

Ute Horn

Mutig mit den Kindern wachsen

SCM Hänssler

Inhalt

Vorwort.....	9
Einleitung.....	11
Kapitel 1: Kinder sind (auch) anders.....	15
Kapitel 2: Kinderbitten	41
Kapitel 3: Quo vadis?	89
Kapitel 4: Wie fühlt sich Liebe an?	121
Kapitel 5: Was Kinder auslösen	135
Kapitel 6: Wunschkind oder »Gottes Idee«?	151
Kapitel 7: Gott hat keine Enkelkinder.....	171
Nachwort	184
Literatur/Medien.....	187
Über die Autorin.....	188
Anhang.....	189

Vorwort

Viele Eltern sind in der Kindererziehung verunsichert und geben das auch offen zu. Nicht umsonst haben TV-Sendungen mit der Diplom-Pädagogin Katharina Saalfrank als »Supernanny«, die eine Zeit lang in einer Familie mitlebt und versucht, chaotische Familienverhältnisse zu ordnen, hohe Einschaltquoten. Nachdem die antiautoritäre Erziehung mehrere Generationen verunsichert hat, greifen viele Eltern wieder zu Ratgebern, die klare Regeln, Grenzen und elterliche Autorität als wichtige Pfeiler einer erfolgreichen Erziehung empfehlen. Ein Erfolgsautor ist der frühere Direktor des Internats Salem, Bernhard Bueb, der mit seinem Buch: »Lob der Disziplin« viele offene Ohren in unserer Gesellschaft fand. Auch der Psychiater Michael Winterhoff stand mit dem Buch: »Warum unsere Kinder Tyrannen werden« lange oben auf der Bestsellerliste.

»Eltern werden ist nicht schwer – Eltern sein dagegen sehr«, könnte man Wilhelm Buschs Satz, der ursprünglich den Vätern galt, frei zitieren. Viele Eltern wollen beste Freunde ihrer Kinder sein. Doch werden wir damit dem Erziehungsauftrag gerecht? Wollen unsere Kinder das auch? Ein 17-jähriger Sohn einer Alleinerziehenden sagte einmal in einer Auseinandersetzung: »Wann hörst du endlich auf, meine beste Freundin sein zu wollen? Ich will eine Mutter. Eine Mutter, die mich erzieht und verwöhnt.« Sind das die beiden Eckpfeiler einer erfolgreichen Erziehung? Viele Lehrer klagen. »Wo gibt es noch Eltern, die darauf achten, dass Kinder genug Schlaf bekommen, morgens mit einem Frühstück aus dem Haus gehen und regelmäßig die Hausaufgaben machen?« Lehrer fühlen sich spätestens ab der sechsten Klasse in der Erziehung der Schüler alleingelassen. Auf Elternsprechtagen hören sie dann, dass Eltern denken, Kindererziehung sei mit dem zehnten Lebensjahr abgeschlossen. Danach würden Kinder ihrem eigenen Fahrplan folgen und wissen, was gut für sie sei.

Kinder brauchen Erziehung, gute Vorbilder, Bildung und Eltern, die ihnen helfen, ihre Gaben und Fähigkeiten zu entdecken und mit ihren Schwächen umzugehen. Aber Kinder brauchen auch das Gefühl, um ihrer selbst willen geliebt zu sein, unabhängig davon, ob sie etwas leisten, gehorsam sind oder ihr Zimmer aufräumen. Immer wieder werden Menschen in der zweiten Lebenshälfte danach gefragt, was sie im Leben anders machen würden, wenn sie noch einmal die Chance hätten, das Rad der Geschichte zurückzudrehen. Meistens antworten sie: »Ich würde mehr Zeit mit meinen Kindern verbringen.« Kinder sind uns anvertraut – auf Zeit, eigentlich eine sehr kurze Zeit. Wir sollten das Beste daraus machen.

Ihre Ute Horn

P.S.: Dieses Buch ist keine wissenschaftliche Abhandlung über Kindererziehung. Ich erhebe keinen Anspruch auf statistisch evaluierte Daten. Es ist ein Buch aus der Praxis für die Praxis und basiert auf vielen Beobachtungen, Selbsterfahrungen und Gesprächen mit Eltern.

Die in diesem Buch zur Illustration meiner Ausführungen beschriebenen Erlebnisse sind wirklich passiert. Ich habe jedoch zum Schutz der einzelnen Personen die Namen und Orte geändert.

Überlegen Sie sich doch mal einen Adventskalender, der nichts kostet. Vielleicht kann man sich auch die einzelnen Tage aufteilen. Wenn Sie eine Familie mit vier Personen sind, bekäme jeder sechs Aufgaben. Papa würde vielleicht anbieten, mit dem Sohn einen Kran aus Lego zu bauen. Mama würde ungestört baden dürfen. Papa bekäme einen einstündigen Fahrradausflug mit der ganzen Familie geschenkt und Dora, dass Mama mit ihr über den Weihnachtsmarkt geht. Was würde Ihnen einfallen?

Den Gefühlen Namen geben

Unsere Kinder müssen lernen, ihre Gefühle wahrzunehmen und zu benennen. Als kleines Kind mündet jedes Unbehagen in Schreien. Das kann alles heißen: »Ich habe Hunger oder Durst oder beides. Ich habe die Hose voll. Ich bin so einsam.« Mit der Zeit lernen junge Eltern, wann sie reagieren müssen.

Die Botschaft der Bauchschmerzen

Wenn die Kinder älter werden, lokalisieren sie jedes Unbehagen in den Bauch. Egal ob sie Angst haben, nicht in den Kindergarten wollen oder krank sind, knöttern sie: »Mein Bauch tut so weh.« Es ist eine hohe Kunst, als Erwachsener herauszufinden, was der wahre Grund des Unwohlseins ist. In den seltensten Fällen ist es wirklich eine Magen-Darm-Verstimmung. Helfen Sie Ihrem Kind, den Gefühlen Namen zu geben.

Mona (sieben Jahre alt) ist gerade mit ihrer besten Freundin verkracht, sitzt auf Mamas Schoß und krümmt sich vor Bauchweh. »Bist du traurig, weil Anja heute Nachmittag mit Sophie spielt und nicht mit dir?«, fragt Monas Mama. Und schon sprudelt aller Kummer hervor: »Ja, das ist so gemein. Anja hatte mir versprochen, mit mir ins Schwimmbad zu gehen. Diese blöde Sophie hat sie bequatscht. Anja ist nicht mehr meine Freundin.« »Das kann ich gut verstehen. Ich habe so etwas als Mädchen auch mal erlebt. Ich war richtig sauer auf meine Freundin«, erzählt die Mutter. »Solche Erfahrungen lösen starke Gefühle aus und man sagt auch Dinge, die man eigentlich

gar nicht so meint, auch um den anderen zu verletzen. Das Gefühl, das sich jetzt in deinem Herzen breit machen will, heißt ›Selbstmitleid‹. Frau Selbstmitleid redet dir ein, dass du ein Recht hast sauer zu sein. Aber weißt du, wir müssen im Leben auch lernen, dem anderen etwas zu gönnen, auch wenn wir dann verzichten müssen. Meinst du, dass du Anja und Sophie vergeben kannst, dass sie dich ausgebootet haben? Dann wird Frau Selbstmitleid dein Herz verlassen und nimmt vielleicht auch die Bauchschmerzen gleich mit.«

Im Herzen von Kindern und natürlich auch von uns Erwachsenen können sich viele Gefühle einnisten und die Frage ist immer berechtigt: »Was verletzt mich? Warum bin ich wütend? Warum habe ich Bauchschmerzen, was kann ich von dem, was ich erlebt habe, nicht verarbeiten oder verdauen?« Vielleicht ist es die Ungerechtigkeit, weil Ihr Sohn eine Drei und sein Freund Mattes eine Zwei in Geschichte bekam. Manchmal ist das Kind auch auf sich selbst sauer und wütend, weil es für den Test nicht genug gelernt hat. Waren Versagensängste im Spiel, die Ihre Tochter dazu bewogen, heute lieber nicht in die Schule zu gehen, weil sie schon mal einen »Blackout« in einer Arbeit hatte? Oder ist sie nur über die Vier in der Hausarbeit enttäuscht, weil sie dafür so viel gearbeitet hatte und klagt deshalb über Magenbeschwerden? Zorn auf den Lehrer, der Hannes beim Abschreiben erwischt hat, mischt sich vielleicht mit Scham, weil jemand an die Tafel schrieb, dass er in Sarah verliebt sei. Oft ist auch Eifersucht und Hass mit im Spiel, besonders wenn Mara ihr die Freundin ausspannt. Ein Kind quälen Sorgen um die Mutter, bei der schon wieder Metastasen gefunden wurden. Ein anderes plagt die Feindschaft zum neuen Stiefvater, weil er den Vater verdrängte. Was löst wohl Unterlegenheit dem Bruder gegenüber aus, weil er größer und stärker ist, obwohl das betroffene Kind doch der ältere ist?

Wie wohltuend, wenn Erwachsene hinhören, Zeit haben, um herauszufinden, wo der Schuh drückt. Dabei ist es wichtig, sensibel den richtigen Zeitpunkt zu finden, wann das Kind sprechen möchte.

Unser neunjähriger Daniel stellt beim Mittagessen auf einmal fest: »Eigentlich wären wir 12 Kinder, da Mama außer uns sieben noch

fünf Fehlgeburten hatte.« Seine fünf Jahre ältere Schwester korrigiert ihn: »Nein, das stimmt so nicht, denn wenn das Kind vor dir geboren worden wäre, dann wärst du nicht da. Ist doch richtig Mama, oder?«
»Ja, da muss ich Christine recht geben. Ich war schwanger und das Kind starb in der elften Schwangerschaftswoche. Drei Monate später war ich mit Daniel schwanger. Du hättest nicht entstehen können, wenn ich noch mit dem anderen Kind schwanger gewesen wäre.« Als ich abends an Daniels Bett gehe, macht er mir einen sehr nachdenklichen Eindruck, als er plötzlich sagt: »Ich will nicht schuld sein am Tode eines Geschwisterkindes.« »Du bist ja auch nicht schuld daran«, betone ich. »Erst ist das Kind gestorben. Drei Monate Pause. Dann bist du gezeugt worden. Du kannst nicht für etwas die Schuld auf dich nehmen, für das du nichts kannst.«

Immer wieder erlebt man auch, wie schnell Kinder aus Aussagen anderer falsche und verletzende Schlüsse ziehen.

Wie gut, dass Daniel seine Sorgen geäußert hat, sonst hätte er vielleicht eine lange Zeit diese »falsche Schuld« mit sich herumgetragen und wäre unglücklich geblieben.

Umgang mit Gefühlen am Beispiel der Wut

Negativseite der Wut

Wut hat zwei Seiten. Wir denken meistens an die zerstörende Komponente der Wut, an Gewalt und Aggression in Wort und Tat. Dabei müssen wir unseren Kindern helfen, damit umzugehen und angemessen zu reagieren. Wir haben sehr gute Erfahrungen gemacht, als wir »die Ecke« oder auch »die Treppe vor der Küche« entdeckt haben. Wenn ein Kind so wütend war, dass wir es mit Worten und liebevollem Festhalten nicht mehr erreichen konnten, haben wir ihm gesagt: »Wenn du jetzt nicht aufhörst zu schreien oder um dich zu treten, dann setzen wir dich vor die Tür oder in eine Ecke, damit du dich beruhigen kannst. Dann hast du Zeit nachzudenken. Wenn du dann wieder mit uns zusammen sein willst, kannst du es ja sagen.« Es war immer wieder erstaunlich, wie schnell das Kind selbst dann den Kreislauf der Wut durchbrechen

konnte. Andere Hilfen sind: die Faust in der Hosentasche ballen; die Wut auslösende Tätigkeit auf später verschieben; Bewegung durch Laufen oder Fahrradfahren; an einem Boxsack oder Kissen überschießende Energie rauslassen; aufs eigene Zimmer oder auf die Toilette gehen, wo man ungestört ist, und erst diskutieren, wenn man wieder klar denken kann.

Leider sind wir Eltern auch oft Auslöser für kindliche Wut. Eltern können ein Geschwisterkind vorziehen, ständig vergleichen, Kinder lächerlich machen, vor anderen ermahnen, vorführen, immer nur das Negative sehen und richtig provozieren. Hat Ihr Kind vielleicht auch schon einmal von einem Freund gehört: »Meckert dein Vater eigentlich immer so an dir herum?« Das ist in doppelter Hinsicht schlimm. Das Kind befindet sich nun in einem Loyalitätskonflikt. Auf der einen Seite möchte es gerne dem Freund recht geben, auf der anderen Seite liebt es aber auch den Vater und möchte stolz auf ihn sein.

Positivseite der Wut

Wut hat aber auch noch eine zweite Seite. Wut ist eine starke Kraft, die uns hilft, Missstände zu entdecken und die nötigen Schritte zu gehen, damit sich Dinge zum Positiven verändern. Wir brauchen als Gesellschaft wieder im positiven Sinne wütende Menschen, die die nötige Zivilcourage haben, notwendige Veränderungen zu wagen.

Martin kommt nach Hause und ist außer sich vor Wut: »Mama, der Lehrer hat zu Lukas gesagt: ›Ich ramm dich ungespitzt in den Boden, wenn du noch einmal keine Hausaufgaben machst.‹ Und dann hat er noch einen Bleistift genommen und ihn auf seinen Handrücken gedrückt und dabei hat er gesagt: ›Was, das soll angespitzt sein?‹ Und dabei hatte Lukas den Stift erst gestern zu seinen Geburtstag bekommen.«

Was würden Sie sagen, wenn Ihr Sohn so etwas erzählt? Spüren Sie seine Ohnmacht und Wut? Auf jeden Fall ist es wichtig, das Kind darin zu bestärken, dass sein Empfinden richtig ist, und dass der Lehrer zu weit gegangen ist. Dann wäre zu überlegen, was zu tun ist. Ist das Kind in der Lage, seine Beobachtung mit dem Lehrer zu besprechen? Braucht es die elterliche Hilfe? Oder sollte man lieber mit Lukas und seinen Eltern sprechen?

Ich habe gute Erfahrung gemacht, dem Kind das Rückgrat zu stärken und Zivilcourage zu zeigen.

Der 16-jährige Josua kommt entrüstet aus der Schule. Es ist sein erster Tag am neuen Gymnasium. »Ich kann es nicht glauben, Mama. Es gibt doch drei Neunerklassen und ich habe darum gebeten, der a oder der c zugeteilt zu werden, auf keinen Fall der b. Als Zweites habe ich mir gewünscht, mit einem bestimmten Jungen in einen der zwei Lateinkurse zu kommen und dann hatte ich bei der Anmeldung noch erwähnt, dass ich mir auf jeden Fall als Wahlfach Naturwissenschaften wünsche und kein Spanisch. Nun rate mal, was passiert ist? Ich wurde der 9b zugewiesen, muss Spanisch lernen und bin genau in dem anderen Lateinkurs gelandet. Das kann doch nicht sein.« Er kochte vor Wut. Nachdem ich mir alles angehört hatte, fragte ich ihn, was er nun vorhätte. Ich schlug ihm mehrere Wege vor. Entweder er könnte jetzt gleich zum Telefon greifen und mit der Direktorin noch mal reden. Oder ich könnte das Gespräch führen und die Hintergründe für die traurige Situation erfragen. Er entschied sich dafür, es selbst zu tun. Ich blieb im Hintergrund und wir stellten das Telefon so ein, dass ich mithören konnte. Der Konrektor erklärte, dass aus der 9b mehrere Kinder das Klassenziel nicht erreicht hätten und es deshalb ungerecht wäre, diese Klasse nicht als Erstes aufzufüllen. Für die beiden anderen Missgeschicke entschuldigte er sich. Es seien eben nicht genug Naturwissenschaftsplätze da gewesen, um alle Wünsche zu erfüllen und so habe man erst die Schüler berücksichtigt, die schon länger an der Schule seien. »Gibt es für mich keine Chance mehr?«, höre ich Josua fragen. »Nein, entweder du akzeptierst es so oder du musst auf deine alte Schule zurückgehen.« Als Josua auflegt, sage ich ihm, wie stolz ich auf ihn sei, dass er das Gespräch selbst geführt hatte. Dann frage ich ihn nach seinen Plänen. Er beschließt, die Tatsachen zu akzeptieren, aber er hat es immerhin versucht.

Eigenanteile in Situationen wahrnehmen

Wichtig ist es auch, den Kindern beizubringen, dass nicht immer die anderen schuld an ihrer Misere sind. Haben Sie schon mal

kleine Kinder beobachtet, die gegen eine Tür laufen? Was machen sie automatisch, ohne darüber nachzudenken? Sie schreien: »Du böse Tür!« Manche treten noch mal ganz fest gegen die »böse« Tür, quasi um die Tür zu bestrafen und tun sich dabei noch mal weh, was sie dazu verleitet, anzunehmen, dass die Tür noch »böser« ist als erwartet. Wie helfen wir Kindern, Eigenanteile zu erkennen? Im Fall der Tür ist es ja aus Erwachsenensicht eindeutig, wer hier der Schuldige an den Schmerzen ist. Doch für Kinder ist das noch lange nicht so.

Als ich unseren fünfjährigen Sohn einmal vom Kindergarten abholte, stemmte er beide Hände in die Taille, baute sich vor mir auf und meinte: »Mama, ich verstehe das nicht. Warum machst du immer alles falsch. Wenn ich früh abgeholt werden will, dann kommst du spät und wenn ich spät abgeholt werden will, kommst du früh.«

Es gibt ein Buch mit dem Titel »Mama ist nicht an allem schuld«. Dieser Satz kommt mir bei den vielen Anschuldigungen, die wir Mütter jeden Tag zu hören bekommen, oft in den Sinn: »Warum hast du mich so spät geweckt? Warum hast du mich nicht daran erinnert, das Milchgeld mitzunehmen? Warum gibt es im Schrank keine Schreibhefte mit Rand mehr? Warum hast du den Becher mit Apfelsaft so voll gemacht, dass er jetzt umgekippt ist? Warum ist mein T-Shirt nicht gewaschen?« Kennen Sie auch die Situation, dass Kinder morgens vor der Schule nicht aufstehen, aber wach sind und flaxen: »Wenn Mama uns nicht bald weckt, kommen wir zu spät zur Schule«?

In dem Buch »Ins Leben gesetzt« schreibt Bettina Ratering²³: »So ging es mir auch in meiner Situation mit meiner Mutter, meinen Pflegeeltern und wer sonst noch Anteile an meinem Leben hatte. Wenn ich ganz ehrlich war, hatten die anderen alle schuld an meiner dunklen Vergangenheit. Wenn – dann. Es tat regelrecht gut, alle Schuld auf andere abwälzen zu können. Nur, dass sie da nicht hingehörte. Wo waren meine Eigenanteile? Gab es nicht auch genügend Situationen,

»Die anderen sind schuld....« ist ein Totschlagargument, das jede Eigenverantwortung und Bereitschaft zur Veränderung abstreitet.