

Hilfe!

WIE GEHT DAS?

Wenn es um Kindererziehung geht, gibt es nicht die eine Wahrheit. Im Gegenteil: Welche Süßigkeiten sind okay? Wie viele Spielsachen braucht mein Kind? Darf ich Familienfotos auf Facebook posten? **ELF FRAGEN, VIELE MEINUNGEN:** Experten und Promi-Mamas sagen, was sie darüber denken. RED.: MELANIE ZINGL



Ruth Bernhardt

MAMACOACH, KINESIOLOGIN,
2 KINDER (ALVA, 5, UND
NOAH, 2 1/2)



Sandra Teml-Jetter

FAMILIENBERATERIN,
3 KINDER (LUKAS, 22,
FRANZISKA, 15, LORENZ, 13)



Lilian Klebow

SCHAUSPIELERIN, 2 KINDER
(CHARLIE, 3, UND
SONNY, 8 MONATE)



Vera Russwurm

MODERATORIN, 3 KINDER
(YARA, 28, FLORENTINA, 25,
ANABEL, 18)

Darf ich Fotos von meinem Kind auf Facebook posten?

BERNHARDT: „Jede Familie muss für sich entscheiden, ob und in welchem Ausmaß sie Bilder ihrer Kinder in den sozialen Medien veröffentlicht. Wenn Fotos online gestellt werden, sollte das sehr achtsam passieren. Und im Bewusstsein, dass im Web ständig auch Missbrauch mit Daten geschehen kann.“

KLEBOW: „Ich tue das nicht. Meine Mama hatte in der Küche ein Foto von mir als Nackabatzl stehen. Es war aus heutiger Sicht ein echt süßes Foto, aber wie peinlich mir das war, wenn Freunde zu Besuch waren! Tja, und auf Facebook sind halt sehr viele ‚Freunde zu Besuch‘. Ich respektiere gerne die Privatsphäre meiner Kinder. Auch wenn ich verstehen kann, dass man seine Freude mit der ganzen Welt teilen möchte.“

MÜSSEN KINDER IMMER AUFESSEN?

BERNHARDT: „Das Thema beschäftigt uns Eltern von Anfang an: Unsere Kinder sollen sich gut entwickeln, wachsen und gesund sein. Allerdings gilt: Jede/r is(s)t anders! Jedes Kind hat verschiedene Geschmäcker und braucht unterschiedlich viel und oft Nahrung. Mir gefällt der Ansatz, Kindern beizubringen, auf ihr Körpergefühl zu hören – zu spüren, wann sie satt sind, wann sie Hunger haben, was ihr Körper braucht. Das können sie dann lernen, wenn wir ihr Empfinden auch respektieren und ernst nehmen.“

RUSSWURM: „Es ist wie beim Frühstücksbuffet im Hotel – zuerst lieber weniger auf den Teller geben, man kann sich Nachschub holen, wenn man noch Hunger hat. Alles andere ist Essensverschwendung. Das soll auch den Kindern klar sein: Essen ist da, damit man es isst, nicht damit man es verschwendet. Sind sie ganz klein, können sie das noch nicht einschätzen, aber ab der Volksschule sollten sie sich selbst so viel nehmen, wie sie brauchen. Streitereien darüber, dass aufgegessen werden soll, sind unnötig. Es ist zu respektieren, wenn ein Kind etwas wirklich nicht mag. Das ist ja bei uns Erwachsenen auch so.“

