

SÜDWESTRUNDFUNK
SWR2 Leben - Manuskriptdienst

Kess erziehen

Ein Selbstversuch

Aus der Reihe "Elternkurse" (4)

Autoren: Christoph Holthof und Daniel Reich

Redaktion: Rudolf Linßen

Sendung: Freitag 06.11.09 um 10.05 Uhr in SWR2

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt.
Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen
Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Mitschnitte auf CD von allen Sendungen der Redaktion SWR2 Leben
(Montag bis Freitag 10.05 bis 10.30 Uhr) sind beim SWR Mitschnittdienst
in Baden-Baden erhältlich.

Bestellungen über Telefon: 07221-929-6030

**SWR2 Leben können Sie auch als Live-Stream hören im
SWR2 Webradio unter www.SWR2.de**

MANUSKRIFT

Autor:

Ein Mittwoch im März. 20.05 Uhr. Ich stehe vor einer geschlossenen Tür im Kirchengemeindezentrum in einem mittelbadischen Dorf. Warum muss ich ausgerechnet beim ersten Mal schon zu spät kommen? Ich horche ich an der Tür. Eine Frauenstimme ist zu hören. Aber ich verstehe nicht, was sie sagt. Soll ich oder soll ich nicht? Richtig wohl fühle ich mich nicht bei dem Gedanken, die nächsten fünf Mittwoch-Abende hier zu verbringen. Elternkurse - das ist doch sowieso eher was für Mütter. Meine Frau hat mich noch ermutigt als ich losgefahren bin. Sie findet es gut, dass ich das mache. Ich gebe mir einen Ruck. Ich höre noch mal kurz an der Tür, klopfe, drücke die Türklinke runter und schaue in die Augen von 15 Müttern. Am liebsten würde ich wieder umdrehen.

Doch schon spricht mich die Kursleiterin an: "Sind Sie Herr Holthof? Schön, dass sie doch noch kommen. Wir hatten schon Angst, sie trauen sich nicht. Wie schön, dass auch mal ein Vater an dem Kurs teilnimmt..."

Oh, wie ich diese Sätze liebe. Und diese Vereinnahmung gleich zu Beginn. Sie kennt mich doch überhaupt nicht. Ich soll mich setzen. Und da sie sowieso gerade mit der Vorstellungsrunde beginnen wollten, könne ich doch auch gleich anfangen. Doch bevor ich noch meinen Namen gesagt habe, werde ich wieder unterbrochen. Dieses Mal von einer anderen Frau - vielleicht eine zweite Kursleiterin: "Noch etwas Allgemeines vorweg: Hier bei uns gibt es drei Regeln: Wir beginnen pünktlich mit dem Kurs. Wir behandeln die persönlichen Informationen, die wir hier miteinander austauschen, vertraulich. Und: wir lassen fremde Meinungen gelten und versuchen sie zu verstehen."

Ob das mit der Pünktlichkeit mir galt? Jedenfalls bin ich jetzt dran. Sage, dass es mir Leid tut, dass ich zu spät bin, dass ich heute noch einen wichtigen Termin bei einer Bank in Stuttgart hatte und die Autobahn sehr voll war. Erneut werde ich unterbrochen. Diesmal wieder von der anderen Kursleiterin. Sie sagt, sie heiße übrigens Birgit und dass wir uns in diesem Kurs alle duzen, ganz egal wie wir zueinander stünden. Ich frage mich, warum das sein muss. Ich fühle mich nicht wohl, wenn ich zu wildfremden Menschen "Du" sagen soll. Von Anfang an wird eine Nähe suggeriert, die so doch noch gar nicht da ist. Wer sind denn diese Frauen überhaupt? Und noch weiß ich doch gar nicht, ob ich bereit bin, mich in diesem Kreis zu öffnen und über meine Erziehungsprobleme zu sprechen. Ich lasse es über mich ergehen und mache weiter. Erzähle von meinen drei Kindern und von meiner Arbeit.

Sprecherin:

"Kess Erziehen" ist ein Erziehungskurs, der in den letzten zehn Jahren von einem Team aus Pädagogen und Theologen entwickelt wurde. Der Kurs wird von der Katholischen Kirche angeboten. Er basiert auf der Individualpsychologie Alfred Adlers, deren Erkenntnisse Mitte des letzten Jahrhunderts von dem Wiener Psychiater Rudolf Dreikurs auf die Erziehung angewandt wurden. "Kess erziehen" vermittelt keine Erziehungsmethode, sondern steht für eine Erziehungshaltung, die Wert auf einen achtsamen, respektvollen und konsequenten Umgang miteinander legt. Die Entwicklung des Einzelnen, gestützt durch Ermutigung und das Gefühl der Zugehörigkeit, sowie dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft, stehen im Mittelpunkt dieses Ansatzes.

Dabei wird der Blick zunächst auf die sozialen Grundbedürfnisse des Kindes gelenkt. Ein Kind will dazu gehören und sich geliebt fühlen, es will wichtig sein, sich fähig fühlen und Einfluss nehmen sowie sich sicher und geborgen fühlen können. Die sozialen Grundbedürfnisse des Kindes zu sehen, das Kind daraufhin in seinem störenden Verhalten verstehen zu lernen sowie Handlungsalternativen für alltägliche Konfliktsituationen zu entwickeln, bilden einen Schwerpunkt des Kurses.

Autor:

Die Vorstellungsrunde geht weiter. Nach mir kommt Annette, danach Martina, dann Nicole, Kerstin, Stefanie, Regine, Simone, Michaela, Sandra, noch eine Martina, Sabine, Claudia und Susanne. Eine bunte Mischung von Müttern: verheiratet, allein erziehend, zu Hause, berufstätig. Die Anzahl der Kinder schwankt zwischen einem und vier Kindern. Die meisten davon im Kindergartenalter. Eine "Mutter" hat noch gar kein Kind. Sie ist hochschwanger und macht den Kurs sozusagen als Vorbereitung auf das, was auf sie zukommt. Fast alle kennen sich bereits. Alle kommen aus dem gleichen Dorf und haben ihre Kinder im gleichen Kindergarten. Dort und in der dazugehörigen Kirchengemeinde wurde der Kurs beworben.

Nur ich kenne niemanden und fühle mich auch nicht wohl in der Runde. Mich interessieren auch die Schwierigkeiten, von denen die Mütter erzählen, nicht wirklich: Rumgebrülle beim Anziehen, Rumgezicke beim ins Bettgehen, nachts nicht Durchschlafen. Das ist doch normal, da muss man halt schauen, wie man das zu Hause löst.

Der CD-Player wird angestellt. Meeresrauschen erklingt. Christina - die zweite Kursleiterin - sagt: "Schließt jetzt eure Augen und erinnert euch an eine schöne Kindheitssituation!"

Ich mache die Augen zu. Kann mich aber nicht konzentrieren. Frage mich, wo ich gelandet bin und ob es vielleicht doch noch einen Ausweg gibt.

"Was geschieht gerade? Was mache ich als Kind?"

Also jetzt. Konzentrieren. Okay. Eine schöne Kindheitssituation? Gut: Südfrankreich. Ich bin sechs Jahre alt. Es ist warm. Mittagshitze. Ich bin am Strand bei einem Kinderkarussell. Mein Onkel hat mir 20 Francs gegeben, das reicht für eine halbe Stunde Karussellfahren. Ich bin ganz alleine auf dem Karussell und fahre mal mit der Feuerwehr, mal reite ich auf einem Pferd. Die Wärme umgibt mich, hinten rauscht das Meer ...

"Wo sind deine Eltern? Was machen sie?"

Ja, wo sind eigentlich meine Eltern. Warum bin ich denn alleine hier beim Karussell. Wahrscheinlich wollten sie ihre Ruhe haben, Mittagsschlaf machen und haben mich rausgeschickt ...

Klick. Das Meeresrauschen ist vorbei. Eine Stimme: "Kommt langsam wieder zurück, zurück in den Elternkurs. Wer möchte von seinen Erinnerungen berichten?" Claudia erzählt von den gemeinsamen Abendessen in der Familie. Für sie waren das die großen Momente, in denen sie sich geborgen gefühlt hat. Regine erinnert sich an einen Nachmittag, als es in Strömen geregnet hat und ihre Mutter ihr zwei Stunden lang Bilderbücher vorgelesen hat. Und Stefanie erzählt von einem schönen Moment, wie sie mit ihrem Vater Blumen gepflückt hat und beide dann damit die Mutter überrascht haben.

Alles Situationen, in denen die Eltern präsent sind. Warum aber fällt mir zuerst eine Situation ein, in der ich alleine bin. Vielleicht hat das ja etwas mit Jungs und Mädchen zu tun? Die Jungs, die stärker die Momente wahrnehmen, in denen sie groß und selbständig sein dürfen. Die Welt gehört ihnen.

Und die Mädchen, die sich nach Geborgenheit sehnen, nicht allein sein wollen und die schönsten Momente innerhalb der Familie erleben.

Weiter komme ich aber nicht mit meinen Gedanken - der Theorieteil beginnt: Ein Vortrag über die Signale unerwünschten Verhaltens. Ich bin froh, lehne mich zum ersten Mal, seit ich diesen Raum betreten habe, zurück und höre interessiert zu.

Sprecherin:

Kinder entwickeln ihre Vorstellungen darüber, wie sie ihre Grundbedürfnisse befriedigen können, durch Beobachtung und Erfahrung. Sobald eine ihrer Verhaltensweisen Erfolg hat, werden sie dieses Verhalten beibehalten und immer wieder anwenden. Der Pädagoge und Psychologe Rudolf Dreikurs sagt, dass Kinder sehr gut beobachten können, aber viele Fehler bei der Deutung dessen machen, was sie erleben. So kommen sie zu irigen Schlussfolgerungen und wählen dadurch falsche Wege, um ihren Platz in der Gemeinschaft zu finden. Dabei gibt es vier Kreisläufe, in die Kinder eintreten können: Den Kreislauf der ungebührlichen Aufmerksamkeit, den Kreislauf der Macht, der Rache und des Rückzugs.

Beim Kreislauf der ungebührlichen Aufmerksamkeit beispielsweise hat das Kind das Gefühl "Ich bin nicht wichtig" und reagiert mit störendem Verhalten. Es redet dazwischen, albert herum, erledigt seine Aufgaben nicht. Wenn Eltern dann in dieser Situation auf das Kind eingehen, ganz egal, ob sie sich dem Kind freundlich zuwenden oder gereizt und genervt auf das Verhalten des Kindes reagieren, das Kind zieht die Schlussfolgerung: "Ich gehöre nur dazu, wenn man mich bemerkt - selbst wenn das für die Eltern Probleme verursacht."

Die anderen Kreisläufe stellen jeweilige Steigerungen des ersten Kreislaufs dar und sind ähnlich motiviert. Egal ob das Kind in einen Wutanfall wie im Kreislauf der Macht ausbricht oder sich selbst aufgibt und seine eigene Unfähigkeit demonstriert wie im Kreislauf des Rückzugs - hinter allen Verhaltensweisen steckt die Botschaft des Kindes: Ich möchte beachtet werden und dazugehören. Bitte helft mir, mich zu beteiligen.

Autor:

An dieser Stelle endet der Vortrag. Großer Protest macht sich breit: Jetzt wo die Verhaltensweisen erklärt sind, wollen wir doch auch Lösungen haben. Deshalb sind wir doch hier. Wie kommen wir aus den Kreisläufen heraus? Was soll ich denn machen, wenn ich gerade mit meinem Kollegen telefoniere und mein Kind genau in diesem Moment laut schreiend an meinem Arm reißt und mir unbedingt etwas zeigen muss? Die Kursleiterinnen bleiben dabei. Es gibt keine Diskussion. Die Antworten werden auf die nächste Stunde verschoben.

Noch einmal kommen alle zusammen im Stuhlkreis. In der Mitte steht jetzt ein Korb mit vielen kleinen Steinchen. Birgit sagt: "Jeder von euch, darf sich einen Edelstein aus dem Korb herausnehmen und mit nach Hause nehmen. Der Edelstein soll euch ermuntern, mit euren Kindern so genannte Edelsteinmomente zu verbringen. Das können ganz kleine Momente sein, in denen ihr den Kindern ein Buch vorlest, manchmal ist es auch nur ein Blick, ein Lächeln. Wichtig dabei ist, dass ihr in diesen Momenten ganz bei euren Kindern seid." Auch ich nehme mir einen "Edelstein" - finde das zwar etwas albern - stecke ihn mir aber trotzdem in die Hosentasche.

Ich will gerade schon meine Tasche packen, da sagt Christine: "Zum Abschluss sucht sich jetzt jeder bitte noch einen Tandempartner, und zwar für ein Telefongespräch in den nächsten Tagen." Muss das sein? Ich hatte mich gerade an die Frauenrunde gewöhnt und jetzt soll ich schon mit einer der Mütter engeren Kontakt haben? Ich schaue mich in der Runde um und überlege, auf welche der Frauen ich zugehen soll. Doch wieder gelingt es mir nicht, meine Gedanken zu Ende zu denken, denn schon stehen zwei Mütter vor mir und fragen mich, ob ich ihr Tandempartner sein möchte. Würde lieber mit Regine als mit Annette, aber wie soll ich das jetzt am besten sagen ...

Wir einigen uns über die Anzahl der Kinder: Regine hat vier, ich drei, Annette nur ein Kind. Die größere Schnittmenge liegt also zwischen Regine und mir. Auch das ist geschafft. Wir verabreden uns zum Tandemtelefongespräch am Montagabend um 20.30 Uhr.

Sprecherin:

Der Elternkurs "Kess erziehen" ist auf fünf Sitzungen beschränkt, die jeweils circa zwei Stunden dauern. Die Vermittlung der theoretischen Grundlagen findet immer praxisorientiert statt. Ob es um die sozialen Grundbedürfnisse des Kindes geht, darum, wie man kindliche Verhaltensweisen versteht, wie man Kinder ermutigt, wie man Konflikte entschärft oder die Selbstständigkeit des Kindes fördert, stets setzen die Kursleiter an konkreten Alltagssituationen an. In praktischen Übungen wird die Wahrnehmung der Eltern für Problemsituationen und die Wechselwirkung von eigenem und Verhalten des Kindes geschärft. Jede Sitzung beginnt mit einer kurzen Einführung in die Themenschwerpunkte des Abends. Am Ende der Sitzung bekommen die Teilnehmer Hausaufgaben für ihren Erziehungsalltag. Meistens geht es um Übungen, die die Wahrnehmung schärfen sollen für entweder gute, gelingende Momente oder für Konfliktsituationen. Wann bricht ein Konflikt auf, wie geht er vonstatten, wie schaukelt er sich hoch?

Mit dem Tandempartner, der am Ende der ersten Sitzung ausgesucht wird, tauscht man sich telefonisch über die Erfahrungen aus, die man mit der Umsetzung der Kursinhalte gemacht hat.

Autor:

Montag, 20.30 Uhr.

Der erste Kursabend ist schon eine ganze Weile her. Ein Wochenende liegt dazwischen. Den Telefontermin habe ich trotzdem nicht vergessen. Ich sitze vor dem Telefon und warte darauf, dass Regine anruft. Nichts passiert. Um 20.45 Uhr greife ich zum Hörer und wähle ihre Nummer.

Ihr Mann nimmt ab: "Hallo hier ist, ähm, Christoph, ich bin mit Regine zum Telefonieren verabredet, also, ähm, wir machen zusammen den Elternkurs und wir sollen miteinander telefonieren. Ist sie zu Hause?"

Auch das noch. Als wenn es nicht schwierig genug wäre, mit einer noch fremden Frau über ihre persönliche Erfahrungen in der Erziehung zu sprechen. Regines Mann ist zum Glück relativ entspannt und gibt mich an Regine weiter. Sie hat unseren Telefontermin total vergessen, dafür aber - im Gegensatz zu mir - die Hausaufgaben gemacht.

Also fängt sie an. Sie erzählt von ihrem Sohn, mit dem sie für die Schule gelernt hat. Sie haben Diktat geübt. Jonas war total unkonzentriert. Immer wieder hat er die gleichen Fehler gemacht. Anfangs ist Regine noch ruhig geblieben, bis sich schließlich die Situation hochgeschaukelt hat. Regine war sauer, dass Jonas sich nicht konzentriert. Sie hatte den Eindruck, dass er die Wörter sogar absichtlich falsch schreibt. Die beiden haben sich angebrüllt, das Heft ist durch die Luft geflogen. Türen wurden zugeknallt. Regine hat das hinterher sehr Leid getan, aber sie wusste in dieser Situation für sich keinen Ausweg.

Wir haben dann versucht Jonas Verhalten, anhand des im Kurs Gelernten zu analysieren. Wir erinnern uns an das Modell der Kreisläufe. Vielleicht steckt hinter Jonas Verhalten der Wunsch nach mehr Aufmerksamkeit? Vielleicht wäre es besser gewesen, die Übungsstunde frühzeitig zu beenden, etwas mit dem Kind zu spielen und dann noch mal ein Übungsdiktat zu schreiben? So ganz sicher sind wir uns nicht, aber Regine wird es beim nächsten Mal einfach probieren. Ich hab' dann von meiner arbeitsreichen Woche erzählt und dass ich keine Zeit für meine Kinder hatte. Dafür bin ich am Samstag dann eine Stunde mit meiner Tochter Malena spazieren gegangen.

Sprecherin:

Wie Eltern angemessen reagieren können, wenn sich ein Kind störend verhält, wird vom Elternkurs "Kess Erziehen" mit einer aufeinander aufbauenden Abfolge von Verhaltensschritten beantwortet, der so genannten I.R.I.S.-Strategie. Die Abkürzung I.R.I.S. steht für: Innehalten - Respektieren - Ignorieren - Selbst handeln. Jeder der einzelnen Schritte soll davor bewahren, dass Eltern die verschiedenen Verhaltenskreisläufe, in die Kinder einsteigen, zusätzlich noch verstärken.

Die I.R.I.S.-Strategie ist Thema der zweiten Sitzung. Der erste Schritt bei einem sich anbahnenden Konflikt ist Innezuhalten. Statt aus dem Affekt zu reagieren, mit Strafpredigten oder Disziplinierungsmaßnahmen zu drohen, geht es darum, dass Eltern aus der drohenden Eskalation aussteigen, sich selbst bremsen. Dazu kann es manchmal auch notwendig sein, den Raum zu verlassen und sich in einen anderen Raum zurückzuziehen.

Der zweite Schritt - Respektieren - besteht darin, sich vor Augen zu führen, dass Kinder nicht stören, um die Eltern zu ärgern, sondern weil sie Angst haben, dass sie ihren Platz in der Familie verlieren. Mit einer Änderung des Blickwinkels kann es gelingen, eine Unterscheidung zu treffen zwischen den Motiven des Kindes und seinem Verhalten. Es kommt darauf an, das Bedürfnis des Kindes nach Zugehörigkeit zu sehen und zu achten, nicht aber störendes Verhalten zu billigen.

Beim dritten Schritt - Ignorieren - geht es darum, so wenig wie möglich auf das Verhalten des Kindes einzugehen. Auf keinen Fall darf das störende Verhalten kommentiert werden, damit das Kind nicht darüber die Aufmerksamkeit erfährt, die es für sich einfordert. Wichtig ist, das Konfliktthema zu verlassen und dem störenden Verhalten keine Bedeutung beizumessen. Das Verhalten des Kindes zu ignorieren bedeutet aber keinesfalls, auch das Kind selbst zu ignorieren.

Der letzte Schritt der I.R.I.S.-Strategie - Selbst handeln - hat zum Ziel, dass Eltern sofort einen Ausweg aus der drohenden Eskalation suchen und langfristig versuchen, die eigentlichen, oftmals versteckten Gründe, für das störende Verhalten trocken zu legen.

Autor:

Ich denke an den morgendlichen Weg in den Kindergarten. Unsere zweijährige Tochter Mila, will sich immer von der Hand losreißen und auf die Straße rennen. Sie weiß, dass mich das ängstigt und ärgert. In dieser Situation habe ich keine Möglichkeit, ihr einen anderen Handlungsspielraum einzuräumen.

Sie muss auf dem Gehweg bleiben. Sehr oft geraten wir dann aneinander. Sie fängt an zu weinen, brüllt und schmeißt sich auf den Boden. Ich will weiter. Irgendwann packe ich sie dann meistens und trage sie zum Kindergarten. Obwohl ich das eigentlich gar nicht will. Ich möchte gerne wissen, was ich in dieser Situation tun kann.

Wir sitzen wieder im Kurs. Christina erklärt, dass es sich hier um einen klassischen Machtkampf handelt. Der erste Schritt wäre, sich in dieser Situation zurückzunehmen - sozusagen "die Segel aus dem Wind nehmen". Auf diese Weise zeigt man dem Kind, dass man nicht bereit ist, seine Rolle im Machtkampf zu spielen. In jedem Fall müsse ich vermeiden, mich in den Machtkampf reinziehen zu lassen. Sie empfiehlt, dass ich beim nächsten Mal einfach mal ein Spiel aus dem Kindergartenweg mache. Also, wer kann am längsten auf einem Bein hüpfen oder gemeinsam bis zur nächsten Mülltonne rennen. Manchmal hilft es auch, bei einem sich anbahnenden Machtkampf etwas Unerwartetes zu tun. Zum Beispiel anfangen rückwärts zu laufen, wenn ich merke, dass Mila auf die Straße rennen will, oder ein Lied singen.

Wie? Und das soll die Lösung des Problems sein? Ich soll mich zum Clown machen, nur damit Mila nicht auf die Straße rennt? Das halte ich für sehr fragwürdig. Doch Christina ergänzt: Das sei keineswegs die Lösung, sondern nur eine Ausstiegsmöglichkeit für einen sich anbahnenden Machtkampf. Das Spiel bzw. das Unerwartete dürfe auf keinen Fall die Regel werden. Viel wichtiger sei es, Mila grundsätzlich und zwar in anderen, positiven Situationen die Beachtung zu schenken, die sie einfordert. Dann ließe der Stress auf dem Kindergartenweg wie von selbst nach.

Sprecherin:

Um Kindern das sichere Gefühl zu geben, dass sie ihren Platz in der Familie und in jeder anderen Gruppe finden können, setzt "Kess erziehen" auf die Strategie der Ermutigung. Kinder brauchen Ermutigung, um ein stabiles Selbstwertgefühl entwickeln zu können. Darum ist es bei ihren manchmal tastenden manchmal stürmischen Versuchen, Fähigkeiten zu erlernen und in die Familie einzubringen, besonders wichtig, dass Eltern ihren Kindern Mut zusprechen, wenn etwas nicht gelingt. Entscheidend ist aber, dass der Blickwinkel darauf gerichtet wird, was schon gut ist. Wenn Eltern ihre Kinder loben für das, was sie schon können, fühlen sich Kinder beachtet und zugehörig. Und sie entwickeln Mut, sich auszuprobieren. Wenn Kinder ermutigt werden, gewinnen sie ein Gefühl für die eigenen Fähigkeiten und Zutrauen, dass Fehler und Missgeschicke nicht ihren Wert und Platz in der Familie in Frage stellen. Und sie entwickeln Mut und Vertrauen, dass sie auch außerhalb der Familie ihren Platz finden und geschätzt und geachtet werden.

Autor:

Die weiteren Kursabende kreisen um die Themen Ermutigung, logische Konsequenz, Konflikte entschärfen. Immer wieder wird der Kurs in zwei Gruppen aufgeteilt. Zehn Minuten lang sollen wir uns dann über die Erfahrungen der letzten Woche austauschen, über die Edelsteinmomente und die eher schwierigen Situationen.

Ich nehme mich zurück und lass vor allem die anderen reden. Ich finde es auch nicht sehr spannend, dass schon wieder die gleichen Geschichten auf den Tisch kommen: Stress beim Anziehen, beim Zähneputzen, beim Ins-Bett-Bringen. Aber die Mütter scheint das nicht zu stören. Sie haben einen großen Bedarf, von sich und den Schwierigkeiten zu Hause zu erzählen. Das haben sie im Lauf des Kurses immer wieder betont. Auch, dass ihnen die praktischen Übungen und die Rollenspiele gut tun.

Ein Beispiel: Alle kommen im Kreis zusammen, stehen dicht beieinander. Jeder soll sich einen Satz überlegen, der dem andern Mut zu spricht. "Du bist toll." "Ich finde es gut, dass du so schön singst" und so weiter. Wenn jeder einen Satz hat, stellt sich eine der Kursteilnehmerinnen in die Mitte und lässt die Ermutigungsduche auf sich herabrieseln. Alle anderen sind jetzt aufgefordert, den Satz derjenigen, die in der Mitte steht, zuzusprechen und ständig zu wiederholen. Den meisten Müttern scheint das gut zu gefallen. Sie genießen förmlich den Zuspruch, der auf sie einprasselt. Mich kann man damit jagen. Ich stelle mich auch nicht in die Mitte und lasse mir vielleicht eine wertvolle Erfahrung entgehen.

Sprecherin:

Kinder zu ermutigen, hilft ihnen, ein gutes Selbstwertgefühl aufzubauen. Als zweite Seite der Selbstwertmedaille gehört es allerdings genauso dazu, dass Kinder ihre Grenzen kennen lernen. Dazu muss man ihnen das Leben zumuten. Im Kleinen heißt das, dass man ihnen, soweit verantwortbar, die Folgen ihres Handelns nicht abnimmt, sondern zumutet. "Kess erziehen" unterscheidet dabei zwischen natürlichen und logischen Folgen des Handelns. Wenn ein Kind im Winter keine Handschuhe anzieht, dann wird es frieren, wenn es zu schnell rennt, kann es hinfallen. In beiden Fällen wird sich eine natürliche Folge einstellen: das Kind friert an den Händen, es fällt auf die Knie. Nicht jede natürliche Folge ist verantwortbar. Ein Kind im Winter im Schlafanzug auf den Spielplatz gehen zu lassen, gefährdet die Gesundheit in beträchtlichem Maß.

In den Fällen, in denen die Konsequenzen dem Kind nicht zugemutet werden können beziehungsweise die Interessen anderer beeinträchtigen, sollen Eltern sich eine logische Folge im Vorfeld überlegen.

Logische Folgen sollten einen Bezug zum vorausgegangenen Verhalten haben und verhältnismäßig sein. In keinem Fall darf eine logische Folge als Strafe ausgeübt werden. Vier Kriterien grenzen eine logische Folge von einer Strafe ab. Eine logische Folge sollte voller Respekt gegenüber dem Kind sein, sie sollte in Zusammenhang mit dem vorhergehenden Verhalten stehen, sie sollte verhältnismäßig sein und sie sollte dem Kind einsichtig machen, dass es selbst verantwortlich ist für die Folgen seines Handelns. Wenn Kinder ermutigt und bestätigt und ihnen auf der anderen Seite die Folgen ihres Handelns zugemutet werden, dann ist das Kind auf einem guten Weg, eigenständig seinen Platz im sozialen Miteinander zu finden.

Autor:

Am letzten Abend frage ich, was ich denn tun könne, wenn mein Sohn abends nicht die Zähne putzen will. Eine Diskussion bricht los. Susanne schlägt vor, dass ich Luca mehrere Zahnbürsten anschaffe und wir ein Spiel daraus machen. Das aber halte ich für nicht angemessen - Zähne putzen ist kein Spiel, sondern eine Notwendigkeit und außerdem habe ich noch zwei andere Kinder, die ebenfalls durchs Badezimmer geschleust werden müssen. Zähne putzen - das muss einfach funktionieren. Die natürliche Konsequenz, dass irgendwann die Zähne kaputt sind, kann ich natürlich auch nicht verantworten.

Birgit schlägt vor, dann Sandmännchen oder die "Gute-Nacht-Geschichte" zu streichen. Ich halte dagegen, dass mir hier der Zusammenhang fehlt - sozusagen die logische Konsequenz und dass das doch einer Strafe gleich kommt. Birgit erwidert, Zähne putzen und Gute-Nacht-Geschichte stünden zwar nicht in unmittelbarem Zusammenhang, aber wenn dem Kind im Vorfeld klar gesagt wurde, dass es eine Gute-Nacht-Geschichte nur dann gibt, wenn es sich zügig die Zähne putzt, dann ist ein Zusammenhang hergestellt und die Verantwortung, ob das Kind die Gute-Nacht-Geschichte noch zu hören bekommt oder nicht, liegt dann beim ihm. Das ist einleuchtend und ich beschließe, es das nächste Mal auszuprobieren.

Der Kurs ist mittlerweile gut fünf Monate her. Wenn ich an den Kurs zurückdenke, beschleicht mich manchmal noch ein unbehagliches Gefühl. Selbst wenn wir uns untereinander im Laufe der fünf Sitzungen besser kennen gelernt haben, habe ich mich sehr oft als Fremdkörper gefühlt. Schade, dass nicht noch andere Väter an dem Kurs teilgenommen haben. Ich hätte mich gerne auch mal von Mann zu Mann unterhalten. Darüber wie schwer es ist, nach einem harten, ausgefüllten Arbeitstag umzuschalten und sich ganz auf die Kinder einzulassen.

Ich habe aber auch sehr viel aus dem Kurs mitgenommen. Vieles, was dort besprochen wurde, ist in den Alltag bei uns zu Hause eingeflossen. In jedem Fall bin ich aufmerksamer geworden. Nehme Situationen viel früher wahr, versuche bei eskalierenden Momenten viel früher einen Ausstieg zu finden, ruhig zu bleiben und gemeinsam mit dem Kind eine Lösung zu finden. Sei es beim abendlichen Zähneputzen oder beim Weg in den Kindergarten. Beides klappt mittlerweile sehr gut. Auch das Kursbuch, das in der Kursgebühr von 50 Euro enthalten war, ist sehr ausführlich und strukturiert aufgebaut. Immer wieder ertappe ich mich dabei, dass ich einen Blick hineinwerfe, wenn ich in einer Situation mal nicht weiterweiß. Am eindringlichsten sind bei mir jedoch die Edelsteinmomente haften geblieben. Ich nehme mir nun öfter Zeit für meine Kinder und versuche dann, auch ganz bewusst bei ihnen zu sein. Der Edelstein ist auch jetzt noch in meiner Hosentasche und erinnert mich daran, diese Momente mit meinen Kindern zu suchen.

Informationen über "Kess erziehen":

AKF- Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e. V.
Mainzer Str. 47
53179 Bonn
Tel. 0228-371877
FAX: 0228-8578147
info@akf-bonn.de

www.kess-erziehen.de