Tag - Ankunft

Das Au-pair kommt nach einer langen Reise in eine völlig neue Umgebung, in der es nicht nur wegen der Sprache viel schlechter verstanden wird als zu Hause.

Behandeln Sie sie daher zunächst als netten Gast. Stellen Sie sich und Ihre Familie vor, zeigen Sie ihr das Haus, geben Ihre etwas zu essen und zu trinken, lassen Sie ihr Zeit für einen kleinen Reisebericht, machen Sie ihr eine kleine Aufmerksamkeit, z.B. ein Buch über Ihre Stadt. Lassen Sie sie zu Hause anrufen, um Bescheid zu sagen, daß alles geklappt hat und geben Sie ihr vor allem auch Zeit, sich in Ihrem Zimmer zu sammeln und zur Ruhe zu kommen.

Erste Woche - Eine Freundin zu Besuch

Sie sollten möglichst viel gemeinsame Zeit mit Ihrem Au-pair verbringen. Einerseits muß ihr nämlich viel erklärt werden, andererseits muß ein Verhältnis von Vertrauen und Freundschaft aufgebaut werden, auf dem die ganze lange Zeit danach fußen soll.

Zeigen Sie ihr den Umgang mit den Hausgerätschaften, mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und gegebenenfalls mit dem Auto. Stellen Sie Ihr Au-pair in der Schule/im Kindergarten Ihrer Kinder, den Verwandten und Nachbarn vor, gehen Sie gemeinsam in den üblicherweise aufgesuchten Geschäften den täglichen Haushaltsbedarf einkaufen usw.

Erster Monat - Der Gast wird zum Familienmitglied

Nach einer Eingewöhnungsphase wird aus dem Gast langsam ein Familienmitglied mit den festzulegenden Rechten und Pflichten. Der Alltag nimmt Oberhand für Sie und Ihr neues Familienmitglied. Damit dieser Übergang möglichst reibungslos klappt, sollten sie einige wichtige Punkte beherzigen:

Sie dürfen nichts als selbstverständlich voraussetzen

Bei der Handhabung von technischen Gerätschaften ist dies schnell klar. Was Ihre Erwartungen und Einstellungen betrifft werden viele meist auch nur kleine Dinge von Ihrem Au-pair nicht nur nicht verstanden, sondern teilweise auch anders gesehen. Deshalb sollten Sie jede Kleinigkeit in einem Gespräch klären.

Zunächst sollten Sie aber für den groben Rahmen einen möglichst festen Zeitplan erstellen. Jede Abweichung davon sollte erklärt und besprochen werden.

Geben Sie stundenplanartig den Tagesablauf und die Aufgaben vor: Zeit zum Aufstehen: Gasteltern, Au-pair, Kindergarten-/Schulbeginn, Kinderbetreuungszeiten, Zeit zum Aufräumen, Freizeiten des Au-pairs, Sprachschule, Ihre Termine/"Vereinstage".

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
6.30	aufstehen
7.00	Kinder wecken	aufstehen	.	.	.	aufstehen	.
8.00	Schulbeginn	Kinder wecken	frei
8.30	Aufräumen	Schulbeginn	.	.	.	Besuch d. Oma	.
.
.
19.00	Sprachkurs	.	.	Sprachkurs	Tanzabend	.	.
20.00	.	Babysitten
22.00	.	frei	.	.	.	Rückkehr.	.

Neben diesem Plan ist es auch wichtig, dem Au-pair genau zu erklären, was Sie erwarten. Denn:

Zu jeder Aufgabe gehört ein Ziel.

Stecken Sie keine Ziele, können Sie nach der Aufgabenerledigung nicht gerecht prüfen, ob das Au-pair Ihren tatsächlichen Wünschen nachgekommen ist. Bei der Aufgabe "Aufräumen" beispielsweise meint das Au-pair möglicherweise wegstellen, saugen, wischen, Sie aber "nur" wegstellen, um anschließend Zeit mit den Kindern übrigzuhaben. Sie werden dann bei der Beurteilung unzufrieden sein. Dies liegt aber unter Umständen an Ihren unkonkreten Vorgaben.

In allen Belangen, in denen Sie bestimmte Verhaltensweisen erwarten, müssen Sie diese möglichst früh definieren. Läuft erst einmal etwas nicht, wie Sie sich das vorgestellt haben, ist es oft unangenehm, die Dinge wieder zurechtzubiegen. Sprechen Sie deshalb möglichst vorher über alles.

Dazu einige Themen:

Telefonieren, Fernsehen, Ernährung, Religion, Besuch, den das Au-pair bekommt, Ausgehzeiten: in der Woche, am Wochenende, Tabuzonen im Haus fürs Au-pair oder die Kinder, Autobenutzung, Auszahlung des Taschengelds, Vergütung von Mehrstunden/für Sonderaufgaben, Urlaubsregelung, Ordnung im Haus, Rauchen, Medikamente, was tun in Notfällen, wichtige Adressen - Telefonnummern...

Handhaben Sie die Spielregeln aber gerecht und transparent für Ihr Au-pair.

Für Veränderungen sollten Sie offen sein und diese besprechen. So könnten Sie beispielsweise zuerst den Besuch von Fremden ablehnen, später aber wenn sich eine feste Freundin in der Nachbarschaft findet, jene zu bestimmten Zeiten ins Haus einladen.

Das Verhältnis von "Kinder- und Haushaltsprogramm" muß ebenfalls gelegentlich flexibel gehandhabt werden. Dabei müssen Sie die Prioritäten setzen: Soll das Au-pair lieber das unter Umständen lange Monopoli-Spiel mit den Kindern zu Ende spielen oder steht der Haushalt im Vordergrund. Mal trifft das Erste zu, wenn Besuch erwartet wird vielleicht das Zweite. Sagen Sie immer vorher, was Sie erwarten, geben Sie Anleitung, dann brauchen Sie nachher kaum Kritik üben, sondern können, was sehr wichtig ist, zur Motivation öfter loben.

Rücksicht auf Verständigungsprobleme:

Vor allem am Anfang besteht die Gefahr, daß das Au-pair aus Höflichkeit immer erklärt, daß sie alles verstanden hat. Teilweise haben die Mädchen gelernt, nie nachzufragen, geschweige denn zu hinterfragen. Dazu sollten Sie ihre neue "Tochter" aber unbedingt auffordern, um Mißverständnisse zu vermeiden.

Trotzdem werden Sie vielleicht nach einem Monat feststellen, daß das Au-pair Dinge erfragt, die Sie anfangs längst erklärt hatten. Seien Sie dann verständnisvoll und erklären alles noch einmal. Sind Sie zu kritisch; verschließt sich das Au-pair beim nächsten Mal, aus Angst zu fragen.

Richtig Kritik üben.

Ihr Au-pair wird genau wie Ihre Kinder oder Ihr Partner nicht wie ein Roboter funktionieren und schon gar nicht von alleine alles richtig machen. Zu bestimmten Anlässen werden Sie Kritik üben müssen. Diese sollte immer "Ich-Botschaften" enthalten.

Äußern Sie Kritik konkret und nicht allgemein: Nicht *"Immer, wenn ich nach Hause komme, schauen die Kinder fern"* sondern *"gestern und heute haben die Kinder nachmittags ferngesehen. Ich möchte aber nicht, daß sie es jeden Tag tun"*.

Üben Sie Kritik beschreibend und nicht wertend: Nicht *"Du bist langweilig, weil Du nie etwas zum Gespräch beiträgst"* sondern: *"Du bist heute so still. Ich würde gerne wissen, wie es Dir heute geht"*

Sprechen Sie von sich selbst und nicht von anderen: Nicht *"Du läßt immer alle Gartenarbeit an mir hängen"* sondern: *"Ich bin sauer, weil ich das Gefühl habe, daß ich das ganze Unkraut alleine jäten muß. Das will ich nicht."*

Auch Wünsche sollen in einer bestimmten Art vorgetragen werden, die direkt, sachlich und positiv ist.

nicht

Du sollst Dich mehr um den Haushalt kümmern.

Du sollst nicht so einen Krach machen, wenn Du nach Hause kommst.

Dir ist es ja egal, wenn sich das Kind erkältet..

sondern

Ich möchte, daß Du 3 mal in der Woche abwäschst

Ich möchte, daß Du sobald Du nach Hause kommst die Holzschuhe ausziehst.

Ich glaube, das Kind ist nicht warm genug angezogen. Ich möchte, daß Du ihm einen Pullover überziehst.

Kulturstreß/Heimweh

Ein Problem, daß fast immer auftritt und nicht nur bei Au-pairs entsteht, sondern bei allen Menschen in der Fremde, so daß eigentlich jeder dafür Verständnis hat. Bedenken Sie, schuld daran sind nicht Sie, sondern von Ihnen nicht beeinflussbare äußere Umstände. Sie sollten deshalb kein schlechtes Gewissen haben. Das Ende durch Kulturschock hervorgerufener kritischer Phasen können Sie auch kaum beeinflussen. Telefonate nach Hause helfen dem Au-pair kaum, sie verzögern eher den Anpassungsprozeß.



Was können Sie tun? Versuchen Sie verständnisvoll darüber zu reden. Sagen Sie dem Au-pair, daß andere diesen Streß ebenfalls haben und fast jede ihn nach einiger Zeit erfolgreich überwindet. Motivieren Sie das Au-pair zu neuen Aktivitäten, ohne jedoch 1.000 Ideen anzuzetteln. Kulturstreß ist nicht unbedingt einmalig. Er kommt, geht und kommt eventuell auch wieder. Seien Sie verständnisvoll. Gewähren Sie dem Au-pair gegebenenfalls "Auszeiten" von all den neuen Aufgaben und Eindrücken, damit es Zeit bekommt, sich zu sammeln und sich zu beruhigen.