

Seite 2**Stille entdecken /**
Karibik gratis**Seite 3****Erfolg in der Schule /**
Intelligenz ist nicht alles**Seite 4****Wenn dein Kind dich fragt /**
Wo wohnt der liebe Gott?
Hausaufgaben / „Das ist deine Sache!“

Liebe Mutter, lieber Vater,

Berichte über sexuellen Missbrauch von Kindern machen Eltern immer wieder Angst. Sie wollen ihr Kind davor schützen. Aber wie? Manche sagen: „Ich lasse mein Kind nicht allein zur Schule gehen.“ Doch irgendwann will es allein gehen, und dann? Andere Eltern sprechen mit ihren Kindern über das, was in der Zeitung steht. Manche Kinder reagieren darauf ängstlich und sehen in jedem Mann, der allein in den Schulbus einsteigt, einen mutmaßlichen Vergewaltiger. Dabei droht die wirkliche Gefahr oft weniger von Fremden als von vertrauten Personen.

Das Kind mit absoluter Sicherheit vor sexuellem Missbrauch zu schützen, ist nicht möglich. Allerdings können Mütter und Väter schon einiges tun, um die Gefahr zu verringern. Vor allem sollten sie ihre Kinder nicht ängstigen, sondern stark machen. Was Kindern helfen kann, lesen Sie in diesem Brief.

Wichtig ist aber auch, dass alle Erwachsenen die Augen nicht verschließen, wenn sie den Eindruck haben, dass ein Kind missbraucht wird. Denn in den meisten Fällen geschieht das nicht durch den „bösen Onkel“ auf der Straße, sondern durch Personen, die dem Kind nahe stehen: Eltern, Großeltern, Verwandte, Nachbarn ... Deswegen sind die Signale der betroffenen Kinder nicht immer laut und eindeutig. Sie brauchen feinfühligere Erwachsene, die spüren: Da stimmt was nicht! Und die nicht wegsehen, sondern handeln.

Ihre


Andrea Kipp

VORBEUGUNG GEGEN SEXUELLEN MISSBRAUCH

Macht die Kinder stark!

Ob ein Kind Opfer von sexuellem Missbrauch oder anderen körperlichen Übergriffen wird, hängt nicht nur davon ab, ob es zur falschen Zeit am falschen Ort mit einem möglichen Täter zusammentrifft. Kinder sind unterschiedlich stark gefährdet, in kritische Situationen zu geraten. Und sie sind auch unterschiedlich fähig, mit solchen Situationen umzugehen. Am besten geschützt sind Kinder, die

- Selbstsicherheit und Sicherheit in ihren Empfindungen und Gefühlen haben – denen also Empfindungen nicht ausgedreht wurden („Das tut doch nicht weh.“ „Du brauchst doch keine Angst zu haben.“),
- eine unverkrampfte Einstellung zu ihrem Körper, zu körperlichen Berührungen und Sexualität haben und unverklemmt darüber sprechen können,
- festes Vertrauen zu ihren Bezugspersonen haben.

Vorbeugung gegen Übergriffe und Missbrauch besteht also keinesfalls darin, ständig zu warnen und Angst zu machen. Angst führt zu Unsicherheit und Schwäche. Und gerade unsichere Kindern locken potenzielle Täter

an. Denn bei ihren sexuellen Übergriffen geht es ihnen oft darum, sich überlegen zu fühlen und Macht auszuüben.

Es gilt also, Kinder von Anfang an stark zu machen und sie zu befähigen, über sich und ihren Körper selbst zu bestimmen. Dazu gehört, dass sie das Recht haben, „Nein!“ zu sagen, wenn es um ihre Gefühle und um ihren Körper geht. Ein Kind muss auch der Oma, die es gerade beschenkt hat, nicht auf Kommando ein Küsschen geben. Wenn es nicht will, dürfen auch die Eltern es nicht drängen, sich von Papas Chef auf den Arm nehmen zu lassen.

Wenn Kinder nämlich die Erfahrung machen, dass sie auch im Familien- und Freundeskreis nicht „lieb“ sein müssen und dass ihre Empfindungen ernst genommen werden, dann können sie auch „Nein!“ sagen, wenn ein „lieber Onkel“ sich ihnen annähert. Sich gegen unerwünschte Berührungen zu wehren, ist das gute Recht von Kindern, in der Familie genauso wie in der Schule oder in der Freizeit mit vertrauten Personen. Darin müssen Eltern ihre Kinder bestärken.

►►► Nur wenn Kinder einen unverkrampften Umgang mit Zärtlichkeit und Sexualität kennen gelernt haben, können sie sich in kritischen Situationen richtig verhalten. Wenn Sexuelles dagegen den Beigeschmack von etwas Besonderem oder Verbotenem hat, macht alles neugierig, was damit zu tun hat. Und wenn Kinder im Alltag wenig Zärtlichkeit erleben, sind sie umso leichter verführbar. Dann ist es für sie auch besonders schwer, zu unterscheiden zwischen angemessenen zärtlichen Berührungen und solchen, bei denen es Erwachsenen um ihre eigene Lust oder Aggression geht.

Erwachsene, die in der Kindheit oder Jugend Opfer von sexuellem Missbrauch waren, sind im Rückblick oft fassungslos darüber, dass die Eltern oder andere Vertraute das nicht bemerkt und ihre Hinweise nicht verstanden haben. Vor allem Täter aus dem näheren Umfeld – Verwandte, Nachbarn, Freunde – erscheinen oft zunächst als kinderlieb, haben Zeit, erfüllen Wünsche, machen Geschenke.

Wenn es dann zu Übergriffen kommt, sind die betroffenen Kinder in einem Zwiespalt. Es fällt ihnen schwer, eindeutige Hinweise zu geben oder von kritischen Vorkommnissen zu erzählen. Manchmal haben sie das Gefühl, an dem, was passiert, selbst schuld zu sein. Oft kommt dann noch der Druck der Täter hinzu: „Wenn du das erzählst, bin ich nicht mehr dein Freund.“

Deshalb brauchen Kinder die Sicherheit, mit ihren Eltern über alles sprechen zu können. Die Eltern ihrerseits brauchen Einfühlungsvermögen und Gespür dafür, wann ihre Kinder über positive Erfahrungen sprechen und wann es um Erlebnisse geht, bei denen Erwachsene Kinder für ihre Bedürfnisse ausnutzen. Vorbeugung gegen sexuellen Missbrauch bedeutet aber vor allem auch, offen und kritisch auf die Situationen zu schauen, in denen ein Kind körperliche Erfahrungen macht. Auch im engsten Familienkreis müssen Eltern gegebenenfalls einschreiten, wenn ein Erwachsener im Umgang mit einem Kind Grenzen nicht wahrht. ■

Hier finden Eltern bei einem Verdacht auf sexuellen Missbrauch Hilfe:

■ Familienberatungsstellen (Adressen)

Bundeskonferenz
für Erziehungsberatung,
Herrnstraße 53, 90763 Fürth,
www.bke.de

■ Kinderschutzzentren (Adressen)

Bundesgeschäftsstelle
der Kinderschutzzentren,
Bonner Straße 145, 50968 Köln,
www.kinderschutzzentren.org

Ausführliche Informationen zu diesem Thema enthält der Sonder-Elternbrief **Was tun gegen Missbrauch?**, den Eltern im Internet unter www.elternbriefe.de nachlesen und kostenlos downloaden können. Er beschreibt sowohl Möglichkeiten zur Vorbeugung als auch das richtige Verhalten im Ernstfall.

STILLE ENTDECKEN

Karibik gratis



Mit geschlossenen Augen an einem einsamen, sonnigen Strand unter Palmen liegen, den Duft des Meeres tief einatmen, die Wellen rauschen hören, die Haut vom Wind streicheln und die Gedanken fliegen lassen – wer träumt nicht hin und wieder davon?

Doch nur wenigen gelingt es, diese Sehnsucht wirklich zu stillen. Selbst bei einem Urlaub in der Dominikanischen Republik bleiben solche Momente Mangelware, weil von irgendwo ein Touristen-Radio oder ein Motor-

boot dazwischendröhnt. Und selbst wenn nicht – viele könnten eine solche Situation gar nicht genießen, weil sie äußerlich und innerlich kaum zur Ruhe und zu sich selbst kommen.

Dabei lassen sich selbst im turbulentesten Alltag Inseln der Stille entdecken oder schaffen. Dazu brauchen Eltern und Kinder Nischen, in denen sie ihre ganze Aufmerksamkeit nur einem einzigen Gegenstand, einem einzigen Geräusch oder einem einzigen Gedanken widmen, ohne von 1000 anderen abgelenkt zu werden. Ein Kind kann beim Anblick einer geschäftigen Ameise die ganze Welt um sich herum vergessen. Und jeder Erwachsene, der einmal ein Konzert mit Leib und Seele genossen hat oder mit seinen Kindern im Arm in eine Geschichte vertieft war, weiß, wie sehr er in solchen Momenten nicht nur ganz bei dem anderen war – der Musik, der Geschichte und den Kindern –, sondern auch ganz bei sich selbst.

Bei Kindern ist die Fähigkeit, in der Stille mehr zu sehen, zu hören und zu fühlen, oft noch sehr ausgeprägt oder aber leicht zu wecken.

Zum Beispiel abends im Bett vor dem Einschlafen: Die Kinder kuscheln sich im Arm der Eltern ein oder strecken sich im Bett aus. Sie schließen die Augen und hören auf einen Vogel, der draußen noch singt. Oder sie begeben sich, geführt durch leise Worte der Eltern, auf eine Reise durch ihren Körper und spüren, wie Füße, Beine, Bauch, Arme und Kopf nacheinander langsam warm und schwer werden.

Besonders ausgeprägt lässt sich Stille beim Betten erfahren. Dabei kommt der Mensch nicht nur sich selbst und seinem Mitmenschen, sondern auch seinem Ursprung und Ziel näher. Von der Begegnung in der Stille mit Gott kann eine solch tiefe Wärme, Geborgenheit, Freiheit und Kraft ausströmen, dass selbst Karibik-Urlauber davon nur träumen können. ■

ERFOLG IN DER SCHULE

Intelligenz ist nicht alles

Eltern wünschen sich, dass ihre Kinder in der Schule „gut sind“. Verständlich, denn gute Schulleistungen und gute Zeugnisse machen das Weiterkommen leichter. Ob der erhoffte Erfolg sich tatsächlich einstellt, hängt vom Zusammenspiel verschiedener Fähigkeiten ab.



Intelligenz: Sie spielt eine wichtige Rolle, ist aber keineswegs allein ausschlaggebend.

Konzentration: Gemeint ist damit die Fähigkeit, auf eine Vielzahl von Reizen und ablenkenden Dingen nicht einzugehen und sich stattdessen einem bestimmten Thema oder einer Tätigkeit zuzuwenden. Wenn ein Kind das nicht kann, wirkt es vielleicht vielseitig interessiert und wach; aber es ist im Unterricht nicht in der Lage zuzuhören. Oder es hat Probleme mit den Hausaufgaben, weil ihm dauernd etwas anderes einfällt und es „gerade noch etwas machen muss“. Wenn Eltern den Eindruck haben, dass eine solche leichte Ablenkbarkeit ihrem Kind das Lernen schwer macht, richten sie ihm für die Erledigung der Hausaufgaben am besten einen „reizarmen“ Arbeitsplatz ein – ohne Blick auf Spielsachen und andere Dinge, die ablenken. Fernseher und Radio bleiben natürlich ausgeschaltet.

Geduld und Selbstverantwortung: Eine gute Voraussetzung für das Zurechtkommen in der Schule ist auch Geduld; das heißt, dass

Kinder nicht daran gewöhnt sind, für alles, was sie leisten, sofort und in jedem Fall belohnt zu werden, sondern auf eine spätere Anerkennung oder Belohnung warten können. Diese Geduld zu entwickeln, können Eltern ihrem Kind helfen: Am Anfang braucht es Interesse und häufige Anerkennung durch die Erwachsenen, die sich dann aber schrittweise zurückziehen und ihm so zu verstehen geben: Schule und Hausaufgaben sind deine Sache, deine Aufgabe. Eltern müssen auch nicht um jeden Preis dafür sorgen, dass ihr Kind seine Hausaufgaben immer sorgfältig und vollständig erledigt; stattdessen stellen sie besser durch Absprachen mit der Lehrerin sicher, dass sie dem Kind die eigene Verantwortung für die Hausaufgaben verdeutlicht.

Ausgeglichenheit: Belastungen, Ängste, innerer und äußerer Stress lassen selbst bei Erwachsenen die Leistungsfähigkeit sinken. Noch wichtiger ist es für Kinder in den ersten Schuljahren, dass sie sich in ihrer Haut wohl fühlen. Es gibt vieles, was ein Kind von schulischen Dingen ablenken kann: Belastungen in der Familie, Lehrer, von denen es sich nicht akzeptiert fühlt, heftige Konflikte mit anderen Kindern. Vielleicht ist es auch ängstlich und macht aus seinen Fähigkeiten nicht das, was unter anderen Umständen möglich wäre.

Selbstbild: In starkem Maß hängt Schulerfolg auch davon ab, ob ein Kind von sich selbst glaubt, dass es ein guter Schüler ist oder nicht. Diese Vorstellung, entweder „ein guter Schüler“ oder aber eben „schlecht in der Schule“ zu sein, bildet sich gerade in den ersten Schuljahren. Wichtig ist deshalb, bei Problemen mit dem Kind zu sprechen, Ängste oder Befürchtungen ernst zu nehmen, ihnen nachzugehen und ihm seine positiven Möglichkeiten aufzuzeigen.

Körperliche Voraussetzungen: Schulische Leistungsfähigkeit setzt voraus, dass die körperlichen Bedingungen stimmen. Manchmal bleiben Beeinträchtigungen beim Sehen oder Hören bis zur Einschulung unbemerkt,

Mit Kindern beten

Lieber Gott,
heute weiß ich nicht,
was ich beten soll.
Mir fällt nichts ein.
In mir ist es leer und müde.

Ich bin nur ganz still
und denke an Dich.

Du weißt ja,
was ich möchte und was mir fehlt.

Sieh in mein Herz.
Dann brauche ich gar nichts zu sagen.

Ich hab' Dich lieb.

Detlev Block

Lieber Gott,
ich wollte dich was fragen.
Mama hat gesagt,
dass du immer bei uns bist,
auch wenn wir dich nicht
sehen können.
Da habe ich gesagt,
dass du ja dann mit mir
meinen Geburtstag feiern könntest.
Da hat Mama nur gelacht.
Aber, wenn du immer bei mir bist,
dann doch auch bei meiner
Geburtstagsfeier?
Mama fand das total komisch,
als ich sagte,
dass du sicher auch mal so richtig
lustig sein willst.
Also, wenn du magst, feiere doch mit.

Pia Biehle

aus: Lieber Gott, ich muss dir mal was sagen
Verlag Katholisches Bibelwerk, Stuttgart

werden unter den neuen Bedingungen aber bedeutsam. Im Zweifelsfall ist deshalb eine neuerliche Untersuchung beim Arzt sinnvoll. Auch auf ausreichend Schlaf und Essen sollten die Eltern achten.

Allerdings sollten Mütter und Väter auch bedenken: Gute Schulleistungen sind keine Garantie für Erfolge im späteren Leben. Auch mittelmäßige oder gar schwache Schüler können es weit bringen. Einstein zum Beispiel, sagt man, sei auch kein besonders guter Schüler gewesen ... ■

WENN DEIN KIND DICH FRAGT

Wo wohnt der liebe Gott?

Auf viele Kinderfragen gibt es keine ein für alle Mal richtige Antwort; vielmehr sind die persönlichen Überzeugungen der Eltern gefragt. In dieser Rubrik bieten die Elternbriefe jeweils drei Antwort-Vorschläge an – als Einladung, eine eigene (bessere) zu suchen.

Wo wohnt der liebe Gott?

Vorschlag 1

Du hast vielleicht schon mal gehört, dass jemand sagt: „Gott wohnt im Himmel.“ Damit ist aber nicht der Himmel über den Wolken gemeint. Gott wohnt nicht so wie wir an einem bestimmten Ort. Er ist überall, auch in unseren Herzen. Manchmal können wir ihn darin spüren. Dann nämlich, wenn Menschen sich ganz lieb haben. Dann fühlen sie

sich wie im Himmel und ahnen, dass Gott in der Nähe ist. Und deswegen sagt man wohl auch: „Gott wohnt im Himmel.“

Vorschlag 2

Gott ist wie der Wind. Wir können ihn nicht sehen oder anfassen. Und wie der Wind hat er kein Haus, in dem er wohnt. Aber er ist immer bei uns, auch wenn wir es nicht merken. Ganz besonders nah ist er uns, wenn wir zu ihm beten oder an ihn denken, zum Beispiel

in der Kirche beim Gottesdienst. Und er ist immer da, wenn wir einen anderen Menschen lieb haben.

Vorschlag 3

Der liebe Gott ist überall. Wir können ihn nicht sehen, aber er hört uns immer, wenn wir mit ihm sprechen. Jesus, sein Sohn, hat als Mensch auf der Erde gelebt. Er hat gesagt: Wo zwei oder drei in meinem Namen beisammen sind, bin ich mitten unter ihnen. Wenn wir miteinander beten oder einen Gottesdienst feiern, ist Gott nahe bei uns. Die Kirchen sind extra dazu gebaut. Deshalb können wir Gottes Nähe dort besonders spüren. ■

HAUSAUFGABEN

„Das ist deine Sache!“

Hausaufgaben sind dazu da, den in der Schule besprochenen Stoff zu Hause zu üben; außerdem sollen Kinder dabei lernen, selbstständig zu arbeiten. Das gelingt aber nur, wenn sie die Hausaufgaben als ihre eigene Sache ansehen und sich dafür verantwortlich fühlen. Das wiederum setzt voraus, dass ihre Eltern sich nicht dafür verantwortlich fühlen.

Andernfalls eignen sich Hausaufgaben hervorragend als Schauplatz für Machtkämpfe zwischen Eltern und Kindern. Manche Mutter sitzt auf heißen Kohlen, weil ihr Sohn beim Schreiben, Rechnen und Lesen stundenlang herumtrödelt; andere ärgern sich, weil ihr Nachwuchs die Hausaufgaben ohne jede Sorgfalt hinschleudert. Dabei würden viele Probleme dieser Art sich von selbst erledigen, wenn die Mutter sich nachmittags mit anderen Arbeiten beschäftigen oder die Kleckserei ihrer Tochter weniger aufgeregt kommentieren könnte ...

Am besten lassen Eltern ihre Kinder die Hausaufgaben also allein erledigen, ohne ihnen dabei über die Schulter zu schauen oder ständig zu kontrollieren. Selbstverständlich dürfen und sollen Mütter oder Väter helfen, wenn ihr Kind eine Frage hat. Das muss aber nicht gleich heißen, sie erschöpfend zu beantworten; vielleicht genügt auch ein Hin-

weis, wo oder wie es die Antwort selbst finden kann. Und auf jeden Fall kann es danach alleine weiterarbeiten.

Die Eigenverantwortung der Kinder bedeutet auch:

- Wer sich die Hausaufgaben nicht gemerkt hat, muss selbst handeln, zum Beispiel einen Mitschüler um Hilfe bitten oder sich am nächsten Tag bei der Lehrerin entschuldigen.
- Wer eine Aufgabe nicht versteht, sagt das besser der Lehrerin, statt sich von den Eltern helfen zu lassen. Nur so erfährt sie, was ihre Schüler verstanden haben und was nicht.
- Wann Kinder ihre Hausaufgaben erledigen, hängt von ihrem eigenen Rhythmus ab. Die eine brennt darauf, gleich nach der Schule loszulegen, der andere braucht zuerst eine Pause.

Übrigens: Auch wenn sie einen eigenen Schreibtisch in ihrem Zimmer haben, arbeiten viele ABC-Schützen erfahrungsgemäß lieber in der Nähe von Mutter oder Vater, also am Küchen- oder Wohnzimmertisch.

Erwünscht ist die Einmischung der Eltern

- bei Lese-Übungen; da braucht das Kind tatsächlich einen lesekundigen Partner,

- wenn das Kind erkennbar mit den Hausaufgaben überfordert ist, zum Beispiel als Erstklässler regelmäßig länger als eine halbe Stunde daran sitzt. Wenn dann auch Vorschläge der Eltern zur Verbesserung der Arbeitsweise nicht helfen, ist ein Gespräch mit der Lehrerin angesagt. Und wenn andere Eltern mit ihren Kindern die gleichen Erfahrungen machen, lohnt sich auch ein Elternabend darüber.

Überhaupt tun Eltern gut daran, die Lehrerin gleich zu Anfang des Schuljahrs nach ihren Erwartungen in Sachen Hausaufgaben zu fragen. Umso gelassener und sicherer können sie später mit den Leistungen ihrer Kinder umgehen. ■

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
Fotos: JOKER, iStockphoto, Fotolia
Illustration: 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