

Emotionen fallen nicht vom Himmel

Psychotherapeutin Anne Künstler referierte über den Umgang mit kindlichen Gefühlen

„Gefühle sind wie der Dirigent in einem Orchester“, sagte die Familientherapeutin und Leiterin des Instituts für Kindheit und Entwicklung in Ulm in der Reihe „Wertvolle Kinder“ des Vorarlberger Kinderdorfs.

Emotionen würden nicht vom Himmel fallen, sondern von Bindungsprozessen und kulturellen Konventionen abhängen. „Kinder lernen Stress- und Gefühlsregulation in der Beziehung“, so Künstler. „Sie brauchen dafür zuverlässige und feinfühligere Bezugspersonen.“

Die zentrale Rolle von Eltern sei es, auf ihre Kinder aufzu-



Foto: Vorarlberger Kinderdorf

Anne Künstler referierte im Millennium Park in Lustenau.

passen, sie zu trösten und zu unterstützen. „Sie sind der sichere Hafen und immer dann da, wenn das Kind allein nicht klarkommt.“ Eine gute Beglei-

tung in den ersten Lebensjahren ist laut Künstler ein „super Investment“: „Kinder entwickeln sich sowohl körperlich als auch psychisch nicht im luftleeren Raum. Wenn sie liebevolle Fürsorge erfahren, lernen sie, auch später als Erwachsene mit ihren Gefühlen umzugehen“, erklärte die Psychologin. Diese „Gefühlschule“ beginne schon im Babyalter. „Wir neigen dazu, dass wir die negativen Gefühle weghaben, beispielsweise

Schreien schnellstmöglich stoppen wollen. Vielmehr geht es aber darum, erst einmal Verständnis zu zeigen, statt gleich abzulenken.“ Wenn Eltern über ein großes Vokabular verfügen, um Gefühle zu benennen, helfe dies den Kleinen auf dem Weg zum emotional kompetenten Erwachsenen. „Manchmal ist aber das intuitive Elternverhalten gestört oder verschüttet, etwa durch eine psychische Erkrankung oder unbearbeitete biografische Themen und Traumata“, so die Therapeutin.

Angebote für Familien

Sie betonte in diesem Zusammenhang die Wirksamkeit möglichst früher bindungsstärkender Angebote für belastete Familien. Programme wie „SAFE“ und „EPB“, die in Vorarlberg von „Netzwerk Familie“ angeboten werden, unterstützen Eltern beim Aufbau einer festen, tragfähigen Bindung zu ihrem Kind. (pd)



Foto: Verein

Gildenball Tombola Gewinner zu Gast bei Russ Media

Der inzwischen pensionierte technische Chef des Unternehmens, Wilfried Übelhör, hat die Tombola Gewinner, nach seinem Willkommensgruß im Veranstaltungsraum, fachkundig durch den Betrieb Russ Media in Schwarzach geführt. Zuvor gab er aber den wissbegierigen Teilnehmern mittels einer Diapäsentation eine eindrucksvolle Vorschau. Dabei wurde der Aufstieg des Unternehmens von 1945 bis zur heutigen Größe und Vielfalt der Produkte präsentiert. Der Rundgang führte durch verschiedene Abteilungen des Hauses, wie dem Druckereizentrum mit dem beachtlichen Papierlager und dem Farbmitteldepot, dem Senderraum von „Antenne Vorarlberg“ und natürlich auch der VN-Redaktion. Hans-Günter Pellert, VN-Lokalchef, erklärte in seinem Referat die Gestaltung der täglichen Tageszeitung VN. Allerletzte Meldungen können noch vor Druckschluss um 23 Uhr in die Zeitung eingebaut werden. Die Besucher hatten dabei die Gelegenheit, verschiedene Fragen zu stellen, die der stellvertretende Chefredakteur dann auch verständlich beantwortete. Mit Anerkennung goutierten die Gäste die organisatorische Leistung der Russ Media, indem die VN jeden Werktag pünktlich zum Frühstück in den Vorarlberger Haushalten aufliegt. Bei anschließenden Imbiss und Abschluss bedankte sich Elferrätin Sonja Elsler-Scholl namens der Bregenzer Faschingsgesellschaft mit anerkennenden Worten bei Wilfried Übelhör für seinen informativ geführten Rundgang durch das Medienhaus und überreichte ihm ein Präsent (ver)

Mag. Pfeiffer's® Gelenkskapseln

Viele Menschen leiden zunehmend unter Gelenkschmerzen und Arthrose, sei es beim Sport oder wenn sie ruhen.

Haben Sie auch schmerzende Knie, Ellbogen oder Hüftschmerzen und wollen, dass die Schmerzen endlich verschwinden?

Dann gibt es bei Ihrer Apotheke genau das Richtige für sie: Mag. Pfeiffer's Gelenkskapseln von Vitalis. Sie geben dem Knorpel wieder das zurück, was er braucht. Die Inhaltsstoffe erhöhen die Gelenkschmiere und das

Kollagen und helfen gegen entzündete Prozesse und altersbedingten Knorpelabbau.

(Entgeltliche Einschaltung)



Foto: Vitalis