

«Schmetterlingseffekt – durch kleine Schritte kann man Grosses bewirken»

Von Ilaria Fosca

Für einige gehört Gewalt in der Erziehung dazu. Susanna Vogel-Engeli, Kursleiterin für Erziehung und Kommunikation, sieht das aber anders. So bietet sie am Tag der gewaltfreien Erziehung kostenlose Telefonberatungen an.

Münchwilen Der gewaltfreie Erziehungstag ist für Susanna Vogel-Engeli ein besonderer, denn dieser widerspiegelt ihr Interessenfeld. Als freischaffende Seminarleiterin bietet sie in ihrer Praxis «respektvoll – mit mir & dir» seit 16 Jahren regelmässig Kurse und Workshops rund um das Thema gewaltfreie Erziehung und Kommunikation an. Während zwanzig Jahren unterrichtete sie auch an einer Schule. Da wurde sie bereits mit Kindern konfrontiert, die zu Hause unter erschwerten Bedingungen litten. Allerdings ist sie auch selber als Mutter ab und zu an ihre Grenzen gestossen, weshalb sie immer wieder Weiterbildungen zur Erziehung und Kommunikation besuchte. «Ich war begeistert davon, durch einfache Mittel den Alltag stimmiger gestalten zu können» Ebenso hätte sie dadurch gelernt, ihren Kindern besser zuzuhören und dabei ihre wirklichen Bedürfnisse zu erfahren. Diese positiven Erfahrungen möchte sie Interessierten weitergeben.

Gewalt beginnt nicht bei Schlägen «Mir ist es ein grosses Anliegen, die Leute zu sensibilisieren und aufzuzeigen, dass die Verantwortung für die Stimmung in der Familie immer bei den Eltern liegt», so Vogel-Engeli. Des Weiteren wolle sie informieren, welche Folgen und Auswirkungen Negativität und Druck auf das Grosswerden der Kinder mit sich bringt. So bietet sie Einzelberatungen sowie Gruppenkurse an. «Ich ermutige die Eltern, sich einer Gruppe anzuschliessen, denn da spüren sie, dass sie mit ihren Problemen nicht allein sind.» Der in-



Seminarleiterin Susanna Vogel-Engeli hält nichts von Gewalt in Sachen Kindererziehung, weshalb sie Kurse dazu anbietet.

ternationale Tag für gewaltfreie Erziehung am 30. April soll die Menschen darauf aufmerksam machen, dass Kinder das Recht auf eine physische und psychische Integrität haben, auch wenn dieses in der Schweiz noch nicht gesetzlich geregelt ist. «Gewalt beginnt nicht erst bei Schlägen, sondern schon bei verbalen Angriffen und Erniedrigungen.» Diese können bei Kindern gleiche traumatische Spuren hinterlassen. «Schläge sind für mich keine Erziehungsmassnahme, denn ich wüsste nicht, was Kinder dabei lernen sollten. Sie lernen dabei höchstens, dass Gewalt die richtige Reaktion auf Fehlverhalten ist. Meinen Partner oder meine Freundin schlage ich ja auch nicht.» Durch solche Erziehungsstrategien würden Kinder an Selbstwert und Vertrauen verlieren. «Kinder brauchen

verlässliche und authentische Eltern, die echt, ehrlich und präsent sind.» Anlässlich des gewaltfreien Erziehungstages bietet Vogel-Engeli nachmittags eine kostenlose Telefonberatung sowie einen Tag der offenen Tür am 28. April von zehn bis fünfzehn Uhr an.

Hilfe beanspruchen zeigt Stärke «Es erfordert Mut, den Hörer in die Hand zu nehmen und anzurufen», erklärt die Kursleiterin. Dennoch gebe es Leute, die diesen Schritt für sich und ihre Familie wagen, auch wenn es wenige seien. «Es ist im Denken der Menschen verankert, dass Hilfe und Unterstützung von aussen zu beanspruchen eher eine Form von Schwäche ist.» Für Susanna Vogel-Engeli ist das Gegenteil der Fall: «Das eigene Verhalten zu reflektieren und sich einzuge-

stehen, dass es nicht optimal läuft, beweist Stärke.» Des Weiteren seien Eltern oft eingeschüchtert, weil sie denken, alles richtig machen zu müssen. In ihren Kursen möchte sie deshalb ein ehrliches und offenes Klima schaffen. «Mir ist es wichtig, nicht den Moralapostel zu spielen, weshalb ich immer auch herausfordernde Beispiele aus meinem Leben bringe.» Zu Beginn ihrer Kurse sage sie den Teilnehmern, dass sie nicht über das Geheimrezept der idealen Erziehung verfüge, denn sie sei ja auch nur ein Mensch und es gelinge ihr auch nicht immer alles. «Der Spagat zwischen Beruf und Familie zerrt oft an den Kräften der Eltern und oft entsteht dadurch auch Überforderung», erklärt sie. «Einmal rief mich eine Mutter verzweifelt an und sagte mir, dass sie ihre Tochter schlägt und es furchtbar fin-

det.» Dies sei ihr besonders in Erinnerung geblieben. In erster Linie sei das Wohlbefinden der Eltern, auch als Paar, wichtig für die Erziehung. «Kinder spüren, wenn Eltern gestresst sind.» Wenn Eltern dauernd am Anschlag seien, können sie nichts mehr ertragen und lassen den Frust oft an ihren Kindern aus, auch wenn dies unbewusst geschehe. Erziehenden sollten sie mit ihren eigenen Gefühlen und Werten auseinandersetzen, damit sie den Kindern Grenzen respektvoll und klar kommunizieren können.

Respektvollen Umgang pflegen

«Eine der grössten Herausforderung der heutigen Zeit ist der Umgang mit Stress und der macht nicht Halt vor dem Familienalltag.» Ein respektvoller und achtsamer Umgang würde gemäss der Kursleiterin zu einer stimmigen Beziehung in der Partnerschaft und Familie beitragen. «Grundsätzlich soll die Würde eines Menschen beachtet werden.» Dabei solle man sich fragen, wie man mit sich selbst und anderen spricht und umgeht. «Die innere Sprache sollte mit positiven Gedanken versehen sein.» Zu einem respektvollen Verhalten gehöre zudem, andere Meinungen und Lebenseinstellungen zu respektieren und nicht sofort über andere zu urteilen. «Auch Interesse zeigen und echtes Zuhören sind wichtige Faktoren», erklärt Vogel-Engeli. Ebenso solle man auf die Kommunikationsweise achten: Man sollte nicht angreifend sein und lieber von sich selbst sprechen, anstatt andere abzuwerten. Vogel-Engeli zufolge könne jeder an sich arbeiten: «Es sind kleine Dinge, die Grosses bewirken können – eben der Schmetterlingseffekt.»

■ Wurden Sie Opfer von elterlicher Gewalt? Schreiben Sie uns per E-Mail an red@wiler-nachrichten.ch

Mit Zusendung Ihrer Meinung treten Sie alle Rechte an den Verlag ab, welcher dann entscheidet, ob diese publiziert wird und wenn ja, in den Onlinemedien und Print.

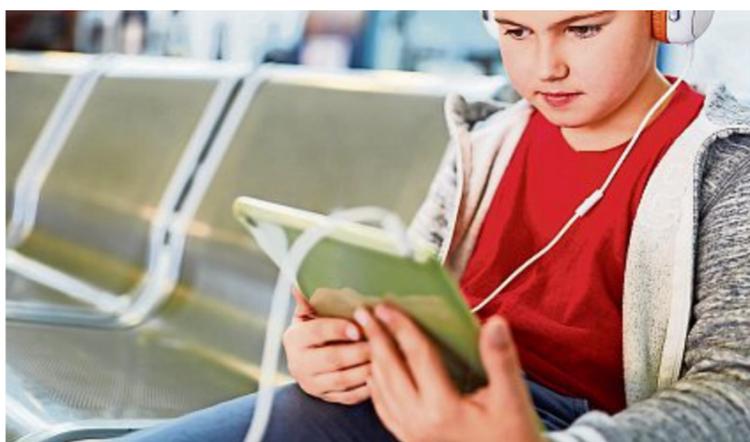
Musikstreaming in Kantonsbibliothek

Bücher und Zeitschriften wurden längst überholt. Obwohl viele am Papier festhalten, gibt es immer mehr, die Informationen und Audiodateien gerne digital konsumieren möchten. Dem wird die Kantonsbibliothek des Kantons Thurgau gerecht. Seit einer Woche bietet sie Musikstreaming an.

Kanton Für alle Bibliothek-Kunden und Medien-Konsumenten bietet die Kantonsbibliothek des Kantons Thurgau jetzt neue Möglichkeiten. Seit einer Woche bietet sie den Musikstreaming-Dienst «Freegal Music» an. Den Nutzerinnen und Nutzern der Kantonsbibliothek stehen damit über 15 Millionen Dateien zur Verfügung, die täglich konsumiert werden können.

15 Millionen Dateien

Die Abonnentinnen und Abonnenten der Kantonsbibliothek Thurgau können ab sofort über den Musikstreaming-Dienst «Freegal Music» Titel aus einer Sammlung von über 15 Millionen Songs, Musikvideos und Hörbüchern von mehr als 40 000



Die Kantonsbibliothek des Kantons Thurgau bietet neu den Musikstreaming-Dienst «Freegal Music» an. Mit diesem Angebot können Nutzer täglich drei Stunden Musik, Musikvideos oder Hörbücher streamen.

Musiklabels weltweit, darunter Sony Music, Epic, RCA und Columbia, entdecken. Sie können in Playlists stöbern oder ihre eigene Wunschliste erstellen.

Drei Stunden täglich streamen

Mit diesem Angebot können die Nutzerinnen und Nutzer täglich drei Stunden Musik, Musikvideos oder

Hörbücher streamen. Zusätzlich sind wöchentlich drei kostenlose Downloads von Musik oder Musikvideos möglich. Die Nutzung ist ohne Zusatzsoftware oder Zusatzprogramm direkt über die Webseite oder eine kostenlose App möglich. Alles, was benötigt wird, ist ein gültiger Bibliotheksausweis der Kantonsbibliothek Thurgau. jac

Publireportage

Kostbar oder nicht? Kostenloser Schätzungstag im Auktionshaus Rapp in Wil

Seit rund 50 Jahren vertrauen Privatpersonen, Sammler, Investoren und Institutionen auf die Expertise des Auktionshauses Rapp, wenn es um den Verkauf von wertvollen Sammelobjekten geht.



Eine grosse Anzahl an Kunden aus dem In- und Ausland vertrauen auf die Kompetenz, den Service und die hohe Dienstleistungsqualität des Auktionshauses Rapp. Am Dienstag, 30. April 2019 findet im Traditionshaus Rapp ein Schätzungs- und Expertentag statt. Die Fachspezialisten nehmen kostenlose Ersteinschätzungen und Verkaufsberatungen für Armband- und Taschenuhren, Schmuck, Münzen, Briefmarken und auch für Luxushandtaschen (bekannte Marken) vor. Geeignete Objekte können vor Ort für die internationalen Versteigerungen entgegengenommen werden.

Das Auktionshaus Rapp gehört zu den weltweit renommiertesten Versteigerungsunternehmen und verfügt über eine kapitalkräftige Kundschaft aus aller Welt. Die

Nachfrage nach kompetentem Expertenwissen ist gross und die Termine sind jeweils schnell vergeben. Eine Anmeldung ist deshalb zwingend erforderlich.

Jetzt Termin für eine kostenlose Einschätzung und Verkaufsberatung vereinbaren:

**Dienstag, 30. April 2019
8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 18.00 Uhr**

AUKTIONSHAUS RAPP
Toggenburgerstrasse 139
9500 Wil

Telefon 071 923 77 44
info@rapp-auktionen.ch
www.rapp-auktionen.ch