

# Stärke statt Macht: So geraten Eltern nicht in die Erziehungsfalle

In einer Veranstaltung der Elternbildung Glarus stellt Doris Brodmann den Erziehungsansatz der «Neuen Autorität» vor. Diese bietet hilfreiche Anregungen, wie Erwachsene in eskalierenden Situationen gelassen und handlungsfähig bleiben.

**K**inder und Jugendliche wissen genau, wie sie ihre Eltern auf die Palme bringen können und wo deren wunden Punkte sind. In manchen Situationen verlieren Eltern dann die Beherrschung, werden vielleicht laut oder fangen an, ihrem Kind zu drohen. Manchmal kommt es auch zu Handgreiflichkeiten. Mit dem Erziehungsansatz der «Neuen Autorität» kann man solche Situationen vermeiden oder zumindest anders damit umgehen, sagt Doris Brodmann, die Ende Oktober für die Elternbildung Glarus über das Konzept referiert und Fragen dazu beantwortet.

«Kinder werden grösser, entdecken die Welt und suchen ihre Grenzen. In herausfordernden Erziehungssituationen ist es oft schwierig, gelassen zu bleiben», so Brodmann. Der Ansatz der «Neuen Autorität» biete hilfreiche Anregungen wie Erwachsene in eskalierenden Situationen gelassen und handlungsfähig bleiben und durch gelungene Deeskalation die Beziehung zum Kind und dem Jugendlichen stärken können.

## Schweigen statt viele Worte

Das Konzept wurde von Haim Omer, einem klinischen Psychologen, in Israel entwickelt und baut auf dem Prinzip der elterlichen Präsenz auf. Respekt und Würde gelten als zentral leitende Werte. Die neue Autorität bietet Erwachsenen wichtige Anregungen, wie sie durch Präsenz auch in schwierigen Situationen ihre professionellen Handlungsmöglichkeiten er-

halten und den Kindern und Jugendlichen Orientierung und Sicherheit bieten können.

Haim Omer hat den Ansatz – ursprünglich als gewaltfreien Widerstand bezeichnet – von Gandhi übernommen und in die Erziehung übertragen. «Ein wichtiger Punkt ist, sich nicht in Machtkämpfe zu verstricken. Mit der eigenen Reaktion warten, bis sich die Emotionen gelegt haben, ist essenziell, um keine Eskalation hervorzurufen», so Brodmann. Eine Verzögerung der Reaktion gibt Zeit, das eigene Handeln zu planen. Schweigen löst beim Gegenüber oft mehr aus als viele Worte.

## Eltern fühlen sich allein gelassen

Eltern werden aufgefordert, Verhaltensänderung ganz konkret zu formulieren und diese mit den eigenen Werten zu verbinden. Eltern werden motiviert, ihrem Kind immer wieder die



«Ein wichtiger Punkt ist, sich nicht in Machtkämpfe zu verstricken.»

Doris Brodmann stellt einen Erziehungsansatz vor



Nicht immer so harmonisch: Der Vortrag von Doris Brodmann bietet hilfreiche Anregungen, wie Erwachsene in allfällig hektischen Situationen gelassen reagieren. Bild Keystone

Botschaft zu vermitteln: «Ich bin hier und werde hierbleiben! Ich werde dir nicht nachgeben, und ich werde dich nicht aufgeben!»

Der Erziehungsansatz zielt auf eine Stärkung der Eltern innerhalb der Familie ab. Denn in den heutigen Kleinfamilien fühlen sich Eltern laut Brodmann mit ihren Schwierigkeiten oft alleine. Gerade über Schwierigkeiten wird nicht gerne gesprochen. Omer fordert die Eltern auf, die Geheimhaltung zu überwinden und sich Personen zu suchen, die sie unterstützen können. Mit Freunden, Verwandten, Lehrpersonen oder Nachbarn darüber zu sprechen, löse die Isolation und das Bilden von Bündnissen werde die Stellung der Eltern gegenüber dem Kind stärken.

## Gegenseitiger Respekt

Doris Brodmann will in ihrem Vortrag «Autorität durch Beziehung – Wege aus dem Machtkampf» vermitteln, wie Erziehung und Begleitung auch in schwierigen Situationen möglich ist. Wie ein gegenseitig respektvoller Umgang in Familien gelingt und wie man reagieren kann, wenn Kinder die Familie im schlimmsten Fall sogar tyrannisieren.

Die Veranstaltung der Elternbildung findet am Dienstag, 22. Oktober, von 19.30 bis 21.30 Uhr, im Mehrzweckraum der Landesbibliothek in Glarus statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. (eig/leo)

Nähere Infos unter [www.elternbildung-glarus.ch](http://www.elternbildung-glarus.ch)

## Gesundheitsratgeber

# Das Tröpfchen-Syndrom

Wasserlassen – eine alltägliche Angelegenheit kann bei Männern im besten Alter zunehmend schwierig werden.

Konstantin Ebauer ist Belegarzt und Facharzt FMH für Urologie



Das Lebenszeitrisko für Schwierigkeiten beim Urinieren beträgt etwa 25 Prozent. Die Ursachen sind mannigfaltig: von Entzündungen über neurologische Störungen bis hin zum Blasenstein

oder Tumor. Bei Symptomen ist keinesfalls nur die Prostata schuld – der untere Harntrakt mit Blase als Speicher und Harnröhre mit Prostata als «Tunnel» sind eine funktionelle Einheit. Eine gutartige Prostatavergrößerung steht aber in der Häufigkeit im Vordergrund.

Oft genannt, wenig erkannt: Die Prostata ist eine im kleinen Becken versteckte, für Zeugungsfähigkeit verantwortliche Geschlechtsdrüse. Ab 40 Jahren geht der gutartige, im Wesentlichen genetisch programmierte Prostataumbau los. Die Grösse nimmt von einer Roskastanie zu einer «Orange» zu.

Das alleinige Volumen ist aber nicht alles: Entscheidend ist die Elastizität des Gewebes. Eine mehrheitlich sitzende Position am Bürotisch oder im Auto sind ungünstig; das Velofahren ist unbedenklich. Weiteres, wissenschaftlich

belegtes Risiko ist das sogenannte metabolische Syndrom: Übergewicht, Bluthochdruck und Diabetes. Hier kann also gegengesteuert werden.

Im Beschwerdekomples sind zwei Symptomgruppen häufig: Harnflussabschwächung durch «mechanische» Flussbahnverengung oder eine «nervöse» Blase, die die Männer veranlasst, häufiger die Toiletten aufzusuchen.

## Mythos Untersuch – es ist halb so wild

Eine Früherkennung empfiehlt sich, wenn Verwandte bereits vor dem Alter von 60 an Prostatakrebs erkrankt

sind. Raucher (häufigster Auslöser von Blasenkrebs) sollten ab 50 beim Hausarzt Urin abgeben. Bei Blut im Urin besteht Abklärungsbedarf zum Ausschluss eines Blasen Tumors.

Die Abtastung der Prostata dauert zirka 30 bis 40 Sekunden. Eine rektale Ultraschallsonde hat einen kleineren Durchmesser als geformter Stuhl. Insofern ist der Untersuch vergleichbar mit einem WC-Gang (nur die Richtung ist eine andere). Das Gel und Einfühlungsvermögen des Untersuchers machen die Untersuchung erträglich. Und wie bei allen Krankheiten ist die Früherkennung für die besten Therapieerfolge wichtig.

**KantonsspitalGlarus**  
Medizinische Kompetenz für die Region

## Steigende Leserzahlen

Die «Südostschweiz» bleibt mit grossem Abstand die reichweitenstärkste Zeitung vom Engadin bis an den Zürichsee. Mit 165 000 Leserinnen und Lesern in der Normalauflage und über 213 000 in der Grossauflage unterstreicht die Tageszeitung ihre Bedeutung als wichtige Informationsquelle und reichweitenstarker Werbeträger. Die heute veröffentlichten Leserzahlen der «Südostschweiz Gesamtausgabe» liegen damit sogar über den Leserzahlen vor fünf Jahren, als die heutige Gesamtausgabe der «Südostschweiz» erstmals erhoben wurde. Deutlich gestiegen sind in den vergangenen Monaten die Nutzerzahlen von «Suedostschweiz.ch», zu der auch die Newsseite «Linthzeitung.ch» gehört. Die Online-Newsseite wurde im August rund 1,8 Millionen Mal besucht. Dabei wurden laut der Internet-Studie «Net-Matrix Audit» über fünf Millionen Seiten aufgerufen. «Suedostschweiz.ch» bleibt damit mit grossem Abstand die meistgenutzte regionale Online-Plattform. (red)

INSERAT

BOXSPRING NEUHEITEN

# MATRATZEN FESTIVAL

JETZT FESTIVAL PREISE!

MATRATZE JUBILÉ  
STATT CHF 1'450.–  
NUR CHF 980.–

möbelmärki.swiss

Volketswil | Rapperswil-Jona | Pfäffikon SZ