

# «Bitte mach» statt «Hör auf»

Erziehen will gelernt sein – zum Beispiel bei Kathrin Buholzer in Münsingen, die Kurse für Eltern anbietet

Was tun, wenn das Kind seine Spielsachen partout nicht aufräumen will, wenn es den Bruder schlägt oder im Supermarkt wie ein Esel bockt?

Kathrin Buholzer weiss Rat. In Super-Nanny-Manier zeigt sie Eltern, wie das Familienleben harmonischer werden kann. Die Nachfrage ist gross.

EVELYNE REBER-MAYR

Risikosituationen, Aktivitätenpläne und Überlebensstipps: Das steht auf dem Programm für den letzten Kursabend. Vier Elternpaare und drei Mütter lassen sich von Kathrin Buholzer die Grundsätze der Triple-P-Erziehung (siehe kleiner Kasten) in der Theorie erklären und diskutieren über deren praktische Umsetzung im Alltag. Der zu Ende gehende Triple-P-Elternkurs ist bereits der siebte, den Kathrin Buholzer in diesem Jahr durchführte. In den letzten zwei Monaten hat sie aufgrund der grossen Nachfrage die Kurse gar doppelt angeboten. Und auch die nächsten Kurse sind schon fast vollständig ausgebucht.

Kathrin Buholzer erklärt sich den Run auf ihr Angebot einerseits mit TV-Sendungen wie «Super Nanny», die viele Eltern für Erziehungsfragen sensibilisiert hätten. Andererseits bestehe für Eltern mit Kindern zwei und sechs Jahren bezüglich fachlicher Unterstützung ein Angebotsvakuum. «Viele Eltern von Kindern zwischen zwei und sieben Jahren fühlen sich mit ihren Fragen zur Erziehung allein gelassen.»

## Veränderung nach kurzer Zeit

Es sind denn auch nicht nur Eltern von «Problemkindern», die zu Kathrin Buholzer in den Kurs kommen. Kursteilnehmer Markus Dürst aus Wichtrach beispielsweise bezeichnet seine beiden kleinen Töchter gar als «pflegeleicht». Den Kurs hat der Arzt zusammen mit seiner Frau aus Interesse an der Kommunikation, am zwischenmenschlichen Umgang besucht. Und er ist begeistert: Bereits nach kurzer Zeit habe er eine positive Veränderung in der Familie festgestellt. Auch andere Kursteilnehmer berichten, dass das Familienleben ruhiger und harmonischer geworden sei.

Kathrin Buholzer bestätigt, dass die meisten Kursteilnehmer ganz gut zurechtkommen mit ihren Kindern. Nur etwa zehn Prozent der Eltern seien wirklich «am An-



Sie weiss in Erziehungsfragen Rat: Kathrin Buholzer aus Münsingen bildet in ihren Triple-P-Kursen Eltern aus.

MANU FRIEDERICH

## TRIPLE P

Triple P steht für Positive Parenting Program; es ist eine Erziehungstechnik, die in Australien entwickelt wurde. Ziel der Triple-P-Kurse für Eltern ist die Förderung der Erziehungskompetenz – unter anderem mit konkreten Anleitungen, wie schwierigen Situationen vorgebeugt werden kann oder wie diese zu meistern sind. Die wohl bekanntesten Elemente dieser Erziehungsmethode sind der so genannte stille Stuhl und die Auszeit, wie sie auch Super Nanny Katharina Saalfrank für die gleichnamige TV-Sendung anwendet.

Triple-P-Kurse gibt es für Eltern mit Kindern bis zwölf Jahren sowie für Eltern von Teenagern. Die Elternkurse finden an vier Abenden statt. Danach folgen vier individuelle Telefonberatungen.

Ausbildungen zur Triple-P-Trainerin oder zum Triple-P-Trainer bietet das Institut für Familienforschung und -beratung der Uni Freiburg an. 2006 haben 49 Personen die Ausbildung absolviert (2005: 70). Schweizweit gibt es 196 lizenzierte Triple-P-Trainer und -Trainerinnen. Der Kanton Bern weist mit 30 Einträgen eine besonders hohe Triple-P-Trainer-Dichte auf. (may)

@WWW.TRIPLEP.CH

## Grosse Verunsicherung

Für Eltern, die sich mit Erziehungsfragen auseinandersetzen wollen oder müssen, gibt es diverse Anlaufstellen. Nebst privaten Anbietern von Kursen (siehe Haupttext) steht den Eltern beispielsweise die Mütter- und Väterberatung unentgeltlich zur Verfügung – und zwar bis das Kind in den Kindergarten geht. «Vielen ist gar nicht bewusst, dass unser Angebot für Eltern von Kindern bis etwa sechs Jahre gilt», sagt dazu Marlies Schafer von der Mütter- und Väterberatung Bern-Land. Darum kämen Eltern von Kindern ab etwa zwei Jahren meist nur sporadisch in die Beratungsstunde; eine Zunahme der Nachfrage sei in diesem Bereich allerdings feststellbar. Marlies Schafer freut: «Es ist gut, wenn die Eltern die Erfahrung machen, dass man mit uns auch Erziehungsfragen diskutieren kann.» Auch seien Kurse oder Vorträge der Mütter- und Väterberatung, die Erziehungsthemen behandelten, immer sehr gut besucht.

Die Mütterberaterin findet es generell positiv, wenn sich Eltern mit diversen Erziehungsstilen

auseinander setzen – und dabei ihre eigene Haltung dem Kind gegenüber reflektieren.

## Wunsch nach Strukturierung

Auch Hansruedi Brünggel, Leiter der Erziehungsberatungsstelle Ittigen, hat bei seiner Arbeit «an der Basis» festgestellt, dass viele Eltern ein «enormes Bedürfnis» haben zu erfahren, was man in welchem Alter von einem Kind verlangen kann. «Die Verunsicherung ist gross», sagt er. Die heutigen Väter und Mütter wüssten im Gegensatz zu früher nicht mehr, was in erzieherischen Belangen Gültigkeit habe. Nach dem antiautoritären Erziehungsstil, der in den 70er-Jahren im Trend gewesen sei, bestehe bei vielen Eltern der Wunsch nach Strukturierung. Nur sei vielen nicht klar, wie sie es anpacken sollten, so Brünggel.

Die Triple-P-Elternkurse findet Hansruedi Brünggel eine gute Sache, weil es sich um ein verhaltenstherapeutisches Programm handelt. Nur etwas stört ihn daran: dass es ein kommerzielles Angebot ist. (may)

schlag». Das Erlernen von Erziehungsmethoden wie Triple P vergleicht sie mit dem Autofahren: «Sicher würden die meisten Menschen auch ohne Fahrlehrer fähig sein, ein Auto zu steuern. Aber es geht einfacher, wenn einem jemand sagt, worauf dabei zu achten ist.» In Bezug auf die Triple-P-Methode heisst dies beispielsweise, dem Kind stets positiv formulierte Anweisungen zu geben. Statt «Hör auf, mit deinem Bruder zu streiten» sollte es heissen «Sei lieb zu deinem Bruder».

## Auch der Profi macht Fehler

Die Art der Formulierung sei sehr wichtig, sagt Buholzer. Untersuchungen hätten gezeigt, dass positiv formulierte Anweisungen von den Kindern besser befolgt würden als Verbote. Kathrin Buholzer weiss dies nicht nur aus der Theorie: Die 33-jährige ausgebildete Primarlehrerin ist selbst Mutter zweier Mädchen (4½ und 3 Jahre alt). Eine Mutter, die immer alles richtig macht? «Natürlich nicht», lacht Buholzer. Sie sei keine Maschine, mache auch Fehler. Vor allem, wenn sie beispielsweise müde oder gestresst sei, reagiere sie nicht immer gemäss dem Triple-P-Lehrbuch. Und darum behagt es ihr auch nicht sehr, als «Super Nanny» bezeichnet zu werden.

## KURZ

### Köniz korrigiert Budget: Neu mit mehr Ertrag

**KÖNIZ** Die Gemeinde Köniz korrigiert den für das nächste Jahr budgetierten Ertragsüberschuss um 800 000 Franken nach oben auf neu 3,2 Millionen Franken. Der Grund: Im alten Voranschlag 2007 wurde mit einer Teuerung von einem Prozent gerechnet. Nun aber prognostiziert das Seco eine Jahresteuering von lediglich 0,5 Prozent, was heisst, dass Köniz 2007 den Teuerungsausgleich-Aufwand für das aktive Personal herunterfahren kann. Zudem konnte der Gemeinderat nach neuen Hochrechnungen die budgetierten Steuererträge erhöhen. Das Parlament behandelt den Voranschlag am Montag. (pd)

### Flugpiste soll bis 2008 verlängert sein

**BELP** Nach dem Ja des Berner Volks zum Kantonsbeitrag an die Pistenverlängerung beim Flughafen Bern-Belp gehts an die Umsetzung. Der Verwaltungsrat der Flugplatzgesellschaft Alpar hat formell den Baubeschluss gefasst. Rechtzeitig auf die Euro 08 soll die Pistenanpassung abgeschlossen sein, wie die Alpar mitteilte. Als erster Schritt werde die Versetzung des Instrumentenlandesystems in Auftrag gegeben. Danach kommen die Tiefbauarbeiten und die nötigen Zertifizierungen. (sda)

### Parkieren bei Schulanlagen wird kostenpflichtig

**WORB** Die Parkplätze bei den Schulanlagen Rüfenacht, Worboden, Zentrum und Wyden werden ab 1. August 2007 bewirtschaftet. Der Gemeinderat hat am Montag die Anschaffung von Ticketautomaten genehmigt. (sug)

### Geld für Worber Geschichte

**WORB** Der Gemeinderat hat einen Beitrag von jährlich 5000 Franken an die Aktivitäten der Interessengemeinschaft Worber Geschichte bewilligt. Diese IG wurde, wie die Exekutive mitteilt, im August gegründet und will nach Erscheinen des Buchs zur Worber Geschichte dafür sorgen, dass die Forschung über Worbs Vergangenheit fortgesetzt wird. Mindestens einmal jährlich soll in Zukunft eine öffentliche Veranstaltung zur Geschichte der Gemeinde stattfinden. (pd)

### Überfall auf Velofahrer

**LYSS** Am vergangenen Freitagabend wurde in Lyss ein Velofahrer von drei Unbekannten beraubt. Der Überfall ereignete sich gegen 20.30 Uhr an der Herrengasse. Auf der Höhe des Sieberhauses wurde der Velofahrer, ein 19-jähriger Lehrling, von drei dunkel gekleideten und maskierten Unbekannten vom Velo gerissen. Die Täter entwendeten Bargeld. Die Kantonspolizei sucht Zeugen, die Angaben machen können (Tel. 032 346 87 41). (pid)

ANZEIGE

**Optima**  
Neu: Rufen Sie Ihre 3 Lieblings-Nummern gratis an

+1 PrePay SIM-Karte geschenkt

**1.-**  
Nokia 6131  
Optima 30/12 Monate  
Ohne Preisplan 399.-  
Orange World

+1 PrePay SIM-Karte geschenkt

**1.-**  
Nokia 6233  
Optima 30/24 Monate  
Ohne Preisplan 499.-  
Orange World

Mit Optima: Gratis-Anrufe auf 3 Orange oder Festnetznummern Ihrer Wahl. Ausgeschlossen sind Orange Box, 0800-, 0900-, Kurzzahl- und Mehrwertdienstnummern, Nummern für Internetzugang/Datendienste sowie CoopMobile und mobilzone.net Nummern. Bei Neuausschluss eines Optima Preisplans schenken wir Ihnen eine PrePay Unlimited SIM-Karte im Wert von CHF 49.-. Angebot gültig bis 15.1.2007. Preise inkl. MwSt. Angebote gültig bei Neuausschluss eines Optima 30 Preisplans (CHF 25.-/Monat) für 12 oder 24 Monate. Exkl. SIM-Karte CHF 40.-. Nur solange Vorrat.