



4.1 Grundlagen

Eltern sein bedeutet Freude: Die Augen des Kindes strahlen, wenn die ersten Schwimmzüge zum Vater oder zur Mutter gelingen, der Stolz darauf, auf dem Fahrrad das Gleichgewicht halten zu können. Es bedeutet aber auch Herausforderung: Schlaflose Nächte, wenn das Kind Alpträume plagen, Konflikte, wenn Wünsche nicht erfüllt werden können.

Kinder benötigen für eine gesunde Entwicklung eine ganze Menge an Liebe, Anerkennung, Sicherheit, Freiräume, Verständnis, Geduld und Zeit. Sie brauchen nicht alles auf einmal. Aber sie brauchen es als erstes von ihren Eltern. Diese Beziehung

zwischen Eltern und Kindern ist einmalig und nach Remo H. Largo die grundlegende Basis der Erziehung. Sie fängt zuhause an und setzt sich in der Kindertagesstätte, Spielgruppe, im Kindergarten und später in der Schule fort.

Was ist «richtige» Erziehung?

Eltern wollen nur das Beste für ihre Kinder und diese «richtig» erziehen. Doch was ist Erziehung und wie sieht eine «richtige» Erziehung aus? Autoritär? Laissez-faire?

Partnerschaftlich? Aus den vielen Möglichkeiten und Konzepten die passende Richtung für die eigene Erziehung festzulegen, kann Eltern verunsichern. Sicher haben Sie sich auch schon gefragt, ob Sie liebevoller oder strenger sein sollten. Das Kind eher anleiten oder einfach ausprobieren lassen, überwachen oder mehr Frei-

Jedes Kind ist einmalig und braucht eine angemessene Erziehung. heiten gewähren? Allgemein gültige Rezepte gibt es nicht, weil Kinder sehr verschieden sind sowie Eltern auch. Doch es gibt einen positiven Ansatz aus der Erziehungsstilforschung: Das Konzept der autoritativen Kindererziehung.

Autoritativer Erziehungsstil

Autoritative Eltern kombinieren Geborgenheit und Liebe mit Förderung des kindlichen Strebens nach Selbstständigkeit. All das geschieht innerhalb klar definierter, der Entwicklung des Kindes angemessener Grenzen, auf deren Einhaltung konsequent geachtet wird. Es umfasst aber auch ganz praktische Dinge wie das «Monitoring» (Beobachtung), wo Eltern über Aktivitäten, Freunde und Aufenthaltsorte ihrer Kinder Bescheid wissen. Autoritative Eltern sind keine perfekten Eltern. Doch sie unterscheiden streng zwischen Verhalten und Persönlichkeit des Kindes. Auf schlechtes Benehmen der Kinder reagieren sie nicht mit den Worten wie: «Du bist böse oder frech», sondern setzen klare Grenzen. Dennoch verlangen sie von den Kindern angemessene soziale Umgangsformen,

beziehen es in den Alltag mit ein und verlangen Zusammenarbeit.

Liebe, Grenzen, Freiraum

Einem Kind Liebe zu schenken bedeutet, es anzunehmen, wie es ist und ihm dies auch zu zeigen. Ob eine Umarmung, ein liebevoller Blickkontakt oder Schulterklopfen: Jedes Kind weiss sofort, was das bedeutet. Mit dem Älterwerden der Kinder wird der Umgang mit Zärtlichkeit zwischen Eltern und Kindern zunehmend unterschiedlicher. Dabei zeigen Kinder deutlich, was sie mögen. Zeit zu haben, Interesse zu zeigen und zu trösten beweist einem Kind, wie lieb es seine Eltern haben. Sagen Sie Ihrem Kind immer wieder, dass Sie es gern haben und lassen Sie das Kind spüren, dass es willkommen ist.

Kinder brauchen Freiraum aber auch Grenzen. Sie müssen wissen, wie weit sie gehen können. Zu viel Freiheit macht Angst und kann Kinder leicht überfordern. Grenzen setzen hat nichts mit autoritärer Erziehung zu tun. Regeln werden von den Eltern klar definiert und zum Wohle des Kindes gesetzt. Sie sind für Kinder in vielfacher Weise notwendig. Sie schützen vor Gefahren, sie geben Halt und Orientierung. Sie stellen notwendige Reibungspunkte dar, damit Kinder ihren Weg ins Erwachsenenleben finden. Grenzen setzen erfordert, dass Eltern ihren eigenen Erziehungsstil finden. Das bedingt Klarheit, Konsequenz und Standfestigkeit und bedeutet für Eltern manchmal auch, sich bei den Kindern unbeliebt zu machen.

Ein weiterer Punkt des autoritativen Erziehungsstils ist die Gewährung von Eigenständigkeit und Unterstützung des

Strebens nach Selbstständigkeit. Eine behütete Kindheit ist etwas Wunderbares. Doch Eltern, die ängstlich und übervorsichtig sind, stecken die Grenzen zu eng. Sie verhindern, dass die Kinder ihre persönlichen Grenzen austesten, ihre ganz eigenen Erfahrungen machen und aus ihnen lernen können. So werden kindliche Neugier, Wissensdurst und Bewegungsdrang gehemmt. Die Zukunft verlangt jedoch von Kindern, dass sie in der Lage sind, ihren Lebensweg in einer sich verändernden Lebenswelt zu finden.

Grenzen setzen - aber wie

«Ja, aber wie setzen wir das Einhalten von Grenzen durch?», fragen Mütter und Väter immer wieder. Kinder lernen Grenzen zu akzeptieren, wenn Sie als Eltern am gleichen Strick ziehen, gemeinsam Regeln aufstellen und auf deren konsequente Umsetzung achten.

Familienregeln aufstellen

Überlegen Sie sich wenige Regeln, die für das Zusammenleben in Ihrer Familie wichtig und für Ihr Kind einfach zu befolgen und durchsetzbar sind.

Formulieren Sie die Regeln kurz, klar und positiv.

Regeln einhalten

Wenn Sie wollen, dass die Regeln eingehalten werden ist es wichtig, dem Kind klare und direkte Anweisungen mit bestimmter und ruhiger Stimme zu geben.

1. Gewinnen Sie die Aufmerksamkeit Ihres Kindes: Unterbrechen Sie, was Sie gerade tun, gehen Sie zu Ihrem Kind, nehmen Sie Augenkontakt auf und sprechen Sie Ihr Kind mit seinem Namen an.
2. Sagen Sie genau, was Sie von Ihrem Kind möchten: «Lucca, es ist Zeit zum Mittagessen. Setz dich an den Tisch.» Wenn Sie möchten, dass Ihr Kind mit einem störenden Verhalten aufhört (es geht immer wieder vom Tisch), achten Sie darauf, dass Sie sagen, was es stattdessen tun soll: «Sina, bleib am Tisch! Nimm dein Besteck in die Hand und fang an zu essen!»
3. Wenn Sie Ihr Kind aufgefordert haben, etwas zu tun, warten Sie einen Augenblick. Geben Sie ihm Zeit zum Reagieren. Bleiben Sie jedoch in seiner Nähe und beobachten Sie es.
4. Loben Sie Ihr Kind, wenn es das tut, was Sie ihm aufgetragen haben: «Toll, Lucca, dass du dich gleich zum Tisch gesetzt hast.»
5. Wiederholen Sie Ihre Anweisung, wenn das Kind nicht gehorcht: Diskutieren Sie nicht, argumentieren Sie nicht, werden Sie nicht ärgerlich. Signalisieren Sie Ihrem Kind, dass Sie entschlossen sind, auf diesem Punkt zu bestehen.
6. Wenn Ihr Kind dann nicht tut, was Sie möchten, reagieren Sie mit einer Konsequenz.

Konsequenzen geben Halt

Konsequenzen stehen in ursächlichem Zusammenhang mit dem Tun des Kindes. Sie stellen logische Folgen dar, die beim Kind Einsicht wecken sollen. «Wenn du jetzt nicht zum Mittagessen kommst, gibts erst zum Zvieri wieder etwas für dich.» Konsequenzen müssen dem Kind vor der Grenzüberschreitung klar sein. Das Kind hat die Freiheit: Es kann Regeln respektieren und Absprachen einhalten, dann treten die Konsequenzen nicht in Kraft. Überschreitet ein Kind die Grenzen, missachtet es Absprachen, dann weiss es um die Konsequenzen.

Kinder wollen nicht immer gehorchen und nicht jedes störende Verhalten muss beachtet werden. Sie dürfen es als Mutter oder Vater auch mal ignorieren, indem Sie wegschauen – dies aber auch konsequent.

Erziehung zur Lebenstüchtigkeit

Das Konzept einer autoritativen Erziehung hat sich als sehr wertvoll gezeigt, weil es sich weder als ein zu lockerer, noch als ein zu strenger Erziehungsstil ausweist, sondern als Mittelweg gilt. Während nachgiebige Eltern ihren Kindern zu viele Freiheiten geben, fordern sie zu wenig und überlassen dem Kind zu viele Entscheidungen. Autoritäre Eltern gewähren hingegen wenig Freiheiten, fordern zu viel und überlassen dem Kind zu wenig Entscheidungen.

Autoritativ erzogene Kinder zeigen ein hohes Selbstwertgefühl, vielfältige soziale Fertigkeiten und gute Schulleistungen.

Rituale

Kinder lieben Rituale, weil sie Halt geben oder einfach nur Spass machen. Wie ein roter Faden bringen sie Struktur in den Tages- und Jahresablauf. Sie sind kleine und grosse Höhepunkte, auf die sich alle freuen, weil sie Geborgenheit und Zugehörigkeit vermitteln. Sie sind die Würze des Familienlebens und machen das Dasein bunter und leichter. Vielleicht haben Sie selbst schon interessante Erfahrungen mit Ritualen gemacht? Was lässt sich aus Ihrer Kindheit als Schatz wiederentdecken? Was haben Sie als positiv und wertvoll erlebt? Welche dieser Schätze möchten Sie gerne an Ihr Kind weitergeben? Ist es der Glücksstein, der Sie in den Kindergarten begleitet hat oder das Geburtstagsfest mit der Schnitzeljagd?



Beachten Sie folgendes bei der Durchführung von Ritualen:

- Damit sie wirken, braucht es Zeit, Ruhe und Regelmässigkeit.
- Rituale sollten dem Alter des Kindes angepasst werden.
- Oft entwickeln Kinder eigene Rituale und verschaffen sich dadurch eine für sie wichtige Orientierungshilfe.
- Rituale dürfen kein einengender Zwang sein und sollten den Bedürfnissen aller Familienmitglieder immer wieder angepasst werden.

Schöne Rituale bleiben in guter Erinnerung und motivieren Ihr Kind vielleicht dazu, sie später seinen eigenen Kindern weiterzugeben.

Umgangsformen

Die Umgangsformen der Kinder liefern seit Generationen Grund zur Empörung. Kinder und Jugendliche seien schlecht erzogen und würden keine Rücksicht nehmen. Das ist heute nicht anders als früher. Menschen haben unterschiedliche Vorstellungen von «guten» Manieren. Es sind Spielregeln für den Umgang miteinander. Diese Umgangsregeln sind kulturell unterschiedlich. Ist Ihr Kind z.B. in einer tamilischen Familie zu Gast, wird es dort andere Umgangsformen kennen lernen.

Gute Umgangsformen erleichtern das Zusammenleben und sind der goldene Schlüssel zur Sozialisation. Sie bedeuten nichts anderes als Rücksichtnahme auf die Mitmenschen. Und zwar nicht nur Rücksichtnahme auf fremde Menschen, sondern auch innerhalb der Familie. Und

das gilt für alle – egal ob Kinder, Jugendliche oder Erwachsene.

Der Einstieg in die guten Umgangsformen beginnt meist mit den Tischmanieren, die sich das Kind von den Eltern abschaut. Es lernt, dass man sich vor dem Essen die Hände wäscht, erst isst, wenn alle am Tisch sitzen, mit geschlossenem Mund kaut, Messer zum

Gutes Benehmen ist lernbar und beginnt im Kinderzimmer.

Schneiden da sind und nur so viel auf den Löffel geladen wird, dass möglichst alles darauf bleibt. Grösseren Kindern können Eltern erklären, dass schlürfen, schmatzen, rülpfen witzig sein können, jedoch beim Essen unangebracht sind, ja vielleicht sogar den Appetit verderben. Warum nicht ab und zu ein «Räuberznacht» vereinbaren, wo sämtliche Tischmanieren verboten sind



oder ein «Königsmahl», wo es festlich zu und her geht?

Die Eltern dienen auch in Bezug auf Benimmregeln als Vorbild. Bedanken sich die Eltern nicht, wird sich das Kind auch nicht bedanken. Auch können Sie Ihren Kindern keine Wörter verbieten, die Sie in Ihrem täglichen Wortschatz brauchen. Und vergessen Sie nicht: Die «Zauberwörter» «Bitte» und «Danke» sollten alle kennen, ob Gross oder Klein!

Sexualerziehung

Eine liebe- und vertrauensvolle Sexualerziehung ist eine wichtige und anspruchsvolle Aufgabe. Trotz aller gewonnenen Offenheit im Umgang mit Sexualität besteht bei vielen Eltern oft eine gewisse Scheu, offen darüber zu reden.

Aufklärung ist kein einmaliger Akt, sondern vollzieht sich im Laufe der kindlichen Entwicklung immer wieder. Sei es als bewusste, altersgerechte Mitteilung über bestimmte Sachverhalte zur Sexualität oder sei es über die Vorbildfunktion der Eltern. Sie als Mutter und Vater leben Ihren Kindern ständig vor, wie Sie Zärtlichkeit schenken, wie Sie Beziehungen mit Erwachsenen und Kindern gestalten, worüber Sie Witze machen und vieles andere mehr. Eventuell haben Geschwister oder Freunde bereits Erfahrungen mit sich selbst und körperlichen Spielen mit anderen Kindern gemacht und geben diese weiter. Das alles beobachtet das Kind in seiner Umgebung und sieht Fotos, guckt Fernsehen.

Ab dem zweiten Lebensjahr beginnen sich Kinder an den Geschlechtsorganen zu

berühren. Die Geschlechtsorgane gewinnen immer mehr an Bedeutung. Die sexuelle Neugier erwacht. Kinder sind nicht nur wundersame Philosophen, die nach dem Weg fragen, sie wollen auch wissen, wo dieser Weg begonnen hat und woher sie kommen. So entstehen konkrete Fragen nach Schwangerschaft, Geburt und Zeugung (meist in dieser Reihenfolge), die zwischen dem 4. und 6. Geburtstag immer intensiver werden. Geben Sie dem Kind alters gerechte Antworten. Nicht alle Details müssen schon geklärt sein.

Auch das «Döckerle» gehört dazu. Diese Erfahrungen sollten Kinder machen dürfen, wenn sie unter etwa Gleichaltrigen passieren und folgende Regeln eingehalten werden: Es soll freiwillig und ohne Druck geschehen, es wird niemandem wehgetan. So finden die Kinder einen positiven Zugang zu ihrem Körper. Die kindliche Neugier macht vor der Sinnlichkeit, der Zärtlichkeit und der Sexualität nicht halt. Lassen Sie ihm Gewähr, seine Intimität im eigenen Raum auszuprobieren.

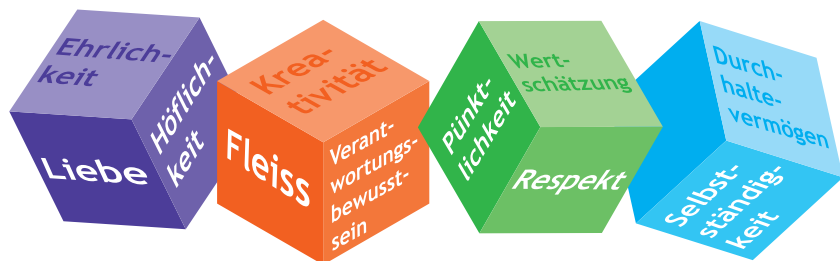
Die sexuellen Erfahrungen eines Kindes sind wichtig und tragen zu einer positiven Gesamtentwicklung bei. Damit sich Kinder in ihrem eigenen Körper wohlfühlen, brauchen sie Mütter und Väter, die unbefangen mit der kindlichen Sexualität umgehen können. Sexualerziehung ist Begleitung im Hier und Jetzt.

Marlies Bieri / eidg. dipl.

Erwachsenenbildnerin, systemische und lösungsorientierte Beraterin MAS/FHZ, Sexualpädagogin / Uettiligen



4.2 Werte



Die Werte, die Eltern schätzen, prägen ganz stark die Erziehung der Kinder.

sich im Zusammenleben mit ihren Kindern entscheiden und verhalten – und vermitteln dadurch Werte. Das geschieht

Eltern erziehen, ob sie es wollen oder nicht, im Hinblick auf Werte. Tagtäglich müssen sie

in den kleinen Ereignissen und anhand der Fragen der Kinder. Werte machen aber nur dann Sinn, wenn sie nicht einfach vorgeschrieben werden, sondern den Bedürfnissen der Kinder entsprechend hinterfragt sind. Die Fragen nach: «Was ist mir wertvoll – was ist uns wertvoll – was gilt in unserer Gesellschaft als wertvoll?»,

können Eltern Orientierung geben und helfen, in der Erziehung am gleichen Strick zu ziehen, sich dabei gegenseitig zu unterstützen.

«In der heutigen Zeit des Wertewandels ist es besonders wichtig, sich als Mutter und Vater auf lebendige und verlässliche Grundwerte zu besinnen» (Stöcklin-Meier, 2004). Respekt und Verantwortungsbewusstsein helfen, neben den anderen in den Würfeln erwähnten Werten, in der Familie und in der Öffentlichkeit gut miteinander auszukommen.

Respekt

Wer das Wechselspiel zwischen Klein und Gross bewusst wahrnimmt, wer sich in der Beziehung nicht nur als Gebende, sondern auch als Nehmende betrachtet, geht nicht «von oben herab» mit dem Kind um. Wenn das Kind von Anfang an als eine eigenständige Persönlichkeit gesehen wird, wirkt sich diese respektvolle Haltung positiv auf die Entwicklung des Kindes aus. Was heisst es, ein Kind zu achten und zu lieben?

- Ein Kind von Anfang an ernst zu nehmen
- Sich nie lustig über seine Gefühle, Gedanken und Bedürfnisse zu machen
- Sich an Verabredungen halten
- Sein Eigentum zu respektieren
- Sich zu entschuldigen, wenn es angebracht ist

Verantwortungsbewusstsein

Als Mutter und Vater tragen Sie die Verantwortung für die Familie und kümmern sich um ihr Wohlergehen. Kinder sind in dieses System eingebunden. Sie lernen Schritt für Schritt, sich in verschiedenen Verantwortungsbereichen zurechtzufinden:

- Für sich selbst, wie z.B. ich bin dafür zuständig, dass meine Zähne geputzt sind
- Für die Familie, wie z.B. ich bin dafür zuständig, dass der Tisch gedeckt ist
- Für das grosse Ganze, für die Gesellschaft, wie z.B. ich trage Sorge, lasse keinen Abfall liegen

Je älter das Kind wird, desto grösser wird sein Verständnis für gesellschaftliche Zusammenhänge. Mit wachsender Selbstständigkeit kann es immer mehr Verantwortung übernehmen.

Werte zu vermitteln ist keine Sache von Predigen und vielen Worten. Kinder lernen an Ihrem Vorbild. Das Kind nimmt dann Rücksicht auf andere Menschen, wenn es erlebt, dass seine Eltern mit ihm und miteinander rücksichtsvoll umgehen.

Marlies Bieri / eidg. dipl.

Erwachsenenbildnerin, systemische und lösungsorientierte Beraterin MAS/FHZ, Sexualpädagogin / Uettiligen

«Der Kirchenbesuch hilft, unseren Kindern die religiösen Werte zu vermitteln.» Kumarasamy