



## 2.20 Gedanken zur Erziehung

### Wie erziehen?

Der Wunsch und das Ziel wohl aller Eltern ist es, dass ihr Kind einmal zu einem selbstständigen, respektvollen, selbstbewussten und glücklichen Menschen heranwächst. In den täglichen Herausforderungen des Erziehungsalltags sind die Eltern oft unsicher, welche Reaktion sinnvoll ist. Sollen sie streng sein? Soll das Kind entscheiden? Vielleicht sind sich beide Eltern einig, wie sie handeln möchten, oder der Vater ist nachgiebig und die Mutter streng.

In der Einstellung und den Handlungen im Alltag zeigt sich der Erziehungsstil

der Eltern. Der Erziehungsstil wiederum basiert auf den Erfahrungen aus der eigenen Erziehung und der Meinung, die wir über die Kinder haben. Beim autoritären Erziehungsstil sind die Eltern streng und kontrollierend. Sie stellen viele Regeln auf und erwarten, dass das Kind diese genau befolgt. Das Kind wird bestraft, wenn es nicht gehorcht oder wird belohnt, wenn es die Regeln einhält. Es lernt sich anzupassen, macht möglicherweise jedoch, was es will, wenn die Eltern nicht hinschauen. Oder es rebelliert direkt und entzieht sich den Anforderungen.

Beim nachgiebigen Erziehungsstil setzen die Eltern kaum Grenzen. Will das Kind etwas, lassen sie es gewähren oder geben nach anfänglichem Widerstand nach. In der Folge entwickelt das Kind vielleicht Ängste, weil es keine Orientierung und Sicherheit erfährt. Oder es erwartet, von allen zu bekommen was es will und reagiert lautstark auf ein «Nein».

### **Liebevoll-konsequent**

Der demokratische Weg, der autoritative, liebevoll-konsequente Erziehungsstil, basiert auf Gleichwertigkeit und Respekt. Er gibt dem Kind einen gewissen Freiraum innerhalb bestimmter Grenzen. Die Eltern geben ihm Wahlmöglichkeiten, die seinem Alter und seiner Entwicklung entsprechen. So erhält es Gelegenheiten, selber etwas beizutragen.

Die Fähigkeit kleiner Kinder, eine Wahl zu treffen ist begrenzt. Sie können sich noch nicht auf sich selbst verlassen, um Regeln einzuhalten. Sie brauchen Erwachsene, die Orientierung geben und handeln. So ist es z.B. hilfreich, wenn die Mutter die Kekse vom Tisch wegräumt, falls sie nicht will, dass ihr Kind jetzt Süßes isst, statt ständig «Nein» zu sagen.

Mit zunehmendem Alter können sich Kinder immer mehr an Vereinbarungen halten. Sie lernen, in ihren Handlungen verlässlich zu werden. Wenn Kinder sich weigern zu kooperieren, zeigen die Eltern mit konsequentem Handeln, dass es den Beitrag des Kindes braucht. Die Kinder lernen so, dass ihr Beitrag in der Familie wichtig ist. Dadurch entwickeln sie ein starkes Selbstwertgefühl und Mitgefühl für andere.

### **Zuwendung und Ermutigung schenken**

Körperkontakt und ungeteilte Zuwendung sind eine wesentliche Grundlage einer gelingenden Beziehung zwischen Mutter bzw. Vater und Kind. Wenn wir gut zuhören, fühlt sich unser Kind respektiert und verstanden. Zuhören beginnt schon dann, wenn wir auf das Weinen unseres Babys reagieren. Mit Weinen drückt es ganz verschiedene Bedürfnisse aus. Manchmal braucht das Baby auch einfach etwas Zeit, um selber zur Ruhe zu kommen. Neben mit unseren Ohren müssen wir zudem mit unseren Augen «hören», weil Babys früh damit beginnen, ihre Gefühle durch Körpersprache zu zeigen.

Ermutigung ist ein weiterer wichtiger Aspekt in der demokratischen Erziehung. Das Kind entwickelt Selbstvertrauen, wenn die Eltern ihm etwas zutrauen und seine Entwicklungsschritte mit Freude begleiten. Die Entwicklung der Persönlichkeit wird zudem gestärkt, wenn sich das Kind in seinem eigenen Tempo entwickeln darf. Denn jedes Kind hat sein individuelles Tempo, das nicht vergleichbar ist mit dem anderer Kinder.

### **Den eigenen Weg finden**

Wie möchten Sie Ihr Kind erziehen? Eine bewusste Auseinandersetzung mit dieser Frage hilft Ihnen als Eltern, berechenbar zu sein und so dem Kind Sicherheit für seine Entwicklung zu geben. Das gemeinsame Gespräch über den eigenen Erziehungsstil ermöglicht es, sich und den Partner besser verstehen zu lernen und die eigenen Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Erziehungskurse sind eine

hilfreiche Möglichkeit, sich in einer Gruppe mit andern Eltern über diese Fragen auszutauschen und dadurch in der Erziehung der Kinder gestärkt zu werden.

## Wann beginnt Erziehung?

### 1 + 1 = 3

Besonders die Geburt des ersten Kindes ist für ein Paar ein sehr einschneidendes Ereignis. Plötzlich ist da ein kleiner Mensch, der seine Bedürfnisse lautstark anmeldet und befriedigt haben will. Es stellen sich plötzlich viele neue Herausforderungen. Körperliche sowie psychische Höchstleistungen sind gefordert. Wie heisst es doch treffend im Lied von Reinhard Mey: «Keine ruhige Minute ist seitdem mehr für mich drin...». Auch wenn bereits schon ein oder mehrere Kinder da sind, gibt es grosse Veränderungen. Der Alltag kommt erst einmal etwas durcheinander, die Kinder reagieren auf das neue Familienmitglied...

Es ist sehr hilfreich, wenn werdende Eltern schon während der Schwangerschaft gemeinsam Fragen diskutieren wie z.B.: «Wie regeln wir die Betreuung? Werden wir beide berufstätig sein wie bisher?

Wenn ja, in welchem Mass?». Das gibt Klarheit und Sicherheit, um mit der neuen Situation gut zurecht zu kommen.

### Schwangerschaft: Die Beziehung beginnt

Immer mehr Forscher sind überzeugt, dass bereits die Zeit der Schwangerschaft einen grossen Einfluss hat auf das werdende Kind. Der Fötus nimmt die Gefühle der Mutter auf, hört Geräusche und Stimmen. Wenn Mutter und Vater immer wieder mit dem werdenden Kind reden, werden ihm diese Stimmen vertraut. Positive Gefühle und die Zusage: «Ich nehme dich an, so wie du bist, egal ob Mädchen oder Junge» sowie möglichst wenig Stress wirken fördernd für dessen Entwicklung. Das Kind spürt so schon im Mutterleib Annahme und Zuwendung – eine grundlegende Voraussetzung für seine spätere Bindungs- und damit Beziehungsfähigkeit. Beziehung wiederum bildet die Grundlage einer gesunden Erziehung.

Diese Erkenntnisse sollen nicht zur Belastung werden, erinnern jedoch an die Verantwortung, die Eltern gegenüber dem ungeborenen Kind tragen. Besonders bei einer ungewollten Schwangerschaft ist es deshalb sehr hilfreich und wichtig, Gefühle der Überforderung mit jemandem zu teilen.

*Liselotte Braun / dipl. Sozialarbeiterin /  
zertifizierte STEP Kursleiterin /  
Kordinatorin STEP Elternttraining Schweiz*



➤ Weitere Informationen zum Thema von  
Liselotte Braun:  
[www.letsfamily.ch/elternttraining](http://www.letsfamily.ch/elternttraining)