

Vorwort

Je länger man als BeraterIn in einer Erziehungsberatungsstelle die Sorgen und Nöte der Ratsuchenden anhört und mitträgt, um so mehr wird man den Satz unterstreichen, dass es keine zwei vollständig gleichen Probleme gibt. Jedes Problem liegt etwas anders. Gleichzeitig aber wird der Eindruck immer deutlicher, dass es doch immer wieder die gleichen Schwierigkeiten sind, die in Familien auftreten. Themen, die anscheinend in allen Familien auftauchen und mehr oder weniger gut gelöst oder eben zum Problem werden können. Sozusagen Stolpersteine, die zum Weg gehören. Manche bemerken sie gar nicht, viele gehen darüber weg, einige stolpern, einige wenige fallen hin und verletzen sich.

Eine andere Erfahrung, die wir MitarbeiterInnen der Erziehungsberatungsstelle machen, zeigt uns, dass es offensichtlich für viele Menschen nicht leicht ist, sich bei alltäglichen Erziehungsproblemen Rat von Fachleuten zu holen, sei es die Vorstellung, wegen solcher "Kleinigkeiten" nicht zu einer Beratungsstelle gehen zu können oder aus welchen Gründen auch immer.

Daher haben wir uns entschlossen, nach 20-jährigem Bestehen der Beratungsstelle erneut mit Hilfe der örtlichen Presse sozusagen "Erziehungs-beratung frei Haus" zu liefern, so wie wir dies schon zum 10-jährigen Bestehen getan haben. Wir haben dazu wieder alltägliche Fragen der Kindererziehung und schwierige Probleme, typische "Stolpersteine" ausgewählt und jeweils das Wichtigste dazu in einem kurzen Artikel zusammengefasst. Dabei haben wir uns beim ersten Mal auf eine Schriftenreihe des Landkreistages Baden-Württemberg gestützt, die wir dankenswerterweise als Grundlage verwenden durften

(Alltag in der Familie; Treiber, Haman), beim zweiten Mal auf unsere eigene Erfahrung.

Wenn die Familienberatungsstelle Forchheim diese Artikel nun gesammelt herausgibt, dann haben wir die Hoffnung, dass die Hinweise und Ratschläge noch manchen Familien im Alltag der Kindererziehung eine Hilfe sein können.

'
Mai 2000

Für das Team der Beratungsstelle

Lob und Strafe - Wenn Kinder einfach nicht hören wollen.

Frau F. hat gerade gründlich geputzt. Alles glänzt und blinkt. Da rennt der achtjährige Klaus mit seinen lehmbeschmierten Schuhen über die funkelnde Pracht und hinterläßt unübersehbare Spuren. Frau F. fühlt sich mit ihren Nerven am Ende. Hatte sie ihren Ältesten nicht immer ermahnt, die dreckigen Schuhe vor der Haustüre ausziehen? Es setzt ein paar kräftige Ohrfeigen.

Warum greifen Eltern zu solchen Erziehungsmethoden? Oder greifen sie gar nicht bewusst danach? Meist ist solches Verhalten wohl eher ein Ausdruck von emotionaler Überlastung, eher Ergebnis elterlicher Hilflosigkeit, als bewusst gewähltes Erziehungsmittel. Was wollen Eltern, was will z.B. Frau F. mit Strafen überhaupt erreichen?

Bei Elternabenden in Kindergärten und Schulen werden z.B. folgende Gründe genannt: Das Kind muss lernen, wo seine Grenzen sind. Es soll begreifen, dass es nicht immer alles machen kann, was es gerade mag. Eltern wollen mit Strafen ihre Autorität dokumentieren. Das Kind soll merken, dass die Eltern böse werden, wenn es ihre Gebote und Verbote nicht beachtet. Das Kind soll vor Gefahren geschützt werden. Strafen sollen das Kind vor gefährlichen Situationen warnen und ihm helfen, bestimmte Dinge nicht zu tun - auch wenn es Sinn und Zweck des Verbotes nicht einsieht.

Diese Gründe klingen recht plausibel. Ob aber Schläge geeignet sind, solche Erziehungsziele zu verwirklichen? Wenn es immer konsequent Schläge geben würde, wäre das sogar wirksam, aber zu welchem Preis!

Strafen, vor allem Schläge, helfen selten, unerwünschtes Verhalten in erwünschtes zu verwandeln und können zu unangenehmen Folgen führen: Solche überschießende Strafe kann Angst auslösen. Angst bewirkt viele seelische Störungen. Aus Angst vor Strafe werden Kinder unehrlich: Sie tun das, was von den Eltern bestraft wird, heimlich. Solche Strafe bewirkt Ärger, Ärger weckt Aggressionen. Ärger und Aggressionen belasten die Eltern-Kind-Beziehung. Solche Strafe kann dem Kind vermitteln, dass es in Ordnung ist, wenn der Stärkere (Vater oder Mutter) sich am Schwächeren (Kind) vergreift. Das Kind lernt dabei höchstens, Konflikte durch Schläge zu lösen. Probieren wir doch einmal andere Erziehungsmittel.

Selbstverständlich wird es nicht immer ganz einfach sein, konsequent einen einmal gefassten Entschluß durchzuhalten. Auch Eltern sind nur Menschen. Aber wenn schon Strafe, dann eine sinnvollere. Wäre es nicht besser, Klaus zu bestrafen, indem man ihm Putzeimer und Lappen in die Hand drückt und ihn so unmittelbar die unangenehmen Auswirkungen seines Verhaltens erfahren läßt? Sonst bleibt Frau F. neben ihrem Ärger auch noch die Arbeit des Saubermachens! Vielleicht könnte es auch hilfreich sein, beim nächsten Mal lobend zu bemerken, wenn Klaus seine Schuhe auszieht. Erfahrungsgemäß fällt das den Eltern aber besonders schwer, auch noch zu loben für etwas, was eigentlich selbstverständlich sein sollte. Aber probieren Sie es mal! Es hilft wirklich! Und wissen Sie warum? Weil Kinder sehen, dass ihre Veränderungsbereitschaft Anerkennung findet. Das schafft noch mehr Bereitschaft.

Ordnung - "Räum auf, sonst kracht's!"

Sie kennen diese Diskussion: "Mutti, hast Du schon wieder mein Zimmer aufgeräumt? Ich kann die Cassette für meinen Walkman nicht finden, die links hinten unterm Schrank lag." - "Ich habe dir schon hundertmal gesagt, du sollst endlich dein Zimmer aufräumen." - "Ich wusste wenigstens, wo die Cassette lag. Jetzt ist sie weg." - "Dann räum' gefälligst deinen Laden in Zukunft selber auf." - "Eben!" Oder so: "Hast du immer noch nicht aufgeräumt?" - "Wenn du jetzt nicht sofort aufräumst....!" "Räum' auf, sonst passiert was!" Und gar nicht selten kracht's dann auch.

Eltern müssten sich eigentlich klar darüber sein, dass ihre Vorstellung von Ordnung fast immer sehr gründlich von der ihrer Kinder abweicht. Und haben die Erwachsenen etwa selber gleiche Ansichten darüber? An so manchem unaufgeräumten Schreibtisch sind schon große Gedanken geboren worden.

Ordnung ist sicher hilfreich und nützlich. Sie kann das Leben und vor allem das Zusammenleben in der Gemeinschaft - auch Familiengemeinschaft - erleichtern. Und natürlich haben Eltern das Recht, in ihrer Wohnung nach ihren Ordnungsvorstellungen zu leben. Manchmal aber wird Ordnung zum Selbstzweck. Dann dient sie nicht mehr der Sache und wird zum Zwang und zur Last. Kinder lehnen sich dagegen auf. Sie können eben beim besten Willen nicht einsehen, dass die Mutter Tag für Tag Stunden mit Aufräumen und Putzen zubringen muss, statt sich ihnen zu widmen, sich mit ihnen zu beschäftigen und auch sich selbst Stunden der Ruhe und Muße zu gönnen. Wäre das nicht viel wichtiger? Der Erfolg solcher Ordnungspflege um ihrer selbst willen ist am Abend eine müde und "geschaffte" Mutter, die ihre ordentliche Wohnung nicht einmal genießen kann. Unordnung, die der Vater hinterlässt, die freilich übersieht oder beseitigt sie,

manchmal stillschweigend, manchmal schimpfend. Beide gemeinsam aber tolerieren sie bei den Kindern nicht. Aus Erziehungsgründen angeblich!

Kinder brauchen in ihrer Welt ein gewisses Maß an Unordnung, um sich beschäftigen, um kreativ sein zu können. Und was wiegt schließlich schwerer: blitzblankes Zimmer oder glückliche Kinder, die auch mal an einem Regentag in der Küche nach Herzenslust kochen und backen können, selbst auf die Gefahr hin, dass es nachher dort vorübergehend schlimm aussieht?

Wenn es ums Putzen im Kinderzimmer geht, wenn es mal wieder sein muss, kann man sich doch einigen. Absprachen sind hilfreich! Da wird gemeinsam festgelegt, dass zu einer bestimmten Zeit wenigstens soweit aufgeräumt und Platz gemacht wird, dass geputzt werden kann, ohne die heilige Unordnung zerstören zu müssen. Eine kurze Erinnerung unmittelbar davor ist angebracht, denn beim Spielen vergessen die Kinder nur zu schnell sich und die Zeit. Am besten ist es, wenn das Putzen in regelmäßigen Abständen und zu bestimmten Zeiten erfolgt: Das Kind gewöhnt sich daran und empfindet das Aufräumen-Müssen nicht als belastend oder gar als Strafe. Für gemeinsam benutzte Räume sollte vereinbart werden, dass jeder seine mitgebrachten und verwendeten Sachen selbst wieder wegräumt - auch der Vater! Auch durch seine Haltung wird das Kind lernen, dass Ordnung ihren Sinn hat und zum sich Wohlfühlen zuhause beiträgt.

Stehlen - Hilfe, mein Kind hat geklaut!

Herr und Frau K. sind entsetzt: Thomas stiehlt! Der 9-jährige wurde im Kaufhaus beim "Einstecken" einer CD erwischt. Frau K. schämt sich, Herr K. gibt - verärgert und aufgebracht - seinem Sohn erstmal eine Ohrfeige. Düstere Androhungen folgen: Was soll aus dir noch werden...?

Wenn ein Kind stiehlt, so sollte das ernst genommen, aber nicht überbewertet werden. Vor allem bei kleinen Kindern im Vorschulalter sollten sich Eltern erst einmal fragen, ob das Kind von seinem Entwicklungsstand her überhaupt schon Besitzverhältnisse wie "Mein" und "Dein" erfassen kann. Im ruhigen Gespräch und mit einem kindgemäßen Beispiel könnte es angeleitet werden, das einfach eingesteckte Auto des Nachbarkindes wieder zurückzubringen.

Viele Kinder klauen auch einmal, um etwas Spannendes zu erleben, um Verbotenes auszuprobieren, in einer sonst so fertigen Welt.

Wenn ein Kind häufiger stiehlt, muss gefragt werden, warum es das tut. Mögliche Antworten sind vielleicht:

Das Kind sucht größere Beachtung bei seinen Eltern: "Wenn so etwas passiert, werdet ihr euch schon um mich kümmern!"

Das Kind fühlt sich gegenüber seinen Geschwistern / in der Schule zurückgesetzt und stiehlt, um sich einen Ausgleich für die mangelnde Zuwendung zu verschaffen.

Wenn ein Kind sich keine Liebe mehr zu Hause erhofft, rächt es sich. Die Eltern sollen blamiert und bestraft werden.

Kinder, die in einer überstrengen Atmosphäre mit wenig Freiheiten aufwachsen, stehlen, um wenigstens ein kleines Gefühl von Freiheit und Freude zu erleben. Dann werden häufig auch Dinge genommen, mit denen das Kind gar nichts anfangen kann.

Manchmal klauen Kinder, um sich die Freundschaft und Anerkennung anderer Kinder zu erkaufen.

Bei älteren Schülern ist Klauen auch eine "Mutprobe": Kinder wollen vor den anderen nicht als Feigling gelten, sie lassen sich von älteren Jugendlichen erpressen, um in die begehrte Clique zu kommen, etc.

Manchmal gibt es einfache Erklärungen: Das Kind hat kein / zu wenig Taschengeld oder darf nicht frei darüber verfügen. Es kann sich die für andere Kinder selbstverständlichsten Wünsche nicht erfüllen. Eine angemessene Taschengeldregelung ist dann notwendig.

Wenn Jugendliche sich immer mehr holen und nehmen, was sie auf legalem Wege nicht bekommen, so zeigt dies auch an, dass die sozialen Spielregeln von Fairness und Moral in unserer Konsum- und Leistungsgesellschaft nicht mehr gelten. Es fehlt an Werten und erwachsenen Vorbildern. Selbstbedienungsmentalität in Politik und Wirtschaft, das Auseinanderklaffen der sozialen Schere, die schöne bunte Warenwelt der Medien, hohe Jugendarbeitslosigkeit etc., erhöhen das Anspruchsniveau. Wünsche erfüllen sich Jugendliche dann auch auf illegalem Weg.

Was können Eltern tun? Schnaufen Sie erst einmal durch und machen Sie sich bewusst, dass Ihr Kind wegen des Stehlens nicht gleich eine Verbrecherlaufbahn einschlägt. Klären Sie mit Ihrem Kind im Gespräch, warum es nicht stehlen darf und wie es die gestohlenen Dinge zurückgeben kann bzw. wie es sie abbezahlen muss. Geben Sie eine klare Orientierung vor; Schläge und Drohungen bestätigen das Kind eher in dem Gefühl, dass es ja eh keiner mag. Sie verhindern damit Offenheit. Stellen Sie Ihr Kind nicht auf die Probe mit herumliegendem Geld. Schaffen Sie eine Gesprächsbasis. Das Kind weiß selbst meist nicht so genau, warum es "das" gemacht hat. Sie als Eltern können herausfinden,

welche Ursachen es bei ihrem Kind gibt, wie sie ihm helfen können, die Probleme in der Familie, mit anderen Kindern oder in der Schule anzugehen.

Schulunlust - Wenn Kindern die Schule stinkt.

Wenn ein Kind am liebsten die Schule anzünden möchte, wenn es die Schule schwänzt, wenn es keine Hausaufgaben macht, wenn es daheim keine Klassenarbeiten mehr zeigt, wenn es bereits bei dem Gedanken an die Schule Bauchweh bekommt, wenn es Hefte zerreißt oder Grimassen von unbeliebten Lehrern oder Mitschülern ins Heft kritzelt, dann äußert sich für jeden Beobachter ganz unverhüllt, dass alles, was mit der Schule zu tun hat, für das Kind unangenehm ist. Schulunlust nennen dies einige, Schulangst andere.

Wie kommt es dazu?

Erstens: Kinder fürchten, bestimmten Anforderungen des Lehrers oder der Eltern nicht zu entsprechen: "Obwohl ich mich anstrenge, sind andere besser, und ich versage".

Zweitens: Kinder erleben, dass die Tüchtigen vom Lehrer und von den Mitschülern mehr Anerkennung erhalten: "Meinen Nachbarn mag der Lehrer mehr, weil er bessere Noten schreibt, und bei den Klassenkameraden kommt er auch mehr an als ich."

Drittens: Kinder erfahren, dass ihre Schulleistungen auch in der Familie von großer Bedeutung sind. Nicht selten haben Kinder das Gefühl, sich Anerkennung, Sicherheit und elterliche Liebe durch Leistungen erkaufen zu müssen.

Viertens: Schule ist kein Schonraum mehr, sondern wird als Vorbereitung für unsere Industriegesellschaft erlebt. Mit Schulzeugnissen werden Sozialentscheidungen getroffen. Die Schule wird damit zur Schaltstelle für künftige Sicherheit, sozialen Rang und das Ausmaß künftiger Konsummöglichkeiten. Auf die Veränderungen der Beschäftigungsstruktur der vergangenen Jahre reagieren Eltern oft mit überzogenen Leistungsansprüchen

und geben dies an ihre Kinder weiter: Bereits manche Grundschüler rechnen sich ihre Noten bis auf ein Zehntel nach dem Komma aus.

Faktoren wie Stofffülle, Prüfungsangst, Leistungs- und Konkurrenzdruck in Schule und Elternhaus und die derzeitige Arbeitsmarktlage erhöhen gegenwärtig für weitaus mehr Schüler als je zuvor die Wahrscheinlichkeit, alle schulischen Belastungen als bedrohend zu erleben. Schüler reagieren darauf mit einer Vielzahl von Störungen: Magenschmerzen, Asthma, Schlaflosigkeit, Bettnässen, Erbrechen, Konzentrations- und Arbeitsstörungen, Aggression gegen andere Kinder, Zerstörung von Unterrichtsgeräten, Drogen-, Alkohol- und Medikamentenkonsum und Selbstmordversuche.

Wie können und sollten Eltern und Lehrer diesen Kindern helfen? Offen über ängstigende Probleme sprechen. Dem Kind dabei in Ruhe zuhören, es nicht schimpfen. Gemeinsam nach Möglichkeiten suchen, die Angst zu besiegen. Zu Hause für eine entsprechende Atmosphäre sorgen, denn Hektik in der Familie verstärkt die Spannungssituation in der Schule.

Regelmäßige Gespräche zwischen Eltern und Lehrern helfen, das Verhalten und die Leistung des Kindes besser zu beobachten und einzuschätzen: Soll man die schulischen Anforderungen abbauen (durch Wiederholen einer Klasse, Wechsel auf eine andere Schule) oder lässt sich durch gezielte Förderung (z.B. Nachhilfeunterricht) die Leistungsfähigkeit steigern? Kann dem Kind geholfen werden, die Kontakte zu Gleichaltrigen zu verbessern, Freunde und Anerkennung zu bekommen?

Schulleistungen sollten nicht als Tauschwert für soziale Anerkennung, Zuwendung und Liebe gehandelt, Sitzenbleiben nicht als Familienkatastrophe erlebt werden. Jedes Kind zeigt bestimmte

Verhaltensweisen, die liebenswert an ihm sind. Auch dies sollten die Eltern beachten und das Kind nicht nur bei guten Noten loben und anerkennen.

Eltern müssen sich selbstkritisch fragen: Habe ich selbst große Angst davor, dass mein Kind die Schule nicht schafft - vielleicht weil mein Kind stellvertretend für mich die Karriere machen soll, die mir selbst versagt bleibt? Übertrage ich eigene ehrgeizige Wünsche auf mein Kind, unabhängig davon, ob es meine Erwartungen auch erfüllen kann oder mag?

Verhalten sich Eltern so, kann aus einer ursprünglich harmlosen, vorübergehenden Schul-angst ein nur schwer zu behebendes Problem werden. Darum: Bei Schulangst sofort reagieren und nicht lange abwarten und hoffen, dass es sich wieder gibt. Manches kann freilich auch von Fachleuten nicht geändert werden. Denn: Was sich derzeit in Schule und Elternhaus abspielt, ist im Grunde Spiegelbild ökonomischer Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt.

Leistungsdruck - Wie finde ich ein gutes Maß?

"Mein Kind soll es einmal besser haben als ich: Es soll eine solide Ausbildung bekommen und dadurch eine gesicherte Existenz. Es muss nicht studieren, aber die Mittlere Reife oder das Abitur sollte es schon haben, da einem dadurch einfach mehr Türen offen stehen!"

Eine arg strapazierte Meinung und das wohl schon über Jahrzehnte hinweg. Oftmals bringen Eltern für den schulischen Erfolg der Kinder jedes Opfer, oder setzen ihre Kinder unter Druck, eine bestimmte Anstrengung und Leistung zu erbringen.

Vor allem mit der beginnenden Industrialisierung haben sich viele Eltern für ihre Kinder eine bessere Zukunft gewünscht. Nur wer sich bis zum Äußersten anstrenge, hatte eine Chance, sein Schicksal zu verbessern. Die Existenzprobleme von damals sind in unserer Wohlstandsgesellschaft weniger geworden und doch fühlen sich heutzutage viele Menschen unglücklich, unzufrieden und leer. Wir haben uns heute mit anderen Problemen auseinanderzusetzen. Ziele wie Gehorsam, Höflichkeit und Anpassung sind unwichtiger und Selbständigkeit, Kritikfähigkeit und Kooperationsbereitschaft wichtiger geworden: "Konkurrenz", möglichst "hohe Flexibilität" und steigende Arbeitslosigkeit sind nur einige der Probleme, mit denen wir ständig konfrontiert werden - und bei allen kommt die Leistung ins Spiel. Immer mehr, immer besser und das in immer weniger Zeit - eine Einstellung, die oftmals nicht nur in der Schule und Arbeitswelt zu finden ist, sondern in Ansätzen schon im Kindergarten und häufig auch im Freizeitbereich.

Die Wege, die uns angeblich bessere Lebensmöglichkeiten versprechen, bieten keine Erfolgsgarantie mehr. Auch wer einen Beruf hat, kann seinen Arbeitsplatz verlieren und auch wer die Schule erfolgreich durchgestanden und ein Studium absolviert hat, kann ohne Arbeit dastehen. Können wir es angesichts dieser Tatsachen unseren Kindern verübeln, wenn sie nicht alles für einen Arbeitsplatz einsetzen? Ist es da so unbegreiflich, dass manche Kinder nicht einmal finanzielle Anreize locken?

Unsere moderne Leistungs- und Konsumgesellschaft ist eine Welt, die auf Erwachsene und deren Bedürfnisse zugeschnitten ist. Die Kinder haben Spielzeug im Überfluss, sie können sich mit ihrem Taschengeld allerhand leisten, sie bekommen Nachhilfestunden, nehmen Musikunterricht und gehen zum Sport. Ist das alles ausreichend? Haben es die Kinder schon dadurch besser? Haben wir für sie genügend Zeit und Bereitschaft, um auf ihre Interessen, Bedürfnisse und Probleme einzugehen?

Wir bemessen die Wertschätzung den Kindern gegenüber oftmals danach, was sie zu leisten vermögen und es fällt schwer, eine Begabung, die nicht den Erwartungen entspricht, zu akzeptieren. Eine Überforderung der Kinder durch die Eltern, übermäßige Strenge und ein elterliches Verhalten, das zwischen Gleichgültigkeit einerseits und unerwartet harter Bestrafung andererseits wechselt, all dies führt zu Prüfungsängsten und Ängsten allgemein, nicht erfolgreich zu sein. In der Schule wiederum geht es zwischen MitschülerInnen oft nicht um Fortschritte im Lernen und Verstehen, sondern in erster Linie darum, andere zu übertreffen. Unter diesen Wettbewerbsbedingungen gelingt es nur wenigen, sich mit dem Erfolg hervorzuheben, der in unserer Leistungsgesellschaft so wichtig scheint. Es wird Kindern nicht die Faszination am Lernen

gezeigt, ein Lernen, wo Spannung und Anregung stattfindet und die Neugier des Kindes geweckt wird. Viele Kinder haben darum keine Lust zum und keinen Spaß am Lernen, sogar Widerwillen oder Angst vor der Schule und sie zeigen dies auf unterschiedliche Art und Weise: Mit Stören im Unterricht, Aggressionen, Leistungsverweigerung, Resignation bis hin zu körperlichen Auffälligkeiten wie Bauchschmerzen, Übelkeit und Kopfschmerzen, um nur einige Anzeichen zu nennen.

Den Wert der Erziehung am schulischen oder beruflichen Erfolg zu messen, wird immer fragwürdiger. Wir sollten uns deshalb bemühen, den Kindern eine lebenswerte Kindheit zu ermöglichen, eine wesentliche Grundlage für ihr persönliches Glück. Das erfordert aber, dass wir in und außerhalb der Familie auch wieder mit den Augen eines Kindes sehen lernen, aufmerksam werden auf die dauernden Bedrohungen, Einschüchterungen und Verletzungen und hellhörig werden für seine Wünsche. Das hat mit Verwöhnen überhaupt nichts zu tun. Und da geht es gar nicht nur um unser eigenes Kind, sondern um alle Kinder.

Kindern zu ihrem Recht zu verhelfen, zu ihrem Glück, das lässt sich nicht mit Geld oder Abtretung der Verantwortung an andere erledigen. Das erfordert persönliche Standfestigkeit, Zivilcourage, Phantasie und gemeinsame Freizeitgestaltung. Aber solch ein Einsatz bringt Kindern und Erwachsenen gleichviel: Wer einmal versucht, Kinder ernst zu nehmen, wird merken, dass er dadurch auch viel für sein eigenes Leben gewinnt.

Pubertät - Eine schwierige Zeit für die ganze Familie?

"Lass dir endlich die Haare anders schneiden und außerdem, so wie du angezogen bist, verlässt du mir nicht das Haus! Noch etwas: wir sind auch mit deinen ständigen, endlosen Telefongesprächen nicht länger einverstanden!"

Äußerungen dieser Art gehören vermutlich zum Alltag zahlreicher Familien und haben schon oft Streit ausgelöst. Um was geht es eigentlich? Es geht nicht nur um Haare, Kleidung oder stundenlange Telefonate, sondern auch darum, dass sich die mittlerweile "Jugendlichen" in einer Zeit des Übergangs vom Kind zum Erwachsenen befinden. In diesem Lebensalter finden bei ihnen Veränderungen statt, die sich sowohl körperlich zeigen, als auch durch auffällig eigenwillige Einstellungen, Gefühle und Verhaltensweisen ausdrücken. In dieser Zeit des Übergangs, in einen für die Jugendlichen noch unbekanntem Lebensbereich, der noch wenig strukturiert und gegenüber dem bisherigen Erfahrungsraum viel stärker ausgeweitet ist, besteht nicht nur Unsicherheit, sondern auch eine aktive Umorientierung. Die Jugendlichen versuchen, die Anforderungen der Erwachsenenwelt mit den eigenen Möglichkeiten in Einklang zu bringen.

Wesentliche Hilfestellung kann hierbei die Gruppe der Gleichaltrigen leisten: Zugehörigkeit zu einem Verein oder einer Musikgruppe, Treffen mit anderen Jugendlichen aus der Schule oder Nachbarschaft sind nur einige Möglichkeiten von vielen, bei denen Jugendliche Orientierung, Halt und Geborgenheit finden können. Diese Kontakte zu Gleichaltrigen sind den Jugendlichen eine Hilfe, sich selbst im Kreis der anderen zu finden. Gleichzeitig wird in diesen mehr oder weniger festen Gruppen ein Freiraum

zur Erprobung neuer Verhaltensweisen geboten. In diesem Rahmen gewonnene Vorstellungen, Meinungen und Ansichten fördern Selbstbewußtsein, diese auch außerhalb der Gruppe zu vertreten. Nach außen zeigt sich die Gruppenzugehörigkeit durch die recht ähnliche Sprache, Musik und Kleidung, einige der Ausdrucksweisen, durch die sie sich von der Welt der Erwachsenen aber auch von den Jüngeren abheben können, was allerdings häufig zu Konflikten mit den Eltern führt. Während vorher die Eltern eine wesentliche Vorbildfunktion besaßen, kommt es nun zu rivalisierenden Ansprüchen seitens der entsprechenden Gruppe Gleichaltriger.

Die Eltern spüren, dass Neues auf sie zukommt und das kann zu Unsicherheiten oder Ängsten führen. Aussagen wie "Sturm- und Drangzeit" oder "himmelhochjauchzend - zu Tode betrübt" sind zu hören. Sie wollen nicht wahrhaben, dass die enge Eltern-Kind-Bindung lockerer wird und ihr Kind beginnt, eigene Wege zu gehen. Sie fürchten, dass ihr Kind vermeintliche Chancen vergibt und zugleich die Elternhoffnungen scheitern könnten. Vielleicht wird auch etwas um das eigene Prestige gebangt. Gewollt wird immer nur "das Beste", und dieses Motiv soll nicht angezweifelt werden. Aus der Sicht der Jugendlichen sehen die Dinge jedoch anders aus, und hiermit befinden sie sich in Gesellschaft vieler anderer Jugendlicher. Eltern, die solche Wandlung mit Kritik, Spott und Strafe begleiten, verschließen sich oft den Zugang zu ihren Kindern vollends: Die Jugendlichen ziehen sich weiter zurück, was zum völligen Bruch mit dem Elternhaus führen kann.

Dem entgegenwirken können Sie durch Verständnis für die Mode, durch das eigene Eingeständnis, früher auch aus der Reihe getanzt zu sein, durch ein gewisses Vertrauen und die Bereitschaft, sich immer und immer wieder mit den jungen Leuten und ihren Vorstellungen auseinanderzusetzen und auch durch eine

Portion Humor: Zweikämpfe um Schuhe und Hosenformen sind meist lächerlich und bunte oder abasierte Haare auch nicht der Beginn einer Verbrecherlaufbahn. Die Jugendlichen ihren eigenen Weg gehen lassen und den eigenen vertreten, wozu sicherlich Selbstbewusstsein und Toleranz gehören, das muss man sich leisten können.

Taschengeld - "Papa, ich brauche Geld!"

Vielen Eltern, auch solchen, die den Pfennig nicht dreimal herumdrehen, fällt das Taschengeldgeben an die Kinder oft schwer. Sie beklagen, dass ihre Kinder nur schlecht oder gar nicht mit dem Geld umzugehen wissen, dass sie Unnötiges und Unsinniges kaufen. Deshalb ziehen sie es vor, ihren Kindern lieber während des Familieneinkaufs die Dinge zu besorgen, die sie gerade haben möchten. So glauben dann viele Eltern, daß ihr Kind alles hat, was es braucht, Taschengeld deshalb völlig überflüssig ist.

Aber diese Einstellung verkennt einen Grundgedanken des Taschengeldes, seinen erzieherischen Sinn: Taschengeld ist auch "Lerngeld", ist Probegeld, mit dem die Kinder lernen sollen, mit Geld umzugehen. Dass dies aus der Sicht der Erwachsenen manchen Misserfolg einträgt, ist nur natürlich. Doch wie soll ein Kind sonst die nötigen Erfahrungen machen?

Die zweite pädagogische Bedeutung des Taschengeldes ist ebenso wichtig: Es erzieht zu Selbständigkeit und Eigenverantwortung, und zwar durch eigenes Erleben und Tun, was sicher wirksamer ist als elterliche Ratschläge. Das Kind lernt dabei auch den Umgang mit Wünschen: Wünsche wahrnehmen, aber auch mal zurückstellen, abwägen was wichtiger ist. Es erlebt, wie es ist, wenn man für eine heißersehnte Wasserpistole, die 2 Tage später gar nicht mehr so toll ist, das ganze Taschengeld ausgegeben hat - das erfährt ein Kind eben nur mit dem eigenen Taschengeld und nicht, wenn es sich mit allen Wünschen an die Eltern wenden kann.

Einige wichtige Tipps dazu:

Die Zahlung eines Taschengeldes sollte spätestens mit 6 Jahren beginnen. Die Auszahlung sollte regelmäßig, anfangs wöchentlich, später monatlich erfolgen, damit das Kind leichter planen kann. Die Auszahlung sollte nicht von Schulleistungen oder dem Betragen abhängig sein. Eine Kürzung des Taschengeldes ist nur sinnvoll, wenn sie dazu dient, einen materiellen Schaden bei anderen wieder gut zu machen, z.B. zum Ersatz eines absichtlich kaputt gemachten Spielzeugs o.ä.

Das Ausgeben sollte ohne elterliche Kontrolle erfolgen. Aber auch wenn Kinder über das Taschengeld eigenverantwortlich bestimmen sollen: Sie brauchen Planungs- und Entscheidungshilfen. Ab und zu ein Gespräch über das Geldausgeben könnte da sehr nützlich sein, z.B. ob der dritte Bagger vom Jahrmarkt wirklich sein muss.

Zum Schluss noch die Frage: Wieviel? Das richtet sich natürlich nach dem Alter des Kindes und nach den wirtschaftlichen Möglichkeiten der Eltern. Deswegen sind Richtwerte nur sehr begrenzt gültig. Als sinnvoller Betrag für ein siebenjähriges Kind können 2,- DM pro Woche gelten. Ab zehn Jahren ist eine monatliche Auszahlung sinnvoll. Hier mag vielleicht ein Betrag von ca. 20,- DM angebracht sein, ab 12 Jahren 30,- bis 40,- DM. Bei Jugendlichen ab 14 Jahren sollte zunächst gemeinsam festgelegt werden, was alles vom Taschengeld gekauft werden soll (z.B. auch Schulmaterial, ein Teil der Kleidung usw.), danach richtet sich dann auch die Höhe des Taschengeldes.

Das eigenverantwortliche Einkaufen kann Eltern auch vor ausufernden Diskussionen über Kleiderkäufe etc. entlasten, wenn sie sich und dem Heranwachsenden diese Selbständigkeit zugestehen können.

Eifersucht - Gleiche Kinder sind gar nicht gleich.

Haben Sie das auch schon gedacht? "Ich behandle doch alle meine Kinder gleich, und trotzdem sind sie eifersüchtig aufeinander." Warum nur? Ja, möglicherweise genau deshalb! Weil Kinder immer verschieden sind in ihrer Art, Begabung und Entwicklung bedürfen sie auch unterschiedlicher Zuwendung. Wenn Sie diese Unterschiede missachten, beschwören Sie Eifersucht geradezu herauf. Der Achtjährige, der mit seinem fünfjährigen Bruder zur gleichen Zeit ins Bett muss, fühlt sich mit Recht dem "viel Jüngeren" gegenüber benachteiligt.

Eifersucht ist ganz natürlich - und nicht nur einem Neuankömmling gegenüber, der einen von seinem Platz verdrängt. Auch später, unter älteren Kindern, ist Eifersucht spürbar. Das älteste Kind neigt automatisch dazu, eine Führungsrolle zu übernehmen - vor allem, wenn es von den Eltern dabei bestärkt wird, wenn sie es zum "Assistenten" machen, zum "Bundesgenossen". Die mittleren Kinder werden nie Erste sein, sie führen einen regelrechten Zwei-Fronten-Krieg. Und das Nesthäkchen wird nie aufhören, von seiner Umwelt "Spezialbehandlung" zu erwarten. Mit diesen unterschiedlichen Positionen haben die Kinder untereinander gerade genug zu tun. Die Eltern verstärken manchmal ungewollt diese Spannung, indem sie diese für eigene Zwecke benutzen. Die Ältesten scheinen besonders belastet zu sein - überfordert durch Eltern, die ihnen Aufgaben übertragen, denen sie vielleicht noch gar nicht gewachsen sind. Wenn eine Mutter von ihrem Fünfjährigen erwartet, dass er sich vorbildlich und beschützend den jüngeren Geschwistern gegenüber verhält - "du bist ja schon groß, du kannst das" -, dann unterschätzt sie seine eigenen Bedürfnisse.

Der Fünfjährige ist ja selber noch klein. Andererseits: Wenn Eltern von ihrem Achtjährigen verlangen, dass er zur gleichen Zeit ins Bett gehen soll wie der fünfjährige Bruder, ist es nicht verwunderlich, wenn der "Große" dann den Kleinen bevormunden will, auch wenn es den Eltern nicht passt. Eltern sollten Kinder nicht gleich, sondern angemessen behandeln: entsprechend dem Alter, angepasst an die Situation und den Fähigkeiten angemessen.

Kinder sind vor allem eifersüchtig, wenn sie sich vernachlässigt fühlen. Und dies wollen sie ihren Eltern deutlich vor Augen führen. Hat das Kind das Gefühl geliebt zu werden, so wie es ist, mit all seinen Fehlern und Schwächen, dann muss es sich nicht ständig mit den Maßstäben eines anderen messen. Es erfährt dann, dass sein Wert darunter gar nicht leidet, wenn ein Geschwister das eine oder andere besser kann und besser weiß, wenn nur seine eigenen Leistungen und Fähigkeiten gebührend anerkannt werden.

Geschwisterstreit - Wer steht auf wessen Seite?

"Hört endlich mit der Streiterei auf", schreit die Mutter aus der Küche, "ihr macht mich noch ganz verrückt". "Susi lässt mich nicht die Sendung mit der Maus ansehen", schreit Tanja zurück. "Und ich will Olympia sehen", vervollständigt Susi die Information (um was es mal wieder geht). Die Mutter macht sich auf, den Streit zu schlichten.

Kennen Sie das auch? Regen Sie sich auch so auf über die dauernden Streitereien der Geschwister? Wieviel Zeit und wieviel Energie das kostet! Dauernd muss man ihnen beibringen miteinander auszukommen. Aber warum eigentlich dauernd? Muss die Mutter da wirklich einschreiten, nur weil sie meint, für die Kinder und deren Wohl verantwortlich zu sein und die jüngeren vor den älteren Geschwistern schützen zu müssen? Dabei sind es oft gerade die Jüngeren, die angeblich "Schwächeren", die die Älteren regelrecht provozieren, nur um die Eltern auf ihre Seite zu kriegen.

Genau gesehen betrifft die Auseinandersetzung um das Fernsehprogramm in unserem Fall doch nur die Kinder und nicht die Mutter. Warum mischt sie sich also ein? Besser wäre, den Kindern zu helfen, das Problem selber zu lösen und sie dafür zu loben, wenn sie die Lösung selbst geschafft haben. Kommt eines petzen, dann könnte sie auch so reagieren: "Tut mir leid, dass ihr euch streitet. Ich bin aber sicher, ihr werdet eine Lösung finden". Lösungsvorschläge oder Kompromissideen kann sie auch dann noch anbieten, wenn die Kinder tatsächlich selber keine Lösung finden können. Damit gibt sie die Verantwortung den Kindern und

lässt sich nicht in etwas hineinziehen, was sie nicht unmittelbar berührt.

Worum es auch immer beim Krach der Kinder gehen mag: Eltern machen es oft nur schlimmer, wenn sie eingreifen. Sie nehmen den Kindern die Gelegenheit zu lernen, ihre Konflikte selbst zu lösen. Dass es zwischen Kindern solche Konflikte gibt, ist völlig natürlich und selbstverständlich. Es ist aber nicht selbstverständlich, dass es dabei immer zum Streit kommen muss. Solche Streitereien unter Geschwistern haben oft nur das Ziel, die Aufmerksamkeit der Eltern auf sich zu lenken. Je früher Eltern aufhören sich einzumischen, um so eher hören die Streitereien auf; allmählich zwar, weil die Kinder erst noch prüfen, ob die Eltern wirklich die Absicht haben, sich nicht einzumischen.

Schauen wir uns doch selbst an: Sind wir denn immer fähig, unsere Konflikte ohne Streit mit anderen zu lösen? Oder versuchen wir Konflikte zu beschönigen, zu harmonisieren oder aufkommenden Streit gleich zu ersticken, weil wir Angst vor ernststen Meinungsverschiedenheiten haben? Ehe wir von unseren Kindern erwarten, Konflikte auf friedliche Art miteinander zu lösen, üben wir es doch erst selbst. Wir sollten mit den Kindern in aller Ruhe und in freundlicher Atmosphäre über den Grund des Streits reden und gemeinsam mit ihnen Wege suchen, wie sie ihre Schwierigkeiten ohne Streit beheben können. Dies ist jedoch im Zeitpunkt des Kampfes selten möglich, weil dann Worte keine heilsame Lehre mehr sind, sondern nur noch eine zusätzliche Waffe.

Kontaktprobleme - Mein Kind hat keine Freunde!

"Markus hat einfach keine Freunde, es ist zum Verzweifeln. Er tut mir leid, aber gleichzeitig bin ich wütend auf ihn, wenn er so allein in seinem Eck sitzt und vor sich hinschaut. Mit mir spielt er gern, aber er geht nicht weg." Frau K. sucht schließlich Rat in der Erziehungsberatungsstelle, denn: "Ich habe Angst, dass er immer so allein bleibt, ein richtiger Eigenbrötler."

Kontaktscheue Kinder werden als ängstlich, unsicher, isoliert und schweigsam beschrieben. Sie haben es nicht gelernt, den "ersten Schritt" auf andere zuzumachen. Den Eltern gegenüber zeigen sie sich oft hilflos - Papa und Mama helfen dann meist (z.B. beim Anziehen), so dass sie daheim durchaus im Mittelpunkt stehen. Bei anderen Kindern dagegen erleben sie sich als "stehengelassen" und nehmen an, dass sie nicht gemocht werden. Sie bekommen Angst vor der Ablehnung und ziehen sich noch mehr zurück. So schließt sich der Kreislauf, der zu einer immer größeren Furcht vor Kontakten und damit zur Vereinsamung dieser Kinder führen kann.

Wie können Sie als Eltern Ihrem Kind helfen, diesen negativen Kreislauf zu durchbrechen? Beobachten Sie sich einmal selbst:

Gibt es viele Situationen, in denen Sie selbst unsicher oder ängstlich sind? Gehen Sie auf andere Menschen zu und haben Sie Freunde? Leben Sie selbst sehr zurückgezogen, sind Sie sich selbst genug? Da Eltern immer auch Vorbilder für Ihre Kinder sind, ahmen die Kinder das "eingegelte" Verhalten der Eltern nach. Es fehlt ein Vorbild für Kontaktpflege! So lange Sie selber sehr zurückgezogen leben, können Sie nicht von Ihrem Kind

erwarten, dass es seine Ängstlichkeit im Umgang mit anderen überwinden lernt.

Auch ein verwöhnendes, sehr beschützendes Erziehungsverhalten kann verstärken, dass das Kind sehr am "Rockzipfel" hängt. Manche Eltern fördern Kontaktschwierigkeiten, ohne es zu wissen und zu wollen, indem sie sich über ein braves und anhängliches Kind freuen. Bekräftigen Sie vielleicht das unsichere und unselbständige Verhalten Ihres Kindes durch verstärkte Zuwendung und Hilfe? Fühlen Sie sich evtl. zu Hause selbst einsam und sind froh, dass wenigstens Ihr Kind da ist? Oder loben Sie Ihr Kind ständig und nehmen es zu viel in Schutz, wodurch es sich alleine als hilflos und dadurch unsicher erlebt, besonders im Umgang mit anderen, die es nicht "in Watte packen"?

Auch Lebenseinstellungen und Äußerungen der Eltern wie "verlass dich nur auf dich selbst" oder "man kann alles alleine schaffen", nimmt ein Kind wahr. Diese Haltungen zeigen dem Kind nicht, wie es lernen kann, auf Menschen auch vertrauensvoll zuzugehen.

Schwierige Situationen wie Umzug, Überforderung, Krankheiten und Tod in der Familie sowie Trennungssituationen lassen Sicherheiten ins Wanken geraten und können Kinder für eine Zeitlang in starke Ängste versetzen, können also auch Kontaktängste auslösen. Dann braucht das Kind besonders den sicheren "Heimathafen" und das ist dann auch eine Zeit lang so in Ordnung.

Unsichere Kinder haben wenig Selbstvertrauen erwerben können, die Wahrnehmung von sich und anderen ist verzerrt. Sie haben zu wenig gelernt, Situationen mit anderen richtig zu "deuten" und

erleben dadurch häufig auch Misserfolge. Leitsätze wie "ich hab's ja gewußt, mich mag eh keiner" können sich herausbilden - Schwierigkeiten im Zusammensein mit anderen sind dann fast vorprogrammiert.

Versuchen Sie also, die Gefühle Ihres Kindes anzunehmen und ernstzunehmen anstatt sie ihm auszureden. "Puh, ich glaube, da warst du ganz schön aufgeregt, so viele neue Kinder in der Turnhalle." Ermutigen Sie Ihr Kind und haben Sie Geduld. Veränderung braucht Zeit.

Versuchen Sie konsequent zu übersehen, wenn sich Ihr Kind zurückzieht und loben Sie seine kleinen Schritte zur Selbständigkeit, wie alleine Brot einkaufen gehen, mal eine Runde radfahren... Kleine Aufgaben und Anforderungen, die es sicher bewältigen kann, wirken stärkend, während zu große eher Angst vor dem Versagen auslösen.

Je selbständiger Ihr Kind wird, umso sicherer wird es sich im Umgang mit anderen fühlen. Vergleichen Sie nicht so viel, denn "allzu tolle" Vorbilder entmutigen nur. Setzen Sie Ihr Kind nicht unter Druck, ein ganz bestimmtes Kind einzuladen, nur weil Sie es besonders mögen. Laden Sie öfter mal eine andere Familie mit Kindern ein oder fragen Sie die Erzieherin oder den Lehrer Ihres Kindes, mit wem es wenigstens ab und zu mal spielt. Ermuntern Sie Ihr Kind, dann bei diesem Kind anzurufen oder es einzuladen. Gönnen Sie Ihrem Kind die ungestörte Spielzeit alleine, aber schicken Sie es ruhig auch mal raus: "Ich habe jetzt zu tun, gehe mal alleine", um seine Eigenaktivität und Selbständigkeit zu fördern. Muten Sie ihrem Kind auch mal etwas zu: Mut hat etwas mit zumuten zu tun.

Umgang mit anderen Kindern - Warum wehrt sich mein Kind nicht?

Frau L. hat beobachtet, wie auf der Straße ihr achtjähriger Peter wieder einmal von den Nachbarskindern verprügelt wird, ohne sich zu wehren. Minuten später steht er weinend in der Tür. Die Mutter bedauert ihn und ist erbost über die anderen Kinder. Herr L. schimpft stattdessen, Peter soll endlich ein "Mann" sein und einfach zurückschlagen. Er ist enttäuscht, dass sein Sohn ein Feigling ist. Verärgert ruft er schließlich die Väter der beteiligten Jungen an und bittet sie, dafür zu sorgen, dass sie seinen Peter nicht mehr schlagen. Freilich: dies hilft für ein paar Tage, dann greifen die Jungen Peter wieder an.

Das Unglücklichste, was Eltern in einem solchen Fall tun können, ist ein Kind zu bedauern, das in seinen sozialen Beziehungen Schwierigkeiten hat. Mitleid gibt dem Kind das Gefühl, dass es unfähig ist, die Situation allein zu bewältigen und es meint, dass an diesem Problem eben nichts zu ändern ist. Solche Kinder brauchen nicht Mitleid, sondern Ermutigung.

Eltern, die ihr Kind bedauern, neigen dazu, allzu behütend zu sein und nehmen ihm die Möglichkeit, eigene Fähigkeiten im sozialen Umgang zu entwickeln. Mitleid, Vorträge über das Thema "ein Mann zu sein", die Bitte um Eingreifen der anderen Väter helfen Peter überhaupt nichts. Denn Peter will gar nicht mit den Jungen kämpfen: er lässt seine Eltern für sich kämpfen, weil er doch schwach und unfähig ist, für sich selbst zu sorgen.

Peter wird nur dann lernen, mit seinen Schwierigkeiten fertig zu werden, wenn seine Eltern es unterlassen, diese "Geschichte" in die Hand zu nehmen. Wenn Sie Ihrem Sohn wirklich helfen

wollen, dürfen Sie kein Mitleid zeigen. Statt dessen sollten Sie versuchen, die Gefühle des Kindes anzusprechen, indem Sie z.B. sagen: "Du traust Dich einfach nicht zurückzuschlagen. Du meinst vielleicht, dass die anderen Kinder viel stärker sind als Du. Du fühlst dich Ihnen unterlegen". Wenn Sie ihm diese Gefühle also nicht auszureden versuchen, ihn deshalb nicht kritisieren, dann fühlt er sich verstanden. Sie ermöglichen ihm, im Gespräch auch selbst auf Ideen zu kommen, wie er in Zukunft mit diesen Schwierigkeiten umgehen kann. Er kann lernen, sich erst einmal gegen ein Kind zu wehren und nicht gegen eine ganze Gruppe. Ebenso kann er Vater und Mutter bitten, mit ihm "Probekämpfe" zu machen oder versuchen, künftig den Kontakt mit diesen aggressiven Kindern zu meiden und sich andere Freunde zu suchen. Mit dem Kind sollte auch darüber gesprochen werden, inwiefern es selbst dazu beiträgt, von anderen geschlagen zu werden: Ob es die anderen vielleicht durch ein bestimmtes Verhalten reizt oder ob es sich besonders leicht ärgern lässt und damit die anderen geradezu herausfordert. Denn Tatsache ist: Kinder verprügeln besonders gerne gerade das Kind, das sich nicht wehrt.

Wenn sich Ihr Kind nicht wehren kann, dann sollten Sie als Eltern wissen, dass das Kind lernen muss, seine Kämpfe selbst auszufechten. Sie können ihm helfen, sich über seine Gefühle klar zu werden und Alternativen in Betracht zu ziehen. Vermeiden Sie, die Probleme für Ihr Kind erledigen zu wollen.

Hausaufgaben - täglicher Stress?

"Zuerst werden die Hausaufgaben erledigt." So beginnt für viele Kinder und Mütter am Nachmittag der tägliche Kampf. Die Mutter ärgert sich über den Sohn, der in der Schule nicht aufgepasst hat und jetzt schon wieder mit den Gedanken woanders ist. Der Sohn ärgert sich über die Mutter, die ihn nicht spielen lassen will. Beide ärgern sich über den Lehrer, der zu viel und zu schwere Hausaufgaben gestellt hat. Das ist die beste Voraussetzung dafür, dass außer viel Ärger nichts herauskommt. So muss aber Hausaufgabenmachen nicht sein.

Was können Eltern - meist Mütter - tun, um es erst gar nicht so weit kommen zu lassen?

Zunächst ist es wichtig, sich einmal kurz Gedanken zu machen, was denn der Sinn einer Hausaufgabe sein kann: Kinder sollen zeigen, dass sie den täglichen Lehrstoff so weit verstanden haben, dass sie selbständig die entsprechenden Aufgaben lösen können. Außerdem sollen Kinder mit den Hausaufgaben den Schulstoff vertiefen und üben. Die Mutter soll nicht zur Nachhilfelehrerin für ihr Kind werden, sondern ihre Aufgabe nur darin sehen, ihr Kind dabei zu unterstützen. Das Kind soll die Hausaufgabe als seine Aufgabe betrachten und erledigen, und es soll lernen, dass es für deren Richtigkeit und Vollständigkeit selbst verantwortlich ist.

Was können Eltern nun konkret tun?

Der Arbeitsplatz: Kinder brauchen einen ruhigen Platz zum Arbeiten, am besten im eigenen Zimmer. Der Küchentisch, an dem die Mutter gerade arbeitet, ist wenig geeignet, ebenso der Wohnzimmertisch, wenn gerade der Fernsehapparat läuft. Es sollte alles vom Arbeitsplatz des Kindes entfernt werden was ablenkt: z.B. Spielzeug, Cassettenrecorder und auch das kleine Schwesterchen sollte rausgeschickt werden, wenn es ständig dazwischen plappert.

Die Zeit: Die Hausaufgaben sollten regelmäßig zu einer bestimmten Zeit erledigt werden, so dass dies zur Selbstverständlichkeit wird und das Kind nicht erst überlegt, wann es Lust dazu haben könnte. Günstig ist, dem Kind nach der Schule und dem Mittagessen erst noch eine kurze Pause zu gönnen, wo es zunächst abschalten, sich erholen oder sich bewegen kann um dann danach am frühen Nachmittag mit den Hausaufgaben zu beginnen.

Lob ist wichtig! Auch wenn Eltern keine Meister in Mathematik oder Rechtschreiben sind, können Sie Ihrem Kind helfen. Beobachten Sie sich einmal selbst genau, wie oft Sie Ihr Kind für ein richtig geschriebenes Wort oder eine gelöste Aufgabe loben. Sicher seltener als dies möglich und notwendig wäre. Lob ist wichtig: Es macht Spaß und gibt Selbstvertrauen, und das ist wichtig, um gute Leistungen bringen zu können.

Fehler gehören dazu! Beobachten Sie sich einmal, wenn Ihr Kind ein Wort falsch schreibt oder eine Aufgabe nicht ganz richtig löst. Werden Sie nicht gleich ungeduldig, wenn das Kind etwas falsch macht, das gehört beim Üben immer dazu. Ein sachlicher Hinweis "da stimmt etwas nicht ganz" ist sicher hilfreicher als schimpfen.

Der wichtigste Punkt: Von Anfang an zu Selbständigkeit erziehen! Wie beim Spielen entwickelt das Kind auch beim Arbeiten einen eigenen Stil - wenn man es lässt. Dauerndes Vorsagen, Einmischen und Antreiben sind keine geeigneten Mittel, um selbständiges Arbeiten zu fördern. Sie erreichen damit eher das Gegenteil. Deswegen sollte das Kind die Hausaufgabe möglichst alleine und selbständig machen. Sie schonen damit auch die eigenen Nerven. Sie sollten nicht daneben sitzen, wohl aber erreichbar sein, wenn das Kind Fragen hat. Aber auch dann sollten nicht Sie die Aufgabe lösen, sondern das Kind. Besser ist es z.B., wenn Sie sich erklären lassen, wie die Aufgaben in der Schule gelöst wurden und dann dem Kind helfen, selbst die Lösung zu finden.

Falls das Kind öfter mal nicht weiß, wie die Aufgaben in der Schule gelöst wurden, ist vielleicht ein Gespräch mit dem Lehrer angezeigt. Spätestens dann, wenn Sie merken, dass Sie mit Ihrem Kind regelmäßig in Kampf geraten, wenn Sie ihm helfen wollen, sollten Sie überlegen, was schief gelaufen ist.

Konzentrationsschwierigkeiten - Was steckt hinter dem Etikett?

Versuchen Sie doch mal, eine Dreiviertelstunde lang vor dem Fernseher zu sitzen und konzentriert einem Vortrag zu folgen, ohne gedanklich abzuschweifen, ohne aufzustehen und herumzulaufen, ohne sich am Kühlschrank etwas zu trinken zu holen. Sehen Sie, genau das verlangen wir oft von unseren Kindern in der Schule. Und dann hört man die Klage: "Mein Kind kann sich nicht konzentrieren". Konzentrationsschwäche scheint immer mehr zuzunehmen und sich auszubreiten. Selbst beim Spiel mangelt es den Kindern an Ausdauer. Was ist da nur los?

Tatsache ist, dass die Konzentrationsfähigkeit Grenzen hat, und die sind stark vom Alter abhängig. Unter günstigen Bedingungen (keine Ablenkung, ausgeschlafen, interessanter Unterricht) sind folgende Durchschnittswerte für ihre Dauer ermittelt worden:

6 - 7 Jahre: 15 Minuten

7 - 9 Jahre: 20 Minuten

9 - 10 Jahre: 25 Minuten

10 - 14 Jahre: 30 Minuten

14 - 15 Jahre: 40 Minuten

15 - 19 Jahre: 50 Minuten.

Nach einer kurzen Pause sollte sich ein Kind die gleiche Zeitspanne noch ein- bis zweimal konzentrieren können. Aber selbst diese wenigen Minuten können immer weniger Kinder konzentriert arbeiten. Woran liegt das?

Auf der Suche nach möglichen Gründen wird oft die Schuld zwischen Schule und Eltern hin- und hergeschoben. Sicher ist, dass es Ursachen für Konzentrationsstörungen gibt, für die niemand etwas kann. Das sind frühkindliche Hirnschädigungen,

chronische Infekte und andere körperliche Ursachen. Da kann häufig der Facharzt helfen.

Eine andere Störquelle kann in den äußeren Gegebenheiten liegen: Das Kind sieht draußen die anderen spielen, nebenan läuft ein Radio auf vollen Touren, durchs Fenster dringt der Lärm einer nahen Straße. Man sollte sich gemeinsam überlegen, wie das Lernklima verbessert werden kann.

Oder vielleicht sind die Eltern die "Störquelle", ohne sich dessen bewusst zu sein. Herrscht etwa durch unsere eigene Hektik eine unruhige Atmosphäre? Überfordern wir das Kind, so dass es sich aus Angst vor dem Versagen in Tagträume flüchtet? Verwöhnen wir es zu sehr, bieten wir ihm zu früh Hilfen an, so dass es schnell aufgibt? Es weiß ja, dass die Mutter hilft.

Häufigste Ursache sind jedoch psychische Konflikte, die das Kind belasten wie z.B. Sorgen und Spannungen in der Familie. In solchen Situationen sind Forderungen, sich "endlich zu konzentrieren", ebenso unsinnig, wie die Unterstellung, das Kind sei faul.

Damit wird alles nur noch schlimmer. Eltern sollten eher die Schwierigkeiten sehen, die ihr Kind hat, als die Schwierigkeiten beklagen, die es ihnen angeblich macht. Die Feststellung, "mein Kind kann sich nicht konzentrieren", hilft nicht weiter, wenn Sie nicht zugleich nach den Gründen dafür suchen, notfalls auch bei sich selbst.

Wenn sich ein Kind nicht konzentrieren kann, können Sie im Spiel mit ihm oft sehr gut beobachten, ob es an einer allgemeinen Konzentrationsschwäche leidet oder ob es nur an bestimmten Schulfächern, bestimmten Interessengebieten liegt. Dazu kann

Ihnen meistens auch der Lehrer/die Lehrerin aus der Beobachtung des Kindes noch weiterführende Hinweise geben.

Im Spiel lässt sich Konzentration auch vorzüglich üben. Spielen Sie - Ihrer Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt! Sie werden sehen: Ihr Kind spielt gerne mit, falls das Spiel Spiel bleibt.

Lese- und Rechtschreibschwäche - Was steckt dahinter?

"Ich hätte nie erwartet, dass Markus in der Schule solche Schwierigkeiten bekommen könnte. Im Rechnen klappt's ja ganz gut, aber das Lesen und Schreiben ist eine richtige Katastrophe. Ich muss ihn inzwischen regelrecht zum Schreiben zwingen ..."

Was ist damit gemeint? Es gibt Kinder, die trotz durchschnittlicher Begabung, trotz des Wunsches zu lernen und Unterstützung der Eltern und Lehrer, das Lesen und Schreiben nur sehr verzögert und fehlerhaft erlernen. Die Ursachen für diese Lese-Rechtschreib-Schwierigkeiten sind vielfältig. Als gesicherte Erkenntnis gilt z.Zt.: Leseschwächen gibt es in allen Kulturen mit Schriftsprache und Jungen entwickeln 4 - 10 x häufiger Lese-Rechtschreib-Schwierigkeiten als Mädchen.

Beide Ergebnisse sprechen dafür, dass es sich bei der Lese-Rechtschreibschwäche auch um eine Funktionsstörung des Gehirns handelt, d.h. es muss noch deutlicher der Frage nachgegangen werden, inwieweit genetische und/oder neurologische Faktoren bei der Entwicklung von Lese-Rechtschreib-Schwierigkeiten eine Rolle spielen. In vielen neueren Untersuchungen werden vor allem Sprachstörungen und Störungen der Sprachentwicklung als eine Hauptursache von Lese- und Rechtschreib-Schwierigkeiten genannt.

Die meisten Kinder bringen die vielen Entwicklungsvoraussetzungen für ein gutes Gelingen des Lese- und Schreiblernprozesses mit, wie gute Hör- und Sehfähigkeit, das Zusammenspiel von Sinnen und Motorik, die Entwicklung der Seitigkeit und viele Differenzierungsfähigkeiten. Der Zeitpunkt, an

dem diese Fähigkeiten ausgebildet sind, ist jedoch verschieden; ungünstige individuelle, soziale oder schulische Lernvoraussetzungen können diesen Lernprozess stören.

Da unsere Kulturtechniken Lesen und Schreiben von Anfang an sehr große Bedeutung haben, sollten Sie sich nicht scheuen, frühzeitig ihre Beobachtungen und Befürchtungen mit der Lehrerin oder dem Lehrer Ihres Kindes zu besprechen und sich evtl. noch bei anderen Fachleuten wie dem Kinderarzt, den Beratungslehrern, dem Schulpsychologischen Dienst oder der Erziehungsberatungsstelle Unterstützung zu holen, denn die Schwierigkeiten "wachsen sich nicht aus". Sie sollten dies vor allem dann tun, wenn massive Probleme beim Lesen und Schreiben trotz regelmäßigen Übens weiter bestehen, wie stark verlangsamtes und fehlerhaftes Lesen, eingeschränkte Lautverschmelzung (noch in der 2. Klasse), in der Rechtschreibung stark fehlerhaftes Abschreiben, Verwechseln von form- bzw. klangähnlichen Buchstaben, extreme Fehlerhäufung bei Nachschriften, Schwierigkeiten beim Speichern von Wortbildern, in der Abfolge von Buchstaben u.a.

Kinder erleben ihre Lücken und Schwierigkeiten schnell als Misserfolg, die zu Beeinträchtigungen im Selbstwert führen können. D.h. ein Kind, das über diesen wichtigen Weg Lernen nur wenig Anerkennung erhält, sucht sich häufig eine Ersatzanerkennung z.B. durch Klassenkasperei, durch aggressives Handeln, durch das Erstreiten von Anerkennung auch im negativen Sinn. Andere Kinder reagieren eher nach innen, sie fliehen in Tagträume, ins Vermeiden...

Sie können Ihrem Kind die beste Hilfe geben, wenn Sie versuchen, die Misserfolge nicht überzubewerten, seine starken Seiten zu sehen, ihm zu helfen, andere Wege zu finden, wo es

erfolgreich sein kann, seine Interessen zu unterstützen. Wichtig ist auch, mit dem Kind darüber zu sprechen, dass seine Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten nichts mit Faulheit oder Dummheit zu tun haben.

Eine Förderung außerhalb der Familie kann eine Entlastungsmöglichkeit sein, um die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind vom schulischen Druck zu entlasten. Diese Möglichkeit ist dann gegeben, wenn bei Ihrem Kind eine Lese-Rechtschreibschwäche vom Schulpsychologischen Dienst oder der Erziehungsberatungsstelle festgestellt wurde. An einigen Grundschulen im Landkreis gibt es bereits Förderunterricht für lese- und rechtschreibschwache Kinder. Sprechen Sie die Lehrkraft Ihres Kindes darauf an, was und wie dort gearbeitet wird und was Sie tun können. Eltern und Schule sollten versuchen, sich nicht gegenseitig in dem Streit schachmatt zu setzen, wer der Schuldige oder der Böse ist, sondern erkennen, dass das Kind Unterstützung braucht und wie sie ihm gemeinsam einen Unterstützungsweg bahnen können, denn ständige schulische Misserfolgserlebnisse führen auch zu einer starken Beeinträchtigung der Lebensfreude. Als Eltern (und nicht als Co-Lehrer!) sollten Sie aber immer den Satz beherzigen: Üben, d.h. am Stoff und den Lücken arbeiten, bringt immer erst dann Fortschritte und erste kleine Erfolge, wenn auch gleichzeitig das Selbstwertgefühl des Kindes gestärkt wird, wenn es selbst wieder an einen noch so kleinen Erfolg glauben kann.

Spiel - "Spielt halt was", das reicht wohl nicht?

Spielen will gelernt sein. Ohne Anregung, Ermutigung und Hilfe kann sich die Spielbereitschaft von Kindern nicht zur Spielfähigkeit entwickeln. Viele Eltern meinen, dass ihre Kinder nicht "richtig" spielen können, oder alle 5 Minuten etwas anderes anfangen, oder ... Manche Mutter sagt zu ihrem Kind, wenn es sich langweilt: "Spiel halt was" - aber das reicht häufig nicht. Was macht es heute für Kinder so schwer, ungestört spielen zu können?

Kindsein bedeutet, mehr oder weniger lückenlos beaufsichtigt und behütet zu werden, d.h. ein Verlust von Spielräumen, in denen das Kind nicht durch Erwachsene beaufsichtigt wird. Kinder spielen immer mehr in künstlich geschaffenen "Inseln" wie Spielgruppen und Sportgruppen mit Terminplan und Fahrstress für Mutter und Kind. Kinder "verkopfen" heute viel zu früh. Ihre Fernsinne - Augen und Ohren - werden permanent gefordert, ihre Nahsinne - Tasten, Fühlen und das Sichspüren in der Bewegung - werden viel zu selten angeregt.

Kinder brauchen ungestörte Spielzeit, v.a. auch für Rollen- und Symbolspiele. Im Rollenspiel können sie Konflikte klären, in denen sie gerade stecken, d.h. sie drücken die Gefühle aus, die sie momentan empfinden. Sie versuchen Bedürfnisse zu befriedigen, die im wirklichen Leben unbefriedigt bleiben und lassen Ängste, Befürchtungen, aber auch schöne Erlebnisse in die Spielhandlung einfließen. So sitzt z.B. die vierjährige Anne mit ihrer Puppe auf dem Boden und erzählt ihr eine ganz gruselige Geschichte, nämlich, dass das Haus brennt und die Eltern nicht da sind. Anne muss sich und den Bruder ganz allein retten. Die Erwachsenen werden böse beschimpft, sie haben nicht aufgepasst. Als dann die

Puppe sprechen darf, verwandelt sich die Geschichte ins "Gute". Die Puppe erklärt der Anne, dass die Babysitterin doch ganz nett ist und sicher ganz tolle Spiele weiß ... (Anlass ist, dass Annes Eltern zum ersten Mal abends alleine ins Kino gehen wollen und eine Babysitterin kommt.)

Spielerisch erweitern Kinder so ihre Handlungs- und Bewältigungsmöglichkeiten. Das Spiel ist ihre Ausdrucks- und Erlebniswelt. Wie können Eltern das fördern?

Schaffen Sie Ihrem Kind einen Platz zum Spielen! Gerade für kleine Kinder ist eine Spielecke, wo einmal etwas liegenbleiben kann, in der Nähe der vertrauten Person wichtig, also in der Küche oder im Wohnbereich.

Unterbrechen Sie das Spiel nicht unnötig! Freuen Sie sich, wenn sich Ihr Kind in ein Spiel vertieft, wenn es Ausdauer beim Spielen erlernt und unterbrechen Sie es nicht zu oft, damit es schnell dieses oder das machen soll.

Zu viel oder zu wenig Spielzeug? Viele Kinder haben heute zu viele Spielsachen, haben die Qual der Wahl, reißen viel aus dem Regal und sitzen dann untätig im selbstgeschaffenen Chaos. Ersparen Sie Ihrem Kleinkind dieses Chaos, sortieren Sie das Spielzeug, bringen Sie einige Kisten davon weg und tauschen sie von Zeit zu Zeit aus.

Drängen Sie Ihr Kind nicht, treiben Sie es nicht an! Kinder wollen und sollen sich satt spielen. Überfordern Sie Ihr Kind nicht ständig mit neuen Anregungen, mit neuen Spielsachen. Sie hindern es daran, mit einem Spielzeug vertraut zu werden und selbst Variationen im Spiel zu erfinden. Es ist sicher manchmal schwierig, abzuwägen, ob das Kind durch eine Langeweile "durch muss", oder ob eben auch mal neue Anregungen durch neue Spielsachen angezeigt sind. Sinnvolle Beschäftigung bedeutet nicht, dass immer etwas dabei "herauskommen" muß.

Lassen Sie Ihr Kind viel selbst ausprobieren! Erwachsene geben allzu gern gute Ratschläge: mach das so, sonst... Und Kinder gewöhnen sich daran, einen "Animateur" zu haben! Lassen Sie die Kinder selbst entdecken und ausprobieren. Helfen sollten Erwachsene erst dann, wenn Kinder nicht weiter wissen und unglücklich darüber sind. Zeigen Sie auch nicht immer, wie man es "richtig" macht. Kinder erleben sonst ihr eigenes Tun und Spielen als nicht gut genug und trauen sich selbst immer weniger zu. Sie sagen dann: "Bau mir doch ein Haus, mal mir doch eine Giraffe, du kannst das viel besser."

Zeigen Sie Interesse am Spiel Ihres Kindes, aber loben Sie nicht allzu übertrieben! Kinder möchten für das selbst gebaute Flugzeug gelobt werden, die Mama soll kommen, begutachten und sich mitfreuen. Kinder spüren jedoch, wenn die Bewunderung zu dick aufgetragen wird. Sie werden dann unsicher.

Spielen macht Spaß! Kinder, die bei Gesellschaftsspielen mit den "Großen" häufig verlieren, vermeiden diese schließlich, haben keine Lust mehr. Es gibt heute auf dem Spielzeugmarkt auch "Spiele ohne Verlierer". Fragen Sie die Erzieherin Ihres Kindes, was das Kind im Kindergarten gerne spielt. Spiele können auch in der Stadtbücherei ausgeliehen werden. Demonstrativ gelangweilte Kinder befinden sich häufig auch in einer Phase der Neuorientierung: "Babyspiele" machen keinen Spaß mehr. Finden Sie gemeinsam heraus, was jetzt dran ist.

Spiel bei Kindern ist vor allem auch Bewegungsspiel! D.h. Kinder sollten die Möglichkeit haben, viel draußen zu spielen. Lassen Sie die Kinder alte Sachen anziehen, die unbedenklich schmutzig werden können. Fallen, klettern, springen, all dies sind gesunde Urbedürfnisse von Kindern und dafür brauchen sie Freiräume, Nischen und Plätze...

Und: Auch in Zeiten von Multimedia spielen Kinder noch Fußball,

üben Seilhüpfen und spielen Tarzan, wenn sie Zeit, Platz und Spielkameraden haben.

Gutes Spielzeug - muss nicht teuer sein.

Weihnachten steht vor der Tür. Das heißt aus Sicht der Eltern auch: Was werde ich schenken? Die Auswahl des passenden Spielzeugs bereitet oft Schwierigkeiten und ein Spielzeug soll es bei Kindern wohl meist sein. Gewiss, manche Kinder ertrinken fast in allerlei Gerätschaften, die ihnen obendrein noch sichtlich Langeweile bereiten. Doch dies bedeutet nicht "zu viel Spielzeug", sondern zu wenig vom richtigen.

Richtiges Spielzeug hängt natürlich vom Alter des Kindes und von den jeweiligen Neigungen ab. Doch gilt: Das beste Spielzeug ist das, das die Phantasie anregt, und das muss nicht unbedingt teuer im Laden erstanden werden. Wie attraktiv der für uns wertlose "Zivilisationsmüll" für Kinder ist, kann man immer wieder beobachten: Große und kleine Kartons, die bemalt und zurechtgeschnitten als Haus, als Puppenbett, als Raumstation und vieles mehr dienen; alte Kleider, die zum Verkleiden gut sind, besonders wenn Mutter noch einige alte Schminkutensilien dazu spendiert. Es gibt Beispiele genug.

Daneben brauchen Kinder aber auch gutes, sorgfältig ausgewähltes Spielzeug, denn das Spiel ist für das Kind die beste Möglichkeit, sich mit seiner Welt auseinanderzusetzen. Über das Spiel kann das Kind die Welt sozusagen probeweise erobern.

Einige Grundsätze für die Beurteilung und den Kauf von Spielzeug:

Enttäuschung ist der größte Spielverderber. Auch das kleinste Spielzeug muss halten, was es verspricht: Spielmöglichkeiten, Verarbeitung, Material und Haltbarkeit sollten dem Spielzweck entsprechen. Aus jedem Material kann man gutes und schlechtes Spielzeug herstellen. Unnötige Enttäuschungen durch schlechte

Qualität sollten Sie vermeiden. Gutes Spielzeug muss nicht teuer sein, aber Qualität hat eben doch ihren Preis.

Vorhandenes und bewährtes Spielzeug vermehren (z.B. Bausteine), oder seine Spielmöglichkeiten erweitern, kann sinnvoller sein als neue Spiel-ideen. Viele Bauelemente erweitern die Baumöglichkeit; eine Puppe mit viel Zubehör ist meist besser als viele Puppen ohne Zubehör.

Das Spiel folgt den Erlebnissen des Kindes. Wer nie Eisenbahn fährt, weiß mit einer Bahnhofsvorsteherausrüstung wenig anzufangen. Interessen der Kinder sollten daher berücksichtigt werden. Der Wunschzettel ans Christkind ist hier immer noch hilfreich, auch wenn das Kind nicht ans Christkind glaubt.

Die Größe des Spielzeugs: Kleinkinder bauen besser mit großen Bausteinen, aber einen riesigen Teddy kann man nicht überall mit hinnehmen.

Überlegen Sie sich, was Sie mit dem Spielzeug erreichen wollen! Eine Puppe oder ein Schmusetier sollte ein Wesen zum Liebhaben sein, nicht zum Fürchten.

Konstruktion und Mechanik sollten anfangs sehr einfach und immer verständlich sein. Einblick in technische Vorgänge ist wichtiger als Modelltreue.

Noch ein Wort zu den immer beliebter werdenden Computerspielen: Technischer Fortschritt macht auch vor dem Kinderzimmer nicht halt und er soll es auch nicht! Aber ein "echtes" Tennisspiel z.B. fördert nicht nur die Konzentration bedeutend besser, es sorgt auch für Frischluft, Kondition und den so nötigen körperlichen Ausgleich.

Schließlich: Kaufen Sie im eigenen Interesse nicht erst in den letzten Wochen, sondern rechtzeitig.

Fernsehen - kämpfen, aufgeben oder nutzen?

Kennen Sie die ständigen Diskussionen darüber, wann und wie lange ferngesehen werden darf? Oder die Streitereien, wenn sich die Geschwister untereinander nicht einigen können? Haben Sie auch manchmal das Gefühl, dass manche Sendungen Ihrem Kind Angst machen oder Aggressionen erzeugen?

Das Fernsehen ist heute eines der meistgenutzten Medien und es beeinflusst zu einem Großteil das Freizeitverhalten von Erwachsenen und Kindern. Kinder nutzen Fernsehen aktiv: Um sich Orientierungen zu holen, ihre Phantasie anzuregen und sie auszuagieren, wobei Filme mit solchen Themen bevorzugt werden, die sie zu diesem Zeitpunkt beschäftigen. Bei diesem Einfluss ist nicht verwunderlich, dass sich auch negative Auswirkungen zeigen: Eltern berichten über Schlafstörungen ihrer Kinder, Mediziner stellen neben den Haltungs- und Sehschäden bereits bei Vorschulkindern starke Reizbarkeit fest und LehrerInnen berichten von Konzentrationsschwächen und dem berühmten Montagmorgen, der inzwischen auch bereits in den Kindergärten bekannt ist, weil auch schon 3- bis 6-jährige das Fernsehwochenende verdauen müssen.

Deshalb einige Hinweise zum besseren Umgang mit dem Fernseher. Oberstes Ziel sollte sein, dass Kinder lernen vernünftig mit diesem Medium umzugehen: Der völlige Verzicht auf das Fernsehprogramm ist ebensowenig ratsam und unrealistisch wie grenzenloser Konsum.

Versuchen Sie, das Fernsehen nicht als bequemes Erziehungsmittel zu verwenden, da es sonst den Charakter eines immer verfügbaren "Langeweilevertreibers" bekommt.

Wählen Sie die Sendungen (mit Hilfe einer guten Fernsehzeitschrift) für und mit Ihrem Kind sorgfältig aus. Geben Sie einen Rahmen vor und lassen Sie zum Beispiel das Kind eine Kindersendung unter mehreren auswählen.

Wenn Sie Kinder im Vorschulalter haben, können Sie z.B. einen Fernsehwochenplan aufstellen: Gemeinsam wird ein Kompromiss zwischen den unterschiedlichen Bedürfnissen Ihrer Kinder und dem, was Sie für sinnvoll halten, ausgehandelt.

Das Verstehen von Sendungen ist abhängig vom Entwicklungsstand Ihres Kindes: Vorschulkinder erkennen zwar einzelne Szenen, können diese sinngemäß jedoch nicht verknüpfen. Grundschulkinder verstehen Zusammenhänge schon besser, aber erst ab 11 Jahren wird eine Handlung durchgängig verstanden.

Filme mit Gewalttaten oder Grausamkeiten gegenüber Menschen und Tieren, Gefahren durch Feuer, Wasser etc. können vor allem jüngere Kinder stark ängstigen und sind deshalb ungeeignet.

Verhindern Sie zu frühes und zu langes Fernsehen. Kinder unter 3 Jahren sollten gar nicht fernsehen, Vorschulkinder nicht länger als eine halbe Stunde am Stück, Sechs- bis Achtjährige höchstens eine Stunde und ältere Grundschulkinder nicht mehr als eineinhalb Stunden. Vor dem Schlafengehen sollten keine aufregenden oder ängstigenden Sendungen angesehen werden.

Verhindern Sie gesundheitliche Schäden wie Kopfschmerzen und Augenschäden, indem Sie auf den richtigen Abstand vom Gerät und die richtige zusätzliche Beleuchtung hinter dem Fernsehapparat achten. Haltungs- und Verdauungsprobleme lassen sich vermeiden, wenn die Kinder nicht beim Fernsehen essen und anschließend den nötigen Bewegungsausgleich in frischer Luft haben.

Lassen Sie Ihr Kind nicht alleine fernsehen! Besonders das Vorschulkind braucht während der Sendung die Anwesenheit der Eltern, Geschwister oder anderer vertrauter Personen, damit es plötzlich auftauchende Angst, Spannung oder andere Gefühle in den Griff bekommen kann.

Wenn Kinder beim Fernsehen unruhig werden oder das Zimmer verlassen, hat es oftmals damit zu tun, dass sie Spannungen, Ängste oder Freude über das Gesehene ausleben müssen. Sie sollten sie deshalb nicht zum Stillsitzen ermahnen. Beobachten Sie den Gesichtsausdruck und das Verhalten Ihres Kindes, da solche äußerlichen Anzeichen Ihnen sagen können, ob es die gesehenen Inhalte verarbeiten kann oder eine Überforderung zu befürchten ist.

Helfen Sie ihrem Kind nach dem Fernsehen, seine Eindrücke zu verarbeiten, fragen Sie, was es gesehen hat. Greifen Sie Anregungen aus dem Gesehenen gemeinsam mit Ihrem Kind auf, so dass das Kind selber einen Weg vom passiven Zuschauen zum aktiven Gestalten findet.

Erziehung des Kleinkindes - Tyrann, Untertan oder Partner?

Frau R. verlässt mit ihrem Säugling die Klinik. Von jetzt an wird sie ihren kleinen Sohn ohne Anleitung und fremde Hilfe versorgen müssen. Aber wie? Soll sie Tobias etwa daran gewöhnen, daß sie ihn im starren Vierstundenrhythmus füttert? Was aber, wenn er schon früher hungrig ist und schreit? Ihn einfach weinen lassen? Dazu wird vielen jungen Müttern geraten, denn: "Strenge Regeln und eine genaue Zeiteinteilung sind das Wichtigste in der Erziehung der ersten Lebensmonate". Das Neugeborene soll sich schließlich möglichst rasch dem Tagesablauf seiner Eltern anpassen. Und außerdem: Schreien schadet nicht, das stärkt die Lungen!

Wer solche Erziehungsmaßnahmen befürwortet geht davon aus, dass der Säugling sich den Lebensgewohnheiten der Eltern anpassen und sich in seinen Essens- und Schlafenszeiten nach der Uhr richten kann. Doch Kinderärzte und Psychologen stellen diese Überzeugung in Frage. Man spricht zwar immer noch davon, dass der Säugling sich nach einer sogenannten "inneren Uhr" richtet und in bestimmten, meist gleichbleibenden Zeitabständen seine Bedürfnisse anmeldet. Wenn seine innere Uhr zufällig den Lebensgewohnheiten der Eltern entspricht, können diese sich glücklich schätzen. Aber die meisten Babys halten sich nicht an festgelegte Mahlzeiten. Unter den Fachleuten meinen die einen, man soll konsequent sein, das Kind ruhig schreien lassen. Die anderen setzen dem entgegen, dass der Säugling noch gar nicht begreift, um was es geht.

Ein Baby versteht das Erzieherische am Verhalten der Eltern nicht, kann also auch nicht einsehen, weshalb man es schreien

lässt. Ein Baby empfindet Hunger und Durst weitaus heftiger als Erwachsene und gerät sehr schnell in Panik, lässt man es schreien. Es kann ja noch nicht vorausdenken und erkennen, dass es zu einem späteren Zeitpunkt etwas zu essen bekommt. Säuglinge weinen aus vielerlei Gründen: Weil sie hungrig oder durstig sind, weil die Windeln nass sind, oder weil sie Bauchweh haben. Vielleicht auch, weil sie sich gerade nach Zärtlichkeit und der beruhigenden Nähe ihrer Eltern sehnen. Sie schreien eigentlich selten nur zum Vergnügen. Eltern sollten sich deshalb auch nicht sklavisch an bestimmte Essenszeiten halten. Denn sonst richten sie sich nur nach ihren eigenen Vorstellungen. Die Bedürfnisse des Kindes bleiben dabei weitgehend unberücksichtigt.

Andererseits sollten die Eltern sich aber auch nicht ausschließlich nach den Wünschen des Kindes richten und ihre eigenen Bedürfnisse ständig zurückstellen. Sonst ist das Baby tatsächlich der kleine Tyrann, der seine Eltern zu Sklaven macht. Wie gelingt ihm das? Es ist satt und trocken. Ihm fehlt vermutlich nichts. Es hat im Laufe des Tages viel Zuwendung erhalten. Krank ist es auch nicht. Und trotzdem jammert und wimmert es im Laufe eines Abends mit schöner Regelmäßigkeit. Sobald die Eltern von ihren Sesseln aufspringen und sich seinem Bettchen nähern, scheint der ganze Kummer wie weggeblasen. Das Kind kräht mit einem Mal ganz fröhlich. Fühlt man sich in solchen Situationen nicht an der Nase herumgeführt?

Wenn das Kind etwas älter ist, können Eltern und Kinder gemeinsam Regeln für das Zusammenleben in der Familie aufstellen. Drei- und Vierjährige sind schon in der Lage, sich darin zu üben. So lernt ein Kind im Konfliktfall faire Kompromisse zu finden. Es fühlt sich ernst genommen und wird viel eher notwendige Einschränkungen akzeptieren können als ein Kind,

das ständig gegen die Unterdrückung seiner Bedürfnisse kämpfen muss. Nur wenn ein Kind sich oder andere in Gefahr bringt, muss der Erwachsene unverzüglich eingreifen (z.B. im Straßenverkehr). Er sollte anschließend aber dem Kind sein eigenes Verhalten erklären. Außerdem: Viele Regeln erübrigen sich, wenn Eltern ihren Kindern ein gutes Beispiel geben. Kinder haben nämlich die Eigenschaft, von uns Erwachsenen viel nachzuahmen - Gutes und weniger Gutes.

Ängste - Geht nicht weg, bleibt da!

"Geht nicht weg, bleibt doch da, ich hab' Angst." Mit diesem Problem haben wohl die meisten Eltern schon zu tun gehabt, als sie ausgehen wollten. Erklärungen und sachliche Hinweise, z.B. auf die Nachbarin, die aufpasst, helfen manchmal nicht, die Angst des Kindes vor dem Alleinsein zu lindern.

Versuchen Sie nicht, Ihr Kind zu täuschen, indem Sie scheinbar auf seine Bitte eingehen und später, wenn es eingeschlafen ist, das Haus verlassen. Wacht Ihr Kind dann wider Erwarten auf, wird es in Panik geraten, wenn niemand kommt und reagiert. Diese Erfahrung würde einen tiefen Vertrauensbruch bedeuten und Angstgefühle zur Folge haben, die sich unter Umständen monatelang hinweg als Einschlafstörungen zeigen können. Überlegen Sie also, ob Sie Ihr Kind zu Freunden mitnehmen können, oder ob Nachbarn, Bekannte, eine ältere Schülerin, die dem Kind schon vertraut ist, das Kind einen Abend lang betreuen können. Auf vollkommen unbekannte Personen reagiert ein Kind natürlich verängstigt. Mit größeren Kindern können Sie Vereinbarungen treffen, z.B. wann Sie etwa wiederkommen (damit die Zeit überschaubar ist), dass die Nachbarin einmal nachschauen kommt oder wie Sie telefonisch erreichbar sind. Lassen Sie eine Lampe an und sorgen Sie für einen liebevollen, nicht allzu hektischen Abschied vom Kind.

Einige Denkanstöße zum Thema: Die Erfahrung von Angst gehört zu den Grundtatsachen unseres Lebens und die Bewältigung der Angst zu den Grundanforderungen. Es ist eine Illusion zu glauben, Ängste vom Kind fernhalten zu können. Nach und nach wird das Kind den wichtigsten Grundängsten wie der Angst vor dem Alleinsein, vor Fremdheit, Veränderung etc. begegnen. D.h. Angst ist nicht nur hinderlich, sondern fördert

auch die seelische Entwicklung, denn z.B. in der Trennungsangst steckt bei Kindern auch der Wunsch nach Loslösung aus der engen Bindung zu den Eltern. Jedes Kind absolviert kleinere Trennungen, wobei zehn schmerzhaft Abschiede, die auch nicht immer perfekt gelingen müssen, weniger folgenreich oder gar traumatisch sind als eine lange und plötzliche Abwesenheit der Eltern.

Zwischen 6 Monaten und 4 Jahren reagieren Kinder auf Trennungen besonders empfindlich, d.h. zuverlässige Babysitter und hilfreiche Abschiedsrituale sind dann sehr wichtig.

Lassen Sie sich jedoch nicht von Ihrem erfindungsreichen und "erpresserischen" Kleinkind in die Defensive drängen; falls es nicht gerade krank ist oder eine besonders schwierige Situation in der Familie ist, dürfen Sie ihm Ihre Abwesenheit auch zumuten. Kalkulieren Sie viel Zeit für ein Abendritual ein, denn häufig spielt sich ja abends im Zeitraffer ein intensives Miteinander ab, bei dem all das erlebt wird, wofür am Tag keine Zeit war.

Da Kinder von Anfang an unterschiedlich empfindlich für Ängste sind, sollten sie sich, wenn trotz all Ihrer Bemühungen Ihr Kind unter hartnäckigen Angstgefühlen leidet, fachliche Unterstützung suchen.

Selbständigkeit - Das Zauberwort heißt "selber tun"!

Dass Selbständigkeit ein wichtiges Erziehungsziel ist, ist wohl unbestritten, denn am Ende jeder Erziehung soll ja der junge Mensch stehen, der sein Leben selber in die Hand nehmen kann. Inzwischen ist sicher auch den meisten Eltern klar, dass sie dieses Ziel nicht erst kurz vor dem 18. Geburtstag erreichen können. Aber was heißt das eigentlich im Alltag, "zur Selbständigkeit erziehen"? Heißt es, dass die Kinder tun und lassen dürfen was sie wollen, z.B. ob und was sie essen möchten, ob und wann sie ins Bett gehen wollen? "Wie können wir denn unserem Kind zur Selbständigkeit verhelfen?", ist eine häufige Frage von Eltern. Überlegen Sie zunächst einmal, was Sie bisher unternommen haben und wie Ihr Kind darauf reagiert hat? Haben Sie vielleicht versucht es selbständig zu "machen", in Situationen wo es sich unsicher und unselbständig verhalten hat? Das wäre durchaus verständlich, denn gerade in solchen Situationen wird am ehesten mehr Selbständigkeit der Kinder gewünscht. Gerade dann fällt Eltern die Unselbständigkeit am ehesten auf die Nerven. Vermutlich hatten Sie aber damit keinen Erfolg, denn Selbständigkeit muss sich entwickeln und wachsen dürfen.

Was können Eltern also tun? Wichtig ist, dem Kind von klein auf Gelegenheit zu geben, seinen Bewegungs- und Aktivitätsdrang zu befriedigen, die Umwelt mit seiner Neugier zu erforschen und zu entdecken - ohne Erwachsenen-Maßstäbe anzulegen, was sich gehört und was nicht. Das Kind braucht die Möglichkeit, Fragen zu stellen und eigene Wünsche anzumelden. Gerade im Alter von 2 - 3 Jahren besteht die Möglichkeit, die Entwicklung zum Selbständigwerden des Kindes zu fördern. Ob das Kind dabei immer alles "richtig macht", ist gar nicht so wichtig - viel

bedeutender ist, dass es überhaupt von sich aus aktiv wird und dafür Anerkennung erfährt. So wird es schnell Spass an dem finden, was es selbst tut. Selbständigkeit will zunächst in kleinen, alltäglichen Dingen geübt sein. Eltern sind sicher gut beraten, wenn sie bei überschaubaren Situationen das Kind selbst entscheiden lassen. Blauer oder roter Pullover, grüne oder braune Hose - muss bei solchen Dingen unbedingt eingegriffen werden?

Psychologen haben herausgefunden, dass ein deutlicher Zusammenhang besteht zwischen dem Wunsch eines Kindes und vor allem der Gelegenheit, Dinge selbst zu tun und dem späteren Selbstvertrauen des Erwachsenen. Im Selber-Tun lernt das Kind sich und seine Fähigkeiten kennen - es macht Erfahrungen die bleiben und es behält sie, wenn sie positiv waren, als Erfolgserlebnis in Erinnerung. Es kann ein Fehler sein ihm zeigen zu wollen, wie es richtig gemacht wird. Dadurch wird dem Kind die Chance genommen, selbst auf die Lösung zu kommen und sie als Erfolg verbuchen zu können. Diese durchaus gutgemeinte Hilfe führt sehr oft zur Enttäuschung über die fehlenden eigenen Fähigkeiten. Das muss ganz einfach entmutigen. Selbstvertrauen erzeugt es bestimmt nicht. Im Gegenteil: Je höher die Ansprüche der Eltern sind, um so öfter wird das Kind vor ihnen versagen und um so seltener Mut zur Selbständigkeit aufbringen. Achten Sie einmal darauf: Kinder, die unbeeinflusst sind, fordern in der Regel von sich immer nur soviel, wie sie auch zu leisten vermögen. Genauso wie sie auch immer nur das fragen, was sie begreifen und verarbeiten können. Wenn also Kindern die Freiheit gegeben wird, eigene Erfahrungen zu sammeln und die Konsequenzen ihres Verhaltens kennenzulernen, werden sie nicht allein gelassen, sondern es wird ihnen so am besten geholfen, selbständig zu werden. Kinder können nicht selbständig gemacht werden - Eltern können sie es nur werden lassen.

Grenzen setzen - Autoritär, antiautoritär oder wie?

Stuhlkreis-Runde in einem Kindergarten. Thema ist das Fernsehprogramm der vergangenen Tage und was den Kinder daran besonders gefallen hat. Eine Sechsjährige, ein cleveres, pfiffiges Vorschulkind, berichtet mit Begeisterung von den Sendungen, die sie gesehen hat. Auf die vorsichtige Frage der Erzieherin, ob sie denn wirklich so spät noch aufbleiben und diese Sendungen sehen darf, meint die Kleine ganz kess, dass sie ihren Willen schon durchsetzt, wenn sie es will, dass sie schon einen Weg findet. Offenbar hat sie dies zumindest bei solchen Gelegenheiten erlebt. Vermutlich probiert sie es auch bei anderen Gelegenheiten - und wird wohl ebenfalls Erfolg haben.

Dieses Beispiel ist kein Einzelbeispiel. Viele junge Eltern sind beim "Grenzen setzen" in der Erziehung verunsichert. So "autoritär" wie es ihre Eltern gemacht haben, so wollen sie es auf keinen Fall an ihre Kinder weitergeben. Das war "zu streng". Stimmt - aber ohne Grenzen, so wie es vor Jahren extreme Vertreter der "antiautoritären Erziehung" gefordert haben, geht es eben auch nicht, wie Eltern aus eigener Erfahrung wissen. Im Gegenteil, sein Kind lieben und ihm Grenzen, d.h. auch einen Rahmen setzen, sind keine Gegensätze, sondern Dinge, die zusammen gehören. Offensichtlich fürchten aber Eltern heute viel schneller, Grenzen könnten einengen und das könnte den Kindern schaden.

Aber: Was tun, wenn Eltern Grenzen setzen und wenn Kinder die Grenzen der Eltern nicht akzeptieren wollen, sei es beim Fernsehen, beim Zu-Bett-gehen, oder bei den vielen anderen Forderungen? Grenzen in der Erziehung haben sehr viel mit

Regeln zu tun. Regeln werden am leichtesten eingehalten, wenn sie einfach, klar durchschaubar und für das Kind plausibel sind. Hilfreich ist deshalb oft, Regeln gemeinsam mit dem Kind aufzustellen. Das können auch schon Kindergartenkinder. Hilfreich ist auch, mal über den Zaun zu sehen und andere Eltern zu fragen, was sie denn tun. Allerdings sollten Regeln anderer Eltern für Sie keine Vorschrift sein, denn nicht alles was die Mehrheit tut, ist richtig. So vermeiden Sie auch den klassischen Satz: "alle andere ..., bloß ich nicht!" Regeln helfen den Kindern und den Eltern, weil man nicht in jedem Fall neu entscheiden muss, weil man nicht in jedem Fall wieder kämpfen muss.

Aber was ist, wenn wir Regeln haben und die Kinder halten sich nicht dran? Kein Kind wird sich sofort und immer an alle Regeln halten. Auch Kinder brauchen Zeit, um Regeln zu erlernen. In dieser Zeit ist ein Lob für das, was sie schon gelernt haben besser, als ein Herummäkeln an dem, was noch nicht klappt. Aber auch später werden Kinder sich nicht immer an alle Regeln halten, Grenzen austesten, verschieben wollen. Vielleicht ist es dann an der Zeit zu überprüfen, ob die Regeln noch sinnvoll sind. Wenn nicht, dann muss man sie verändern. Wenn sie sinnvoll sind, dann muss eine Konsequenz folgen, am besten eine, die vorher schon festgelegt ist. Eltern machen hier oft den Fehler, Konsequenz mit Härte, Strenge, Starrheit zu verwechseln. Wenn das Kind das Verhalten der Eltern nicht als Folge für sein Verhalten, sondern als Rache oder als Abreaktion elterlichen Ärgers erlebt, wird das Kind nicht bereit sein, die Regeln künftig zu akzeptieren, sondern es wird offen oder heimlich rebellieren.

Eine andere Reaktion von Eltern ist hier oft Hilflosigkeit. Wenn Sie sich sehr hilflos fühlen, fragen Sie sich mal, ob Sie wirklich als Eltern einig sind, oder ob Ihr Kind die heimliche Uneinigkeit zwischen Ihnen spürt. Das nützen fast alle Kinder aus, nicht aus

Bosheit, sondern weil es aus der Sicht des Kindes zum Erfolg führt. Schließlich noch ein anderer Punkt. Manche Eltern machen es sich einfach leicht, meiden Auseinandersetzungen mit den Kindern und begründen dies manchmal auch noch mit dem positiv klingenden Satz, dass sie den Kindern doch keinen Streit zumuten könnten. Erziehung ist das aber nicht, das ist schon eher Bequemlichkeit.

Nervosität - Wer macht wen nervös?

Dieser Tage kam eine Mutter mit ihrem Neunjährigen zur Erziehungsberatungsstelle: "Mein Sohn ist immer nervös, er kann sich überhaupt nicht konzentrieren und ich weiß nicht mehr, was ich noch tun soll".

Solche Aussagen hört man von vielen Eltern und es passiert häufig, dass sich Eltern z.B. an Erziehungsberatungsstellen wenden, wenn ihre Kinder ständig unruhig sind, nie stillsitzen können und nicht bei einer Sache bleiben. Vordergründig scheint das Kind das Problem zu sein. Seine Nervosität. Aber nur zu leicht übersehen Eltern, dass sie selbst gelegentlich der Anlass sind, ihre Nervosität sich auf das Kind überträgt. Ist die Mutter gereizt, wird auch ihr Kind unruhig. Und das unruhige Kind macht die Mutter nervös. Die reagiert noch gereizter, es wird laut, das Kind heult. Die nervöse Gespanntheit erhöht sich gegenseitig.

Kinder haben ein feines Gespür dafür, ob etwas "in der Luft" liegt und lassen sich leicht von einem gereizten, hektischen Familienklima anstecken. Spannungen zwischen Vater und Mutter, finanzielle Sorgen der Eltern, Ärger im Beruf - all das wirkt sich auf die Kinder aus. Eltern sollen gar nicht grundsätzlich ihre Kinder vor solchen Erfahrungen schützen, sie müssen ihnen aber helfen, mit ihren Problemen fertig zu werden. Und sie sollten versuchen, in Zeiten eigener Belastung nicht gereizt auf die kindliche Gereiztheit zu reagieren. Trotz eigener Schwierigkeiten wäre es gut, wenn sie sich für ihr Kind Zeit nehmen könnten. Dann verliert es meist sehr schnell seine nervösen Beschwerden und lernt, auch mit schwierigen Situationen zurechtzukommen.

Nervöse Kinder zu behandeln, hat eigentlich nur Aussicht auf Erfolg, wenn auch die Eltern bereit sind, ihre eigene Nervosität

anzugehen. Die Formel heißt: "Ausgeglichene Eltern - ausgeglichene Kinder". Eltern sollten sich aber nicht selbst überfordern; niemand kann immer ausgeglichen sein.

Eltern können aber eine Menge tun, um ein "stabiles" Familienklima zu erhalten: Wenn zum Beispiel lange Autofahrten mit Kleinkindern nervtötend sind, dann eben eine Weile auf solche strapaziösen Sonntagsausflüge verzichten. Hat das Kind nervöse Magenbeschwerden, dann wenigstens bei den Mahlzeiten für Ruhe sorgen. Kommt die Mutter von der Arbeit oder vom Einkaufen abgehetzt nach Hause, dann lieber erst einen Augenblick ausspannen und nicht gleich in die Küche und in derselben Hast weitermachen. Auch wenn dann wirklich ein paar Minuten später gegessen wird. Leidet das Kind an Schlaf- oder Durchschlafstörungen, dann stets dafür sorgen, dass das Kind nicht verstimmt, enttäuscht oder abgespannt ins Bett geht. Auch fürs Gute-Nacht-Sagen müssen Eltern sich Zeit nehmen. Und für die Versöhnung, wenn sie notwendig ist.

Streit, selbst Ehestreit, schadet Kindern nicht, wenn er fair ausgetragen wird. Für die Entwicklung des Kindes ist es sogar wichtig zu sehen, wie man sich mit anderen auseinandersetzt. Die Eltern sind ihr Modell. Vorgetäuschte Harmonie oder nicht endenwollender Streit, der immer wieder aufgewärmt wird, zerstören die Hoffnung auf Lösung des Konflikts, erhöhen die Spannungen in der Familie und machen um so nervöser.

Hat das Kind Probleme in der Schule, dann nicht ständig schimpfen und nörgeln, Hausaufgaben werden so für beide Teile zur Qual. Das Kind wird nur noch aufgeregter. Wenn es schulisch überfordert ist, dann mit den entsprechenden Lehrern über seine Schwierigkeiten sprechen und gemeinsam nach Lösungsmöglichkeiten suchen. Das Kind braucht Gelegenheit,

ungestört zu arbeiten und sich im Spiel auszuleben. Nichts macht so nervös wie vergebliche Konzentrationsversuche.

Fernsehsendungen sollen die Eltern gezielt aussuchen und Filme gemeinsam mit den Kindern anschauen. Nur dann haben sie die Möglichkeit, einen "Zappel-Philipp" rechtzeitig vom Fernsehgerät wegzulocken und zum Ausgleich ein Spiel anzubieten.

Ständige Nervosität ist immer ein ernstzunehmendes Anzeichen für eine seelische Störung. Wenn Ihre eigenen Versuche, die Probleme zu lösen, keinen Erfolg haben, dann lassen Sie sich doch von Fachleuten helfen. Sie stehen Ihnen zur Verfügung.

Lügen - Warum lügt mein Kind?

Martins Eltern sind geschieden. Der Vater hat es mit der Wahrheit nie so ernst genommen und seine Frau oft belogen. Kein Wunder, dass die Erinnerung an ihn für Martins Mutter nicht erfreulich ist. Umso schlimmer, als Martin, je älter er wird, seinem Vater immer ähnlicher wird. Würde er eines Tages wohl genauso wie sein Vater werden? Auch lügen und betrügen? Die Angst davor führt dazu, dass sich die Mutter immer mehr von ihrem Kind zurückzieht. Martin spürt die Ablehnung in zunehmenden Maße und wird seiner Mutter gegenüber immer schwieriger, bis er selber auch anfängt zu lügen. Jetzt ist es für die Mutter klar: Er ist doch wie sein Vater, er hat das Lügen von ihm geerbt.

Ist das wirklich so? Die Mutter glaubt, dass Martins Lügen der Beweis dafür sind und doch irrt sie. Unehrlichkeit vererbt sich nicht, unehrlich kann man unter ganz bestimmten Bedingungen werden. Martin schwindelt ja gar nicht, weil er seinem Vater ähnlich ist, sondern weil er fühlt, wie sich seine Mutter vor ihm verschließt und wie er ihr nichts mehr recht machen kann.

Was können Eltern nun tun, wenn sie bemerken, dass ihr Kind lügt? Wie können sie damit umgehen? Zunächst ist es wichtig zu überlegen, welche Motive hinter dem Lügen stehen können:

Kann das Kind noch nicht hinreichend zwischen Phantasie und Wirklichkeit unterscheiden? Damit müssen wir bei jüngeren Kindern bis ins Schulalter hinein rechnen. Das Zeit-, Zahl- und Raumvorstellungsvermögen ist noch relativ gering ausgeprägt, und Gefühle, Erwartungen und Bedürfnisse beeinflussen in viel stärkerem Maße als bei Erwachsenen die Aussagen. Irrtümer bei den Erzählungen sind so durchaus verständlich.

Muss ein Kind vielleicht "dick auftragen", "aufschneiden", weil es sich vernachlässigt, zurückgesetzt, zu wenig anerkannt und bestätigt fühlt (z.B. beim Vergleich mit Geschwistern)?

Hat das Kind Angst vor Strafe oder anderen unangenehmen Konsequenzen und versucht es, sich auf diese Weise davor zu schützen?

Sind die Anforderungen und Erwartungen an das Kind zu hoch, so dass es in eine Konfliktsituation hineingedrängt wird, in der es unaufrichtig reagiert, um den Eltern eine Enttäuschung zu ersparen?

Verschweigt das Kind etwas, weil es zu wenig Vertrauen hat, ob die Eltern es in dieser schwierigen und unangenehmen Situation auch verstehen und ihm helfen werden?

Wird durch ständiges Bohren und Ausfragen geradezu eine unehrliche Antwort herausgefordert? Lügt das Kind, damit es endlich Ruhe vor dem "Verhör" hat (etwa, wenn es einen Freund nicht verraten will)?

Und wie steht es mit der eigenen Ehrlichkeit? Erlebt das Kind vielleicht zu oft Verlegenheits-, Höflichkeits- oder Notlügen seitens der Erwachsenen? Sind diese so dann vielleicht ein Modell für unehrliches Verhalten?

Diese Fragen sind nicht immer leicht zu beantworten, weil sie zum Teil eigenes Verhalten betreffen. Aber nur über eine ehrliche Antwort kann der Weg gefunden werden, dem "unehrlichen" Kind zu helfen.

Eltern können ihrem Kind helfen, indem sie ihm mehr Verständnis entgegenbringen und sich bemühen, seine Situation besser zu verstehen, indem sie zu hohe Anforderungen herabschrauben und indem sie das eigene Verhalten überdenken.

Außerdem ist es wichtig, auf Lügen nicht mit Panik oder mit Ablehnung des Kindes zu reagieren. Das Lügen sollte eher als Warnsignal verstanden werden, dass das Kind sich in einer

schwierigen Situation befindet - und solche Situationen können sich immer wieder ergeben.

Ablösung vom Elternhaus - wenn Kinder plötzlich rebellieren

"Ich halt's daheim nicht mehr aus, lasst mich doch endlich in Ruhe, ich will jetzt einfach mit meinen Freunden zusammen sein."

Äußerungen dieser Art mit einem oftmals aggressiven, manchmal aber auch verzweifelten Unterton gehören zum Alltag in Familien. Kinder werden zu kämpferischen Rebellen, die sich in vorher nie gekannter Heftigkeit gegen ihre "Unterdrücker" wehren. Eine schwierige Situation sowohl für Jugendliche als auch für Eltern - und doch ist es "nur" der von Generation zu Generation wiederkehrende Pubertätskonflikt.

In den kritischen Jahren zwischen 12 und 17 sind Jugendliche oftmals in hohem Maße verunsichert, und zwar sich selbst und der Umwelt gegenüber. Sie sind dabei, ihr Selbstbild aufzubauen, Meinungen, Einstellungen, Ideologien, Ideen und Wertehierarchien zu entwickeln. Von daher suchen Jugendliche zwecks Orientierung in diesen Jahren nach Vorbildern und der Freundeskreis gewinnt immer mehr an Bedeutung. Idole werden an die Wand gehängt, die den Eltern zumindest zweifelhaft erscheinen, und mit vielen Versuchen wird die Selbständigkeit geprobt, angefangen von "harmlosen" Wünschen wie Kleidung und Frisur, aber auch mit Verhaltensweisen, die die Eltern ängstigen, wie mangelndes Interesse am Schulbesuch, Rauchen, Alkohol oder Drogen.

Meist fällt es schwer, solchen Versuchen vorbehaltlos zuzustimmen. In dem Alter brauchen Jugendliche aber auch Auseinandersetzungen - sie suchen sie geradezu. Und wenn sie sich in ihren Schwierigkeiten ins Maßlose versteigen, so brauchen

sie jemanden, der sie auf den Boden der Wirklichkeit zurückholt. Um eine direkte Ablehnung zu vermeiden, da Verbote solche Probleme nicht lösen, sollten Eltern versuchen, sich mit den heranwachsenden Kindern offen und partnerschaftlich um eine Klärung zu bemühen. Die Bereitschaft, mit sich reden zu lassen, mag manchen Eltern zwar wie ein Nachgeben erscheinen, in Wirklichkeit aber handelt es sich um eine Erziehungshaltung, die dem fortgeschrittenen Erziehungsalter angepasst ist. Sie bezieht Selbständigkeit und das Bedürfnis mitzubestimmen ein. Das ist wesentlich für die weitere Entwicklung, da nur auf diese Weise Jugendliche lernen, auf eigenen Füßen zu stehen. Voraussetzung dafür ist in jedem Fall die Gelegenheit zu eigenen Erfahrungen. Die sollten Jugendliche machen können, so lange noch die Rückendeckung des Zuhauses, der Eltern besteht und so lange noch mit ihnen vertrauensvoll darüber gesprochen werden kann. Ob Erfahrungen in der Schule, im Jugendclub, in der Diskothek oder im Urlaub mit Freunden gesammelt werden, das sollte - in Abhängigkeit vom Alter - der Entscheidung der Jugendlichen überlassen sein. Wichtig ist, dass Erfahrungen selbst gemacht werden dürfen und Eltern es nicht von Anfang an immer "besser wissen" wollen. Selbst wenn sie es hier und da wirklich besser wissen mögen, z.B. aufgrund längerer Lebenserfahrung: auch das Kind oder der Jugendliche muss persönliche Erfahrungen machen dürfen. Trotzdem dürfen und müssen Eltern eine eigene Haltung und Meinung haben und auch aussprechen. Die Möglichkeit, sich zu reiben und auseinanderzusetzen, ist wichtig auf dem Weg zur eigenen Meinung.

Viele Eltern haben Schwierigkeiten, ihre Kinder allmählich loszulassen und innerlich freizugeben. Sie erleben das Bedürfnis nach mehr Selbständigkeit und Freiraum als Zurückweisung ihrer elterlichen Fürsorge oder Liebe oder als mangelnden Respekt. Sie glauben, dass ihr Kind noch gar nicht reif und alt genug ist, um

z.B. alleine in den Urlaub zu fahren und kämpfen dabei vielleicht auch ein wenig gegen das Gefühl des leeren Nestes an. Meinungen der Eltern sind sicher ernst zu nehmen, aber auch Kinder und Jugendliche möchten ihre Ansichten und Erfahrungen ernst genommen wissen. Erst durch die Erfahrung, dass sie grundsätzlich akzeptiert werden, wenn ein partnerschaftliches Verhältnis besteht und wenn sie erkennen, dass ihre Vorstellungen nicht als "dummes Zeug" abgetan werden, sind sie fähig, sich auf die Eltern einzustellen und ein Gespräch zwischen Jugendlichen und Eltern wird möglich. Und vielleicht wird hierbei erkannt, dass die Generationenkluft mehr im Auge des Betrachters und weniger in tatsächlichen Differenzen liegt.

Trennung oder Scheidung - und trotzdem Eltern bleiben!

Eine Ehe wird als gescheitert angesehen und der Schlußstrich gezogen: Scheidung! In jedem Jahr müssen immer mehr Kinder und Erwachsene damit fertig werden, dass ihre Familie auseinander bricht, wobei für viele die Scheidung noch das "kleinere Übel" ist, da durch diese oftmals eine unerträglich gewordene Situation beendet wird. Seelische Not und psychische Belastungen sind oft schon lange vor der tatsächlichen Trennung zu beobachten.

Einen mehr oder weniger gravierenden Einfluss hat diese Situationsänderung auf das Leben der Eltern, für Kinder aber kommt dieser Einschnitt in ihre Lebenssituation oft einer Katastrophe gleich. Für sie bedeutet es einen Zusammenbruch ihrer geordneten Struktur. Sie fühlen sich ohnmächtig und hilflos in einer für sie unerwünschten und nicht kontrollierbaren Situation. Das insbesondere dann, wenn sie sich nur noch vor vollendete Tatsachen gestellt sehen oder aber sie in den Streit der Eltern mithineingezogen werden und Partei ergreifen sollen oder müssen. Oder wenn Sorgerechts- oder Besuchsregelungen dazu dienen, sich an dem Ex-Partner oder der Ex-Partnerin zu rächen. Hier werden die Kinder in einen Loyalitätskonflikt gestürzt, zu einer Entscheidung veranlasst, die sie weit überfordert: Meist mögen die Kinder Vater und Mutter und nun sollen sie sich für einen von beiden entscheiden - für einen und gegen den anderen. Zusätzlich kommt noch die Angst vor dem "Nachher".

Ebenso wird oftmals die Zeit zwischen oder an den Besuchswochenenden dazu genutzt, die eigenen "Chancen" beim Kind zu erhöhen. Es wird schlecht über den früheren Partner, die Partnerin geredet, noch schönere und noch größere Geschenke versprochen, mehr Zuwendung, weniger Beaufsichtigung usw.

Lauter Verlockungen. Aber sie helfen einem Kind hierdurch kaum, die Belastungen, die die Scheidung mit sich bringt, zu verkraften.

Die Reaktionen der Kinder auf diese Konflikte sind sehr unterschiedlich und als Bewältigungsversuche dieser schwierigen Situation zu verstehen: Einschlafstörungen, Angstträume, schulische Schwierigkeiten oder sozialer Rückzug sind nur einige Beispiele von vielen. Viele Kinder fühlen sich mit ihrem Schmerz alleine gelassen, sie brauchen eigentlich jemanden, der ihnen hilft, die Krise zu überwinden.

Auch viele Eltern erleben die Zeit der Trennung und Scheidung als extrem anstrengend und belastend. Durch die vielfältigen Änderungen in ihrem Leben können und möchten sie über ihre Gefühle, Gedanken und Ängste oftmals nicht sprechen. Es ist aber für Kinder extrem wichtig, dass ihnen die Möglichkeit gegeben wird, die entsprechenden Verhaltensweisen der Eltern in diesem Zusammenhang zu sehen und sie nicht nur einfach einen Verlust an liebevoller Zuwendung erfahren zu lassen. Zusätzliche Unsicherheiten und Ängste der Kinder können so eingeschränkt werden. Häufig fühlen sich Eltern auch nicht mehr in der Lage, auf Fragen und Probleme ihrer Kinder mit Verständnis zu reagieren. Gerade jetzt aber ist es wichtig, den Kindern in ihrer veränderten Situation zur Seite zu stehen.

Eltern können ihren Kindern helfen, mit dieser neuen Situation etwas besser klar zu kommen: Ein Familienklima, das eine Diskussion über die mit der Trennung und Scheidung im Zusammenhang stehenden Änderungen und Probleme erlaubt und fördert, ein Klima, wo ein Kind lernt - auch durch das Vorbild der Eltern - mit Wut und Trauer umzugehen und Lösungen zu finden, wird auf lange Sicht helfen diese Krise zu meistern und einen positiven Einfluss auf die eigenen Beziehungen ausüben. Eltern sollten zeigen, dass die Scheidung nicht ein Zerwürfnis zwischen Eltern und Kindern bedeuten muss und ein

regelmäßiger Kontakt zwischen dem jetzt außerhalb wohnenden Elternteil und den Kindern wichtig ist. Ebenso sollten sie versuchen ihren Kindern zu erklären, warum sie meinen, nicht mehr miteinander leben zu können - was sich verändert hat -, dass das Kind aber weiterhin beide Elternteile lieben darf, ohne dass es sich dafür rechtfertigen oder entschuldigen muss. Voraussetzung dabei ist: die Eltern lassen einander gelten und respektieren die Lebensauffassung und Bedürfnisse des geschiedenen Partners. In dieser Zeit können Freunde, der Patenonkel oder ein "soziales Netzwerk" dem Kind liebevoller und korrigierender Halt sein.

Erziehung ist nicht immer ein Kinderspiel - Anregungen durch Erziehungsratgeber

Wir, die MitarbeiterInnen der Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle Forchheim, haben in den letzten zwei Jahren in unserer Artikelserie viele unterschiedliche Erziehungsthemen angeschnitten, wobei uns bewusst ist, dass es sicherlich noch andere, für Sie interessante und wichtige Themen gibt, die wir nicht aufgegriffen haben.

In diesem letzten Artikel greifen wir den Wunsch von Eltern auf, die immer wieder nach empfehlenswerten Büchern fragen. In der folgenden kleinen Auswahl von Erziehungsratgebern - wobei es sicherlich noch weitere gute und empfehlenswerte Literatur gibt - werden verschiedene Aspekte im Familienalltag behandelt. Hierbei ist jedoch zu beachten: In unserem Alltag brauchen wir mehr oder weniger Orientierungspunkte und Hinweise oder Ratschläge in Büchern sind in diesem Sinne vergleichbar mit der Beschreibung von Wanderrouten. Die Wege in der Erziehung entstehen jedoch erst im Gehen, auch im Gehen von Umwegen und Sackgassen. In diesem Sinne empfehlen wir auch das Buch von Cornelia Nitsch mit dem treffenden Titel: "Bloß nicht alles richtig machen." Das heißt, Bücher können Ideen und Anregungen vermitteln, sollten aber nicht wie eine Rezeptsammlung verwendet werden: Jede Familie wird ihre eigenen unverwechselbaren Erfahrungen machen und unterschiedlich damit umgehen.

Dreikurs, R. & Soltz, V. (1996). *Kinder fordern uns heraus*. Klett-Cotta: Stuttgart.

Fenwick, E. (1995). *Pubertät: Ein Survival Guide für Eltern und Teenager*. Ravensburger: Ravensburg.

Grollmann, E.A. & Sweder, G.L. (1996). *Was Kinder sich von ihren berufstätigen Eltern wünschen*. Kreuz: Zürich.

Nitsch, C. (1994). *Bloß nicht alles richtig machen*. Mosaik: München.

Rogge, J.-U. (1997). *Eltern setzen Grenzen*. Rowohlt: Hamburg.

Stiftung Warentest (1996). *Handbuch Kinder*.Berlin

Inhaltsverzeichnis

Lob und Strafe - Wenn Kinder einfach nicht hören wollen.	S. 4
Ordnung - "Räum' auf, sonst kracht's".	S. 7
Stehlen - Hilfe, mein Kind hat geklaut!	S.10
Schulunlust - Wenn Kindern die Schule stinkt.	S.13
Leistungsdruck - Wie finde ich ein gutes Maß?	S.17
Pubertät - Eine schwierige Zeit für die ganze Familie?	S.21
Taschengeld - "Papa, ich brauche Geld!"	S.24
Eifersucht - "Gleiche Kinder sind gar nicht gleich".	S.27
Geschwisterstreit - Wer steht auf wessen Seite?	S.30
Kontaktprobleme - Mein Kind hat keine Freunde.	S.33
Umgang mit anderen Kindern - Warum wehrt sich mein Kind nicht?	S.37
Hausaufgaben - täglicher Stress?	S.40

Konzentrationsschwierigkeiten - Was steckt hinter dem Etikett?	S.43
Lese- und Rechtschreibschwäche - Was heißt das?	S.46
Spiel - "Spielt halt was", das reicht wohl nicht?	S.50
Gutes Spielzeug muß nicht teuer sein.	S.54
Fernsehen - kämpfen, aufgeben oder nutzen?	S.57
Erziehung des Kleinkindes - Tyrann, Untertan oder Partner?	S.61
Ängste - "Geht nicht weg, bleibt da!"	S.65
Selbständigkeit - Das Zauberwort heißt "selber tun"!	S.68
Grenzen setzen - Autoritär, antiautoritär oder wie?	S.71
Nervosität - Wer macht wen nervös?	S.74
Lügen - Warum lügt mein Kind?	S.77
Ablösung vom Elternhaus - Wenn Kinder plötzlich rebellieren.	S.80
Trennung oder Scheidung - und trotzdem Eltern bleiben.	S.83
Empfehlenswerte Erziehungsbücher, Elternratgeber	S.86

Inhaltsverzeichnis

Lob und Strafe - Wenn Kinder einfach nicht hören wollen.	S. 4
Ordnung - "Räum' auf, sonst kracht's".	S. 7
Stehlen - Hilfe, mein Kind hat geklaut!	S.10
Schulunlust - Wenn Kindern die Schule stinkt.	S.13
Leistungsdruck - Wie finde ich ein gutes Maß?	S.17
Pubertät - Eine schwierige Zeit für die ganze Familie?	S.21
Taschengeld - "Papa, ich brauche Geld!"	S.24
Eifersucht - "Gleiche Kinder sind gar nicht gleich".	S.27
Geschwisterstreit - Wer steht auf wessen Seite?	S.30
Kontaktprobleme - Mein Kind hat keine Freunde.	S.33
Umgang mit anderen Kindern - Warum wehrt sich mein Kind nicht?	S.37
Hausaufgaben - täglicher Stress?	S.40
Konzentrationsschwierigkeiten - Was steckt hinter dem Etikett?	S.43

Lese- und Rechtschreibschwäche - Was heißt das?	S.46
Spiel - "Spielt halt was", das reicht wohl nicht?	S.50
Gutes Spielzeug muß nicht teuer sein.	S.54
Fernsehen - kämpfen, aufgeben oder nutzen?	S.57
Erziehung des Kleinkindes - Tyrann, Untertan oder Partner?	S.61
Ängste - "Geht nicht weg, bleibt da!"	S.65
Selbständigkeit - Das Zauberwort heißt "selber tun"!	S.68
Grenzen setzen - Autoritär, antiautoritär oder wie?	S.71
Nervosität - Wer macht wen nervös?	S.74
Lügen - Warum lügt mein Kind?	S.77
Ablösung vom Elternhaus - Wenn Kinder plötzlich rebellieren.	S.80
Trennung oder Scheidung - und trotzdem Eltern bleiben.	S.83
Empfehlenswerte Erziehungsbücher, Elternratgeber	S.86