

Halt in unbekannter Situation

Familienbildungsstätte hilft werdenden Eltern im Kurs „Fit für den Start“

Von Michael Schiffbänker

Osnabrück. Der Kurs „Fit für den Start“ in der Katholischen Familienbildungsstätte (Fabi) Osnabrück begleitet werdende Eltern während der Schwangerschaft und danach. Es geht vor allem darum, den angehenden Müttern und Vätern ihre Unsicherheit zu nehmen.

Die großen Stühle mit den blauen Polstern sind im Kreis aufgestellt. Sie passen nicht recht in den Raum, in dem sonst nur ungepolsterte Mini-Stühle an niedrigen Tischen stehen. Eigentlich spielen, basteln und kochen Kinder in diesem Raum der Katholischen Familienbildungsstätte (Fabi) Osnabrück. Jetzt sitzen zwei Männer und sechs Frauen im Kreis. Eva Wöstmann ist die einzige Frau in dieser Runde, die nicht schwanger ist. Sie leitet den zehnteiligen Kurs „Fit für den Start“, der werdende Eltern auf ihr erstes Kind vorbereitet.

„Ich könnte den ganzen Tag nur essen“, sagt Tanja, während sie eine Mandarine schält. Derja nickt und streicht über ihren Kugelbauch. Die 23-Jährige kennt das Gefühl: „Ich fühle mich wie im Taucheranzug. Manchmal denke ich: Das ist doch gar nicht meine Haut.“ Die anderen Frauen in der Runde klagen über Rückenschmerzen, Kurzatmigkeit und Schlafmangel. Immer nicken die Zuhörerinnen, immer kennen sie das Gefühl.

Die Frage „Wie geht`s euch?“, die Wöstmann zu Beginn jedes Treffens stellt, ist hier im großen



Kneten und backen: Die werdenden Eltern formen im Kursraum ihr „Wunschkind“ aus Salzteig.
Foto: Michael Schiffbänker

Stuhlkreis im Raum für kleine Leute mehr als eine höfliche Floskel. „Man merkt, dass man nicht allein ist mit seinen Sorgen“, sagt Tanja. Die werdenden Mütter reden über ihre Probleme und

geben sich Tipps. Jede hat sich individuell auf die Geburt vorbereitet, jede weiß etwas, das die anderen noch nicht gehört haben. „Der Austausch und die Informationen sind das Wichtigste,

weil sie Sicherheit in einer unbekannteren Situation geben“, sagt Wöstmann, während sie in einer tiefen Schüssel Salzteig anrührt.

Die Kursteilnehmer sollen Babys aus dem Teig formen und dazu ihre Wünsche und Hoffnungen für das Kind äußern. Es ist der fünfte von zehn 90-minütigen Kursabenden. Der drittletzte vor der Geburt. Drei weitere folgen danach. Heute geht es um die Wünsche der Eltern für ihr Kind. Hoffnungen und Erwartungen seien entscheidend für die spätere Erziehung, erklärt Birgit Elixmann, die das Projekt koordiniert und selbst einen der Kurse leitet. „Wir machen den Eltern klar, dass Kinder nicht höher, schneller und weiter sein müssen als andere“, sagt Wöstmann.

Darüber hinaus befasst sich der Kurs beispielsweise mit den Bedürfnissen von Neugeborenen, den kindlichen Signalen, Informationen zu Elterngeld und der Organisation des Familienalltags. Das von der Universität Osnabrück unterstützte Angebot folgt laut Elixmann keinem starren Konzept und will nichts vorschreiben: „Wir haben es mit vielen klugen Köpfen gemeinsam entworfen. Es ist individuell und nimmt nicht allein die Kinder, sondern genauso die Eltern in den Blick.“ 30 Kurse will die Fabi in Zusammenarbeit mit der Universität pro Jahr anbieten, um viele der jährlich 900 erstmals Schwangeren in Osnabrück fit für den Start zu machen.

Informationen bei Barbara Elixmann, Telefon 05 41/3 58 68 22 und unter www.kath-fabi-os.de.