

- FRONTSEITE
- REGIONALES
- KULTUR
- SPORT
- MAGAZIN
- KOLUMNE
- SUCHEN

- INSERATE
- TARIFE
- ABONNEMENT
- IMPRESSUM
- PDA-VERSION
- KONTAKT



WOCHE-ZEITUNG FÜR DAS EMMENTAL UND ENTELEBUCH

Donnerstag, 22. Mai 2008

Im Triple-P-Programm lernen Eltern Erziehungshilfen kennen OBERDIESSBACH: Mit klaren Regeln, aber auch mit Lob und Anerkennung erziehen

20.12.2007 Was tun, wenn sich das Kind nicht selber anziehen will, sich weigert, die Zähne zu putzen oder im Supermarkt einen Tobsuchtsanfall kriegt? Kathrin Buholzer weiss Rat. Sie bietet Kindererziehungskurse nach dem Triple-P-Programm an.

Sonja Beer

Der letzte von vier Kursmorgen fand in Oberdiessbach im Familienzentrum «Schnäggehus» statt. Fünf Elternpaare und zwei Mütter fanden sich dazu ein. Der Kursmorgen stand unter dem Thema «Vorausplanen». Kathrin Buholzer gab Tipps für beispielsweise möglichst stressfreies Telefonieren oder Einkaufen, trotz Müdigkeit oder Zeitdruck. «Es ist wichtig, dass wir unseren Kindern, je nach Alter, unser Tagesprogramm oder die nächsten Schritte mitteilen. So werden sie nicht überrascht von plötzlichen Änderungen oder Aktivitäten», betont sie. **Beide Elternteile ziehen am selben Strick**



Kathrin Buholzer ist ausgebildete Primarlehrerin, lebt mit ihrer Familie in Münsingen und hat zwei Töchter (5½ und 4 Jahre). Seit der Geburt ihrer Mädchen befasst sie sich intensiv mit Erziehungsfragen. Nun ist sie ausgebildete Kids- und Teen-Trainerin (siehe Kasten). Ihre Kurse sind jeweils schnell ausgebucht. Ein Kurs beinhaltet vier Kurseinheiten, das Arbeitsbuch, sowie vier telefonische Beratungen nach dem Kurs. Die 35-jährige Trainerin begrüsst es, wenn sich die Eltern als Paar für den Kurs entscheiden. Bei der Erziehung sei es wichtig, dass beide Elternteile am gleichen Strick ziehen. Anfangs seien die Väter oft noch etwas skeptisch. Wie aber die vielen positiven Rückmeldungen letzten Samstag bestätigten, ändere das bereits nach dem ersten Kursmorgen.

Konsequenz und kleine Belohnungen

Laut Kathrin Buholzer brauchen Kinder klare Regeln und klare, positiv formulierte Anweisungen. Also «Bitte mache das» statt «tue dies nicht». Kinder benötigten aber auch Lob und Anerkennung. Die Kursleiterin erklärte: «Wenn ein Kind sich nicht an die abgemachten Regeln hält und zum Beispiel nicht isst, sondern nur mit dem Essen spielt, wird das Kind nur einmal ermahnt. Reicht dies nicht, folgt eine logische Konsequenz, indem man dem Kind den Teller für eine kurze Zeit wegnimmt. Kommt man so nicht ans Ziel, kann eine mögliche Variante eine kurze Auszeit auf dem «stillen Stuhl» sein. Das Kind muss sich, ohne Aufmerksamkeit zu erhalten, ruhig hinsetzen und nachdenken.» Eine weitere Erziehungsstrategie, die vor allem bei kleineren Kindern Erfolg bringe, funktioniere anhand einer Punktekarte. Jedes Mal, wenn zum Beispiel das Zähneputzen reibungslos abläuft, erhält das Kind ein von ihm ausgewähltes Kleberli und klebt dies auf die Punktekarte. Für Kathrin Buholzer ist wichtig, dass das Kind schon nach kleinen Etappenzielen, etwa nach fünf Klebern, einen Erfolg mit einer kleinen Belohnung spürt. Meist spiele sich das schneller ein als erwartet, und die Punktekarte werde hinfällig. Nicht alle Kinder lassen sich aber von Klebern beeindrucken. Manchmal nütze eine kurze Ignoranz. Bestätigung für die Eltern

Doch auch Kathrin Buholzer ist von Fehlern nicht gefeit. So sei sie manchmal froh, dass die Kursteilnehmer ihr zu Hause nicht zuschauen könnten. Ein solcher Erziehungskurs soll nicht nur aufzeigen, was die Eltern bisher alles falsch gemacht haben, sondern viel mehr bestätigen, motivieren und aufbauen. Die Erziehungsexpertin würde sogar einem obligatorischen Erziehungskurs für Eltern zustimmen: «Denn, diejenigen, die es wirklich nötig hätten, besuchen einen solchen Kurs nicht freiwillig.» «Mir wurde richtig bewusst, wie viel eigentlich von uns Eltern abhängt»,

AKTUELLE ARTIKEL

SCHANGNAU: Strom aus Wasserkraft

TRUB: Schulhaus kann verkauft werden

LANGNAU: Definitiv ein Kreisel



KANTON BERN: Risikobetriebe früher erkennen

KANTON BERN: Einheitliche Beiträge

KANTON BERN: Mehr Stipendien

KANTON BERN: Erste Rate ist fällig

LANGNAU: Gerbekreisel mit einem «Triptychon»

LANGNAU: Kleinere Busse, eine breitere Strasse oder gar eine Ampel?

LANGNAU: Kinderhaus mit mehr Plätzen

LANGNAU: Lorenz Pauli erzählte

KANTON BERN/EMMENTAL: Mundart in der Schule pflegen

LANGNAU: Ein Grossprojekt statt Flickwerk

ZOLLBRÜCK: Dreissig Formationen begeisterten das Publikum mit Jodelliedern

LANGNAU: Das Sternsingen hat Zukunft

LANGNAU: Gemeindebeitrag für zwei Kreisel steht fest

LANGNAU: Der Bereich «Verkehr» wird neu zugeteilt

LANGNAU: Den Kindern Werte vermitteln

LANGNAU: Neue Servicestelle von Renault Trucks

ZOLLBRÜCK: Hirschi Kreativ

äusserte sich ein Vater, Kathrin Buholzer zum Schluss: «Ihr werdet noch viele Situationen zum Üben haben. Bei anderen Leuten wird euch plötzlich das «tue nid u mach nid» auffallen.» Die Trainerin wird die Kursbesucher nun noch in vier Telefonberatungen unterstützen.

Keine Drohungen oder Gewalt

Triple P steht für Positives Parenting Programm (Positives Erziehungs-Programm). Es wurde in Australien entwickelt und wird in der Schweiz durch das Institut für Familienforschung und -beratung der Universität in Fribourg wissenschaftlich begleitet. Triple-P-Kurse gibt es für Eltern mit Kindern von 2 bis 12 Jahren, sowie für Eltern von Teenagern. Die Eltern lernen geeignete Erziehungshilfen kennen. Das Programm beruht auf starker Konsequenz. Es werden möglichst keine Drohungen ausgesprochen. Eltern und Kinder sprechen Regeln miteinander ab. Werden diese nicht eingehalten, folgt eine logische Konsequenz. Triple P ermöglicht den Eltern, Probleme mit ihren Kindern ruhig, stress- und gewaltfrei zu lösen.

Kontakt: Kathrin Buholzer, 031/333 57 53
www.elternplanet.ch

[nach oben](#)

Die Wochen-Zeitung für das Emmental und Entlebuch ist ein Produkt der Herrmann AG.
 Design & Technology Copyright by ZIC internet & communication, © 2001 Zolbrueck, Switzerland.
 Alle Urheberrechte für den Inhalt © 1997 - 2001 Wochen-Zeitung, Herrmann AG, Langnau, Schweiz.

feiert Jubiläum

LANGNAU: Filmerlebnis in der SP Langnau

HASLE: Das Schulhaus in Schafhausen wird geschlossen

SUMISWALD: Locker, aber auch mit viel Können

SIGNAU: Kamel reiten und Trike fahren

LAUPERSWIL: Steuersenkung bleibt Thema

RÜDERSWIL: Halbe Million Überschuss

EGGIWIL: 600 Personen am «Burezmorge»

TRUBSCHACHEN: Ein Leben für Radio und TV

TRUBSCHACHEN: Wie weit darf die Gemeinde gehen?

LANGNAU: Wohnung vergrössern

RÜEGSAUSCHACHEN: Bilder, die von selbst entstehen

LÜTZELFLÜH: Co-Leitung für den Gewerbeverein

RÜEGSAU: Historische Gärten

GRÜNENMATT: «Zäme Zimis»

SCHANGNAU: 37 Liter Blut gespendet

SUMISWALD: 30 Jahre «Bänklchef»

AFFOLTERN: Projekt «Faszination»

GROSSHÖCHSTETTEN: Sekundarschule im Spiegel

WACHSELDORN: Aus dem Nebenerwerb wurde das wichtigste Standbein des Betriebs

OBERDIESSBACH: Das Leben der «Bizenin» erforscht

BIGLEN: Entscheid gegen Gemeinderat

KONOLFINGEN: Aus «Musigzwärg» wurde Musikzentrum

MIRCHEL: Kurze Traktandenliste

LINDEN: Einmündung erneuert

BOWIL: Ein Tipi für jede Jahreszeit

LINDEN: Abrechnungen - genehmigt

HERBLIGEN: Verlust trotz - Verbesserung

KONOLFINGEN: Der alte Kamin wird abgerissen – weil er nicht mehr sicher ist

ESCHOLZMATT: Ein ganzes Dorf voller Blasmusik

SCHÜPFHEIM: Orte in sechs Alpenländern wollen energiesparend bauen

AMT ENTLEBUCH: UBE unterstützt Tourismuspreis

AMT ENTLEBUCH: Tourismuslehrgang

FLÜHLI-SÖRENBERG: Hunde an die Leinen

ESCHOLZMATT: Viele stimmen brieflich

FLÜHLI: ARA Sörenberg wird saniert

ZOLLBRÜCK: 1. Marschparade in Zollbrück mit Wetterglück

PRO JUVENTUTE: Telefon 147: Viele Anrufe

ESCHOLZMATT: Parkettboden zerstört

EGGIWIL: Vermisster tot geborgen