



UHREN BIJOUTERIE
RENTSCH

Schulstrasse 26 3604 Thun-Dürrenast
Tel 033 336 31 15 www.rentsch-ag.ch

Berner Landbote

gelesen - dabei gewesen!

Wochenzeitung zwischen Bern und Thun

Handwerkstradition
der Zukunft



Hüsler-Nest
Schreinerei
Untere Hauptgasse 23 P. Jenni AG
3600 Thun Thunstrasse 13
Tel. 033/222 35 75 3672 Oberdiessbach
www.jenniag.ch Tel. 031/771 01 11

7. Dezember 2006

Berner Landbote AG, 3110 Münsingen, Telefon Redaktion 031 721 50 70, Inserate 031 721 50 80, Fax 031 721 53 33, www.berner-landbote.ch

Nr. 49

Zurück zu einer konsequenten Erziehung

Die aktuellen Jugend-Skandale rücken unweigerlich die Rolle der Eltern ins Rampenlicht. In Erziehungskursen können diese herausfinden, ob sie mit ihrem Nachwuchs zu streng oder zu large umgehen und sie erhalten konkrete Alltagstipps.

Marc Kipfer

Zehn Leute sind es, die gebannt vor der Leinwand sitzen und das Geschehen verfolgen. Ein Mädchen, vielleicht fünf Jahre alt, sitzt an einem Esstisch. Es quengelt, schneidet Grimassen, die Mutter sitzt überfordert und resigniert daneben. Den Teilnehmern des Erziehungskurses «Triple P» in Münsingen, alles Mütter und Väter kleiner Kinder, sieht man die gemischten Gefühle an. Sie sind amüsiert, weil sich die Szene ohne weiteres bei ihnen zu Hause abspielen könnte. Gleichzeitig leiden sie mit der Mutter im Film.

Die Kursleiterin Kathrin Buholzer kennt Situationen wie diese ebenfalls nicht nur aus Theoriebüchern. Die zweifache Mutter kann den Kursstoff mit Episoden aus dem Alltag mit ihren zwei Töchtern Elin (4,5 Jahre) und Nina (3) illustrieren und bindet sich damit selber in die Gruppe ein. Dass sich die 33-jährige Lehrerin und frühere leitende Redaktorin des Kinderprogramms von SF DRS nach der Geburt ihrer Kinder für die Ausbildung zur Triple-P-Trainerin entschlossen hat, erklärt sie mit der Angebotslücke, die sie damals feststellte. «Während und kurz nach der Schwangerschaft sind die Beratungsangebote relativ zahlreich», findet Kathrin Buholzer, «viele Mütter besuchen zum Beispiel ein Rückbildungsturnen und eine Mütterberatung, doch wenn das Kind mit zwei Jahren in die erste Trotzphase kommt, stehen sie relativ allein da.» Mit ihren Kursen will Kathrin Buholzer nicht nur Eltern ansprechen, deren Kinder bereits ein Problemverhalten aufweisen. Sie versucht, ihre durchschnittlichen Kursbesucher einzuschätzen: «Etwa 70 Prozent der Eltern in Kursen haben es eigentlich gut mit ihren Kindern, haben aber trotzdem ab und zu mit schwierigen Situationen zu kämpfen. Vielleicht 20 Prozent fühlen sich am Anschlag, und nur etwa 10 Prozent befinden sich in einer Negativspirale und haben ernsthafte Probleme.» Auch aus solchen tiefgreifenden Problemen könne jeder herausfinden, ist Kathrin Buholzer überzeugt. Sie ist sich aber auch sicher, dass die Problemfälle unter den Kursteilnehmern untervertreten sind. Es gebe viele Eltern, die sich irgendwie durchkämpfen, die vielleicht auch resigniert haben und denken, bei ihren Kindern sei Hopfen und Malz verloren.

Mit einer Diät vergleichbar

Kaum jemand wird als strategisch abgebrühter Erziehungsprofi geboren. Erziehen heisst auch: Auspro-



Sinnvoll beschäftigte Kinder neigen seltener zu Problemverhalten.

Bild: zvg.

bieren, überdenken, verbessern. Für die Entwicklung der eigenen Erziehungskompetenz sind die wöchentlichen Treffen im Kurslokal und die Gespräche mit den anderen anwesenden Eltern eine günstige Gelegenheit. Unter der Woche können die erlernten Erziehungshilfen dann zu Hause ausprobiert und überprüft werden.

Weil das meist nicht von Heute auf Morgen gelingt, ist der Kurs nach den vier Abenden noch nicht abgeschlossen. Jeder Teilnehmer darf in den darauf folgenden Wochen in insgesamt vier Telefongesprächen zu rund 30 Minuten konkrete Alltagssituationen mit der Kursleiterin besprechen. Aus Erfahrung weiss Kathrin Buholzer, dass diese Gespräche ein ganz wichtiger Teil des Kurses sind, da die Eltern das Gelernte erst in dieser Phase selbstständig umzusetzen lernen. «Oft kommt die Einsicht während des zweiten oder dritten Anrufs», erzählt Kathrin Buholzer. Es töne dann immer ähnlich: «Neulich beim Einkaufen haben meine Kinder wieder... Ach ja, jetzt weiss ich, wie ich hätte reagieren können!»

Die Kursleiterin hält den Vergleich ihrer Erziehungstipps mit einer Diät für angebracht: «Nach einem viel versprechenden Anfang braucht es auch hier grosse Disziplin, um nicht ins alte Muster zurückzufallen.»

Positiv und konstruktiv

Triple P steht für die drei englischen P-Wörter («Positive Parenting Program», zu deutsch «Positives Erziehungsprogramm»). Dass der Aspekt des Positiven dieser Methode den Namen gegeben hat, kommt nicht von Ungefähr, denn Triple P fokussiert auf die Herstellung einer positiven Beziehung zu den Kindern. Die Förderung der kindlichen Entwicklung steht dabei im Zentrum – die Eltern helfen demnach ihrem Nachwuchs, seine Fähigkeiten sowie ein positives Selbstbild zu entwickeln. Als elementare Grundlagen für eine positive Erziehung nennt das Programm Zuwendung und eine angemessene Kommunikation. Alle in den Kursen aufgezeigten Erziehungsstrategien bauen auf fünf goldenen Regeln auf. Eltern sollen demnach:

- für eine sichere und interessante Umgebung sorgen
- das Kind zum Lernen anregen
- im Verhalten konsequent sein
- angemessene Erwartungen an das Kind haben
- die eigenen Bedürfnisse nicht vernachlässigen.

Wie sehen denn die Erziehungstipps konkret aus, welche Kathrin Buholzer den Eltern mit Triple-P näher zu bringen versucht? «Zum Beispiel ist es wichtig, die Anweisungen nicht in Frageform zu geben, erläutert Kathrin

Buholzer, «sonst muss man nicht überrascht sein, wenn das Kind Nein sagt.» Auch müsse man, wenn man mit dem Kind spreche, eine kindgerechte Sprache verwenden und dem Kind genau sagen, was man von ihm erwartet, anstatt zu sagen was es nicht tun soll. Wenn eine Mutter im Zug zu ihrem Kind sagt «Tu nicht so dumm», könne sich dieses vielleicht nichts darunter vorstellen, gibt die Trainerin zu bedenken. «Besser ist es zu sagen: Ich will, dass du die Füsse unten lässt. Oder: Ich möchte, dass du leise sprichst.»

Kurse in der Region

In Münsingen und Konolfingen stehen in der ersten Jahreshälfte 2007 wiederum fünf Triple-P-Kurse im Angebot. Es sind nur noch wenige Plätze frei, weshalb sich Interessierte umgehend anmelden sollten. Die Kurse finden wöchentlich von 19.30 bis 21.45 Uhr im Blumenhaus in Münsingen statt. In Münsingen: Donnerstag 11. Januar bis 1. Februar, Dienstag 6. März bis 3. April, Dienstag 29. Mai bis 19. Juni. Spezielle Kurse für Teenager-Erziehung: In Konolfingen ab Dienstag, 6. Februar und in Münsingen ab Dienstag, 24. April.

Weitere Informationen zu den Kursen bei Kathrin Buholzer, Gurnigelstrasse 30, Münsingen: 031 333 57 53. Und im Internet unter www.triplep.ch.



Erziehung ist wieder «in»

Erziehungskurse boomen. Supernannys zeigen uns am Fernseher, wie wir mit schwierigen, quengelnden, manipulierenden und bockigen Kindern umgehen müssen. Erziehungsbücher stehen in jeder Buchhandlung. Was länger nicht mehr thematisiert wurde, erlebt eine Renaissance: Erziehung ist wieder «in». Viele Eltern versuchen, ihre Kinder zu guten Menschen zu machen – Menschen die nicht von Gewalt, Macht, Sex und Geld besessen sind. Sie wollen das Zepter in die Hand nehmen und ihrem Nachwuchs Werte und Normen vermitteln, welche dieser braucht, um das Leben erfolgreich zu bestehen. Das geht nicht ohne Leitplanken, nicht ohne Grenzen zu setzen, nicht ohne Ziele. Das geht aber vor allem nicht ohne Geborgenheit, Liebe, Zuwendung und Vertrauen in das Gute im Menschen. Kinder müssen sehr viel lernen, nicht nur geistig, sondern vor allem auch emotional und sozial. Sie müssen Respekt lernen vor der Person und dem Eigentum Anderer. Sie müssen tolerant und neugierig werden gegenüber Andersartigem und Fremdem, sie müssen Sorge tragen zu sich selber und der Umwelt, sie müssen lernen, verantwortungsvoll zu handeln und das Wohl der Gesellschaft als Ganzes zu betrachten. Sie müssen lernen, dass es ohne Anstrengung kaum Erfolge gibt und dass verzeihen besser ist, als sich bekriegen. Dazu brauchen sie kompetente, integere, ehrliche und gradlinige Eltern, welche bereit sind, ihre eigenen egoistischen Tendenzen zu überwinden und die wichtigen Ziele der Erziehung konsequent zu verfolgen. Eltern brauchen dazu Mut, Kraft und Unterstützung – vielleicht durch einen Kurs, vielleicht durch professionelle Beratung, vielleicht durch das Fernsehen oder ein Buch, am besten aber durch partnerschaftliche Hilfe und freundschaftlichen Support. Kinder zu erziehen ist aufwändig und oft mühsam – Kinder nicht zu erziehen heisst ein Verbrechen an ihnen und an der Gesellschaft zu begehen.

Hans Gamper

Kantonale Erziehungsberatung Bern

Reklame

HOTEL
MÖVE Faulensee
HAFEN-RESTAURANT am Thunersee

Das ganze Jahr jeden
Freitag ab 18.00 Uhr

Buffet Fondue
Chinoise geniessen
soviel sie mögen!

Jeden Tag geöffnet.
Herzlich willkommen!

Telefon 033 654 68 66
www.moeve.ch
René und Irène Brechbühler-Rubi
info.moeve.ch

Weiterbildung

Der Milchtechnologe
Hansueli Neuenschwander
aus Grosshöchstetten hat an
der höheren Fachprüfung alle
Mitbewerber übertrumpft und
einen Award gewonnen.
Mehr dazu im Interview auf

Seite 4

Banken

Wer für sein Vermögen mehr
tun will, als dessen Wert auf
einem Sparkonto zu erhalten,
kann aus einer Vielzahl von
Angeboten wählen. Die
Banken der BLB-Region
geben hierzu Tipps.

Seiten 18 / 19

Münsingen

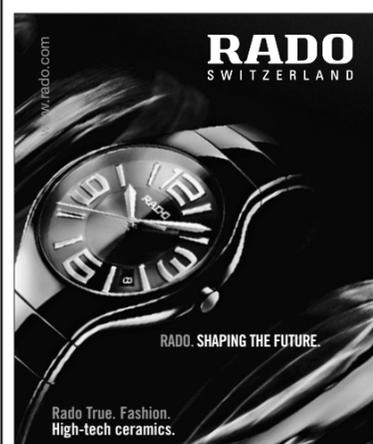
Die Bio Schwand öffnete am
Samstag ihre Türen der
Öffentlichkeit. Über 600
Interessierte haben sich auf
dem Areal umgesehen, das
sich laut den Initianten im
«Füllprozess» befindet.

Seiten 20 / 21

• Stellenangebote Seite 2 • Immobilienangebote Seite 6 •

• Steffisburg Seiten 6 / 7 • Sonntagsverkauf Thun Seiten 8 / 9 • Maler/Gipser und Bauen/Renovieren Seite 10 •
• Informatik Seite 14 • Geschenktipp Seite 15 • Wohin an Silvester? Seite 17 • Vereinshöck Seiten 19 / 22 •

Reklame



RADO. SHAPING THE FUTURE.
Rado True. Fashion.
High-tech ceramics.



KOCHER BIJOUTERIE
Neue Bahnhofstrasse 3 | 3110 Münsingen
T 031 721 10 39 | www.kocherbijou.ch