

Seite 2

Neustart im Bett
Eltern tun das nur ganz selten

Seite 3

Zwischenspur beim Sprechen lernen
Die Explosion der Wörter

Seite 4

Ferien in der Sommerfrische
Die Seele baumeln lassen

Liebe Eltern,

den ganzen Tag über habe ich Lotta versorgt, gefüttert, gewickelt und bespaßt. Und dann jeden Nachmittag dasselbe Spiel: Sie hört den Schlüssel im Schloss, jauchzt vor Freude „Papa!“, rennt zur Tür und fliegt meinem Mann in die Arme.

Für die nächsten beiden Stunden bin ich abgemeldet. Vater und Tochter sitzen auf dem Teppich, spielen mit Bauklötzen, schauen Bilderbücher an und/oder balgen ausgelassen. Mich würdigt Lotta keines Blickes mehr. Und ich? Verschwinde frustriert in der Küche, wasche ab, bügele. Ich bin sauer über so viel Undankbarkeit; von früh bis spät gebe ich mir alle Mühe mit der Kleinen, gehe mit ihr zum Spielplatz und zur Spielgruppe und tröste sie, wenn sie sich weh tut, übernehme alle Arbeit und Verantwortung. Und das ist der Dank!

Gegen den Frust gönne ich mir erst einmal einen Cappuccino. Und während ich die Wärme und Süße genieße, schmilzt mein Ärger. Eigentlich ist es doch schön, dass Vater und Tochter so gut miteinander klarkommen! Warum nutze ich diese Zeit nicht für mich, für irgendetwas, wozu ich sonst nicht komme? Ich könnte ein Buch lesen oder in Ruhe eine Freundin anrufen. Später könnten wir alle drei zu Abend essen und noch eine Runde gemeinsam spielen. Ja, das klingt verlockend.

Versöhnt hole ich mir den Krimi, der seit Wochen eingeschweift im Regal wartet. Das wird ein schöner Abend!

Ihre Petra Kleinz

Petra Kleinz



WEDER BÖSE NOCH GESTÖRT

Kleine Rowdys im Sandkasten

Unter Kleinkindern herrschen raue Sitten. Sie schubsen Spielgefährten um, ziehen sie an den Haaren, nehmen ihnen Spielzeug weg. Viele Eltern sind entsetzt: Werden aus ihren Kindern später lauter Egoisten, die sich auf Kosten anderer durchsetzen?

Doch die Kleinen meinen es nicht böse. Wenn Anne Frederik im Sandkasten die Schaufel wegnimmt, dann verfolgt sie nur ein Ziel: Sie will dieses interessante Ding ausprobieren, jetzt sofort. Sie gehorcht damit einem Impuls, den die Natur ihr mitgegeben hat: ihre Umwelt zu entdecken und zu erproben, um sich darin so bald wie möglich auszukennen und behaupten zu können. Dass sie damit Frederiks Besitzer-Rechte verletzt, kommt Anne in diesem Moment nicht in den Sinn.

Manchmal will sie anderen Kindern nicht einmal irgendetwas wegnehmen, sondern „nur“ Kontakt aufnehmen, sie auf sich aufmerksam machen und vielleicht eine gemeinsame Aktivität einleiten. Doch weil Anne ihre Kraft noch nicht richtig dosieren kann, gerät ihre „Ansprache“ ungewollt

heftig. Dass sie ihren Opfern dabei wehtun könnte, ahnt sie nicht; oft erschrickt sie selbst, wenn die anderen losbrüllen.

Die vermeintlichen Sandkasten-Rowdys sind also weder „böse“ noch „verhaltensgestört“. Sie wollen nur ihren Willen durchsetzen. Allerdings fehlen ihnen dazu die angemessenen, vor allem sprachlichen Mittel; so drücken sie sich eben anders aus – eindeutig, aber leider auch sehr rabiat. Also müssen die Eltern eingreifen und ihnen ruhig klar machen: „Du darfst andere nicht hauen. Das tut weh.“ Und vor allem ihnen zeigen, wie’s richtig geht: „Darf ich mal deine Schaufel haben?“

Ganz klar: Bis Anne & Co. den guten Ton im Sandkasten (und anderswo) beherrschen, müssen ihre Mütter und Väter noch mit vielen Rückfällen rechnen. Deswegen den Kontakt zu anderen Kindern zu meiden, hilft nicht weiter. Schließlich lernen Kinder soziales Verhalten nur durch den Umgang mit anderen. Und dabei erziehen sie sich gegenseitig oft viel wirkungsvoller als die Erwachsenen mit ihren Eingriffen und Predigten. ■

Eltern tun das nur ganz selten

Okay: Dass die Geburt eines Babys die Lust seiner Eltern auf Sex zunächst einmal bremst, darauf fühlen sich die meisten Paare nach Lektüre einschlägiger Ratgeber vorbereitet. Die Hormone, das Stillen oder ein „Trick“ der Natur, weil das Baby die Mutter jetzt mehr brauche als der Mann die Frau – was auch immer als Ursache angeführt wird, auf jeden Fall sind es die Frauen, die keinen Sex wollen, und die Männer, die deswegen frustriert sind. Stimmt das wirklich? Tatsächlich platzen auch viele Männer in dieser Zeit nicht vor Lust – sei es, weil sie ihre Frau als Mutter erleben und es ihnen schwer fällt, in diesem Bild die Geliebte wahrzunehmen, sei es, weil von ihnen als guten Vätern andere Qualitäten erwartet werden als von einem Lover. Oder weil sie sich als „Versorger“ einen Zwölf-Stunden-Arbeitstag auferlegen, nach dem das Stammhirn auf „Not-Aus“ schaltet.



Was aber, wenn die gefühlte Flaute im Ehebett länger anhält als die drei oder sechs Monate, die die Ratgeber voraussagen? Wenn sie auch nach dem Ende der Stillzeit noch andauert?

Klar, manche Babys muten ihren Eltern deutlich länger stressige Tage und gestörte Nächte mit nachfolgender chronischer Übermüdung zu. Andere wollen hartnäckig nur im Ehebett schlafen und lassen so ein entspanntes Sexualleben zur Erinnerung verkümmern. Aber liegt es wirklich nur daran? Deutet die Flaute im Bett vielleicht sogar darauf hin, dass in unserer Partnerschaft oder Ehe irgendetwas nicht mehr stimmt?

Nicht unbedingt, sagen Eheberater, womöglich stimmt sogar das Gegenteil: Manchmal lässt das Begehren aufeinander gerade deshalb nach, weil wir zu sehr von der Partnerin oder dem Partner her denken. „Ich mache es, wie ich denke, dass du es möchtest. Und wie du es möchtest, weiß ich ja aus unserer gemeinsamen Geschichte.“ Die erotische Spannung, die sich gerade auch aus Verschiedenheit und dem Unbekannten speist, geht dabei verloren.

Auch mit dem Anspruch, als Eltern ein Liebespaar mit spontaner, leidenschaftlicher Sexualität bleiben zu müssen und genau da weiterzumachen, wo sie vor der Schwangerschaft aufgehört haben, stehen sich Paare oft selbst im Weg. Als Eltern leben sie nicht

nur unter anderen Umständen, vor allem haben sich selbst weiterentwickelt – und damit auch ihre (erotischen) Bedürfnisse und Wünsche. Diese Veränderungen gilt es, jetzt gemeinsam zu erkunden.

Viele Frauen und Männer empfinden das als peinlich oder gar riskant. Von mir selbst auszugehen, sexuelle Fantasien und Wünsche offen auszusprechen – vielleicht mache ich mich damit lächerlich, oder ich mute meiner Frau, meinem Mann etwas zu, was er oder sie nicht möchte, was vielleicht sogar Angst auslöst. Dennoch: Das eigene Begehren wahrzunehmen und es sich

zuzugestehen, ist der erste Schritt; es meinen Mann, meine Frau wissen zu lassen, ist der zweite. Das ist weder egoistisch noch rücksichtslos; ein Begehren auszusprechen heißt ja noch nicht, dass ich es sofort erfüllt bekommen will. Es ist eine Einladung, nicht mehr, aber auch nicht weniger. Und: Wenn ich selbst den Mut aufbringe, meine Wünsche auch im Sexuellen offenzulegen, färbt das vielleicht auch auf meine Frau, meinen Mann ab. Sie oder er bekommt Mut, bei sich selbst genauer hinzuschauen, sich mehr zu öffnen und zu erzählen, was sie oder ihn reizen würde. Was aus Fürsorge umeinander nie ausgesprochen wurde, wird plötzlich Neuland, das gemeinsam entdeckt werden kann.

„Zum Glück findet Sexualität nicht nur im Dunkeln statt“, erklärt eine Mutter von drei Kindern. „Manchmal ist es günstiger, in einen Babysitter für einen Nachmittag zu investieren, der den Nachwuchs entführt, als abends müde im Kino Händchen zu halten.“ Während andere sich einen passenden Ort außer Haus suchen, der weder nach Windeln duftet noch durch unaufgeräumte Spielsachen die aufprickelnde Erotik ausbremst. ■

Atempause

Du bist du

Du bist du.
Du bist keine Kopie
von irgendwem.
Es gibt dich nur als Original.
Verzeih mir,
wenn ich dich manchmal
mit anderen vergleiche.
Sieh es mir nach,
dass ich von Zeit zu Zeit
Anstoß nehme
an deinen Ecken und Kanten.
Du bist eben du.
Und so – genau so –
liebe ich dich.

Ingrid Schreiner
aus: Zu Zweit.

Adventsmomente für die Partnerschaft
© Echter Verlag Würzburg 2014, S. 73

ZWISCHENSPIEL BEIM SPRECHEN LERNEN

Die Explosion der Wörter

Vor dieser Leistung kann jeder, der sich als Erwachsener einmal eine Fremdsprache anzueignen versuchte, nur erblassen. Binnen vier, fünf Jahren erlernen Kinder das komplizierte System ihrer Muttersprache mit tausenden Wörtern und hunderten Grammatik-Regeln (und fast noch mehr Ausnahmen) – ganz nebenbei, ohne dass sie oder ihre Eltern dazu irgendeinen erkennbaren Lern- und Lehraufwand treiben müssten. Gerade jetzt, in der zweiten Hälfte des zweiten Lebensjahrs, machen viele Kinder dabei rasante Fortschritte; fast täglich eignen sie sich neue Wörter an. „Vokabelspurt“ oder gar „Wortschatzexplosion“ nennen das die Sprachentwick-

lungsforscher. Und zusätzlich erarbeiten viele Kinder sich schon die ersten Kapitel Grammatik. Sie bilden zum Beispiel Mehrzahl-Formen oder sagen Mama 'laft (schläft) statt Mama 'lafen.

Allerdings legt jedes Kind dabei sein eigenes Tempo vor; manche drücken sich einstweilen besonders geschickt in Gesten statt in Worten aus. Bis zu einem Jahr liegen Vorreiter und Nachzügler in der Entwicklung manchmal auseinander, ohne dass die langsameren Kinder gleich als „verzögert“ gelten müssten. Denn viele von ihnen holen diesen Rückstand später im ICE-Tempo wieder auf.

Eltern helfen ihrem Kind dabei am besten, indem sie seine Freude am Sprechen fördern (vgl. **Das Bad in der Sprache**). Das heißt auch: auf kleinliche Korrekturen verzichten, wenn es „Fehler“ macht. Viele Eltern nutzen deshalb ganz intuitiv die Strategie der „korrigierenden Rückmeldung“: Ja, die Kühe machen Muh. Ein strenges „Das heißt nicht Kuhe, sondern Kühe“ missachtet dagegen das eigentliche Interesse des Kleinen: Es will keine Grammatik lernen, sondern etwas über Kühe. Die Sprache lernt es nebenbei – und darum umso leichter. ■



Das Bad in der Sprache

So funktioniert's:

Die Eltern...

... fassen alles in Worte, was sie mit ihrem Kind zusammen tun.

... zeigen ihm durch Fingerspiele und Klatschverse, dass Sprache Spaß macht.

... schauen mit ihm Bilderbücher mit Szenen aus seiner Alltagswelt an und sprechen mit ihm darüber.

... ermöglichen ihm viele Entdeckungen und Erfahrungen, damit es neue Wörter kennen und die Bedeutung von Ball, weich, neben und anderen Begriffen mit allen Sinnen verstehen lernt.

... imitieren mit ihm Tierlaute und andere Geräusche (smmm, brrrm). Das trainiert seine Sprechwerkzeuge.

... nennen die Dinge beim richtigen Namen. Kinderwörter wie Wauwau sind nur für Einjährige ein Fortschritt.

... fragen geduldig nach, wenn sie ihr Kleines nicht verstehen. Es soll spüren: Mama und Papa wollen mir helfen. Und nicht: Sie sind unzufrieden, weil ich nicht richtig spreche.

... verführen es mit Hand- oder Fingerspielen und kleinen Rollenspielen (Teddy füttern, Puppe baden...) zum Sprechen.

... fördern Kontakte zu gleichaltrigen und etwas älteren Kindern.

FERIEN IN DER SOMMERFRISCHE

Die Seele baumeln lassen

Ach wie war das doch vordem mit dem Baby so bequem! Seine Ferienwünsche beschränkten sich auf die gewohnte Nahrung und die Nähe der Eltern. Im Kinderwagen am Lago Maggiore fühlte es sich genauso wohl wie im Tragetuch in Wiener Museen. Kleinkinder sind da ungleich heikler.

Fast alles, was erwachsene Urlauber reizt – gewaltige Landschaften, putzige Altstädte, die Siesta am Strand – lässt sie kalt. Für sie zählen andere Kinder, das Kaninchen und das Rinnsal hinterm Haus. Und vor allem wollen sie ihre nimmermüde Bewegungslust ausleben. Viele El-

rantiert schon, dass sich Zweijährige bei fremden Babysittern wohlfühlen? Mehr Erfolg verspricht Eltern deshalb der Versuch, durch die Kinder eine andere Art Urlaub zu entdecken: Gemächlichkeit statt Action. Die Seele baumeln lassen. Zeit für einander. Wieder achtsam werden für die kleinen Wunder am Wegesrand. Mit den Augen der Kinder das Staunen vor der Schöpfung neu lernen.

Dazu müssen Familien nicht in die Karibik fliegen. Unsere Großeltern machten's vor.



tern wiederum langweilt es, auf jedem gefällten Baum herumzuklettern. Der Frust scheint programmiert.

Einen Ausweg versprechen Ferien-Angebote mit Kinderbetreuung. Aber wer ga-

Sie muteten sich keine strapaziöse Anreise zu, sondern fuhren mit Kind und Kegel „in die Sommerfrische“, die Berliner zur Ostsee, die Münchener ins Alpenvorland. Jahr für Jahr zu denselben Gastgebern, bei denen sich die Kinder zu Hause fühlten, bekannte Gesichter wiedersahen – und keine Babysitter brauchten. Kinderärzte halten diese Art Urlaub für erholsamer. Ihre Faustregel: je kleiner das Kind, desto näher das Ferienziel. Als ideal für junge Familien empfehlen sie die Mittelgebirge, Nord- und Ostsee, den südlichen Alpenraum und (in der Vor- oder Nachsaison) das Mittelmeer.

Daneben hängt der Erholungswert von Familienferien entscheidend von der Unterkunft ab.

Ferienwohnungen und -häuser gestatten ein Leben im eigenen Rhythmus und bieten Bewegungsfreiheit für die Kinder. Für Väter und Mütter bedeuten sie zwar oft

i

Familienferien

Informationen über Familienferienstätten und -dörfer gibt es beim

Katholischen Arbeitskreis für Familienerholung

Tel. 0221/29241313

www.kafe.de

Hausarbeit unter verschärften Bedingungen; sie können aber versuchen, die Kinder darin einzubeziehen und ein (Lern-)Spiel daraus zu machen. Ähnlich geht es Familien beim Camping; größere Kinder lockt dabei zusätzlich ein Hauch von Abenteuer. Anders

Familienferienstätten:

Sie entlasten Eltern weitestgehend von allen Versorgungs-Notwendigkeiten und bieten Rundum-Service plus Freizeit-Programme für Jung und Alt.

Der größte Vorzug hier wie da: Der Kontakt zu Familien mit gleichaltrigen Kindern ist ga-

rantiert. Im Kleinen funktioniert das auch, wenn befreundete Familien gemeinsam in die Ferien fahren. Dann können die Eltern ab und zu gegenseitig auf ihre Sprösslinge aufpassen und doch mal zu zweit Landschaft, Sport und/oder Kultur genießen. ■

Edelstein

Bauchküsse

Manuel, 17 Monate alt, hat ein neues Spiel entdeckt. Er steht auf dem Wickeltisch vor mir, als unsere Bäuche zufällig gegeneinanderprallen. Ich muss ihn auffangen, damit er nicht umfällt – aber nach kurzem Erschrecken lacht er begeistert auf: „Mal-mal!“ Seitdem komme ich beim Wickeln nicht unter einem Dutzend „Bauchküsschen“ davon.

Felix, 32

Impressum

Elternbriefe du + wir

Herausgeber: AKF e. V., Mainzer Str. 47, 53179 Bonn, Tel. 0228/9329795 (8-15 Uhr), info@elternbriefe.de, www.elternbriefe.de

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

Fotos: Fotolia: Denys Kurbatov (2); iStock: Nicole S. Young (1), Juanmonino (3)

Illustrationen: Renate Alf

Adressenänderungen

bitte mit Geburtsdatum des Kindes an: Einhard-Verlag GmbH, Postfach 500128, 52085 Aachen, Tel. 0241/1685-0, Fax 0241/1685-253, adresse@elternbriefe.de

1/2016