



Neue Westfälische

# NW Familie

Das Magazin für Vater, Mutter, Kind

Mittwoch, 13. Februar 2008

## Das kindersichere Zuhause

■ Kinder sind von Natur aus neugierig. Um ihre Kleinen keinen unnötigen Gefahren auszusetzen, sollten Eltern ihr Zuhause auf Kindersicherheit hin prüfen. > Seite 6

## Hausaufgaben mit Freude

■ Wann hört Beratung auf und wann fängt Vorsagen an? Wie viel elterliche Hausaufgabenhilfe ist gut? Und wie sieht ein perfekter Arbeitsplatz aus? Mehr auf > Seite 8

## Erfrischender Witz der Kleinsten

■ Kindermund tut Wahrheit kund – dieses alte Sprichwort bestätigt sich auf sehr unterhaltsame und lustige Weise im Internet auf [www.kindermund.de](http://www.kindermund.de). > Seite 9

## Das gesunde Pausenbrot

■ Kinder mögen es süß, aber das ist meist nicht gesund. Tipps für eine gute Ernährung, bei der Kids dennoch gern in die Brotdose greifen, gibt's auf > Seite 11

# Gemeinsam stark werden

*Selbstbehauptungskurse stärken Mütter und Töchter* > Seite 4

FOTO: HERMINE OBERÜCK



## Toys World

[www.toysworld.de](http://www.toysworld.de) · [www.trampoline24.de](http://www.trampoline24.de)

## Spielwaren & Gartenmöbel

**Gütersloh**  
Spielwaren- + Sportmarkt: Hans-Böckler-Str. 55  
Gartenmöbelmarkt: Hans-Böckler-Str. 3

**Paderborn**  
Spielwaren/Sport/Gartenmöbelmarkt  
Gewerbegebiet Dören, Senefelderstr. 14

Bei uns finden Eltern, wovon Kinder träumen!

**AcMedia** Die Spezialisten für Video- und Computerspiele

**playmobil**

**Großer Bauernhof Großset**  
statt 69,99



**49.99**

**LEGO**



**Große Königsburg**  
statt 99,99

**69.99**

**Superjump**  
Großtrampolin-Set, 244 cm, inkl. Sicherheitsnetz



**Toppreis**

**149.99**

**Nintendo**

**DS Lite**  
Videospielkonsole in 4 Farben



**139.99**

**Prof. Kageyamas Mathematik-Training**  
29.99



**19.99**

**Meine Tierarztpraxis**  
statt 39,99



**19.99**

**Mein Gestüt**  
statt 39,99



**19.99**





Spaß haben und Vertrauen stärken: In den zweitägigen Kursen für Mütter und Töchter im „Bellzett“ in Bielefeld wird am Selbstbewusstsein und am Auftreten gearbeitet.

FOTO: HERMINE OBERÜCK

# Starke Kinder, starke Eltern

Zusammen sicheres Auftreten trainieren

■ Jeder Mensch zuckt zusammen, wenn er von Kindesmissbrauchs- oder -entführungsfällen hört. Doch besonders treffen diese Nachrichten die Menschen, die selbst Kinder haben. Und Eltern wollen nur eines: Ihre Kleinen beschützen.

tungskurse für Mütter und Töchter an. Für unterschiedliche Altersstufen der Mädchen (6 bis 10 oder 10 bis 13 Jahre) finden regelmäßig Kurse im Bellzett – Selbstverteidigungs- und Bewegungszentrum für Frauen und Mädchen – in Bielefeld statt.

„Die Stärkung fängt in ganz normalen Alltagssituationen an“, sagt Krudup. Wenn zum Beispiel eine Familie Besuch von der Schwiegermutter bekomme und diese ihre Enkeltochter bei der Begrüßung umarmt und küsst, obwohl das Kind es nicht möchte, sei das schon eine Situation, in der auch die Eltern gefordert seien. „Auch wenn diese Situation natürlich nicht dramatisch ist, erleben die Kinder sie so, dass die Eltern daneben stehen, während sie etwas über sich ergehen lassen, was sie nicht wollen.“ Für Eltern sei es bei Familienmitgliedern häufig umso schwerer, Partei für ihre Kinder zu ergreifen und zur Schwiegermutter zu sagen: „Meine Tochter möchte das jetzt nicht.“

Die Stärkung der Kinder sei eine grundsätzliche Erziehungshaltung, sagt Krudup. „Das Nein-Sagen sollte geübt werden, Kinder müssen ihre Meinung äußern dürfen und damit ernst genommen werden.“ Selbstbehauptungskurse könnten nur unterstützend zu einer stärken der Erziehung wirken.

Leider sei in den letzten Jahren die Arbeit mit Jungen etwas zu kurz gekommen. „Es hat zwar auch mal Kurse für Väter und Söhne in Bielefeld gegeben, aber derzeit ist mir so ein Angebot nicht bekannt“, sagt Karin Krudup. Grundsätzlich habe es sich aber bewährt, dass die Kurse gleichgeschlechtlich stattfänden – also Mütter mit Töchtern und Väter mit Söhnen lernen. „Da spielt auch die jeweilige Vorbildfunktion der Eltern oder auch das Schamgefühl eine wichtige Rolle.“

**Die nächsten Bellzett-Kurse:**

◆ 24. und 25. Februar, für Mütter und Töchter (6 bis 10), Gleichstellungsstelle Halle

◆ 8. und 9. März, für Mütter und Töchter (10 bis 13), Bellzett Bielefeld

◆ 12. und 13. April, für Mütter und Töchter (6 bis 10), Bellzett Bielefeld

◆ 17. Mai, für Mütter und Töchter (6 bis 10), Gleichstellungsstelle Wiedenbrück

◆ 7. und 8. Juni, für Mütter und Töchter (6 bis 10), Gleichstellungsstelle Harsewinkel

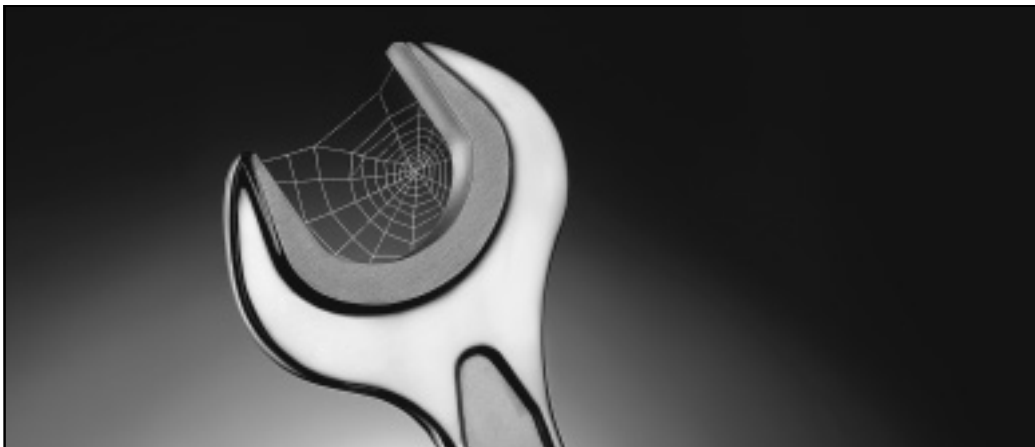
Natalie Gottwald

Das Beste, was Eltern tun könnten, sei, das Selbstbewusstsein ihrer Kinder von klein auf zu stärken und sie dabei zu unterstützen, ihre eigene Meinung zu vertreten, so Uta Raddatz und ihr Kollege Lothar Rösler vom Kommissariat „Vorbeugung“ in Bielefeld. „Wenn es gelingt, Kinder stark und selbstbewusst zu erziehen, ist das der beste Schutz – nicht nur gegen Übergriffe, sondern auch gegen die Suchtgefahr“, ergänzt Lothar Rösler. Aber einen hundertprozentigen Schutz gebe es natürlich nie. Ihre Kinder vor Fremdtätern zu schützen sei meist das Anliegen der Eltern, erzählt Uta Raddatz, doch das sei nicht realistisch. „In etwa 25 Prozent der Fälle ist ein Fremdtäter beteiligt. 75 Prozent der Übergriffe geschehen aber im Nahbereich – also mit Tätern aus der Familie oder dem Freundeskreis“, weiß Raddatz.

Nicht zuletzt deshalb gehören die Eltern nach Meinung von Pädagogin Karin Krudup unbedingt in die Gewaltpräventionsarbeit hinein. Krudup bietet – gemeinsam mit ihrer Kollegin Christa Anders – Selbstbehauptungskurse für Mütter und Töchter an.



**Kommissariat Vorbeugung: Uta Raddatz (Bild unten) und Lothar Rösler, beide Kriminalhauptkommissare.** FOTOS: NATALIE GOTTWALD



Weltgrößter Allrad-PKW-Hersteller  SUBARU

**Herausragende Qualität überredet nicht. Sie überzeugt.**



**ADAC**motorwelt

**ADAC-Praxistest 2007**

(ADAC motorwelt, Ausgabe 11/2007)

- 1. Platz in der Gesamt-Kundenzufriedenheit
- 1. Platz in der Werkstatzzufriedenheit
- 2. Platz in der Markenzufriedenheit

**Auto Bild** TÜV

Report

**Spitzenplätze im TÜV-Report 2007**

(AutoBild TÜV-Auto-Report, Ausgabe 2007)

**TÜV-Report-Sieger 2006**

- 1. Platz Forester (2 bis 3-jährige)
- (AutoBild TÜV-Auto-Report, Ausgabe 2006)

**AUTO**

**Qualitäts-Report 2007**

(Auto Zeitung, Ausgabe 24/2007)

- 1. Platz in der Service-Gesamtzufriedenheit
- 2. Platz in der Zuverlässigkeits-Gesamtzufriedenheit

Kraftstoffverbrauch innerorts: von 15,5 l/100 km bis 9,6 l/100 km, außerorts: von 9,8 l/100 km bis 6,2 l/100 km, kombiniert: von 11,9 l/100 km bis 7,5 l/100 km. CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert: von 220 g/km bis 161 g/km.

**Stühmeyer GmbH & Co. KG**

Krellstraße 1

32549 Bad Oeynhausen

Telefon 05734/7400, Telefax 05734/4411

 **SUBARU**  
www.subaru.de