

KATHRIN BUHOLZER GIBT TRIPLE-P-ERZIEHUNGSKURS IN SEFTIGEN

Wenn der Haussegen schief hängt

Was tun, wenn Eltern und Kinder auf Kriegsfuss stehen und sich nur noch anschreien? Kathrin Buholzer weiss Rat. Sie bietet ihre Kurse, die immer sehr schnell ausgebucht sind, nun auch in der Region Thun an.

Kinder können wahre Engel sein. «Aber manchmal benehmen sie sich wie Ausserirdische», schreibt Elternbildnerin Kathrin Buholzer aus Münsingen auf ihrer Homepage www.elternplanet.ch. «Sie schreien, wälzen sich am Boden, sie stampfen, kreischen, laufen rot an, sie widersprechen, motzen, schimpfen.» Als ausgebildete Lehrerin und Mutter zweier kleiner Mädchen beschäftigt sie sich seit Jahren sowohl beruflich, als auch privat mit dem Thema Erziehung. Irgendwann stiess sie auf das Triple-P-System und liess sich an der Universität in Fribourg zur Trainerin ausbilden (vgl. Kasten. «Denn viele Eltern sind mit der Erziehung überfordert», sagte Kathrin Buholzer im Gespräch mit dieser Zeitung. «Für die Zeit vor, während und unmittelbar nach der Schwangerschaft gibt es unzählige Möglichkeiten, um sich zur Profischwangeren ausbilden zu lassen. Doch sobald das Kind älter als ein Jahr ist wird das Bildungsangebot für Eltern plötzlich sehr klein.»

Keine Kuschelpädagogik
Kathrin Buholzer hat in Sachen Erziehung eine eher konservative Grundhaltung. Sie bezeichnet sich selber als autoritativ und konsequent. «Kinder brauchen Lob und Anerkennung, aber auch klare Regeln», hält sie fest;

antiautoritäre Kuschelpädagogik, dem Kinder immer und überall seinen Willen lassen ist nicht ihr Ding. Doch genauso wenig hält sie von körperlicher Züchtigung als Erziehungsmethode. Dreh- und Angelpunkt des Triple-P-Systems ist vielmehr die positive Verstärkung. «Wir fokussieren auf das gewünschte Verhalten, indem wir das Kind loben, wenn es etwas gut gemacht hat.» Statt dem Kind hundertfach «Du darfst nicht» zu predigen, sagen die Eltern ihm besser, was sie von ihm erwarten.

Bis zur kurzen Isolation
Das tönt in der Theorie sehr einfach und einleuchtend. Doch was, wenn sich die lieben Kleinen davon nicht beeindrucken lassen? «Für diese Fälle bringe ich meinen Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern zuerst bei, wie sie ruhig bleiben können», sagt Kathrin Buholzer. «Nehmen wir zum Beispiel ein

MENSCHEN
im Brennpunkt

Kind, das jedes Mal einen Wutanfall bekommt, wenn es seinen Willen nicht durchsetzen kann. Zuerst stellen wir die Regel auf, dass wir anständig miteinander kommunizieren und ruhig sprechen.» Wenn das Kind gegen die Regel verstösst, «sprechen wir es erst direkt an, machen es auf das Problem aufmerksam und untermauern unsere Anweisungen mit einer logischen Konsequenz.» Wenn man damit nicht zum Ziel komme oder das Kind einen heftigen Wutanfall hat, kann dies bis zu einem Entzug der Aufmerksamkeit auf dem

Stillen Stuhl führen. «Der Stille Stuhl ist im Triple P in etwa dasselbe wie die Strafbank beim Eishockey», erklärt Kathrin Buholzer. «Das Kind muss sich für kurze Zeit ruhig hinsetzen und nachdenken. Erst dann erhält es wieder Aufmerksamkeit und darf zum Beispiel weiter mit seinen Kameraden spielen.» Wenn auch das nicht klappt, kommt als letztes Mittel die Auszeit zum Einsatz. «Das Kind wird für kurze Zeit isoliert. In einem möglichst uninteressanten Raum, zum Beispiel Bade- oder Gästezimmer, muss es für ein paar Minute absolut ruhig sein. So können sich Eltern und Kinder wieder beruhigen. Erst dann holen die Eltern das Kind wieder, womit die Angelegenheit beigelegt ist.»

Positive Rückmeldungen
Dem Kind die Aufmerksamkeit entziehen, es körperlich isolieren – wird hier psychischer Terror an die Stelle von körperlicher Gewalt gesetzt? «Nein», argumentiert Katrin Buholzer, «denn das Kind weiss immer, wie es Sanktionen vermeiden kann: zuerst durch die Befolgung der Regeln und dann, indem es sich auf dem Stillen Stuhl bewährt.» Richtig umgesetzt sei die Auszeit eine gewaltfreie und deeskalierende Hilfe, welche aber nur mit den anderen positiven Strategien von Triple P funktioniere. Die Feedbacks der über 200 Mütter und Väter, die ihre Kurse schon besucht haben, sowie deren und ihrer eigenen Kinder würden zeigen, dass das Triple-P-System funktioniere: «Von Eltern höre ich oft, dass ihr Familienleben viel harmonischer geworden sei; und von Kindern, dass Mami und Papi nun viel lieber und ruhiger seien.»

MARC IMBODEN



Kathrin Buholzer mit ihren Töchtern Elin (5, links) und Nina (3).

POSITIV PARENTING PROGRAM

Ohne Stress und Gewalt

Triple P (dreifaches P) steht für Positiv Parenting Program (positives Erziehungsprogramm). Es wurde in Australien entwickelt, in Deutschland adaptiert und schliesslich über das Institut für Familienforschung und -beratung der Universität Fribourg in die Schweiz gebracht, wo laufend neue Trainerinnen und Trainer ausgebildet werden. Triple P vermittelt den Eltern die Fähigkeit und Strategien, um Probleme mit ihren Kindern ruhig, stress- und gewaltfrei zu lösen.

Kontakt Kathrin Buholzer: Tel. 031 333 5753. Infos im Internet: www.triplep.ch; www.elternplanet.ch

Der Kurs, der am 21. August in Seftigen beginnt, richtet sich an Eltern mit Kindern zwischen zwei und zehn Jahren. Er besteht aus vier Abenden (à je zwei Stunden), sowie vier telefonischen Beratungen nach dem Kurs, um das Gelernte zu verankern. Ab 2. November findet in Seftigen ein zweiter Kurs statt, geleitet von Triple-P-Trainerin Beatrice Stucki.

mi

ZUR PERSON

Kathrin Buholzer

Kathrin Buholzer (34) liess sich in Thun zur Primarlehrerin ausbilden und arbeitete journalistisch bei Radio und Fernsehen sowie für Printmedien. An der Universität Fribourg machte sie die Ausbildung zur Triple-P-Kids- und -Teen-Trainerin. Über 200 Eltern, auch aus der Region Thun und dem weiteren Berner Oberland, haben bisher ihre Kurse besucht. Kathrin Buholzer wohnt in Münsingen, ist verheiratet und hat zwei kleine Mädchen.

mi

AMSOLDINGER SCHULFEST

Die Piraten entkamen nur ganz knapp dem Regen

Glück gehabt: Kurz nach dem Umzug unter dem Motto «Kleider machen Leute» am Amsoldinger Schulfest begann es zu regnen.

«Für die Kinder ist das Fest eine Tradition, auf die sie sich jedes Mal freuen», sagt Bruno Ruchti, Präsident der Amsoldinger Schulkommission. Jeweils am Sonntag vor der letzten Schulwoche im Sommer findet im Dorf das Schulfest statt. So auch dieses Jahr. Los gings mit einer Feier in der Kirche. Anschliessend liefen die nach dem Motto «Kleider machen Leute» kostümierten Kinder zur Mehrzweckanlage. Die erste und zweite Klasse verkleidete sich als Piraten. Ausgesucht hatte das Thema ihre Klassenlehrerin Simone Gfeller. Sie hatte auch beim Erstellen der Kostüme geholfen, wobei die Vorbereitungen rund einen Monat brauchten. Mit dem Resultat ist die Lehrerin zufrieden: «Es war eine lustige Erfahrung. Ich habe es genossen, dass ich mich auch selber verkleiden konnte», sagt Simone Gfeller.

Dem siebenjährigen Silvan Meisterhans gefiel der Umzug: «Es machte Spass, den Leuten



Für einmal als Piraten unterwegs: Die 1.- und 2. Klässler der Schule Amsoldingen genossen ihren Auftritt sichtlich.

Angst zu machen.» Und auch dem neunjährige Pirat Reto Meyes gefiel der Umzug: «Ich freue mich schon auf nächstes Jahr.»

Musik und Sport
Nach dem Umzug spielte die Musikgesellschaft Amsoldingen in der Mehrzweckanlage. Aber auch die Kleinen zeigten nochmals vollen Einsatz: Die Schüler sangen und musizierten, und

führten Sportgymnastikübungen vor. Im Vergleich zu den Vorjahren fand dieses Jahr kein Bräuteln statt.

Den Gästen gefielen der Umzug und die Kostüme gut. «Für die Kinder ist das etwas Schönes», sagten etwa Anna und Armin Geissbühler. Nächstes Jahr soll laut Bruno Ruchti wieder ein Fest stattfinden, «in welcher Art, ist aber noch unklar».

EVELINE BOSS

SCHULSCHLUSSFEIER IN SEFTIGEN

Abschluss mit Computervirus

Das Abschlusstheater der neunten Realklasse der Schule Seftigen thematisierte das exzessive Computerspielen.

«Du hast einen Computervirus!», wirft die Freundin dem Hauptdarsteller Nick an den Kopf, als dieser sich zunehmend nur noch für Computerspiele interessiert. Im Stück «Ego_Shooter» von Sebastian Zarutzki geht es um einen Computere Freak. Durch einen Wohnungswechsel wird Nick aus seinem gewohnten Lebensumfeld gerissen. Am neuen Wohnort hat er es schwer: In der Schule herrscht das Chaos, auf dem Pausenplatz wird er dauernd angepöbelt. Auch seine Mutter ist mit der Situation überfordert, sodass sie nicht merkt, wie Nick immer mehr der Faszination virtueller Welten verfällt.

Das Spiel auf verschiedenen Ebenen – im Computerspiel und in der Realität – hat den Klassenlehrer der Abschlussklasse Urs Hofer und Martin Sarbach, der traditionsgemäss Regie führt, ganz besonders gereizt. «Die vielen Szenenwechsel waren nur mit grossem technischem Aufwand zu bewältigen. Dabei haben uns einige ehemalige Seftiger Schüler unterstützt», sagt Hofer. Es sei immer eine beson-

dere Genugtuung, die Schülerinnen und Schüler nach drei gemeinsamen Schuljahren auf der Theaterbühne stehen zu sehen. Das Abschlusstheater signalisiere einen wichtigen Entwicklungsschritt im Leben der Jugendlichen. Sie tragen dabei viel Verantwortung und arbeiten äusserst intensiv zusammen. «Und nach der letzten Aufführung habe ich jeweils das Gefühl, als stünden andere, reifere Menschen vor mir», ergänzt der Klassenlehrer Urs Hofer. Vor der Theateraufführung umrahmten Auftritte des Popchors und der Instrumentalgruppe den offiziellen Teil der Abschlussfeier.

Im Zentrum die Disco
Am Nachmittag wurde die Aula in eine Disco verwandelt, die den jüngeren Zugang bot. Am Abend, nach dem Theater, tanzten die Jungen und Erwachsenen zu verschiedenen Musikstilen. Als weiteres Rahmenprogramm wurde von den Klassen Spiele, Musikwettbewerb, Frisieren, Schminken und vieles mehr angeboten; aber auch diverse Häppchenbars standen für Jung und Alt zur Verfügung. Grossen Anklang fanden bei der Dorfbevölkerung die traditionelle Ausstellung der Werkarbeiten der Klassen und die Kaffeestube, die von der Schulkommission geführt wurde.

PD

THUN-GABROVO

Gemeinsam musizieren

Am Freitag laden Musikgruppen der Musikschule mit einem Ensemble aus Gabrovo, der Partnerstadt Thuns, zum Konzert.

Die bulgarischen Musikschülerinnen und -schüler sind für rund zwei Wochen zu Besuch bei der Musikschule Region Thun. Zahlreiche Aktivitäten prägen den Aufenthalt, unter anderem auch das gemeinsame Konzerte am Freitag, 6. Juli (Beginn um 20 Uhr) im Beau Rivage Thun.

Das Ensemble der bulgarischen Gäste, von denen einigen mit Thuner Partnerschaften der Musikunterricht an der Musikschule Gabrovo ermöglicht wird, tritt am Sommerkonzert mit Violine, Gitarre, Saxofon, Keyboard und Klavier in Erscheinung. Von der Musikschule Region Thun werden einige beliebte Formationen spielen, so das «Salonorchester», das «Quartett Bellerive» und das «Quartetto Castellago». Aufgeführt werden Werke der Klassik, der Romantik und der leichten Unterhaltung.

Der Eintritt zum Konzert ist frei, die Kollekte dient der finanziellen Unterstützung für Zusammenspiellangebote der Musikschule Gabrovo.

PD