

PSYCHOSOZIALE GESUNDHEITSFÖRDERUNG DURCH RESSOURCEN UND BEZIEHUNG STÄRKEN

IM FOKUS: KAUFEN/KONSUM/VORBILDWIRKUNG

Konsum ist in der heutigen Welt allgegenwärtig, und schon Kleinkinder werden früh mit vielen Reizen und Angeboten konfrontiert. Aber was steckt hinter diesem Wunsch nach mehr? Und wie können wir als Eltern unseren Kindern helfen, ihre Bedürfnisse zu erkennen und auf gesunde Weise zu befriedigen – ohne in die Falle des übermäßigen Konsums zu tappen?

Indem wir unsere Kinder dabei unterstützen, ihre Bedürfnisse zu erkennen und Alternativen aufzuzeigen, fördern wir ein gesundes, reflektiertes Konsumverhalten.

Kleinkinder sind noch nicht in der Lage, zwischen echten Bedürfnissen und reinem Wunsch zu unterscheiden. Oft äußern sie ihre „Wünsche“ nach bestimmten Produkten lautstark – sei es ein „Ich will das jetzt!“ im Supermarkt oder das Drängen nach neuen Spielsachen. Dahinter stehen häufig grundlegende Bedürfnisse wie Zugehörigkeit, Anerkennung oder das Stillen von Langeweile. Von großer Bedeutung ist daher die Unterscheidung zwischen echten Bedürfnissen und dem kurzfristigen Wunsch nach einem Produkt. Hierbei brauchen Kinder uns Erwachsene als Vorbilder. Denn durch unkritisches Erfüllen jeglicher Wünsche gehen Genuss, Vorfreude und langfristige Begeisterung verloren. Stellen wir uns also die Frage, ob die Anschaffung von etwas Neuem unbedingt erforderlich ist, oder ob vielmehr anderen Bedürfnissen geschuldet ist.



IDEEN FÜR BEWUSSTEN UND NACHHALTIGEN KONSUM

- **Bibliotheken:** Hier können nicht nur Bücher, sondern auch Spiele, Filme und andere Lernmaterialien kostenlos ausgeliehen werden
- **Tauschbörsen** und **Share Economy:** Tauschen Sie Spielzeug, Kleidung oder andere Dinge mit anderen Familien oder über Online-Tauschbörsen
- **Second-Hand-Läden**
- **Kreative Lösungen:** Lassen Sie Ihr Kind auch lernen, wie man Dinge selbst repariert oder umgestaltet



Klaus Hurrelmann
Gerlinde Unverzagt



Karin Burger und
May Aurin

Arm ist nicht, wer wenig hat, sondern wer viel braucht.
Peter Rosegger

