

Seite 2

Regeln lernen
Zwischen Spiel und Aufgabe

Seite 3

Alleinerziehende Eltern
Der unsichtbare Zweite

Seite 4

Religiöse Erziehung
Der liebe Gott ist überall

Liebe Eltern,

oft bin ich hingerissen von der Entdeckerfreude, mit der mein Kind sich in die Welt stürzt, und dem Stolz, mit dem es seine wachsende Geschicklichkeit und Selbstständigkeit vorführt. Und manchmal strapaziert es genau damit meine Nerven.

Ich weiß, wie wichtig das alles für die Entwicklung von Kindern ist: zu ergründen, wie die Welt funktioniert, Vorstellungen von Abläufen zu entwickeln und energisch umzusetzen, Selbstwirksamkeit zu erleben – und dabei auch mal mit den Eltern aneinander zu geraten. „Trotzphase“ hieß das früher. Und trotzdem: Zeitweilig wünsche ich mir, das alles würde ein bisschen ruhiger ablaufen.

Andererseits: Will ich das wirklich – ein braves, angepasstes Kind, das alles tut, was ich vorgebe? Und womöglich später nicht nur seinen Eltern folgt, sondern auch allen möglichen anderen „Autoritäten“? Eigentlich wünschen wir uns doch Kinder, die später selbstbewusst ihr Leben in die Hand nehmen, eigene Ideen entwickeln und sich gegen unerwünschte Einflüsse oder gar Übergriffe wehren. Sollte uns das nicht die Mühe der Geduld mit den eigensinnigen Welt- und Selbst-Entdeckern wert sein?

Ihre

Elisabeth Amrhein



HAUSHALT: KINDER MIT EINBEZIEHEN

Ich bin schon groß!

Am liebsten würden Anderthalbjährige überall helfen: beim Putzen, Bügeln, Kochen, beim Reparieren des verstopften Waschbeckens und selbstverständlich auch beim Autowaschen. Und das schönste Spielzeug bleibt unbeachtet liegen, wenn sie eine Chance sehen, den Staubsauger oder gar den Bohrschrauber in die Finger zu kriegen.

Klar, dass Eltern das Hantieren mit gefährlichen Gegenständen und Werkzeugen zuverlässig unterbinden müssen, damit ihr Kind sich nicht verletzt oder andere gefährdet. Am besten, indem sie erklären, wieso sie das tun, statt nur Verbote auszusprechen. Und, ja, die „Hilfe“ der Kleinen erspart den Großen nur ausnahmsweise mal Zeit und Arbeit. In den allermeisten Fällen dauert es mindestens doppelt so lange, bis sie alle Socken auf den Wäscheständer gehängt haben. Oder die Eltern müssen hinterher nacharbeiten, weil der Nachwuchs den Teig nicht nur gründlich geknetet, sondern dabei auch flächendeckend in der Küche verteilt hat.

Doch die Zeit, die Mütter und Väter vermeintlich „verlieren“, ist gut investiert. Denn Kinder, die in ihrem Drang zur Mitarbeit ständig abgewiesen werden, verlieren früher oder später die Lust daran. Der angeborene Motor, Mama und Papa nachzueifern und genauso „groß“ und selbstständig zu werden, gerät ins Stottern. Später, wenn ihre Hilfe mal wirklich gefragt ist, sind sie kaum noch dazu zu motivieren.

Sicher, manchmal geht's nicht anders, weil Mama in großer Eile ist oder das Mittun des Sprösslings wirklich fatale Folgen haben könnte. Doch in sehr vielen Fällen können Eltern ihren Nachwuchs problemlos einbeziehen und zum Beispiel Quark rühren, Handtücher falten oder Krümel auffegen lassen, auch wenn das Ergebnis nicht perfekt ist. Im Supermarkt schieben viele Kinder stolz ihren Mini-Einkaufswagen mit ein paar Kleinigkeiten neben Mamas großem Wagen zur Kasse. Andere lieben es, Altglas in den Container zu werfen, weil das so schön Krach macht, oder mit einer >>>

>>> kleinen Gießkanne die Blumen zu gießen, auch wenn nicht alles Wasser bei den Blumen ankommt. Wo das Hantieren des kleinen Helfers mit Originalwerkzeug (noch) zu gefährlich wäre, lässt sich mit ein wenig Fantasie vielleicht eine Ersatzlösung finden. Während die große Schwester am Herd auf einem Stuhl steht und die kochende Suppe umrührt, sitzt der kleine Bruder auf dem Fußboden und rührt mit einem Holzlöffel in einem Topf verschiedene rohe Nudeln ineinander. Und während Papa das neue Kellerregal montiert, darf er ein paar Schrauben in einen Holzklötzchen drehen.

Kinder, die so nach Herzenslust ausprobieren und „helfen“ dürfen, lernen dabei doppelt und dreifach. Sie trainieren Ausdauer, Konzentration und feinmotorisches Geschick. Fähigkeiten, die spätestens beim Schuleintritt gefragt sind. Nebenbei wird ihre Sprachentwicklung gefördert, wenn Mama und Papa die Arbeitsutensilien benennen und erklären, was sie damit tun. Und das Gefühl, von den Eltern ernst genommen zu werden und einen Beitrag zum Gelingen des Familienlebens zu leisten, ist Nahrung für das Selbstbewusstsein. ■

REGELN LERNEN

Zwischen Spiel und Aufgabe



Zähne putzen, Schuhe anziehen, Aufräumen: Auch für kleine Kinder gibt es schon, die lästigen Pflichten im Alltag. Warum die Großen so viel Wert darauf legen, verstehen Anderthalbjährige zwar noch nicht. Zum Glück empfinden die meisten diese Aufgaben jedoch als spannende Herausforderung und/oder als lustiges Spiel. Wenn nicht, brauchen Eltern viel Geduld und gute Nerven.

Lena zum Beispiel hat gerade entdeckt: Wenn sie beim Zähneputzen den Mund ganz fest zu-

kneift, kommt die Mama mit der Zahnbürste nicht an die Zähne. Dann wird sie nach einer Weile guten Zuredens immer nervöser und ruft den Papa zu Hilfe. Der versucht, Lena zu kitzeln, damit sie den Mund aufmacht. Aber Lena lässt sich nicht überlisten. Mal schau'n, was den Eltern jetzt noch einfällt! Am Ende ist Papa wütend, Lena weint, und die Zähne sind noch immer nicht geputzt.

Oder Gero. Er trödelt morgens gerne im Schlafanzug herum, als ob Sonntag wäre, spielt mit seinem Bagger und überhört die

Edelsteinmomente

Flüchtiges Glück

Gerade hat Lukas eine Kerze ausgepustet. Nach mehreren Versuchen – anfangs ziemlich feucht – hat's geklappt. Ich will mich schon abwenden, da entdecke ich die Faszination in Lukas' Augen. Die Rauchschwaden, die vom Docht aufsteigen, zaubern wunderschöne flüchtige Linien und Kurven ins Zimmer. Dann will Lukas nach dem Rauch greifen – und verändert durch seine Handbewegung die aufsteigenden Schwaden. Neue Formen entstehen – ein beglückendes Spiel, aus dem Augenblick geboren.

Maik, 36

Machtkampf: So gelingt der Ausstieg!

Kinder melden ihre Wünsche an, beharren auf ihren Vorstellungen, sie haben oft einen schier unendlich langen Atem. In solchen Situationen angemessen Grenzen zu setzen – das erleben Eltern im Alltag mit Kindern oft als herausfordernd. Wichtig zu wissen: Von Anfang an versuchen Kinder zu kooperieren. Doch sie lernen erst nach und nach, ihr Denken und Handeln mit dem anderen Menschen abzustimmen. Konflikte braucht das Kind, um zu reifen. Sie sollten dem Kind einerseits die Grenzen der Eltern aufzeigen und andererseits dem Kind zugleich Raum lassen, sich auf seine Weise einzubringen. Machtkämpfe, in denen es darum geht, das Kind „unten zu halten“, provozieren dahingegen meist aktiven

oder passiven Widerstand. Je früher es gelingt, sich aus solchen destruktiven Machtkämpfen zu lösen, desto besser. Es hilft, erst einmal tief durchzuatmen und dann eine geeignete Ausstiegsstrategie anzuwenden: Zum Beispielaus dem drohenden Machtkampf ein Spiel zu machen („Wer ist zuerst im Badezimmer?“). Oder eine Geschichte dazu erfinden („Wie Papa dem Krokodil die Zähne putzte“). Oder indem Eltern anders reagieren als das Kind es gewohnt ist: Rumpelstilzchen mimen, anfangen zu singen, eine lustige, kuriose, unerwartete Rolle spielen. All das dient dazu, das Klima zwischen Eltern und Kind nicht weiter aufzuheizen. So gewinnen beide Seiten Zeit, die Auseinandersetzung in Ruhe zu lösen. ■

Rufe der hektischen Eltern. Bis Papa ihn unsanft aus dem Spiel reißt, ins Bad trägt und das schreiende, strampelnde Bündel wäscht und für den Weg zur Tagesmutter anzieht: „Keine Sperenzchen mehr, Gero, wir müssen los“, sagt er streng.

Früher oder später erleben alle Eltern ähnliche Szenen. Die Kleinen müssen eben erst lernen, wann Spielen und Ausprobieren angesagt ist und wann nicht. Und manchmal fehlt den Großen leider die Zeit, um das ruhig und mit Bedacht zu klären, weil (zum Beispiel) der Chef am Arbeitsplatz wartet.

Wie gehen Eltern also am besten mit solchen Herausforderungen um? Oder, noch besser: Was können sie tun, damit sie ihnen möglichst erspart bleiben?

Ein wichtiges Hilfsmittel sind **Regeln**. Sie bieten Orientierung und verdeutlichen, was in welcher Situation zu tun ist. Zum Beispiel „Vor dem Essen waschen wir die Hände“. Kinder akzeptieren solche Regeln umso eher,

- wenn sie einfach und verständlich formuliert sind,
- wenn es nicht zu viele sind,
- wenn die Eltern darauf bestehen ...
- ... und sich selbst daran halten.

Aber: Auch beim Durchsetzen von Regeln brauchen Eltern **Fingerspitzengefühl**. Bei übermüdeten oder kränkelnden Kindern sind Ausnahmen erlaubt.

Ermütigung unterstützt die Motivation der Kleinen. Es stärkt Kinder, wenn sie spüren, dass Mama und Papa an sie glauben. Anders als ein Lob hängt Ermütigung nicht vom Ergebnis ab, sondern unterstützt (Entwicklungs-)Prozesse. – Auch dann, wenn mal ein Missgeschick passiert.

Den Teddy auf seinen Stammplatz zu setzen, das schaffen Anderthalbjährige leicht. Die Aufforderung, das Kinderzimmer nach einem langen Tag komplett aufzuräumen, würde sie dagegen hoffnungslos überfordern. Beim Einhalten vieler Regeln brauchen sie deshalb noch **Unterstützung**. Gemeinsam mit Papa macht das Aufräumen sogar Spaß, und auch Lena putzt ihre Zähne viel lieber, wenn ihre Eltern das gleichzeitig tun – und nicht erst, wenn sie längst schläft und das gute Vorbild nicht mitbekommt. ■

ALLEINERZIEHENDE ELTERN

Der unsichtbare Zweite

Manche alleinerziehenden Mütter und Väter empfinden das als weltfremde Zumutung. Die Verletzungen, die die Trennung hinterlassen hat, sitzen noch tief, die Enttäuschung, weil der (die) andere die Verantwortung für das Kind nicht annimmt, nagt noch heftig – aber diesen Frust sollen sie einfach so wegstecken und wertschätzend von ihrer (ihrem) Ex reden, wenn das Kind nach seinem Vater oder seiner Mutter fragt?

Es führt kein Weg daran vorbei. Denn jedes Kind entdeckt früher oder später, dass es zwei Eltern hat, zum Beispiel wenn es in der Kita beobachtet, dass andere mal von ihrer Mama, mal vom Papa abgeholt werden. Und es ist wichtig für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, ihre Wurzeln zu kennen. Denn sie spüren sehr genau, dass in ihnen sowohl ein Stück Mama als auch ein Stück Papa steckt. Jede Abwertung des einen oder der anderen empfinden sie deshalb auch als Abwertung ihrer eigenen Person. Und es hilft auch nicht, das Thema einfach zu verschweigen. Zwar unterdrücken Kinder ihre Fragen oft selbst, wenn sie spüren, dass sie eine wunde Stelle ihrer Eltern berühren. Aber insgeheim basteln sie sich dann womöglich ein Traumbild ihres „Mondpapas“ (so der Titel eines

Bilderbuchs zu diesem Thema), das der Wirklichkeit erst recht nicht entspricht und der Mutter später, zum Beispiel in der Pubertät, umso größere Probleme macht.

Ein realistisches Bild des „abwesenden“ Elternteils wachzuhalten, fällt allerdings alleinerziehenden Müttern und Vätern unterschiedlich schwer. Je nach dem Grund für die Trennung und der Intensität seines Kontakts mit dem Kind. In einem Fall genügt es schon, abwertende Kommentare zu vermeiden. Im anderen müssen Erzählungen und vielleicht Fotos aus besseren Tagen Ersatz schaffen. Gut ist es auf jeden Fall, wenn Kinder von Anfang an erfahren, dass der abwesende Elternteil kein Tabu ist, sondern dass sie fragen dürfen und Antworten erhalten. Auch wenn sie vermutlich (noch) nicht alles verstehen – sie sollen das Gefühl bekommen, trotz allem zwei Elternteile zu haben. Das Wissen, „gute“ Eltern zu haben, stärkt ihre Identitätsbildung. Hilfreich ist es deshalb auch, wenn alleinerziehende Mütter und Väter ihren Frust nicht bei den Kindern abladen, sondern anderswo verarbeiten können, zum Beispiel in Gesprächen mit den eigenen Eltern, Freundinnen und Freunden, Seelsorgern oder in einer Gesprächsgruppe im Alleinerziehenden-Treff. ■



RELIGIÖSE ERZIEHUNG

Der liebe Gott ist überall



Sonntagmorgen, die Glocken läuten. Ach ja, die Kirche. Gleich ist Gottesdienst. Wie lange waren wir eigentlich nicht mehr da?

In den meisten sonntäglichen Gemeindegottesdiensten kommen Familien mit kleinen Kindern praktisch nicht mehr vor. Das ist nichts für uns, denken viele. Doch es lohnt sich, genauer hinzuschauen und sich zu informieren: In vielen Gemeinden gehören Familiengottesdienste, auch für Krabbelkinder, mittlerweile zum Standard.

Atempause

Das Schönste für ein Kind ist Sand. Ihn gibt's immer reichlich. Er rinnt unvergleichlich zärtlich durch die Hand. Weil man seine Nase behält, wenn man auf ihn fällt, ist er so weich. Kinderfinger fühlen, wenn sie in ihm wühlen, nichts und das Himmelreich.

Denn kein Kind lacht über gemahlene Macht.

Joachim Ringelwitz

Und wenn sich vor Ort keine Angebote für Familien mit Kindern finden? Kommen dann vielleicht auch meine persönlichen religiösen Bedürfnisse zu kurz? Oder der geistige Rückhalt unserer Partnerschaft? Was wünschen wir uns für die religiöse Entwicklung unserer Kinder? Welche Unterstützung erwarte ich dabei durch unsere Gemeinde?

Fest steht: Kinder begegnen Gott überall. Für sie ist, was wir „Gott“ nennen, auf dem Spielplatz, in der Badewanne, am Esstisch, in der Natur und überall da zu entdecken, wo sie ganz Kind sein und ihrer Neugier freien Lauf lassen dürfen. Also auch im Kirchenraum und im Gottesdienst – sofern sie sich dort einigermaßen frei bewegen können und sich nicht nur an unverständene Abläufe anpassen müssen. Krabbelgottesdienste laden dazu ein, leider nur viel zu selten.

Zunächst und ganz elementar ist „Kirche“ für Kinder jedoch zu Hause, wenn Eltern dort ihren eigenen Glauben leben und die Kinder dabei miteinbeziehen. Ausdruck findet das zum Beispiel, wenn Eltern

- mit ihren Kindern beten – am Esstisch, vor dem Einschlafen, für den erkrankten Großvater, aus Dankbarkeit für ein schönes Erlebnis ...
- das Kirchenjahr mit seinen Festen und Anlässen als Familie mitfeiern. Anregungen dazu finden sie im Internet unter www.familien234.de.

- ihren Kindern von Jesus erzählen. Geschichten spielen im Kinderalltag eine große und gute Rolle. Zwar ist die Bibel kein Kinderbuch, aber gerade manche Gleichnisse, in denen Jesus selbst seine Botschaft anschaulich verpackt, bieten schon kleinen Kindern einen guten Zugang (wie die „Vom verlorenen Schaf“ und „Vom guten Vater“).

Unterstützung bei der religiösen Bildung und Erziehung ihrer Kinder versprechen Eltern besonders die kirchlichen Kindertagesstätten. Einrichtungen, die sich zu Familienzentren weiterentwickelt haben, wenden sich mit ihren Angeboten oft auch an Familien, deren Kindern in der Kirche (noch) nicht „zu Hause“ sind.

Anregungen für ihr persönliches Wachstum im Glauben finden Eltern

- in Familienkreisen,
- in kirchlichen Familienbildungsstätten,
- bei Familienwochenenden, zu denen u. a. Gemeinden, die Familien- und Alleinerziehendenreferate der Bistümer, Bildungshäuser und Familienverbände einladen,
- bei Besinnungstagen und ähnlichen geistlichen Auszeiten für Familien,
- durch die Angebote der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung (s. www.akf-bonn.de) und andere Initiativen zur Förderung der Spiritualität im Alltag von Familien (z. B. www.familienspiritualitaet.de). ■

Impressum

Herausgeber: AKF e. V., In der Sürst 1, 53111 Bonn, Tel. 0228/684478-16 (8–15 Uhr), info@elternbriefe.de, www.elternbriefe.de

Redaktion: Elisabeth Amrhein (Würzburg), Martin Bartsch (Köln), Beate Dahmen (Simmern), Hubert Heeg (Bonn), Dr. Petra Kleinz (Dortmund), Josef Pütz (Mönchengladbach; verantwortlich)

Die Texte der Elternbriefe basieren auf der Haltung und dem pädagogischen Ansatz von „Kess-erziehen“ (www.kess-erziehen.de).

Hinweis: In den Texten wechseln wir willkürlich zwischen der männlichen und der weiblichen Form und/oder verwenden geschlechtsneutrale Formulierungen; gemeint sind immer alle Geschlechter.

Fotos: Panthermedia: maximkabb (1), oksun70 (2); iStock: bprangebooyer (4)

Illustration: Renate Alf

Gestaltung: kipconcept gmbh, Bonn

Bonn, August 2022

Bestellung: www.elternbriefe.de/bestellen