

## Für Sie getestet

Von Antje Merke

## Zu Fuß um den Schleinsee

Die Ausflugsmöglichkeiten im Bodenseeraum sind groß. Und doch kommen Einheimische irgendwann an den Punkt, dass sie schon fast alles gesehen haben: vom Zeppelinmuseum über die Pfahlbauten bis zum Affenberg. Auch bei den Spaziergängen bewegt man sich oft auf ausgetretenen Pfaden. Sei es der Tettmanger Hopfenweg, der Uferspaziergang von Lindau nach Wasserburg oder die Insel Mainau. Da ist man dankbar für Geheimtipps wie etwa den Schleinsee im Hinterland von Kressbronn. Besagter See ist ein von Schilf umrahmter idyllischer Weiher, der in die für das südliche Oberschwaben typische Drumlin-Landschaft eingebettet ist. Man spaziert über Wiesen, durch Waldstücke und hat zwischendrin einen Blick auf das malerische gleichnamige Dorf mit seinem Kirchlein. Die Tour auf geschotterten Wegen und asphaltierten Sträßchen ist geeignet für Familien inklusive Großeltern und dauert mit einer guten Stunde nicht allzu lang.

Ausgangspunkt für die Runde ist Kressbronn-Nitzenweiler. Dort stellt man am besten sein Auto am Ortsrand in Richtung Riedensweiler ab



und folgt dann dem mit einem blauen Strich markierten Wander- und Radwegen Osten. Den Schleinsee lässt man dabei links liegen. Nach den Häusern führt der Weg in ein kleines Waldstück und trifft danach auf ein schmales Sträßchen. Hier hält man sich leicht links und verlässt gleich darauf den Wald. Rechter Hand erstreckt sich jetzt der benachbarte Degersee. Kurz darauf kann man im nächsten Wäldchen entweder mit dem Wanderzeichen blauer Punkt nach links abbiegen oder – was schöner ist – der Straße noch weiter bis Wielandsweiler folgen. Spätestens dort hält man sich wieder links und marschiert über Wiesen direkt nach Schleinsee. Immer am See entlang geht es schließlich zurück nach Nitzenweiler.

Wem die Tour so zu kurz ist, der kann auch gleich noch im großen Bogen den Degersee umrunden. Dort stößt man hinter Busenhaus wieder auf den hier rechts abbiegenden Weg nach Wielandsweiler. Dieser erweiterte Spaziergang dauert allerdings noch mal mindestens eine Stunde, so dass man dann insgesamt zwei Stunden unterwegs ist.

## Angst macht Bauchweh

Experte empfiehlt in jedem Fall den Gang zum Arzt

KÖLN (dpa) – Fast ein Viertel der Kinder leidet wiederholt unter Bauchschmerzen. Bei einem Großteil der kleinen Patienten liegt allerdings keine organische Ursache vor. „Oft sind Stress oder Angst der Auslöser“, erklärt Ulrich Fegeler vom Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) in Köln. „Bauchschmerzen, die in Zusammenhang mit Schulproblemen stehen, können beispielsweise über das Wochenende wieder verschwinden.“ Solche Beschwerden werden als funktionelle Bauchschmerzen bezeichnet.

„Klagen kleine Kinder öfter über Bauchweh, sollten Eltern notieren, wann diese auftreten, und ihr Kind fragen, an welcher Stelle es besonders unangenehm ist“, rät Fegeler. „Das kann dem Kinder- und Jugendarzt bei der Ermittlung der Ursache helfen.“ Der Bereich um den Nabel ist dicht mit Nerven und Blutgefäßen durchzogen. Fühlt sich ein Kind frustriert oder ist es besorgt, können sich die Muskeln dort zusammenziehen und Unwohlsein verursachen.

Schmerzen im Ober- oder Unterbauch, Durchfall und Fieber weisen Fegeler zufolge dagegen auf eine Krankheit hin. Grundsätzlich sollten Kinder mit wiederholten Bauch-



Bauchweh kann bei Schülern auch seelisch bedingt sein. FOTO: DPA

schmerzattacken immer dem Kinder- und Jugendarzt vorgestellt werden. Lässt sich keine organische Ursache feststellen, dürfen Eltern aber nicht vergessen, dass Kinder funktionelle Bauchschmerzen wirklich erleben. Sie sollten ihm Aufmerksamkeit schenken, zum Beispiel mit ihm Entspannungsübungen probieren oder es mit einer Bettflasche hinlegen lassen, bis der Bauch sich entspannt hat und die Schmerzen vergehen.

## Wenn Eltern die erste Liebe ablehnen

Jugendliche sollten Einwände der Erwachsenen anhören – Annehmen müssen sie diese nicht

Von Alisa Augustin

STUTTGART (dpa) – Laura ist 15 Jahre alt und geht in die neunte Klasse einer Stuttgarter Realschule. Sie muss sich auf ihrem Schulabschluss vorbereiten. Seit mehr als drei Monaten ist sie nun mit Tobias aus ihrer Nachbar-Klasse zusammen. Sie sind beide glücklich und unternehmen viel miteinander. „Das passt meinen Eltern gar nicht. Sie meinen, ich würde dadurch bloß die Schule vernachlässigen und nicht mehr wissen, was wichtig ist“, sagt Laura.

Verliebt zu sein und einen Freund oder eine Freundin zu haben, ist eine wunderbare Erfahrung. Auf dem Schulhof Händchen halten, im Kino heimlich schmusen und sich immer vertrauter werden. Man schwebt auf Wolke sieben. Blöd, wenn einem dann ausgerechnet die Eltern einen Strich durch die Rechnung machen.

Die Streitpunkte beim Thema Beziehung seien zwischen Jugendlichen und ihren Eltern uferlos, sagt Beate Friese von der Nummer gegen Kummer in Wuppertal. Viele Eltern machten sich vor allem Sorgen um eine mögliche Schwangerschaft. Denn die Aufklärung laufe heute kaum noch über die Eltern, stattdessen informierten sich die Jugendlichen im Internet. „Daher sind sich die Eltern einfach unsicher, wie viel ihre Kinder überhaupt über Verhütung und Sexualität wissen.“

## Aus Kindern werden Erwachsene

Viele Jugendliche hätten darüber hinaus große Hemmungen, um mit ihren Eltern über sexuelle Details ein Gespräch zu führen. Vor allem bei so intimen Fragen wie „Mein Freund will mit mir schlafen, ich bin aber noch nicht bereit dafür.“ Denn in der Pubertät wollen sie ihr Leben alleine regeln und nicht mehr auf Ratschläge der Eltern hören.

Die 15-jährige Laura ist verzweifelt. „Ich traue mich schon gar nicht mehr richtig, Tobi mit nach Hause zu bringen.“ Die Schülerin hat Angst davor, dass ihre Eltern irgendwann verlangen könnten, sie solle mit ihrem Freund Schluss machen.

Für den Diplompädagogen Heinz Thiery von der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (bke) in Fürth ist das nichts Neues: „Viele Eltern haben ein Problem damit, ihre Kinder erwachsen werden zu lassen. Der Sündenbock ist dann meistens der Partner des Kindes.“ Er rate Jugendlichen dazu, den Eltern selbstbewusst gegenüberzutreten und ihre Argumente zu entkräften. So könne Laura ihren Eltern beispielsweise vorschlagen, erst einmal die nächsten Noten abzuwarten.

Auch Beate Friese hält es für eine gute Idee, den Eltern gegenüber klare Grenzen abzustecken. So könne man



Manche Mütter und Väter tun sich schwer damit, wenn ihre Kinder eine Liebesbeziehung haben. FOTO: SHUTTERSTOCK

ihnen beispielsweise sagen: „Hört mal, ich werde erwachsen. Ich muss jetzt meine eigenen Erfahrungen sammeln und dazu gehört es, vielleicht auch den einen oder anderen Fehler zu machen.“ Denn wenn Eltern erst einmal merken, dass ihre Kinder verantwortungsbewusst sind, würden sie ihnen mehr erlauben.

Auch der 17-jährige Maximilian aus Chemnitz hat Probleme mit den Eltern seiner Freundin. „Ich bin jetzt schon seit fast zwei Jahren mit meiner Freundin zusammen, aber ihre Eltern haben mir noch nicht mal das Du angeboten.“ Auch bei Familienfeiern sei er nicht eingeladen.

In einem solchen Fall sei es an der Freundin, darüber mit ihren Eltern zu reden. Das sei grundsätzlich besser, als wenn ihr Freund das Gespräch su-

che. „Lieber nicht, das erzeugt nur noch mehr Distanz“, rät Thiery. Denn die Eltern könnten wahrscheinlich nur schwer damit umgehen, wenn der Freund ihres Kindes ihnen das eigene Verhalten vorwerfe.

## Konfrontation bringt nichts

Erzwingen lasse sich ein entspanntes Verhältnis zwischen Eltern und Partner aber nicht. „Auf Konfrontation zu gehen, bringt nichts. Schließlich ist man als Teenager gewissermaßen abhängig von seinen Eltern.“ Als Lösung bleibe nur, das Thema in einer ruhigen Minute mit den eigenen Eltern zu diskutieren.

Häufig hätten die Eltern ein falsches Bild vom Partner ihres Kindes – manchmal noch bevor sie ihn überhaupt richtig kennengelernt haben.

In solch einem Fall könne es die Lage wirklich entspannen, wenn Eltern und Partner etwas miteinander unternehmen, meint Pädagoge Thiery aus Erfahrung.

Apropos Erfahrung – diese zeige, dass vor allem Väter oft mehr mit dem Partner ihrer Tochter gemeinsam hätten, als sie auf den ersten Blick denken. Ein kluger Schachzug sei deshalb, wenn die Tochter den ersten Schritt macht und nach Gemeinsamkeiten von Papa und Freund sucht. So kann sie ihnen vielleicht etwas vorschlagen, wie sie gemeinsam Zeit verbringen können.

Die bke bietet auch im Internet Erziehungsberatung für Eltern an: [www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)

ANZEIGE

**Gesucht. Südfinder. Gefunden.**

Herr Uwe Lanzendörfer, Geschäftsführer  
Autofabrik Bodensee GmbH & Co. KG, Taettmang

„Top-Autos zu Top-Preisen. Top-Südfinder.“

Südfinder AUTO finden Sie im INFO – der Südfinder, in der Schwäbischen Zeitung und auf [suedfinder.de](http://suedfinder.de).

**Südfinder AUTO**