

Ess-Störung: Adressen im Internet

Hilfsangebote

KÖLN Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung will Menschen mit Ess-Störungen bei der Suche nach Beratungs- und Behandlungseinrichtungen helfen. Eine neue Datenbank bietet online auch Angehörigen und Pädagogen einen Überblick über wohnortnahe Angebote zur Beratung, Prävention und Behandlung, wie die Bundeszentrale in Köln mitteilte.

Aktuelle Studien zeigten, dass schon bei einem Fünftel der 11- bis 17-Jährigen in Deutschland Hinweise auf eine Ess-Störung vorlägen. Die Datenbank, die zusammen mit dem Uniklinikum Hamburg-Eppendorf aufgebaut wurde, bietet einen Überblick über 739 Einrichtungen im gesamten Bundesgebiet. Alle aufgeführten Stellen seien anhand von Qualitätskriterien hinsichtlich Erreichbarkeit, Sprechzeiten und Kooperation mit anderen Stellen analysiert worden.

WEB www.bzga-essstoerungen.de

TERMINE

Freundeskreis Bad Hersfeld. Selbsthilfegruppe für Suchtkranke und Angehörige. Treffen donnerstags von 20 bis 21.30 Uhr, Vorm Laufholz 4, Anfragen unter Telefon (06621) 169818 oder per E-Mail: freundeskreis-hf@web.de.

Kinder „stürmen“ die Bonhoeffer-Kirche

Gottesdienst, Krabbelkreise und Elternfrühstück mit großem Zulauf

FULDA

Zuerst kam der Kindergottesdienst zurück ins Bonhoefferhaus. Dann der Krabbelkreis. Später das monatliche Elternfrühstück. Noch ein Krabbelkreis. Und nun ein Spielkreis für die größeren Kinder.

Hat man sich vor drei Jahren im Bonhoefferhaus noch darüber beklagt, dass es in der Kirchengemeinde keine jungen Familien mit Kindern gäbe, zeigt sich nun die Gemeinde in Ziehers-Nord wie verwandelt. Immer mehr junge Menschen lassen sich von der Offenheit des Bonhoefferhauses und seiner vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter anziehen.

„Zuerst war da die Idee, überhaupt wieder einen Kindergottesdienst zu ermöglichen“, sagt Pfarrer Marvin Lange, der sich sichtlich über die vielen jungen Gemeindeglieder freut. „Und dann kam mit Angela Kohlhammer eine Erzieherin, die sich für eine Krabbelgruppe einsetzte.“ Dass diese allein längst nicht mehr ausreicht, ist für den Pfarrer Grund genug, sein Gemeindekonzept möglichst noch stärker auf die Bedürfnisse seiner jüngeren evangelischen Christen abzustimmen. „Wir hatten so viel Zulauf, dass wir noch einen zweiten Termin zum ‚Krabbeln‘ brauchten. Und jetzt reicht auch das nicht mehr:



Spaß und Spiel im Krabbelkreis in Ziehers-Nord.

Foto: Bonhoeffergemeinde

Im August startet eine Kinder-spielgruppe, weil die Eltern auch für ihre etwas größeren Kinder Angebote gesucht haben.“

Das Konzept von Lange ist dabei so einfach wie vielleicht auch einmalig im Fuldaer Raum: Kommen kann jeder, evangelisch, katholisch oder ohne Religionszugehörigkeit, das Programm machen die Eltern mit den Kindern selbst. „Mir geht es darum, den Menschen in Fulda zu zeigen: Deine Kirche ist für Dich und Deine Anliegen offen. Wir stützen niemandem was über. Wir geben Raum und Vernetzungsmöglichkeit.“

Dass dieses Konzept sehr gut angenommen wird, zeigt auch das monatlich stattfindende Elternfrühstück. „Wir setzen da ganz bewusst auf Qualität; das Frühstück muss mindestens so gut sein wie daheim. Schön ist, dass wir immer wieder Lebensmittel-spenden von Tegu und der Bäckerei Happ bekommen“, erklärt Lange.

Doch für die Bonhoeffergemeinde ist das schon alles nicht mehr ausreichend: Die Schlagzahl beim Kindergottesdienst muss wohl dringend erhöht werden – Gott sei Dank stehen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schon in den Startlöchern, sagt der Pfarrer.

Interessierte können sich informieren auf der Homepage der Gemeinde oder direkt im Pfarrbüro unter Telefon (0661) 65400. **lr**

WEB bonhoeffer-online.de

Familien-schule Fulda setzt auf glückliche Familien

Breites Themenspektrum ab der Geburtsvorbereitung / Flexibles Kurskonzept

FULDA

Die Familien-schule Fulda am Gallasiniring 8 bietet ein breites Themenspektrum für Eltern und Kinder.

„Mensch, dass ich auch noch was für mich selber tun kann, obwohl ich eigentlich für mein Kind gekommen bin.“ Elke freut sich. Sie kam in die

Eltern-Kind-Spielgruppe, um ihren Sohn Lenard motorisch zu fördern und Anreize für die Beschäftigung mit ihm zu erhalten. Darüber hinaus erfährt sie aber bei jedem zweiten Treffen wichtige Infos für sich, die die Alltagsorganisation und ihre Partnerschaft betreffend. „Für uns besteht die Förderung des Kindes auch in der Motivation und Begleitung der Eltern“, erklärt Julia Spätling, Diplom-Heilpädagogin

und Leiterin der Familien-schule. „Viele Eltern sind überflutet von Informationen und wissen kaum noch, was richtig oder falsch ist. Wir möchten sie in ihrem Selbstvertrauen stärken und früh Hinweise geben, wie Probleme vermieden werden können. Bei uns bekommen sie fachkompetente Anleitung, und sie können auch individuell nachfragen, in der Gruppe mit anderen Eltern

diskutieren. Gerade unser flexibles Kurskonzept und die Fragestunde hilft ihnen, einen eigenen Standpunkt zu Themen wie Erziehung, Ernährung, Motorik, Umgang mit dem Partner zu finden.“ Die Eltern-Kind-Angebote sind nach Altersgruppen eingeteilt, um aktuell auftretende Fragen beantworten zu können. Bereits in der Geburts- und Familienvorbereitung erhielt Elke Infos und die Mög-

lichkeit, ihre Rolle als Mutter einzuschätzen. „Ich hatte teils Vorstellungen, die sich gar nicht in die Realität umsetzen ließen, das ist mir durch den Kurs klar geworden. Hätte ich da nicht schon einen kleinen Einblick gewonnen, hätte ich mich mit meinem Mann garantiert bei einigen Punkten sehr gestritten. So aber hatten wir beide mehr Klarheit, Toleranz und Gelassenheit.“ Durch die breit angelegte

Kompetenz des Personals – Kinderkrankenschwestern, Hebammen, Pädagogen, Ökotothropologen, Moto-Pädagogen, Ärzte – ist die Familien-schule fit für viele Themen. Dazu kommt die kostenlose Beratung zu Schwangerschaft, Geburt, Familie, Kind und Partnerschaft. **lr**

WEB familien-schule-fulda.de

TIPPS DES EXPERTEN

Jeder Klaps ist ein Klaps zuviel

Vor kurzem hörte ich wieder diesen Satz: „Ein Klaps hat noch keinem geschadet“, mit dem ein Vater sein Verhalten beschrieb, das zugegebenermaßen provokativ wirkende Verhalten seines sechsjährigen Sohnes zu unterbinden. Als der Sohn nämlich nach mehrmaligen Hinweisen den PC auszumachen, diesen dann doch wieder heimlich anstelle und dem Vater nach dessen Versuch, ihn auszuschalten als „Blödmann“ beschimpfte, war es dem Vater zu viel. Er gab seinem Sprössling einen Klaps auf den Hintern – und berichtete in der Beratung davon. Nun ist ein leichter Klaps, zumal wenn er eine seltene Ausnahme ist, sicher kein Weltuntergang. Aber es ist auch keine Kleinigkeit!

Der Klaps ist eine Form von Schlägen – und Schlägen ist immer eine Kurzschluss-handlung, zu der es in

Drucksituationen kommt.

- Eine Erziehung, die Schläge – und wenn auch nur als letzten Ausweg – akzeptiert, wird die Gefühle des Kindes verletzen, sie wird letztendlich ihre Ziele des verantwortungsvollen Umgangs mit Kindern nicht erreichen.



Der Autor Jürgen Plass ist Diplom-Psychologe und Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche in Fulda.

- Mit jedem Schlag verlieren Eltern einen Teil ihrer natürlichen Autorität, sie verbauen sich selbst den Weg, mit ihren Kindern gut auszukommen.
- Überlegen Sie bitte: Wenn man bereit ist, den Klaps als letztes Mittel einzusetzen, wo ist dann die Grenze? Soll man beim nächsten Mal mehrmals zuschlagen? Vielleicht provoziert das Kind aus seiner Verletztheit heraus nach dem Klaps („Hat ja gar nicht weh getan...!“). Was machen Sie dann? Resignieren? Anschreien oder fester zuschlagen?
- Mit dem Klaps als Strafe zeigt man dem Kind nur, was es falsch gemacht hat, sie bringen ihm nicht bei, wie es sich in Zukunft angemessen verhalten soll. So erreicht man nur, dass Kinder zornig und widerspenstig werden, hier droht also eine Eskalation.
- Der Klaps in unserem Bei-

spiel war nur scheinbar „heilsam“, er war sicher eine eindeutige Geste, die die Eltern allerdings nur kurzfristig als durchsetzungstark erscheinen ließ. Im Grunde ist es ein Zeichen von Schwäche, Hilflosigkeit, vielleicht auch für elterlichen Stress. Sie haben als Eltern also nur ein Problemverhalten unterbrochen, weil das Kind erschrocken ist, nicht weil es eingesehen hat, dass es besser gehorchen muss. Wenn Sie aufhören zu strafen und Ihrem Kind Klaps zu geben, bedeutet das nicht, dass Sie auf Erziehung verzichten. Kinder werden bestimmt nicht verzogen, wenn Sie sie liebevoll und respektvoll behandeln oder wenn man ihnen Freude bereitet, ihnen Aufmerksamkeit schenkt, sie lobt, Zeit mit ihnen verbringt, sich ihnen zuwendet. Vorbild sein, klare Familienregeln erklären und mit logischen Konsequenzen verbinden, das sind gu-

te Alternativen zum Schlägen. Denken Sie daran: Sie sind erwachsen. Begeben Sie sich nicht auf das Niveau eines Kindes, indem Sie Ihren Gefühlen freien Lauf lassen. Jeder Klaps sollte Anlass sein, darüber nachzudenken, was in der Erziehung schief läuft. Er ist ein ernstzunehmendes Warnsignal, dass man etwas verändern muss – und eben keine Kleinigkeit. Oft fühlen sich Eltern nach einem Klaps schlecht und entschuldigen sich bei ihrem Kind. Hier gilt: Das schlechte Gewissen danach ist ein ganz schlechter Erzieher. Auch blüht man ein Stückchen Selbstachtung ein. Also vorausschauend planen, Erziehung positiv gestalten, über misslungene Situationen mit anderen sprechen, sich eventuell professionelle Hilfe holen, all dies sind gute Mittel, um der verantwortungsvollen Rolle als Eltern souverän gerecht zu werden.

Ohrfeigen und TV-Verbot als Strafe

Neue Studie

BAD HOMBURG Leichte Ohrfeigen und Fernsehverbot sind als Strafe für Kinder noch verbreitet. Das geht aus einer repräsentativen Studie der AOK-Versicherung hervor. In mehr als jedem zweiten Haushalt (57 Prozent) gaben die Eltern ihrem Nachwuchs demnach schon eine leichte Ohrfeige oder einen Klaps auf den Po – obwohl 94 Prozent der Befragten physische Gewalt in der Erziehung ablehnen. Die Hälfte der 1000 befragten Mütter und Väter streichen den Kindern das TV-Programm, wenn diese sich nicht an Regeln hielten. Gut vier von zehn Eltern (42 Prozent) schalten zur Strafe den Computer aus. Auch Stubenarrest ist aktuell: In jedem vierten Haushalt (27 Prozent) dürfen Kinder nicht vor die Tür, wenn sie etwas angestellt haben.