

Seite 2

Elternkurse / Kesser und besser
Erziehung / Strafe muss nicht sein

Seite 3

Beten / Das Erlebte vor Gott bringen
Soziales Lernen / Der weite Weg zum Teilen

Seite 4

Familienferien / Die Seele baumeln lassen

Liebe Mutter, lieber Vater,

manchmal können Mütter und Väter sich selbst nicht mehr hören, wenn sie dauernd „Nein!“ rufen. Und hin und wieder „übersehen“ sie einfach, was der Nachwuchs gerade anstellt. Lieber nachher die ausgeräumten Bücher einräumen als schon wieder etwas „verbieten“.

Denn mit Verboten allein ist es ja meist nicht getan. Grenzen setzen und durchsetzen ist hier gefragt. Aber das Kind wird traurig oder wütend werden. Und so sind Eltern mitunter versucht, dem Willen der Söhne und Töchter nachzugeben. Aber ist das dann das Beste fürs Kind? Vermitteln sie ihm so nicht die Einstellung, dass nur sein eigener Wille zählt?

Kinder brauchen Grenzen. Sie geben ihnen Sicherheit und Orientierung. Mädchen und Jungen brauchen die Erfahrung, dass nicht alles möglich und gut ist, was sie sich wünschen, dass sie ihre Bedürfnisse mit denen anderer in Einklang bringen müssen und dass das Aufräumen nicht nur Sache der Eltern, sondern auch des kleinen Verursachers ist.

Je älter das Kind wird, desto mehr können Grenzen auch ausgehandelt und gemeinsam festgelegt werden. Die große Kunst dabei ist, eine angemessene Balance zu finden zwischen Grenzen setzen und Freiheit gewähren.

Trauen Sie sich?

Ihre

Andrea Kipp
Andrea Kipp



JUNGEN UND MÄDCHEN

Gleiche Chancen - nicht nur beim Spielzeug

Pippi Langstrumpf war ein sehr merkwürdiges Mädchen. „Sie war so furchtbar stark, dass es auf der ganzen Welt keinen Polizisten gab, der so stark war wie sie“, heißt es in Astrid Lindgrens Kinderbuch.

Mädchen können stark und selbstbewusst auftreten, genauso wie Jungen zart und sensibel sein dürfen. Ob „typisch“ weibliche oder männliche Verhaltensweisen angeboren sind oder nicht, ist wissenschaftlich nicht eindeutig geklärt. Aber sicher übernehmen Jungen und Mädchen unbewusst Rollenmuster, die in der Familie vorherrschen und in denen Eltern ihre Kinder wahrnehmen. Schon kurz nach der Geburt beschreiben Eltern ihre Töchter eher als zart und hübsch, ihre Söhne als groß und kräftig. Die Kinder selbst begreifen in den ersten Lebensjahren nicht, was Jungen und Mädchen unterscheidet. Bis ins dritte Lebensjahr hinein halten es Jungen für möglich, später Mutter zu sein. Mädchen glauben, durch Verkleidung zum Mann werden zu können.

Erst im Alter zwischen drei und sechs Jahren lernen die Kinder, sich einem Geschlecht zuzuordnen – und übernehmen oftmals dessen Rollenmuster. Sei es, dass die Mädchen lieber mit Puppen spielen, die Jungen mehr mit Autos. Oder die Jungen eher durch Toben und Raufen auffallen als die Mädchen. Eltern, die weder ihre Tochter zur braven Puppenmutter noch ihren Sohn zum wilden Rennfahrer erziehen möchten und gegenzusteuern versuchen, müssen oft kapitulieren. Es reicht eben nicht, der Tochter auch technisches Spielzeug, dem Sohn eine Puppe in die Hand zu drücken.

Kinder sind sehr sensible Beobachter und verfolgen genau, wie die Rollenverteilung in der eigenen Familie aussieht. Kann auch der Papa kochen, putzen und bügeln? Und kümmert er sich wie die Mama um die Kinder? Ist die Mama in der Lage, einen Nagel in die Wand zu schlagen? Wie spielen die Eltern mit den Kindern? Können auch die Mütter mit ihren Söhnen und Töchtern kicken, die Väter eine Puppe frisieren?

Elternkurse

Kesser und besser

„Pisa-Schock“, „Erziehungsnotstand“ oder gar „Erziehungskatastrophe“: Solche Schlagworte lesen und hören Eltern in der Zeitung und im Fernsehen nahezu täglich. Und der Eindruck sitzt tief: Erziehung ist ein schwieriges Geschäft geworden – sind wir darauf überhaupt vorbereitet? Eine Antwort auf diese Frage sind Elternkurse, -führerschein und -trainings, die in immer größerer Zahl auf den Markt kommen.

Zum Beispiel Kess-erziehen. An fünf Abenden erfahren und trainieren Eltern hier,

- welche Grundbedürfnisse ihre Kinder haben und was sie zur Entwicklung eines gesunden Selbstwertgefühls brauchen,
- wie sie die Selbstständigkeit der Kinder fördern und sie ermutigen können, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen,
- wie sie dafür sorgen können, dass die Kinder ihrerseits auch die Bedürfnisse der Eltern respektieren,
- wie sie unnötige Konflikte vermeiden und die unvermeidbaren so lösen können, dass alle dabei zu ihrem Recht kommen.

Dazu zeigt Kess-erziehen viele Wege auf. Die „Erfinder“ des Programms verkaufen dabei nicht einfach Rezepte, die Eltern unterschiedslos in jeder Erziehungssituation anwenden können. Vielmehr laden sie die Eltern ein, über ihre eigenen Erziehungsziele nachzudenken und Lösungen zu suchen, die ihren individuellen Persönlichkeiten entsprechen. Und sie möchten Müttern und Vätern bei der Entwicklung einer Einstellung helfen, die ein entspannteres und freudvolleres Miteinander in der Familie begünstigt.

Wo sie den nächsten Kess-erziehen-Kurs finden, erfahren Eltern im Internet unter www.kess-erziehen.de. Informationen auch zu anderen Elterntrainings gibt es unter www.elternbriefe.de

►►► Ein erster Schritt zur Veränderung ist getan, wenn Eltern versuchen, sich über ihr unbewusstes Verhalten klar zu werden. Welches Spielzeug ihre Sprösslinge in die Hand bekommen, ist zweitrangig.

Entscheidend ist eher, dass Mädchen und Jungen ihrer Individualität entsprechend gefördert werden. Schließlich ist jedes Kind anders, unabhängig vom Geschlecht, hat seine eigenen Vorlieben, Stärken und Schwächen. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern ihre Kinder in ihrer individuellen Entwicklung nicht einschränken. Zum Beispiel den Sohn, der schüchtern und sensibel ist, nicht auslachen,

sondern trösten und ermuntern. Oder die Tochter, die Pippi Langstrumpf nachempfunden, auf Bäume klettern lassen.



ERZIEHUNG

Strafe muss nicht sein

Schlagen ist verboten. Das wissen inzwischen die allermeisten Eltern. Viele erinnern sich noch an die Gefühle, die „ein paar hintendrauf“ bei ihnen weckten, als sie selbst Kind waren: Wut, Demütigung, das Verlangen nach Rache. Und sie wissen auch: Eltern, die schlagen, geben ein schlechtes Vorbild; sie leben ihren Kindern damit vor, dass der Stärkere das Recht hat zu schlagen.

Aber was sonst? Wie sollen Eltern reagieren, wenn ihre zweijährigen Trotzköpfe mal wieder anders wollen als Mama und Papa? Oder wenn sie ihre Grenzen austesten und dabei Schaden anrichten?

Der herkömmliche Strafenkatalog – Fernsehverbot, Taschengeldentzug, Hausarrest – kommt für Zweijährige kaum in Frage. Auswege weist Eltern dagegen ein Konzept, das auch der Elternkurs Kess erziehen (siehe „Kesser und besser“) befürwortet: die natürlichen und logischen Konsequenzen.

Es geht aus von der Erkenntnis: Am nachhaltigsten erzieht das Leben selbst. Wer die Katze ärgert, lernt ihre Krallen kennen. Wer auf die heiße Herdplatte fasst, verbrennt sich. Und hütet sich in Zukunft, das noch einmal zu tun. Allerdings dürfen Eltern es manchmal nicht auf diese natürlichen Folgen ankommen lassen. Zum Beispiel, wenn ihr Zweijähriger sein neues Dreirad unbedingt auf der Hauptstraße ausprobieren möchte. Dann müssen sie logische Folgen einsetzen und

- das Kind samt Rad von der Straße tragen

- oder ihm, wenn es beim Essen Faxen macht, erklären: „Deine Matscherei stört mich. Wenn du satt bist, steh bitte auf und spiel mit deinen Autos oder Puzzles. Aber lass’ mich in Ruhe essen.“
- oder ihm die Trommel wegnehmen, wenn sein Vater Kopfschmerzen hat und es seiner Bitte um Ruhe nicht nachkommt.

Logische Folgen müssen Eltern zwar genauso „verhängen“ wie Fernseh- oder Puddingverbote. Und manchmal müssen sie auch ihre körperliche Überlegenheit nutzen, um sie durchzusetzen. Der entscheidende Unterschied bleibt aber: Die Konsequenzen stehen in einem sinnvollen Zusammenhang zum Verhalten der Kinder. Und sie vertrauen darauf, dass die Kleinen diese Zusammenhänge zunehmend selbst durchschauen und daraus die richtigen Schlussfolgerungen für ihr zukünftiges Verhalten ableiten.

Einen großen Beitrag dazu leistet die Tonart, die Eltern anschlagen. Wer schimpft und das Verhalten der Kinder abwertet, verleitet sie damit zu dem Eindruck: Mama nimmt mir die Bauklötze weg, weil sie wütend ist – statt über das eigene Verhalten nachzudenken, müssen die Kleinen erst einmal die Gefühle der Mutter besänftigen. Anders, wenn Eltern es schaffen, die logischen Folgen ruhig und freundlich zu erklären und durchzusetzen. Sie geben ihren Kindern damit zu verstehen: Auch wenn ich dich noch so lieb habe, kann ich dir diese Konsequenzen nicht ersparen. Das Leben ist eben so.

BETEN

Das Erlebte vor Gott bringen

Genauso wie ein Kind essen und trinken, laufen und sprechen lernt, kann es auch von Mutter und Vater das Beten lernen (siehe Briefe 3 und 6). Mit ihrem Kind zu beten muss Eltern nicht schwer fallen. Sie können mit ihm von und mit Gott sprechen wie mit einem Vertrauten. Sie können ihm alles sagen, was ihnen in den Sinn kommt: beim Spaziergang, auf dem Spielplatz, im Wald, in der Wohnung, wenn die Kinder mit anderen spielen. Immer wieder gibt es eine Gelegenheit, Gott zu danken für das Schöne in der Natur, im Leben, beim Spielen und Essen.

Kinder finden immer wieder etwas Neues, was sie erstaunt, wonach sie fragen, was ihnen komisch vorkommt. Eltern können dadurch eine neue Sicht auf das Alltägliche und Selbstverständliche gewinnen. Und all die alltäglichen Erfahrungen können sie im Gebet mit Gott in Verbindung bringen. Je mehr wir von und mit Gott sprechen, umso stärker erfahren wir seine Gegenwart und seinen Beistand. Und das tut gut. Doch damit dieses Vertrauen auf Gott wachsen kann, muss es immer wieder in Worte gefasst werden. In ganz einfache Worte, zum Beispiel:

„So, jetzt ist es Zeit, dass du schlafen gehst, damit du morgen wieder fit bist. Gott behütet dich, wenn du schläfst.“

Beim Zubettgehen können Eltern auch mit ihren Söhnen und Töchtern den Tag durchgehen, die Kinder können ihre guten und schlechten Erlebnisse schildern und sie vor Gott bringen:

„Gott, heute war es richtig schön. Ich habe mit meinen Freunden im Sandkasten ganz tief gebuddelt. Das war toll.“

Oder:

„Gott, ich fand den Tag heute blöd. Es hat dauernd geregnet. Ich konnte nicht draußen spielen. Gute Nacht.“

Beten kann auch gegen das Gefühl der Einsamkeit helfen. Wer sich – wie Jesus – an den Vater im Himmel wendet, der spürt, dass er auf dieser Welt nicht allein ist. Wer betet, hat mehr vom Leben; denn er weiß sich von Gott beschützt und geliebt, angenommen und getragen, freigelassen und begleitet. Beten ist dem Menschen nicht wesensfremd. Es entspricht einem tiefen inneren Bedürfnis.

Ein Gebet tut das ganz besonders: Das Vaterunser. Deshalb ist es gut, wenn Eltern es mit und vor den Kleinen beten. Zwar können Kinder in diesem Alter noch nicht „verstehen“, was darin ausgesagt wird. Aber sie spüren doch, dass das Vaterunser sie nicht nur mit ihren Eltern und Gott, sondern auch



mit vielen anderen Menschen verbindet – vor allem, wenn sie mitbekommen, dass es in einem Gottesdienst von allen gesprochen wird. Das schafft ein Gefühl von Gemeinschaft: Ich gehöre dazu!

Vater unser im Himmel,
geheiligt werde Dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir
vergeben unseren Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn Dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen. ■

SOZIALES LERNEN

Der weite Weg zum Teilen



Ganz schön peinlich für Eltern, wie Zweijährige sich manchmal aufführen. Wo sie selbst doch so viel Wert auf „soziales“ Verhalten legen, den Kleinen deswegen vielleicht so-

gar schon ein Bilderbuch über die Mantelteilung des Heiligen Martin als Vorbild geschenkt haben. Und dann das: Paul denkt gar nicht daran, seinen Spielgefährten von den Schoko-Linsen anzubieten, die Mamas Freundin ihm mitgebracht hat. Und kaum hat Heike den einäugigen Schlenkerhasen aus dem Winkel gezogen, in dem er wochenlang unbeachtet verstaubte, da entreißt Paul ihr das Stofftier und presst es an sich: „Meins!“

Dass Kinder ihren Besitz so erbittert verteidigen, erklären Psychologen mit dem „erweiterten Persönlichkeitsbegriff“ der Klei-

nen. Sie empfinden ihren Teddy oder ihren Platz am Familientisch ähnlich als Teil von sich selbst wie ihren Körper. Und protestieren nicht Mama und Papa ihrerseits genauso, wenn ihr Nachwuchs sich eines herumliegenden Portmonees bemächtigen will? (Eine Zeit lang bezeichnete Paul es deshalb sogar mit „Mama“!) Was „Besitz“ wirklich bedeutet und wozu er gut ist, müssen die Kleinen also erst lernen.

Überhaupt setzt freigebiges Teilen Einsichten voraus, mit denen Zweijährige meist noch überfordert sind, nämlich



▶▶▶ ■ Mitgefühl für die Bedürfnisse von anderen.

Gut deshalb, wenn sie viel mit anderen Kindern zusammenkommen, deren Reaktionen erleben – und die Eltern hinterher mit ihnen darüber sprechen.

Auch Bilderbücher und Rollenspiele (mehr darüber im nächsten Elternbrief) bieten gute Anknüpfungspunkte, um das Einfühlungsvermögen von Kindern für andere zu fördern.

■ das Vertrauen: Wenn ich teile, komme ich selbst nicht zu kurz.

Dieses Sicherheitsgefühl bauen Kinder von Geburt an auf, wenn ihre Eltern sie zuverlässig mit Nahrung, Wärme und Liebe versorgen. Dazu gehört auch, dass sie den Besitz der Kleinen respektieren und sie nicht zu früh zum Teilen drängen. Ausgerechnet die Eltern, von denen doch ihre Sicherheit abhängt, machen ihnen ihren Besitz streitig – umso energischer werden sich die Kleinen daran klammern!

Vorerst beschränkt sich Pauls Mutter also darauf, ihrem Sohn das Teilen vorzumachen: „Möchtest du ein Stück von meiner Schokolade?“ Und vielleicht spricht sie vor Heikes und Jans nächstem Besuch mal mit ihm darüber, was er denn mit seinen Gästen spielen möchte. Oder bietet den beiden, wenn Paul doch wieder mauert, ihrerseits etwas an. Früher oder später, darauf darf sie vertrauen, wird ihr Sohn schon merken, dass „Teilen“ mehr bedeutet als „Abgeben“.

FAMILIENFERIEN

Die Seele baumeln lassen



Ach wie war es doch vordem mit dem Baby so bequem. Seine Ferienwünsche beschränkten sich auf die gewohnte Nahrung und die Nähe der Eltern. Im Kinderwagen am Lago Maggiore fühlte es sich genauso wohl wie im Tragetuch in Wiener Museen. Kleinkinder sind ungleich heikler.

Fast alles, was erwachsene Urlauber reizt – gewaltige Landschaften, putzige Altstädte, die Siesta am Strand – lässt sie kalt. Für sie zählen andere Kinder, das Kaninchen und das Rinnsal hinterm Haus. Und vor allem wollen sie ihre nimmermüde Bewegungslust austoben. Viele Eltern wiederum langweilt es, auf jedem gefällten Baum zu balancieren. Der Frust scheint programmiert.

Einen Ausweg versprechen Ferien-Angebote mit Kinderbetreuung. Aber wer garantiert schon, dass sich Zweijährige bei fremden Babysittern wohl fühlen? Stattdessen könnten Eltern versuchen, durch die Kinder eine andere Art Urlaub zu entdecken. Gemächlichkeit statt Action. Die Seele baumeln las-

sen. Viel Zeit füreinander. Wieder aufmerksam werden auf die kleinen Wunder am Wegesrand. Mit den Augen der Kinder das Staunen vor der Schöpfung neu lernen.

Dazu müssen Familien nicht in die Karibik fliegen. Unsere Großeltern machten's vor. Sie fuhren mit Kind und Kegel „in die Sommerfrische“: die Berliner zur Ostsee, die Münchener ins Alpenvorland. Jahr für Jahr zu denselben Gastgebern, bei denen sich die Kinder zu Hause fühlten (und keine Babysitter brauchten). Sie muteten sich keine strapaziöse Anreise zu. Kinderärzte halten diese Art Urlaub für erholsamer. Ihre Faustregel: je kleiner das Kind, desto näher das Feriengziel. Als ideal für junge Familien empfehlen sie die Mittelgebirge, Nord- und Ostsee, den südlichen Alpenraum und (in der Vor- oder Nachsaison) das Mittelmeer.

Daneben hängt der Erholungswert von Familienferien entscheidend von der Unterkunft ab. Ferienwohnungen und -häuser bieten viel Bewegungsfreiheit für die Kinder; für

die Eltern bedeuten sie aber oft „Hausarbeit unter verschärften Bedingungen“. Dagegen sind Familienferienstätten auf die Bedürfnisse der ganzen Familie zugeschnitten. Sie bieten Rundum-Service plus Freizeit-Programme für Jung und Alt.

Vor allem treffen Familien hier Eltern mit gleichaltrigen Kindern. Andere fahren zusammen mit Freunden in die Ferien. Dann können sie ab und zu gegenseitig auf ihre Sprösslinge aufpassen und dann doch mal zu zweit Landschaft, Sport oder Kultur genießen.

Familienferien

Informationen über Familienferienstätten und -dörfer gibt es beim

Katholischen Arbeitskreis
für Familienerholung,
Kolpingplatz 5-11, 50667 Köln,
Tel. 02 21/20 70 11 27,
Internet: www.kafe.de



Impressum

Herausgeber: Elternbriefe du + wir e.V.
Geschäftsstelle: Mainzer Str. 47, 53179 Bonn,
Tel. 02 28/93 29 97 95 (vormittags),
info@elternbriefe.de, www.elternbriefe.de
Verantwortliche Redakteurin: Andrea Kipp
Aktualisierung 2012: Josef Pütz
Foto: iStockphoto, Fotolia
Illustrationen: Renate Alf
Adressenänderungen
bitte mit Geburtsdatum des Kindes an:
Einhard-Verlag GmbH, Postfach 500128,
52085 Aachen, Tel. 02 41/16 85-0,
Fax 02 41/16 85-253, adresse@elternbriefe.de