

Pressemitteilung

peb-Studie Junge Eltern: Konfliktvermeidung statt Erziehung

Berlin, 11.08.2010 - Mit der "peb-Studie Junge Eltern" untersuchte die Plattform Ernährung und Bewegung e.V (peb) die Einflussfaktoren für das Ernährungs- und Bewegungsverhalten junger Familien in der frühen Phase der Kindheit. Damit beleuchtet die peb-Studie Motive, Hinderungsgründe und Voraussetzungen für gesundheitsorientiertes Verhalten in jungen Familien und liefert neue Erkenntnisse zur Prävention von Übergewicht.

Im Auftrag von peb wurden für die Studie, die mit Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) gefördert wurde, insgesamt 330 Eltern von Kindern im Alter von 0-3 Jahren durch rheingold, Institut für morphologische Marktforschung, befragt. Die Ergebnisse zeigen vor allem, dass der Alltag in vielen jungen Familien oft von Konfliktvermeidung und zu wenig Regeln und Strukturen geprägt ist.

Gesunder Lebensstil braucht Regeln

Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass es im Alltag von jungen Familien immer weniger Regeln, Rituale und feste Essenszeiten gibt. Eltern machen ihren Kindern nur wenige Vorgaben – und das Essen wird zur Verhandlungssache, bei der zwischen Eltern und Kindern ausgehandelt wird, was, wann, wie oft und wie viel gegessen wird. So gestehen sich 42 Prozent der Eltern ein, dass es Ihnen schwer fällt, sich den Wünschen ihrer Kinder zu widersetzen. Elternaussagen aus den Interviews der peb- Studie wie „*Ich musste als Kind immer essen, was auf den Tisch kam. (...) Ich möchte meinen Sohn nicht einengen.*“ und „*Es ist viel zu schwierig, streng zu sein, wenn er mich mit seinen süßen Augen anguckt.*“ zeigen, wie schwer es den Eltern fällt, feste Regeln aufzustellen und durchzusetzen.



KONTAKT

peb
Dr. Andrea Lambeck
Wallstraße 65
10179 Berlin
Tel.: 030 278797-67
Fax: 030 278797-69
E-Mail:
plattform@pebonline.de
www.pebonline.de

Ständige Konfliktvermeidung

Viele junge Eltern versuchen, durch Medienkonsum und Lebensmittel außerhalb der Mahlzeiten ihre Kinder ruhig zu stellen, um Konflikte mit ihren Kindern zu vermeiden oder sie zu lösen. Zum Teil werden Kinder bei jeder kleinsten Unlustäußerung (wie Langeweile, Kummer o. ä.) durch Essen, Trinken oder den Fernseher ruhig gestellt. Dies ist vor allem auf den Anspruch der Eltern zurückzuführen, das Kind solle immer glücklich und zufrieden sein. So stimmen 63 Prozent der Eltern der Aussage zu, trotz einigermaßen fest geplanter Mahlzeiten ihrem Kind auch zwischen den Mahlzeiten etwas zu essen zu geben, wenn es danach verlangt. Im Interview erklärt die Mutter einer Tochter hierzu: *„Zu Beginn hat sie mal aus Hunger geschrien. Dem beuge ich jetzt vor. Zur Not mit Keksen und Waffeln zwischendurch, wenn sie das Essen nicht geschafft hat.“*

Weitere Kernergebnisse der peb-Studie:

- Die grundsätzlichen Informationen zum gesunden Lebensstil sind den meisten jungen Eltern bekannt. Die Umsetzung im Alltag fällt jedoch oft schwer.
- Jungen Eltern bereitet es eher Sorgen, dass Kinder zu wenig essen als zuviel.
- Sprechen junge Eltern über einen gesunden Lebensstil, wird dem Thema Ernährung ein hoher Stellenwert eingeräumt, das Thema Bewegung wird kaum erwähnt.
- Junge Eltern hemmen oft den natürlichen Bewegungsdrang ihrer Kinder statt ihn zu fördern.
- Väter sind zumeist aktiver bei der Bewegungsförderung ihrer Kinder als Mütter.

Weitere Informationen zur peb-Studie „Junge Eltern“ finden Sie unter **www.pebonline.de**

Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)

peb ist ein Zusammenschluss von Vertretern aus öffentlicher Hand, Wirtschaft, Wissenschaft, Sport, Eltern und Ärzten. Über 100 Partner setzen sich aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen ein.

KONTAKT

peb
Dr. Andrea Lambeck
Wallstraße 65
10179 Berlin
Tel.: 030 278797-67
Fax: 030 278797-69
E-Mail:
plattform@pebonline.de
www.pebonline.de