

Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 76 / 25. September 2024

Schritt für Schritt zu einer gesunden Erziehung

Alle Eltern lieben ihre Kinder und wünschen sich, dass sie sich zu glücklichen, verantwortungsbewussten und selbstständigen Menschen entwickeln. Obwohl sie das Beste für ihre Kinder wollen, führen gut gemeinte Erziehungsmaßnahmen allerdings nicht immer zum gewünschten Erfolg. Nicht selten stehen Eltern im Alltag vor Herausforderungen, die zu Ratlosigkeit führen.

Im Projekt „FundaMental – Bausteine für eine gesunde Kita-Entwicklung“ bietet die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) den beteiligten Familien einen Elternkurs nach der STEP-Methode (Systematisches Training für Eltern und Pädagogen) an. Die 4-teilige Kursreihe wurde dieses Jahr in der Kita „Bördespatzen“ in Altenweddingen und der Ev. Kita „Regenbogen“ in Wanzleben umgesetzt, an der insgesamt 13 Eltern teilnahmen.

Trotzverhalten, Verweigerung und Gefühlsausbrüche waren häufig diskutierte Themen, denen Eltern mit Hilfe der Methoden nun gelassener begegnen können. „Kinder haben ihre eigenen Vorstellungen davon, wie sie in der Familie dazugehören wollen.“ erklärt Cindy Surmasz, Referentin für Gesundheitsförderung bei der LVG. „Im Elternkurs sprechen wir darüber, wie Eltern ihren Kindern helfen, durch positives Verhalten Teil der Familie zu sein und dadurch nicht nur ein gesundes Selbstbewusstsein, sondern auch einen respektvollen Umgang mit ihren Mitmenschen entwickeln.“

Die Methoden helfen Eltern ihre Kinder besser zu verstehen, altersgerechte Erwartungen zu stellen, wiederkehrende Konfliktsituationen zu meistern und sie durch Ermutigung zu fördern. „Im Kurs geht es nicht darum, Erziehungsfehler aufzudecken. Vielmehr soll ein offener Austausch Eltern stärken.“ betont Cindy Surmasz, die seit 2019 Elternkurse in Sachsen-Anhalt begleitet.

Anke Sommermeier, Präventionsbeauftragte des Landes Sachsen-Anhalt der IKK gesund plus weiß „Eltern stehen unter ständiger Anspannung und enormem Druck. Diese Belastungen führen langfristig auch zu gesundheitlichen Problemen. Die vermittelten Inhalte des Kurses 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“.

Im kommenden Jahr haben auch die Eltern in den Kindertagesstätten „Anne Frank“ in Hornhausen und „Edelhof“ in Gröningen die Möglichkeit, an diesem Kursangebot teilzunehmen.

Ihr*e Ansprechpartner*in: Cindy Surmasz, LVG, Telefon 0391/ 288 683 – 0

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.