

Reader „Kess-Erziehen“

Kooperativ – ermutigend – sozial – situationsorientiert“

http://www.familienseelsorge-freiburg.de/f_kesserziehen.htm

Kess-erziehen

Die allermeisten Eltern wollen ihre Kinder so erziehen, dass sie sich zu selbstbewussten und starken Persönlichkeiten entwickeln. Sie wollen respektvoll mit ihnen umgehen und ihre Würde achten. Und trotzdem landen sehr viele im Alltag so oft beim Herumnörgeln, Schimpfen und Schreien und sehen sich nicht in der Lage, ihr Verhalten zu verändern. Die Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung (AKF) hat mit dem Familienreferat im Erzb. Seelsorgeamt, Freiburg auf der Grundlage der [Individualpsychologie](#) einen Elternkurs über fünf Einheiten entwickelt.

kooperativ - ermutigend - sozial - situationsorientiert

Im Kurs werden den teilnehmenden Müttern und Vätern eingefahrene Verhaltensweisen bewusst. Sie bekommen viele Anregungen und Unterstützung neues Verhalten auszuprobieren, etwa Grenzen konsequenter zu setzen, zur Kooperation zu motivieren und respektvoller miteinander in der Familie umzugehen.

Was sind Inhalte des Elternkurses "Kess-erziehen"?

Der Kurs ermöglicht eine Auseinandersetzung mit und eine Orientierung an den [individualpsychologischen Prinzipien](#) der Erziehung. Teilnehmende können ihre Fertigkeiten dahingehend ausbauen, dass sie das Verhalten der Kinder auf dem Hintergrund der sozialen Grundbedürfnisse verstehen und angemessen auf störendes Verhalten reagieren.

Sie werden darin bestärkt, notwendige Grenzen klar zu setzen, gleichzeitig aber auch ihre eigenen Stärken wie die der Kinder in den Blick zu nehmen. Dadurch können Selbstachtung, Selbstvertrauen sowie partnerschaftliches und verantwortungsvolles Verhalten im Miteinander wachsen.

Im einzelnen geht der Elternkurs "Kess-erziehen" darauf ein,

- was Kinder für eine positive Entwicklung ihres Selbstwertgefühls brauchen und weshalb sie ein bestimmtes Verhalten zeigen,
- wie Eltern wirksam und kreativ mit Fehlverhalten umgehen können,
- wie Eltern im gegenseitigen Respekt Grenzen setzen können,
- wie die Beziehung gestärkt und Kooperation entwickelt werden können,
- wie Konfliktsituationen entschärft und Probleme gemeinsam gelöst werden können.

Wie ist der Elternkurs "Kess-erziehen" aufgebaut?

Der Eltern-Baiskurs umfaßt fünf Einheiten, die inhaltlich aufeinander aufbauen:

1. [Soziale Grundbedürfnisse achten](#) - Das Kind verstehen
2. [Verhaltensweisen erkennen](#) - Angemessen reagieren
3. [Kinder ermutigen](#) - Konsequenzen zumuten
4. [Konflikte entschärfen](#) - Probleme lösen
5. [Selbständigkeit fördern](#) - Kooperation entwickeln

Eine Vertiefung einzelner Inhalte oder das Eingehen auf weitere inhaltliche Aspekte ist nach Absprache mit den ReferentInnen möglich.

Der Kurs ist praktisch angelegt: Impulsvorträge erläutern wichtige Inhalte. Übungen und Reflexionen ermöglichen den Eltern, Ihren Erziehungsstil mit Blick auf die individualpsychologischen Aspekte der Erziehung weiterzuentwickeln.

Anregungen für zu Hause geben darüber hinaus die Möglichkeit, neu gewonnene Impulse direkt in die Praxis umsetzen und die Erfahrungen in den laufenden Kurs einbringen und reflektieren zu können.

Wo werden die Elternkurse "Kess-erziehen" angeboten?

Einige geplante [Elternkurse "Kess-erziehen"](#) im Erzbistum Freiburg sind uns bekannt. Achten Sie bitte zudem auf Kursausschreibungen regionaler Bildungsträger. Hierzu zählen u.a. katholische örtliche Bildungswerke, regionale Bildungszentren, Kindertagesstätten oder Pfarrgemeinden.

In der Erzdiözese Freiburg sind folgende [Referenten/innen](#) zertifiziert, den Elternkurs "Kess-erziehen" leiten zu können.

Ausserhalb der Erzdiözese Freiburg wende man sich an die [Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung \(AKF\)](#).

Die AKF führt u.a. auch in Zusammenarbeit mit dem Familienreferat im Erzb. Seelsorgeamt, Freiburg Ausbildungskurse für Referenten/innen durch.

Literatur zum Kurs:

R. Dreikurs/V. Soltz, Kinder fordern uns heraus. Wie erziehen wir sie zeitgemäß?

Jane Nelsen, Kinder brauchen Ordnung. Praktische Grundsätze für die Erziehung (wird nicht mehr aufgelegt

<http://www.akf-bonn.de/kess-erziehen.html>

Kess-erziehen

"Geht das: Kinder erziehen ohne Schimpfen, Schreien und Ausrasten? Ohne sich in eine endlose Kette von Konflikten zu verhaken. Gelassen gar und mit ruhigen Nerven?"

Immer mehr Eltern suchen eine Antwort auf diese Frage. Elterntrainings werden daher verstärkt angeboten. Sie aber unterscheiden sich vom Ansatz und den Inhalten her sehr voneinander.

Die AKF bietet mit **Kess-erziehen** ein Elternkurskonzept an, das auf der [Individualpsychologie](#) von Alfred Adler basiert, die insbesondere von Rudolf Dreikurs auf die Erziehungssituation hin angewandt wurde.

Vermittelt werden die Fertigkeiten eines respektvollen Erziehungsstils. Im Mittelpunkt stehen dabei: Kooperation entwickeln, ermutigen, die sozialen Grundbedürfnisse achten und situationsorientiert handeln, d.h. dem Kind Wahlmöglichkeiten geben und Konsequenzen zumuten.

»Kess-erziehen« wurde im Rahmen eines Projektes der AKF in Kooperation mit dem Familienreferat im Erzb. Seelsorgeamt Freiburg entwickelt.

Konzeption: Christof Horst, Bonn (Projektleitung); Christine Kulla, Marburg;

Erika Maaß-Keibel, Fockbek; Rudolf Mazzola, Freiburg, und Regina Raulfs, Hamburg.

Was sind Inhalte des Elternkurses "Kess-erziehen"?

Der Kurs ermöglicht eine Auseinandersetzung mit und eine Orientierung an den [individualpsychologischen Prinzipien](#) der Erziehung.

Vermittelt werden die Fertigkeiten eines demokratisch-respektvollen Erziehungsstils.

Im Mittelpunkt stehen dabei: Kooperation entwickeln, ermutigen, die sozialen Grundbedürfnisse achten, Grenzen respektvoll setzen und situationsorientiert handeln, d.h. dem Kind Wahlmöglichkeiten geben und ihm die Folgen des eigenen Handelns zumuten.

Die Teilnehmenden werden zudem darin bestärkt, ihre eigenen Stärken wie die der Kinder in den Blick zu nehmen. Dadurch können Selbstachtung, Selbstvertrauen sowie partnerschaftliches und verantwortungsvolles Verhalten im Miteinander wachsen.

Im einzelnen geht der Elternkurs "Kess-erziehen" darauf ein,

- was Kinder für eine positive Entwicklung ihres Selbstwertgefühls brauchen und weshalb sie ein bestimmtes Verhalten zeigen,
- wie Eltern wirksam und kreativ mit Fehlverhalten umgehen können,
- wie Eltern im gegenseitigen Respekt Grenzen setzen können,
- wie die Beziehung gestärkt und Kooperation entwickelt werden können,
- wie Konfliktsituationen entschärft und Probleme gemeinsam gelöst werden können.

Wie ist der Elternkurs "Kess-erziehen" aufgebaut?

Der Eltern-Baiskurs umfaßt fünf Einheiten, die inhaltlich aufeinander aufbauen:

6. **Das Kind sehen** - Soziale Grundbedürfnisse achten
7. **Verhaltensweisen verstehen** - Angemessen reagieren
8. **Kinder ermutigen** - Folgen des eigenen Handelns zumuten
9. **Konflikte entschärfen** - Probleme lösen
10. **Selbständigkeit fördern** - Kooperation entwickeln

Eine Vertiefung einzelner Inhalte oder das Eingehen auf weitere inhaltliche Aspekte ist nach Absprache mit den ReferentInnen möglich.

Der Kurs ist praktisch angelegt: Impulsvorträge erläutern wichtige Inhalte. Übungen und Reflexionen ermöglichen den Eltern, Ihren Erziehungsstil mit Blick auf die individualpsychologischen Aspekte der Erziehung weiterzuentwickeln. Anregungen für zu Hause geben darüber hinaus die Möglichkeit, neu gewonnene Impulse direkt in die Praxis umsetzen und die Erfahrungen in den laufenden Kurs einbringen und reflektieren zu können.

Wo werden die Elternkurse "Kess-erziehen" angeboten?

Achten Sie bitte auf Kursausschreibungen regionaler Bildungsträger. Hierzu zählen u.a. katholische Familienbildungsstätten, Bildungswerke oder regionale wie diözesane Familienreferate.

Eine aktuelle Liste von regionalen Kontaktstellen bzw. Kess-erziehen Referentinnen / Referenten finden Sie hier:

[Alphabetische Ortsliste](#) / [Verzeichnis nach Postleitzahlen](#).

Literatur zum Kurs:

R. Dreikurs/V. Soltz, Kinder fordern uns heraus. Wie erziehen wir sie zeitgemäß?

Jane Nelsen, Kinder brauchen Ordnung. Praktische Grundsätze für die Erziehung (wird nicht mehr aufgelegt)

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wenden Sie sich dazu bitte an die Geschäftsstelle der *Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung AKF e.V.*,

Christof Horst, oder per Mail an: horst@akf-bonn.de

Was sind die Grundgedanken der Individualpsychologie?

Die Individualpsychologie wurde 1911 von Alfred Adler begründet. Sie geht von einem ganzheitlichen Verständnis der bewussten und unbewussten Handlungs- und Erlebnisweisen aus. Unteilbar, als Individuum, orientiert sich der einzelne an der äußeren Welt. Er tut dies in einer seinem Lebensstil entsprechenden Art, wobei mit "Lebensstil" eine sich über die ganze Lebenszeit eines Menschen erstreckende, langfristige Ausrichtung gemeint ist. Das konkrete Verhalten ist zielgerichtet, d.h. der einzelne versucht stets, (bewusst oder unbewusst) selbst gesetzte Ziele zu erreichen. Erst wenn man diese Ziele kennt, kann man auch das Verhalten des einzelnen verstehen.

Eines der Grundbedürfnisse und -ziele des Menschen ist es, gleichwertig einer Gruppe zuzugehören. Sein Tun und Agieren ist wesentlich darauf ausgerichtet. Das Gefühl der Zugehörigkeit hängt dabei vor allem von dem Respekt, von der Achtung und dem Vertrauen ab, das er sich selbst und das andere ihm entgegenbringen. Der Grundstein hierfür und damit auch für sozial positives oder sozial negatives Verhalten wird schon in der frühen Kindheit in der Wechselwirkung mit den Eltern und anderen Erziehern gelegt. Entscheidend ist, wieviel Ermutigung das Kind durch andere erfährt, d.h. wie sehr ihm Mut gemacht und sein Selbstvertrauen wie Selbstbewusstsein gestärkt wird.

Rudolf Dreikurs (1897-1972), einer der bedeutendsten Schüler Alfred Adlers, wandte diese Lehre insbesondere auf die Erziehungssituation an und entfaltete individualpsychologische Prinzipien der Erziehung, die er in zahlreichen Publikationen erläuterte.

Was sind Aspekte einer individualpsychologisch orientierten Erziehung?

Das Kind hat vor allem folgende soziale Grundbedürfnisse: Es will dazu gehören und sich geliebt fühlen, es will wichtig sein, sich fähig fühlen und Einfluss nehmen sowie sich sicher und geborgen fühlen können.

Wenn Kinder das Gefühl haben, ihre sozialen Grundbedürfnisse würden nicht erfüllt, versuchen sie, diese Ziele zu erreichen: Sie fordern verstärkt Aufmerksamkeit, suchen immer wieder den Machtkampf, neigen dazu, andere zu verletzen oder flüchten in eine zur Schau gestellte Unfähigkeit und Untätigkeit. Erziehung wird dann schnell zu einer täglichen nervlichen Belastungsprobe. Können Eltern hinter dem störenden Verhalten jedoch die Bedürfnisse des Kindes sehen, die diesem zugrunde liegen, können sie *situationsorientiert* angemessen und hilfreich reagieren. Sie zeigen den Kindern einerseits Wege auf, wie sie die sozialen Grundbedürfnisse befriedigen können. Andererseits setzen sie selbst bewusst andere Akzente, sodass sich die Kinder in ihren *sozialen Bedürfnisse geachtet* fühlen können. Konsequentes, *ermutigendes Handeln*, das Entwickeln von *Kooperation* und ein gekonntes Konfliktmanagement werden zu wichtigen Fertigkeiten der Erziehung. Die notwendigen Grenzen erfahren Kinder durch natürliche und logische Konsequenzen, die ihnen verantwortlich zugemutet werden.

<http://www.kinder-respektvoll-erziehen.de/METHODEN.HTM>

Die wichtigsten Methoden des Erziehungskonzeptes nach Alfred Adler und Rudolf Dreikurs

Im Mittelpunkt einer freundlichen, partnerschaftlichen Methode steht der gegenseitige Respekt.

Allen Ihren Entscheidungen und Verhaltensweisen können Sie diesen Gradmesser anlegen und sich fragen: "Bin ich dem Kinde gegenüber respektvoll, indem ich seine Bedürfnisse und Fähigkeiten beachte, es weder über- noch unterfordere, es nicht degradiere, nicht überbehüte, sondern ihm und seinen Fähigkeiten vertraue?" Und "bin ich mir gegenüber respektvoll, indem ich mit freundlicher Bestimmtheit auf die Einhaltung von Grenzen und Vereinbarungen achte, und auch meine berechtigten Anliegen Berücksichtigung finden, selbst wenn pädagogisches Handeln manche persönliche Einschränkung erfordert?"

Wenn Sie sich fragen, ob Sie den Wünschen der Kinder nachgeben müssen, weil es ja deren Bedürfnisse sein könnten, so hilft Ihnen ein Vergleich mit der Ernährung. Dem Verlangen der Kinder nach viel Süßigkeiten werden Sie nicht nachgeben, um ihre Gesundheit nicht zu gefährden. Ebenso wenig wie viel Süßes, bekommt es den Kindern, wenn wir sie verwöhnen, indem wir ihnen Dinge abnehmen, die sie selbst tun können.

Die Kenntnis der Sozialen Grundbedürfnisse, der sogenannten "irrigen Nahziele" der Kinder und eine Befähigung im Umgang mit gewaltfreien Methoden ermöglicht einen respektvollen Umgang mit Kindern auch in kritischen Situationen.

Hierzu das Wichtigste in Kürze:

Als soziale Wesen und zur Stärkung ihres Selbstbewusstseins benötigen Kinder die Erfüllung der **sozialen Grundbedürfnisse**:

1. **Kinder brauchen das Gefühl, dazuzugehören und geliebt zu sein**, unabhängig von ihrem Verhalten.
2. Kinder brauchen **das Gefühl, fähig und wirkmächtig zu sein, Bedeutung zu haben und wichtig zu sein**.
3. Sie brauchen **das Gefühl, wertgeschätzt und fair behandelt zu werden**.
4. Kinder brauchen **das Gefühl, geborgen und sicher zu sein**, sodass sie keine Angst haben müssen vor Kontrolle, Degradierung und vor Gewalt. Das gibt ihnen, **Mut etwas zu wagen** und Misserfolge zu verkraften.

Wenn Kinder nicht spüren, dass ihre sozialen Grundbedürfnisse erfüllt werden, versuchen sie mit ungeeigneten Mitteln, diese Ziele zu erreichen. Das sind ebenfalls vier, die sogenannten

“Irrigen Nahziele“ :

1. **Unangemessene Aufmerksamkeit fordern oder Bedienung verlangen**, um Zuwendung zu bekommen;
2. **Macht und Überlegenheit anstreben**, bzw. keine Macht über sich dulden, um sich bedeutungsvoll zu fühlen, z.B. durch Angeben, Trotzen, Lügen;
3. **Vergeltung suchen, Rache planen**. Rached Gedanken entstehen, wenn Menschen sich gekränkt und ungerecht behandelt fühlen. Ihr Selbstwertgefühl ist verletzt. Sie entwickeln Hass, wollen sich rächen und andere ebenfalls verletzen. Sie sind misstrauisch und feindselig, um sich vor weiteren Kränkungen zu schützen.
4. **Rückzug, Unfähigkeit zur Schau stellen**, um sich Enttäuschungen zu ersparen, etwas nicht zu können und sich minderwertig zu fühlen.

Es gibt Schlüssel, die irrigen Nahziele der Kinder zu erkennen und ganz bestimmte Verhaltensweisen, wie Sie angemessen auf das jeweilig angestrebte Ziel reagieren können. Nutzlos und aufreibend ist es, sich in impulsiv auftauchende Gefühle wie Ärger, Bedrohung, Wut oder Enttäuschung über das Kind hineinzusteigern. Fehlverhalten eines Kindes ist immer Ausdruck eines unbefriedigten Grundbedürfnisses. Zunächst gilt es eine **pädagogische Haltung** zu gewinnen und sich auf die Bedürfnisse des Kindes zu besinnen. **Die grundsätzlichen Hilfen sind: Verständnis entgegenbringen, Respekt, Wertschätzung, Ermutigung und Miteinbeziehung**. Die geeigneten Methoden sind jedoch sehr unterschiedlich und müssen auf das jeweilige Fehlverhalten bezogen werden. Wie das funktioniert, finden Sie bei [Kess-erziehen](#), [Nelsen](#), [Dreikurs u.a.](#) Auch das *empfindsame* Zuhören hilft Ihnen weiter (s. Emotionale Intelligenz).

Wenn Ihnen die Zusammenhänge klar geworden sind, werden Sie mit Erstaunen feststellen, welche Bedeutung die sozialen Grundbedürfnisse auch für Erwachsene haben und wie diese, im Falle der Nichterfüllung, ebenfalls irrtümliche Ziele anstreben. Auf einmal entdecken Sie an sich selbst ähnliche Verhaltensmuster, dass Sie z.B. im Falle einer vermeintlichen Kränkung, die Person zurückverletzen wollen, nach dem Motto: *Wie du mir, so ich dir*. Oder Sie können gekränkte Eitelkeit und Hass im Bekanntenkreis verstehen. Plötzlich wird ihnen das Verhalten von irrational handelnden machtgerigen Politikern oder gar Despoten klar, wenn sie erfahren, wie diese in ihrer Kindheit degradiert, verkannt oder misshandelt wurden.

Diese Erkenntnisse machen deutlich, wie sehr es auf die richtige Erziehung ankommt, ja, das verletzender Streit und Kriege überflüssig werden, wenn die Menschheit es lernt, Kinder respektvoll zu behandeln.

Geschwisterposition des Kindes

Ob das Kind Einzelkind, erstgeborenes, mittleres oder jüngstes Kind ist, hat, neben seiner individuellen Veranlagung, einen großen Einfluss auf das, was das Kind in seiner Position für erstrebenswert hält. So wird z.B. das Zweitgeborene eine andere „Karriere“ anstreben als das Erstgeborene, wenn dieses viel Anerkennung für seine intellektuellen Leistungen, Fleiß, Ordnung und Sauberkeit erhält. Da das zweite Kind ja zunächst alles weniger gut kann, tritt es nicht in Konkurrenz zum Geschwister, um nicht entmutigt zu werden. Vielleicht wird es handwerkliches Geschick entwickeln, wenn es dafür Zuwendung erhält. Wird das Ältere von den Eltern ihm in Punkto Ordnung, Fleiß und Sauberkeit als Vorbild hingestellt, so ist das meistens kein Anreiz für das Jüngere, wirkt vielmehr entmutigend, doch nie so perfekt werden zu können, so dass dem Kinde Mühegabe zwecklos erscheint.

Natürlich gibt es vielfältige Variationen bei Geschwistern, denn Kinder sind Individuen und Eltern auch mit ihrer eigenen Sozialisation, ihrem Lebensstil, ihren Zielen für das jeweilige Kind und ihren Reaktionen auf dessen biologische Ausstattung, seine Gesundheit und das kindliche Verhalten.

Ermutigung

Wie die Luft zum Atmen so brauchen Kinder Ermutigung.

Wohl besitzen Kinder von Geburt an die Fähigkeit, sich selbst zu ermutigen für jede Fertigkeit, die sie entwickeln und für jeden Erfolg, den sie aus eigener Kraft erreichen ([Pikler](#)). Bedauerlicher Weise stören wir dieses harmonische Reifen schon sehr früh, indem wir die Selbstständigkeitsbestrebungen oft unnötig unterbinden, weil wir nicht auf die Lernprozesse der Kinder achten, alles viel schneller erledigen können oder die Entwicklung beschleunigen wollen z.B. beim Laufen lernen, der Sauberkeitserziehung u.a.m. Oder wir haben das Kleinkind daran gewöhnt, dass es Zuwendung bekommt, wenn es unserem Amusement dient. Damit halten wir das Kind unselbständig und machen es abhängig von uns, so dass es auf unsere Ermutigung angewiesen ist.

Ein Kind jedoch, das vom ersten Lebenstag an unseren Respekt erfährt, entwickelt durch sein eigenständiges Tun, bei dem es sich als Urheber von Erfolgen erfährt, ein starkes Selbstbewusstsein, ermutigt sich selbst und kann Enttäuschungen verkraften. Dieser, mit dem ersten Lebenstag beginnende Selbstlern- und Selbst- Ermutigungsprozess wird für jeden sichtbar beim Laufen Lernen, wenn das Kleinkind, trotz häufigen Hinfallens, immer wieder fröhlich aufsteht, um Standfestigkeit und Schritte zu üben. ([Pikler](#)).

Bisher jedoch werden in unserer Gesellschaft die Kinder schon im zarten Alter durch den unbewussten oder selbtherrlichen Umgang der Erwachsenen vielfach entmutigt. Durch die feinen Signale, die Eltern aussenden, werden sie in bestimmte Richtungen gedrängt, die sie von ihren eigenständigen Lernprozessen ablenken. ([Dornes, Der kompetente Säugling.](#)) Das macht die Kinder abhängig und der Ermutigung bedürftig.

Ermutigung ist etwas anderes als Lob. Es ist ein Unterschied, ob ich sage: „Du bist ein tüchtiges Kind!“ oder: „Die geputzten Wasserhähne glänzen richtig!“ Im ersten Fall mache ich das Kind von meinem Urteil abhängig, beschäme es

vielleicht sogar. Im zweiten Fall lenke ich seine Aufmerksamkeit auf die Tat, und das dem Kind gelungene Werk kann ihm selbst als Ansporn dienen. ([Nelsen u.a.](#))

Grenzen setzen und einhalten

Grenzen machen ein friedliches Zusammenleben in einer Gemeinschaft möglich. Sie setzen den Rahmen und geben Sicherheit. Tiere, die instinktgesteuert sind, „wissen“ vieles automatisch, was ihnen selbst bekömmlich ist. Je höher die Spezies entwickelt ist, desto mehr Unterweisung durch ihre Eltern benötigen die heranwachsenden Jungtiere. Tiereltern setzen dem Neugierverhalten, dem Spieltrieb und der Bequemlichkeit des Nachwuchses Grenzen, wenn es seine Sicherheit, seinen Fortschritt und das elterliche Ruhebedürfnis erfordern.

Der Mensch ist nur geringfügig instinktgesteuert und hat viele Freiheiten, die er jedoch lernen muss, richtig zu nutzen. Erstaunlicher Weise verfügt der Säugling zunächst über weit größere Fähigkeiten, sich selbst zu steuern, als Erwachsene ihm bisher zugetraut haben. Obwohl Babys intensiv mit der Beobachtung und Steuerung der inneren Vorgänge und der Erkundung und Eroberung der Umgebung beschäftigt sind, so sind sie dennoch von Anbeginn an zu Anpassungsleistungen in der Lage.

Schon der Säugling kann lernen, auf das Gestillt werden ein wenig zu warten, wenn ihm das in freundlicher, zusehernder Weise mitgeteilt wird und er Erfahrungen der Verlässlichkeit macht. Der Bewegungs- und Forschungsdrang der Kleinkinder macht es erforderlich, ihnen eine geeignete Umgebung zur Verfügung zu stellen und diese zu ihrem eigenen Schutz und zum Schutz anderer zu begrenzen. Mit zunehmendem Alter und dem Entwicklungsstand der Kinder entsprechend, sind Angebote und Freiräume zu erweitern.

Es ist die Aufgabe der Erziehungsberechtigten, abzuwägen, was für kleine Kinder gut und erforderlich ist, was ihnen zuzumuten ist und welche Grenzen, Regeln und Rituale notwendig und hilfreich sind. Basiserfahrungen mit festen Strukturen vermitteln den Kindern Orientierung und ermöglichen es später, sie allmählich mit zu beteiligen, wenn altersgemäß Veränderungen angebracht sind.

Daraus ergeben sich wichtige Fragen:

1. [Was ist für das Kind bekömmlich und was ist notwendig, damit es das Leben meistern kann?](#)
2. [Was ist erforderlich, damit das Kind in der Gemeinschaft zurecht kommt?](#)
3. [Welche Leitlinien sind sinnvoll?](#)
4. [Wie werden Regeln und Grenzen vermittelt und eingehalten?](#)

Was dem Körper, dem Geist und der Seele von Kindern bekömmlich ist, dieses Wissen müssen Eltern, Erzieher und Lehrer sich aneignen, um ihren pflegerischen und Bildungsaufgaben gerecht zu werden. Kenntnisse über Gesundheit, Krankheit, Ernährungsbedarf und Leistungsfähigkeit sind wichtig, um Kinder weder zu unterfordern, noch zu überfordern, noch ihnen Schaden zuzufügen, sondern ihnen altersentsprechend die richtige „Kost“ anzubieten.

Ohne Gemeinschaft ist der Mensch nicht lebensfähig, weswegen sein Verhalten von Anbeginn an auf andere Menschen hin ausgerichtet ist, um deren Zuwendung zu erhalten. Er muss jedoch schon früh lernen, dass er nicht das einzige Wesen ist, das Bedürfnisse hat, sondern dass andere Menschen auch Bedürfnisse haben, sodass diese aufeinander abzustimmen sind und man auf einander Rücksicht nehmen muss, damit es allen gut geht.

Doch welche Leitlinien und Grenzen sind erforderlich?. In der autoritären Gesellschaft war das einfach. Die Autoritäten legten die Richtlinien fest und sorgten mit Druck und Strafen für deren Einhaltung. Die antiautoritäre Bewegung verzichtete auf Grenzsetzung und landete im Chaos. In der demokratischen Gesellschaft müssen die Grenzen flexibel gehandhabt und den Umständen entsprechend, sowie dem Entwicklungsstand der Kinder angepasst werden.

Werte und Normen, Bräuche und Regeln, sowie Tabus sorgen in den Gesellschaften dafür, dass nicht jede Generation von vorne anfangen muss. Je mehr jedoch Überkommenes über Bord geworfen wird und Begrenzungen fallen, desto schwieriger ist es für die Erziehungsberechtigten, Kindern Leitlinien zu geben.

In dieser Umbruchphase befindet sich unserer Gesellschaft. Wie problematisch es ist, mit großen Freiräumen umzugehen, haben Ostdeutsche erlebt, als für sie nach der Wende plötzlich viele Bestimmungen und Regeln wegfielen, die ihnen vorher Halt gegeben hatten. So erging es einer jungen Ostdeutschen, die in den Westen kam und sich durch die große Freiheit so überfordert fühlte, dass sie an Suizid dachte.

Wie viel mehr benötigen Kinder Halt gebende Grenzen, die ihnen Sicherheit und Geborgenheit vermitteln. Erst Schritt für Schritt können sie lernen, mit größerer Freiheit umzugehen und ihrem Leben zukunftsorientiert Ziele zu setzen und diese verantwortungsvoll anzustreben.

Die einzelnen Entwicklungsphasen der Kinder, nach Montessori die sensiblen Perioden, sind die geeignete Richtschnur, aus ihnen Beschränkungen abzuleiten:

Das Auftauchen der ersten Scheidezähne verrät, dass es Zeit ist, dem Säugling feste Nahrung anzubieten. Überlegungen über die zum Wachstum notwendigen Nährstoffe, Vitamine, Ballaststoffe usw. legen eine gesunde Kost nahe, anstelle von Fastfood und Süßigkeiten.

Die Bedeutung von ausreichendem Schlaf für Gesundheit und Wohlergehen von Kindern erfordert es, den Tagesablauf so zu gestalten, dass für rechtzeitiges Zu-Bett-Gehen gesorgt wird.

Der Bewegungsdrang der Kinder deutet auf die Notwendigkeit, Kindern ausreichend Gelegenheit zur Bewegung, möglichst im Freien, zu geben, statt sie stundenlang im Auto zu kutschieren oder fernsehen zu lassen. Außerdem ist bekannt, dass Bewegungsmangel die Rechenfertigkeit von Schulkindern erheblich beeinträchtigt.

Das Wissen um die größere Verletzlichkeit eines im Wachsen begriffenen Organismus verbietet Tabakkonsum, Alkohol und Drogen für Kinder und Jugendliche.

Erkenntnisse über die modellhafte Wirkung von Gewalt erfordern es, den Nachwuchs vor dem Betrachten von Gewaltscenen zu schützen.

Diese Liste notwendiger Begrenzungen lässt sich beliebig erweitern, wenn wir unserer Verantwortung dem Nachwuchs gegenüber ernst nehmen und die dazu notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten erwerben.

Versäumen Eltern und Pädagogen es, altersgemäß Grenzen zu setzen, so überlassen sie die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen unkontrollierten Einflüssen. In einem Vakuum der Unsicherheit nehmen diese sich beliebige Freiheiten heraus. Mit zunehmendem Alter sind sie dann immer weniger bereit und fähig, für ihre eigene Gesundheit und Bildung Anstrengungen und Einschränkungen durchzuhalten, auf andere Rücksicht zu nehmen und Beiträge für die Gemeinschaft zu leisten.

Sie haben keine Frustrationstoleranz entwickelt. Sie pochen darauf, das zu tun, was ihnen viele Erwachsene und vor allem die Medien vorgaukeln, dass man ein Recht hat, nach dem Lustprinzip zu leben. Diese jungen Menschen scheinen sich in der Spaßgesellschaft zu amüsieren. Tatsächlich langweilen sie sich oft und verspielen ihre eigene Zukunft. Sinnvolle Beschäftigungen haben sie nicht gelernt.

Wer für seine Kinder das Beste will, muss die Konsequenzen ziehen und Kindern Grenzen setzen. Je mehr wir uns von der Notwendigkeit der Grenzsetzung überzeugen, desto einfacher ist die Umsetzung. Wenn z.B. ein Fernzug oder ein Flugzeug erreicht werden muss, so entfallen zermürbende Debatten über das, was notwendiger Weise getan werden muss. Eine Vereinfachung ist durch feste Grenzen auch im normalen Alltag möglich.

Zunächst muss klar sein, welche Beschränkungen und Forderungen wichtig sind, s.o. Wenn es z.B. der Mutter wichtig ist, dass für den wöchentlichen Hausputz die Kinderzimmer aufgeräumt sein müssen, damit der Fußboden für das Staubsaugen frei zugänglich ist, so wird über die Regel „Fußboden frei“ nicht diskutiert. Vielmehr wird die Mutter mit den Kindern überlegen, welche Ordnung für jeden in seinem Zimmer hilfreich ist, und wieviel Zeit er/sie dafür vermutlich benötigen wird. Häufig überschätzen Eltern die Fähigkeiten ungeübter Kinder und sind dann enttäuscht, wenn das Ergebnis nicht ihren Erwartungen entspricht. Kritik der Eltern entmutigt die Kinder, die vielleicht ihr Bestes getan hatten. Dann geben beide Seiten auf. Die Kinder haben die Lust verloren und die Eltern stöhnen, weil die Mehrarbeit an ihnen hängen bleibt. Eine gemeinsame Besinnung auf den Fehlschlag und neuerliche Versuche, unterstützt vom Vertrauen der Eltern, kann allmählich zu den gewünschten Erfolgen führen. Ein wöchentlicher Familienrat ist besser als ständige Unzufriedenheit und Nörgeleien.

Umgang mit dem eigenen Lebensstil und dem der Kinder

Der Wunsch, die richtige Erziehungsmethode anzuwenden, reicht in vielen Fällen nicht aus. Möglicher Weise gibt es unbewusste Hindernisse. Ihr eigener Lebensstil und ihre automatisch ablaufenden Verhaltensmuster können Ihnen im Wege sein. Scheuen Sie sich nicht, problematisches Verhalten zu ergründen und individualpsychologische BeraterInnen oder PsychotherapeutInnen aufzusuchen.

Das Ermutigende bei Beratung und Therapie nach Alfred Adler ist das Wissen um die unbewusste Entwicklung des Lebensstiles in früher Kindheit. Um sich in der komplizierten Welt zu orientieren und einen sicheren Stand zu gewinnen, hat das Vier- bis Sechsjährige seine eigene Sichtweise und Interpretation der Dinge, seine sogenannte private Logik, entwickelt. Auf Grund seiner Erfahrungen in den ersten Lebensjahren weiß es, was es von Ereignissen zu halten hat und wie es erfolgversprechend auf seine Umwelt, vorrangig auf seine Eltern, reagieren und einwirken kann. Entsprechend seiner individuellen Persönlichkeit hat es sich für seinen Lebensstil entschieden. So mag z.B. die Fünfjährige nach vielen Versuchen herausgefunden haben, dass sie sich durch Anpassung vor dem Zorn und der Strafe der Eltern schützen kann. Das zur Gewohnheit gewordene Ja-Sagen, mit dem Ziel, andere freundlich zu stimmen, führt jedoch zu inneren Konflikten und kann Depressionen bewirken. Der sechsjährige Bruder mag sich in der gleichen Familie, trotz unangenehmer Strafen, für renitentes Verhalten entschieden haben und die Bewunderung seiner Kumpels genießen. Bei Konflikten in der Schule und später im Beruf, sowie im Bekanntenkreis wird er vermutlich anderen die Schuld geben. Erst die Aufdeckung seines unbewussten Lebensplanes hilft ihm, seine Verhaltensweisen kritisch zu hinterfragen und zu verändern.

Das Erkennen des Lebensstiles und der unbewussten Motive, die das eigene Handeln bis in die Gegenwart bestimmen, sowie der respektvolle Umgang mit der damaligen Entscheidung des Kindes, entlastet den Heranwachsenden und auch dessen Eltern von Schuldzuweisungen.

Wie stark der Lebensstil der Eltern sich beim Umgang mit ihrem Nachwuchs auswirkt, wird an zwei Beispielen deutlich: Eine in ihrer Kindheit überbehütete Mutter wird ihren Kinder wenig zutrauen und ihre Entdeckerfreude unnötig begrenzen. Ein Vater, der am Lesen von Büchern und dem Besuch weiterführender Schulen gehindert wurde, neigt evtl. dazu, seine Kinder mit schulischen Leistungen zu sehr unter Druck zu setzen.

Die Unterstützung durch BeraterInnen oder TherapeutInnen, besonders in Gruppen, wie Adlerinstitute und die ICASSI – Sommerschule sie regelmäßig anbieten, erspart Enttäuschungen bei Selbstversuchen. Das gilt besonders für Eltern, die in ihrer Kindheit, oder auch später, traumatisiert worden sind. Sie übertragen ihre unbewussten Phantasien und Konflikte auf ihre Kinder und behindern deren Entwicklung. Ihnen kann eine Psychotherapie helfen - evt. die spezielle Traumatherapie-Methode EMDR. (Dornes: Der kompetente Säugling, S.207. ff, <www.EMDR.de>).

Der Umgang mit dem Lebensstil von Kindern erfordert, neben der kritischen Reflexion der eigenen Motive und Verhaltensweisen, Kenntnisse über die unbewussten Vorgänge im Kind und deren behutsames Aufdecken. Die dazu notwendige Befähigung kann über die angegebenen Schulungen erworben werden.

Natürliche und logische Folgen statt Strafen

Strafen sind weit verbreitete Erziehungsmethoden, weil sie scheinbar schnell wirken. Die Nachteile sind jedoch gravierend: Sie untergraben eine gute Beziehung, verbreiten Angst und verführen Kinder, sich schlaue Wege auszudenken, um Strafen zu entgehen oder sich ein dickes Fell anzuschaffen. Bestrafte Kinder wälzen die Schuld auf andere ab, lügen, rächen sich usw., vor allem aber lernen sie durch Strafen kein sinnvolles Verhalten, was ja wohl der eigentliche Zweck sein sollte.

Logische, sowie natürliche Folgen dagegen helfen den Kindern, Verantwortung für ihr Tun und Lassen zu übernehmen, denn sie erfahren die Konsequenzen ihres Verhaltens. Natürliche Folgen erlebt jeder, der ohne Schirm im Regen geht. Bei logischen Konsequenzen sind bestimmte Regeln zu beachten:

Die logischen Folgen müssen angemessen, mit der Tat verknüpft und respektvoll sein. Von einem Kinde, das ½ Stunde zu spät zum Unterricht kommt, zu verlangen, dass es den Schulhof reinigt, ist eine unangemessene, nicht verknüpfte und nicht respektvolle Strafe. Eine logische Konsequenz wäre, das Versäumte nach Schulschluss nachholen zu lassen. Wenn Kindern von vorne herein bekannt ist, welche Folgen abweichendes Verhalten hat, so können sie selbst entscheiden, ob sie die Konsequenzen in Kauf nehmen wollen. Moralpredigten, oder die Genugtuung: „Habe ich dir das nicht gleich gesagt!“ erübrigen sich. Noch besser ist es, wenn Kinder beim Festlegen der logischen Folgen mitbeteiligt werden, weil ihnen dann die Einhaltung der Abmachung wichtig ist. Vereinbarungen werden am besten im regelmäßigen Familienrat und Klassenrat getroffen.

Der Familienrat nach Jane Nelsen

„Halten Sie Familienkonferenzen ab, um Probleme gemeinsam und mit Respekt vor einander zu bewältigen. Sie sind der Schlüssel für eine liebevolle Familienatmosphäre, die den Kindern hilft, Selbstdisziplin, Verantwortungsgefühl, Gemeinschaftsgeist und die Fähigkeit, Probleme zu lösen, zu entwickeln.“

Ein angenehmer Rahmen, eine freundliche Atmosphäre, die gegenseitige Wertschätzung stehen am Anfang jedes Treffens, machen den Familienrat zu einem schönen und wichtigen Familienereignis. Obwohl ihm eine hohe Bedeutung zukommt, sollte eine Familie erst damit beginnen, wenn sie sich mit den Methoden von Adler und Dreikurs vertraut gemacht hat. Sonst sind Enttäuschungen vorprogrammiert. Deshalb wird hier auf Details verzichtet. Diese sind durch das Studium der angegebenen Fachliteratur und durch Seminare zu erwerben.

Der Klassenrat, bzw. Gruppenrat im Kindergarten, funktioniert nach ähnlichen Regeln wie der Familienrat. Er sollte ebenfalls erst nach eingehender Kenntnis individualpsychologischer Methoden abgehalten werden. Die Mitteilung mancher Schulen, die bereits regelmäßig Klassenrat abhalten, ist noch keine Gewähr dafür, dass es für jedes Kind eine Ermutigung bedeutet, und dass das Gemeinschaftsgefühl aller gestärkt wird, was der Sinn des Klassenrats ist.

Die Entwicklung von Gemeinsinn, das Fundament der Demokratie, ist ein wichtiges Erziehungsziel, das sich u.a. über regelmäßig durchgeführte Familien- und Klassenkonferenzen erreichen lässt.

Gemeinsinn zu leben bedeutet, Beiträge zur Gemeinschaft selbstverständlich beizusteuern, sich in andere hineinzusetzen und die Beiträge anderer zu würdigen. Gemeinschaftsgefühl fördert eine gute Familien- und Klassenatmosphäre und beugt Eifersucht und ungesundem Ehrgeiz vor. Es steigert das Selbstwertgefühl der Einzelnen. Nicht zu unterschätzen ist die lebenssinngebende Bedeutung des Solidarbewusstseins, wenn von klein auf an Interesse und Engagement nicht nur für die engsten Kreise von Familie und Schulklasse, sondern darüber hinaus für Umwelt und Gesellschaft in kosmischen Zusammenhängen gefördert wird. Das ist der beste Schutz für Krisenzeiten und auch im Alter vor Empfindungen der Leere und Sinnlosigkeit und damit vor Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen.

Wir hoffen, Ihre Neugier und Ihren Mut geweckt zu haben, sich intensiv mit der respektvollen Erziehung nach Alfred Adler und Rudolf Dreikurs zu beschäftigen.

Literatur (eine Auswahl):

- **Alfred Adler:**
 - Der Sinn des Lebens, Fischer
 - Individualpsychologie in der Schule, Fischer
- **Betty Lou Bettner** u.a.: Kindern eine Chance geben. Mosaik Verlag

- **Reinhard Brunner** u.a.: Wörterbuch der Individualpsychologie.
- Don Dinkmeyer u.a. step elternhandbuch grundkurs, Beust
- **Martin Dornes**: Der kompetente Säugling. Fischer
- **Rudolf Dreikurs** u.a.:
 - Kinder fordern uns heraus. Klett-Kotta
 - Kinder lernen aus den Folgen. TB Herder
 - Eltern und Kinder - Freunde oder Feinde? dtv
 - Lehrer und Schüler lösen Disziplinprobleme. Beltz Grüne Reihe
 - Psychologie im Klassenzimmer. Klett
- **Magda Gerber**: Dein Baby zeigt Dir den Weg. Mit Kindern wachsen Verlag.
- **Daniel Goleman**: Emotionale Intelligenz. dtv
- **Gordon, Thomas**, Familienkonferenz. Hoffmann und Campe
- **John Gottman**: Kinder brauchen emotionale Intelligenz. Diana
- **Gudrun Halbrock**:
 - Das Recht der Kinder auf erziehungsfähige Bezugspersonen. Politische Psychologie
 - Gewaltfreie Erziehung in der Demokratie. Report Psychologie 8/2000.
- **J. u. J. Kestenberg**: Kinder zeigen, was sie brauchen. Anton Pustet
- **Remo H. Largo**: Babyjahre. Piper
- **Remo H. Largo**: Kinderjahre. Piper
- **Maria Montessori**: Kinder sind anders. Klett
- **Jane Nelsen**: Kinder brauchen Ordnung. (Originaltitel: Positive Discipline) TB, Mosaik bei Goldmann
- **Mechthild Papusek**: Spiel und Kreativität. Pfeifer b.Cotta
- **Eimmi Pikler**: Friedliche Babys – zufriedene Mütter, Herder spektrum
- **Rainer Schmidt**: Die Individualpsychologie Alfred Adlers. Ein Lehrbuch, Psychologie Fischer
- **Theo Schoenaker**: Mut tut gut. RDI
- **Schwäbisch/Siems**: Anleitung zum sozialen Lernen für Paare, Gruppen und Erzieher. rororo
- **step elternhandbuch grundkurs**, Beust
- **Daniel Stern**: Tagebuch eines Säuglings.
- **Sigrid Tschöpe-Scheffler**: Elternkurse auf dem Prüfstand, Leske+Budrich, 2003.
- **Sigrid Tschöpe-Scheffler**: Fünf Säulen der Erziehung. Grünewald, 2003.
- **Katharina Zimmer**: Was mein Baby sagen will. TB, Mosaik bei Goldmann

Was bedeutet respektvoll erziehen?

Ohne Strafen und ohne autoritären Druck erziehen bedeutet nicht, die Zügel schießen zu lassen und „alle Macht den Kindern“. Vielmehr beinhaltet es den wertschätzenden Umgang mit Kindern, der auf gegenseitigem Respekt aufgebaut ist.

Einen unterstützenden Umgang mit Kindern zu praktizieren, anstelle eines unterdrückenden Erziehungsstiles, ist kein Kinderspiel, aber auch keine Utopie. Allerdings erfordert es erhebliche Anstrengungen seitens der Erwachsenen, weil die bisherige, aus der autoritären Gesellschaft stammende, Praxis noch überwiegend in Manipulation von Kindern besteht. Bei dieser „schwarzen Pädagogik“ wird Druck auf Kinder ausgeübt, und zwar nicht nur in massiver Form, sondern auch auf subtile Weise, ohne dass die Erwachsenen sich dessen bewusst sind, und oft merken sie gar nicht, wie sehr sie selbst von Kindern manipuliert werden.

Kinder überzubehüten, zu verwöhnen und schrankenlos allen ihren Wünschen nachzugehen, oder sie zu vernachlässigen ist ebenso wenig respektvoll. Die Folgen dieser Praktiken sind eine Zunahme von Fehlentwicklungen, Erziehungsschwierigkeiten und Gewalttaten.

Nachfolgend können Sie einen Einblick gewinnen in die erprobten Methoden eines respektvollen Umgangs mit Kindern sowie praktische Hinweise dazu erhalten.

Grundsätzliches zur Intelligenzförderung, Gewaltprävention, Schutz vor Depressionen und Machtkämpfen durch respektvollen Umgang mit Kindern

Intelligenzförderung

Der respektvolle Umgang mit Kindern von Anbeginn an, ist der entscheidende Faktor für die positive Entwicklung eines Menschen. Er ist die Grundlage für das persönliche Glück, den friedlichen Umgang der Menschen miteinander und die Bewahrung unseres einzigartigen Planeten Erde.

Was ist respektvoller Umgang mit einem Kinde?

Es ist die Wertschätzung der Persönlichkeit des Kindes unter Beachtung seiner Individualität, Förderung seiner Fähigkeiten, sowie die Hinführung zu Eigenverantwortung und Mitverantwortung für die Gemeinschaft.

Wieso fördert respektvoller Umgang mit Kindern, d.h. die gegenseitige Rücksichtnahme, die Entwicklung der Intelligenz und zwar sowohl der verstandesmäßigen wie der emotionalen wie der sozialen Intelligenz.

Ein Kind, das keinen respektvollen Umgang erfährt, ist mit dem Kampf um Selbstbehauptung und Abwehr von Erniedrigung derart beschäftigt, dass viele Energien emotional gebunden sind und für die sachliche Lebenserkundung und -bewältigung nicht zur Verfügung stehen. Solche fatale Entwicklung eines Kindes wird häufig erst mit der Einschulung offensichtlich. Dann erst wird erkannt, dass ein Kind, das mit Emotionen, sei es Angst, Ärger, Wut u.a. oder mit sogenannten "irrtümlichen Zielen", wie Überlegenheit und Vergeltung beschäftigt ist, sich schwer auf Sachthemen konzentrieren und den notwendigen Gemeinschaftsregeln unterordnen kann. Die nur mäßig erzielten Schulleistungen erzeugen Frust, stacheln unkontrollierte Emotionen an und stören den Klassenunterricht. Trotz ausreichender oder gar überdurchschnittlicher Intelligenz gerät ein solches Kind in eine Negativspirale, die zu Verhaltensstörungen, Depressionen und anderen Symptomen führt und die Schul-Karriere erheblich beeinträchtigt. Der Zusammenhang von respektvoller Umgang mit Kindern und der Intelligenzentwicklung in Verbindung mit der Förderung der emotionalen und sozialen Intelligenz erfordert höchste Aufmerksamkeit.

Gewaltprävention

Wieso ist respektvoller Umgang mit Kindern Gewaltprävention?

Respektvolles Verhalten schließt den achtsamen Umgang mit Gefühlen ein. Neugeborene haben ein sicheres Gespür dafür, was ihnen gut tut und was nicht. Bei Missbehagen wehren sie sich durch Schreien und Strampeln. Wenn die Eltern die Äußerungen des Säuglings berücksichtigen, erlebt dieser seine Wirkmächtigkeit. Sehr bald kann er Kooperation mit den Eltern lernen, Grenzen beachten und seine Bedürfnisse zu Gunsten einer guten Beziehung aufschieben. Jedoch nur dann, wenn das Verhalten der Eltern von Respekt geprägt ist, behält das Kind ein untrügliches Gefühl für die Wahrung seiner Intimität. In diesem Bewusstsein und mit der Anleitung durch die Eltern, sein Recht auf Intimität zu verteidigen, ist das Kind weitgehend vor Missbrauch, insbes. in seiner vertrauten Umgebung geschützt. Bekanntlich erfolgen die meisten sexuellen Übergriffe auf Kinder, mit der heute so bedrohlich ansteigenden Zahl, in der näheren Umgebung des Kindes. Die verheerenden Folgen von sexuellen Übergriffen für die Persönlichkeitsentwicklung eines Menschen wird nicht selten erst in einer Psychotherapie erkannt, wenn der Mensch im fortgeschrittenen Alter sich traut, erstmalig über diesen Vorfall zu sprechen.

Ein Kind dagegen, das nicht abgerichtet wurde, sich von anderen, und seien es Verwandte oder Freunde der Bezugspersonen, nach deren Belieben abknutschen zu lassen, das vielmehr gewohnt ist, bei Kümernissen und in Zweifelsfällen Verständnis bei den Eltern zu finden und außerdem Frustrationstoleranz gelernt hat, kann selbstbewusst Unschickliches ablehnen, statt auf Verlockungen reinzufallen.

Schutz vor Depressionen und Machtkämpfen durch Förderung von Gemeinsinn

Wieso?

Respekt bedeutet achtsamer, verantwortungsvoller Umgang mit Personen und Sachen. Alfred Adler stellt in den Mittelpunkt der Erziehung das Gemeinschaftsgefühl, den Gemeinsinn. Die Entwicklung des Gemeinsinns ist Lebenssinn stiftend und ist damit ein wirksamer Schutz gegen die in unserer Gesellschaft weit verbreiteten und zunehmend in erschreckendem Maße auch bei Kindern auftretenden Depressionen. Wertschätzende Anerkennung für Beiträge für die Gemeinschaft ist gleichzeitig ein Schutz gegen die in vielen Familien üblichen Machtkämpfe und eine Verhütung von Großmannsucht. Wenn Kinder ihre Eltern in Machtkämpfe verwickeln, so ist das die Folge von erlebter Erniedrigung und Unterdrückung, wogegen sie sich wehren. Solange den Eltern diese Wechselwirkung nicht bewusst ist, werden sie weiterhin vergeblich versuchen, zu siegen und die Beziehung verschlechtern. Nur eine veränderte Einstellung und bewährte Methoden verhindern Machtkämpfe.

Welche Methoden Eltern, Erzieher und Lehrer beim respektvollen Umgang mit Kindern helfen, finden Sie unter den verschiedenen Stichworten dieser Homepage und in der angegebenen Literatur. Es sei an dieser Stelle jedoch nachdrücklich darauf hingewiesen, dass der Besuch von Eltern-/ Erzieherkursen und Lehrerseminaren nicht durch Buchlektüre ersetzt werden kann. Kann man denn andere wichtige Berufe nur aus Büchern lernen? Und meinen Eltern im 21. Jahrhundert immer noch ohne fundierte psychologische und pädagogische Kenntnisse und Fähigkeiten auskommen zu können?.....

Mit Ihrer Entscheidung für einen Kursus liegen Sie richtig!

III. Grundbegriffe der Individualpsychologie (Alfred Adler).

Die Sozial-Psychologie von Alfred Adler beruht u.a. auf folgenden Erkenntnissen:

- im zwischenmenschlichen Bereich läuft vieles unbewusst ab. Beim Umgang mit Kindern muss ich daher Kenntnisse über die unbewussten Vorgänge in mir und im Kinde haben.
- Kinder haben soziale Grundbedürfnisse, die genau wie die körperlichen Bedürfnisse erfüllt werden müssen.
- Verhalten ist zielgerichtet. Die Ziele des kindlichen Verhaltens beruhen auf seinen Bedürfnissen, seinen Erfahrungen und seinen Schlussfolgerungen, die irrtümlich sein können. Um angemessen zu reagieren, muss ich das jeweilige Ziel erkennen und um die vier „irrtümlichen Ziele“ (s.u.) wissen.
- Kinder entwickeln im Alter von 4-6 Jahren ihren Lebensstil, den sie überwiegend bis ins Erwachsenenalter beibehalten. Darum sind die ersten Lebensjahre so entscheidend. Das Wissen um den Lebensplan des Kindes und um den eigenen erleichtert den Umgang miteinander.
- Auf Grund vielfältiger Ursachen ist die Gefahr groß, dass Kinder entmutigt werden.
- Verhinderung von Entmutigung und gekonnte Ermutigung gehören zu den unabdingbaren Notwendigkeiten in der Kindererziehung.

Aus diesen Erkenntnissen und den praktischen Erfahrungen im Umgang mit Kindern, Eltern, Erziehern und Lehrern haben Alfred Adler und Rudolf Dreikurs bereits in den Zwanziger Jahren ein Erziehungskonzept entwickelt, zunächst in Wien, mit Beginn des 3. Reiches dann in den USA, wo es bis zum heutigen Tage weite Verbreitung gefunden hat.

Kinder verstehen:

- die 4 sozialen Grundbedürfnisse kennen und beachten,
- auf die 4 „irrtümlichen Ziele“ der Kinder überlegt reagieren.

Grenzen altersgemäß setzen

- freundlich und fest sein,
- natürliche und logische Folgen klären, wirken lassen,
- sinnvollen Umgang mit Gefühlen fördern (kontrollierte Spontanität).

Ermutigen

- Kinder so annehmen, wie sie sind,
- wertschätzen,
- freundlich sein,
- Interesse zeigen,
- unterstützend fragen,
- einführend zuhören,
- Geduld haben.

Kinder zur Mitwirkung gewinnen

- das Zugehörigkeitsgefühl stärken,
- das Gemeinschaftsgefühl fördern,
- Selbständigkeit ermöglichen, von klein auf an,
(„Hilft mir, es allein zu tun!“)
- Verantwortung altersgemäß übergeben,
- Familienrat regelmäßig mit Freude durchführen,
- Im Gemeinwesen (lokal und global) mitwirken.
- Nach ethischen Werten leben: Wertschätzen des Kosmos und aller Wesen.
(Gudrun Halbrock g.halbrock@kinder-respektvoll-erziehen.de)

Eine tägliche Besinnung auf die Grundprinzipien der partnerschaftlichen Erziehung hilft Ihnen, mehr Freude mit sich und an Ihren Kindern zu haben.

Diesen Erfolg wünscht Ihnen von Herzen

Gudrun Halbrock

Förderung der emotionalen und sozialen Kompetenz

Emotionale Kompetenz ist der intelligente Umgang mit den eigenen Gefühlen. Soziale Kompetenz bezieht die Gefühle anderer mit ein. Beim EQ geht es weder ein impulsives Ausleben und Hochschaukeln von Emotionen, noch um ein Verdrängen der Gefühle. Vielmehr handelt es sich um Fähigkeiten, die erfahren, erlernt und trainiert werden müssen. Eine grundlegende Dimension ist die **emotionale Wärme**. Frau Prof. Tschöpe-Scheffler bezeichnet sie in ihrem Buch *Fünf Säulen der Erziehung* als **wahrnehmende Liebe** im Gegensatz zu einer *vereinnahmenden, blinden, überfürsorglichen Liebe*. Sie beschreibt Äußerungen der emotionalen Wärme so: *Gefühle werden gezeigt und sind zärtlich, innig, fürsorglich, mitleidend, mitsorgend, herzlich, gütig, einfühlsam*. Sie können sich äußern *durch Körperkontakt, Lächeln, eine zugewandte Haltung, Blickkontakt und Trost*. Kinder, die emotionale Wärme erfahren, fühlen sich geborgen, entwickeln Urvertrauen, können sich selbst annehmen und sind fähig, wahrnehmende Liebe

anderen zu vermitteln. Eine wunderbare, das Leben allseitig bereichernde Fähigkeit, in der eine hohe soziale Kraft innewohnt.

Aus der Fülle der Emotionen seien nachfolgend einige hervorgehoben, die im pädagogischen Alltag bedeutsam sind. Säuglinge haben ein natürliches Empfinden, was ihnen angenehm oder unangenehm ist, und entsprechend reagieren sie. Diese **naturegebene Empfindsamkeit** ist störanfällig und kann allmählich verloren gehen, wenn Kinder sich um Zuwendung bemühen müssen. Die Erwartungshaltung von Bezugspersonen, "brav" Händchen und Küsschen zu geben und zu empfangen, wann immer es den Erwachsenen passt, sowie die Tabuisierung von bestimmten Gefühlen, entsprechend der jeweiligen Familiennorm, kann verheerende Folgen zeitigen. In der BRD geht man von jährlich vierhunderttausend sexuellen Misshandlungen an Kindern aus. Bei einem von klein auf an respektvollem Umgang mit Kindern behalten diese die Fähigkeit, Unmut und Ekel zu äußern und können lernen, Übergriffe abzulehnen, sich zu wehren und sich Hilfe zu holen. Diese Stärkung des Selbstbewusstseins und Anleitung im Sich-Abgrenzen sollten Kinder so früh wie möglich, spätestens mit dem Laufen lernen, erhalten.

Auch für den Umgang mit **Angst** sind bewußte Überlegungen erforderlich. Angst, von Natur aus ein wichtiger Schutzmechanismus, wird durch Übertreibung zum Störfaktor. So sind überbesorgte Mütter ein schlechtes Modell für realistische Einschätzungen und mutige Aktivitäten. Sie fördern bei ihren Kindern entweder ängstliches - oder aus Protest- riskantes Verhalten. Zeigen Kinder jedoch ein ungewöhnliches ängstliches Verhalten, das entwicklungsmäßig nicht erklärbar ist, so ist es wichtig, diesem einfühlsam auf die Spur zu kommen. Die Voraussetzung dafür ist ein vertrauensvolles Verhältnis zu einer Bezugsperson, sodass das Kind sich ihm anvertrauen kann. Ggfs ist professionelle Hilfe erforderlich.

Etwas anderes ist der Umgang mit **Frust, Trotz** und **Wut** aber auch mit **Schmerz** und **Euphorie**. Die Psychohygiene und das Leben in einer Gemeinschaft, machen es erforderlich, dass Menschen ihre Gefühle steuern können, sich weder in Gefühle hineinsteigern und diese impulsiv (d.h. einem blinden Impuls folgend!) ausleben, noch sie ins Unbewusste verdrängen.

Die emotionale Kompetenz zeichnet sich aus durch eine situationsangemessene, souveräne Steuerung der eigenen Gefühle. Erziehungsziel ist es, durch vielfältige Übungen und Erfahrungen den bewussten Umgang mit Emotionen zu entwickeln, was schließlich spontanes, kreatives Verhalten ermöglicht.

Bereits im frühen Kleinkindalter werden Eltern/Erzieher herausgefordert, pädagogisch sinnvoll mit ausbrechenden Trotz- und Wutgefühlen umzugehen, bzw. diesen vorzubeugen. So können z.B. Kinder, bevor Trotz und Wut eskalieren, mit Freundlichkeit und Festigkeit gebeten werden, sich auf ihrem Zimmer zu beruhigen, bis sie sich wieder besser fühlen. Was ihnen hilft, sich zu beruhigen und sich gut zu fühlen, kann mit ihnen bei anderer Gelegenheit in entspannter Atmosphäre erarbeitet werden. (Nelsen).

Unverzichtbar für den Umgang mit Gefühlen ist das sogenannte aktive, d.h. **einfühlsame Zuhören**, bei dem, zunächst in Form einer Vermutung, die Gefühle und Gedanken des Kindes angesprochen und respektiert werden. In weiteren Schritten (s. weiter unten) wird ein sinnvoller Umgang mit der Situation erarbeitet.

Die weit verbreitete Behauptung, "Kinder sind grausam" stammt aus der autoritären Gesellschaft, als die Kinder durch die gängigen Erziehungsmethoden körperliche und emotionale Gewalt, sowie Missachtung erfahren, was sie an Ihnsgleichen weitergaben und an Tieren ausagierten. Tatsächlich kann man bereits bei sehr kleinen Kinder einfühlsames und liebevolles Verhalten beobachten. Wenn Kinder heutzutage andere Kinder auslachen, hänseln und misshandeln, so liegt die Befürchtung nahe, dass sie selbst entsprechende Behandlung erfahren, wenig Wertschätzung und Ermutigung erhalten und nicht zum einfühlsamen Umgang mit anderen angeregt wurden. Gerade junge Kinder sind zu empathischem Verhalten fähig und bis ins Jugendalter für ethische Werte aufgeschlossen. Gleichermaßen sollten sie ermutigt und angeleitet werden **Zivilcourage** zu üben, besonders, da es bisher kaum Vorbilder gibt.

Ein weiteres wichtiges Ziel ist die **Entwicklung von Frustrationstoleranz**. Wie wenig Kinder heute über diese Fähigkeit verfügen, wird in erschreckendem Maße deutlich an der Verbreitung von krankhaftem Übergewicht und Drogenkonsum. Nach statistischen Erhebungen sind über 60 % der jungen Bundeswehr Rekruten "drogeninfiziert", raucht bereits jeder zweite 16 jährige Schüler und jedes 5. Schulkind leidet an Übergewicht, Esssucht und deren Folgen (Gesundheitsschäden, mangelhafte Sportlichkeit, Hänseleien, Isolation). Süchtige Kinder und Jugendliche haben "gelernt" Enttäuschungen, Ärger, Kummer und Langeweile durch Essen oder Drogenkonsum zu verdrängen, statt kreative Lösungen anzustreben. Die Fähigkeit, intelligent mit Gefühlen und Wünschen umzugehen, macht Kinder dagegen stark gegenüber den Verlockungen von Drogen und anderen Scheinbefriedigungen.

Zu den Ersatzbefriedigungen, den angeblichen "Bedürfnissen" der Kinder gehören auch der weit verbreitete unkontrollierte Fernsehkonsum, sowie ausgedehnte Computerspiele, die den Kindern ein Erwachsensein vorgaukeln und ihnen kostbare Zeit der eigenständigen, kreativen Beschäftigung, des kommunikativen Umgangs mit anderen und der notwendigen körperlichen Bewegung zur gesunden, ganzheitlichen Reifung rauben. Eine mangelhaft ausgebildete Frustrationstoleranz ist in besonderem Maße ein Intelligenzhemmer. Nach Goleman trägt "die Fähigkeit, eine Gratifikation aufzuschieben,,,,,,,, unabhängig vom IQ erheblich zur intellektuellen Leistungsfähigkeit bei".

Ebenfalls intelligenzhemmend ist die Nichtbeachtung der in einer Gemeinschaft gültigen Regeln und das rücksichtslose Ausleben eigener Bedürfnisse.

Die Bedeutung der **sozialen Kompetenz** kann nicht hoch genug geschätzt werden. Noch immer befindet sich die Menschheit sozial teilweise auf der Entwicklungsstufe des Neandertalers, auf der Menschen Konflikte mit brutaler

Gewalt austragen. Ein einfühlsames Miteinander-Reden als normale Umgangsform in Gemeinschaften praktiziert, würde die Familienatmosphäre harmonisieren und Paarbeziehungen stabilisieren, statt zu Zwistigkeiten oder feindseliger Trennung führen. Kooperatives miteinander Umgehen würde darüber hinaus die wirtschaftliche Effizienz lokal und global erhöhen und Kriege überflüssig machen.

Nach Jahrtausenden der Entwicklung der verstandesmäßigen Intelligenz ist die Zeit überreif zur planmäßigen Entwicklung der emotionalen und sozialen Intelligenz.

Soziale Kompetenz ist kein Rätsel mit sieben Siegeln, das Experten vorbehalten ist, sondern eine Fähigkeit, die jeder erlernen kann und die für jeden lohnend ist, weil sie die Beziehungen im privaten, beruflichen und politischen Bereich wesentlich verbessert (Goleman, Nelsen, Schwäbisch/Siems.). Der IQ ist nur mit 20 – 30 % für den Berufs- und Lebenserfolg bedeutsam! Ein hoher EQ dagegen schafft eine fundierte Erfolgsgrundlage. Nach Henry Ford lautet das Erfolgsrezept: "Wenn es ein Geheimnis des Erfolges gibt, so ist es das: Den Standpunkt des anderen zu verstehen und die Dinge mit seinen Augen zu sehen."

Kooperation, in der Kindheit in Familie, Kindergarten und Schule geübt, wird allmählich in das Verhaltensrepertoire der Gesellschaft eingehen und diese in eine gelebte Demokratie umwandeln.

Die dazu notwendigen Fähigkeiten sollten als erstrangiges Anliegen trainiert und nicht als Lückenbüßer auf Restzeiten verschoben werden. Dazu ein konkretes Beispiel über den Umgang mit Konflikten aus dem pädagogischen Alltag:

Jane Nelsen gibt vier Schritte der Kooperation an, die nur in der richtigen Reihenfolge erfolgreich sind. Im Unterschied zu den veralteten Strategien, nämlich bei Konflikten zu schweigen, sich zu empören oder zu belehren, betont sie die Bedeutung der freundlichen und ehrlichen Anteilnahme. (a.a.O. S.95, hier verkürzt):

1. "Bringen Sie zum Ausdruck, dass Sie sich vorstellen können, wie dem Kind zumute ist. Vergewissern Sie sich mit ihm zusammen, ob Sie richtig vermutet haben.
2. Zeigen Sie Verständnis,dass Sie den Standpunkt des Kindes verstehen können.
3. Bringen Sie Ihre eigenen Gefühle und Ihren Standpunkt zum Ausdruck.....
4. Fragen Sie das Kind, ob es willens ist, mit Ihnen zusammen eine Lösung zu erarbeiten. Fragen Sie, ob es einen Vorschlag hat,..... suchen Sie sein Einverständnis."

Wenn Sie in einer Problemsituation (einer gemeinsamen oder einer ihres Kindes, ihres Partners) diese Strategie anwenden, werden Sie erstaunt über die Wirkung sein. Anstelle von Missverständnissen, Streit oder einer Eskalation, werden sich die Wogen glätten und eine Atmosphäre entstehen, die ein Lösen des Problems ermöglicht. Dieser Erfolg wird Ihnen helfen, sich in Krisen wie ein umsichtiger Steuermann zu verhalten und ihre pädagogische Kompetenz zu genießen, statt sich in eigene Emotionen oder Rechthaberei hinein zu steigern. Soziale Kompetenz wird ihr Selbstbewusstsein stärken, wenn Sie Ihren verständnisvollen Umgang mit den Kindern, dem Partner und generell in Ihrem Alltag als eine bedeutende Leistung bewerten.