

Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 71 / 9. Oktober 2023

Schritt für Schritt zu mehr Verständnis

Manchmal scheinen Eltern und Kinder unterschiedliche Sprachen zu sprechen, so schwierig gestaltet sich die Kommunikation. Scheitert der harmonische Familienalltag immer wieder an denselben Fallstricken, hilft ein Perspektivenwechsel. Diesen können Mütter und Väter in den Elternkursen nach der STEP-Methode (Systematisches Training für Eltern und Pädagogen) erleben, welche von der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) und mit Förderung der IKK gesund plus angeboten werden. Im Rahmen des Projektes „FundaMental – Bausteine für eine gesunde KiTa-Entwicklung“ haben in diesem Jahr zwei Kurse stattgefunden, einer in der KiTa Sonnenschein in Ströbeck und einer in der Integrativen Kneipp-KiTa „Rappelkiste“ in Halberstadt.

„In diesem Angebot lernten Mütter und Väter konkrete Strategien kennen, die es Ihnen ermöglichen, immer wiederkehrende Konfliktsituationen erfolgreich zu meistern“ erklärt Sabrina Lippe von der LVG. Die ausgebildete STEP-Trainerin leitete die Kurse, an denen sich insgesamt zwölf Eltern beteiligten. Die Herausforderungen, von denen die Eltern berichten, ähneln sich und reichen vom Umgang mit kleinen Trotzköpfen über Gefühlsausbrüche hin zu dem Gefühl, nicht gehört zu werden. Alle Eltern lieben ihre Kinder, möchten diese besser verstehen und suchen einen Weg, dem Nachwuchs ihre Frei- und Entwicklungsräume zu geben, aber innerhalb der von ihnen gesetzten Grenzen.

Diese dann auch konsequent und kindgerecht zu vertreten, ist nicht immer einfach. So helfe es bei einem Wutanfall meistens nicht, mit Strenge zu reagieren. Besser sei es, dem kindlichen Gefühlsausbruch mit Verständnis und Gelassenheit zu begegnen, denn gerade kleine Kinder können ihre Emotionen noch nicht steuern. Je ruhiger die Erwachsenen reagieren und in sich ruhen, desto leichter können Kinder lernen, ihre Emotionen zu regulieren.

Dabei kann die STEP-Methode helfen, so Lippe. Die Leiterin der Integrativen KiTa „Rappelkiste“ Evelyn Krieger lobt das Angebot: „In den Veranstaltungen bekommen Eltern neue Perspektiven und Handlungswege aufgezeigt und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten als Bezugsperson gestärkt. Das ist eindeutig ein Gewinn für die Beziehung zum eigenen Kind.“ Die Kurs-Reihe besteht aus vier Terminen á 90 Minuten. Themenschwerpunkte sind unter anderem das kindliche Verhalten, der Erziehungsstil der Eltern, altersgerechte Erwartungen an Kinder sowie die Fallstricke in der Kommunikation.

Neben den Vorträgen stand auch der gegenseitige Austausch im Mittelpunkt. „Eltern stehen unter ständiger Anspannung und enormem Druck. Diese Belastungen führen langfristig auch zu gesundheitlichen Problemen. Die vermittelten Inhalte der Kurse können helfen, den Alltag besser zu bewältigen. Im Gespräch mit anderen erfahren Mütter und Väter zudem: Ich bin nicht allein! Das hilft oft genauso viel wie die Tipps unserer Expertin“, weiß Anke Sommermeier, Präventionsbeauftragte des Landes Sachsen-Anhalt der IKK gesund plus.

Jede der sieben Projekt-KiTas im Landkreis Harz kann ihrer Elternschaft dieses Kursangebot einmalig bis Mitte 2026 unterbreiten. Dazu gehören auch die KiTa „Holzbergwichtel“ in Ströbeck, die KiTa am Thie und die KiTa am Westend in Blankenburg sowie die KiTa Geelbeinchen in Dittfurt.

Ihre Ansprechpartnerin: Sabrina Lippe, Tel.: 03 91/ 2 88 68 30

Über FundaMental: Das Projekt „FundaMental – Bausteine für eine gesunde KiTa-Entwicklung“ wurde von der LVG und der IKK gesund plus, die das Projekt fördert, gemeinsam entwickelt. Über fünf Jahre haben je sieben KiTas aus den Landkreisen Börde und Harz die Chance, gesundheitsförderliche Strukturen in ihren KiTas auf- und auszubauen. Die IKK gesund plus vertritt in Sachsen-Anhalt im Rahmen der Kranken- und Pflegeversicherung ca. 370.000 Versicherte und rund 60.000 Arbeitgeber. Die Gesundheit der Jüngsten liegt ihr ebenso wie der LVG besonders am Herzen.