

Seite 2

Die ersten Pflichten
Zwischen Spiel und Aufgabe

Seite 3

Allein erziehen
Der unsichtbare Zweite

Seite 4

Junge Familien in der Kirche
Der liebe Gott ist überall

Liebe Eltern,

oft bin ich hingerissen von der Entdeckerfreude, mit der mein Kind sich in die Welt stürzt, und dem Stolz, mit dem es seine wachsende Geschicklichkeit und Selbstständigkeit vorführt. Und manchmal strapaziert es genau damit meine Nerven.

Ich weiß, wie wichtig das alles für die Entwicklung von Kindern ist: zu ergründen, wie die Welt funktioniert, Vorstellungen von Abläufen zu entwickeln und energisch umzusetzen, Selbst-Wirksamkeit zu erleben – und dabei auch mal mit den Eltern aneinander zu geraten. „Trotzphase“ hieß das früher. Aber könnte das nicht auch ein bisschen ruhiger ablaufen? Könnte mein Kind nicht – ab und zu – „lieber“ und folgsamer sein?

Andererseits: Will ich das wirklich – ein braves, angepasstes Kind, das alles tut, was ich vorgebe? Und womöglich später nicht nur seinen Eltern folgt, sondern auch allen möglichen anderen „Autoritäten“? Eigentlich wünschen wir uns doch Kinder, die später selbstbewusst ihr Leben in die Hand nehmen, eigene Ideen entwickeln und sich gegen unerwünschte Einflüsse oder gar Übergriffe wehren. Sollte uns das nicht die Mühe der Geduld mit den eigensinnigen Welt- und Selbst-Entdeckern wert sein?

Ihre

Elisabeth Amrhein



HAUSHALT FÜR ANFÄNGER

Ich bin schon groß!

Am liebsten würden Anderthalbjährige überall helfen: beim Putzen, Bügeln, Kochen, beim Reparieren des verstopften Waschbeckens und selbstverständlich auch beim Autowaschen. Und das schönste Spielzeug blieb unbeachtet liegen, wenn sie eine Chance sehen, den Staubsauger oder gar den Bohrschrauber in die Finger zu kriegen.

Schade nur, dass die Eltern das Hantieren ihres Sprösslings mit diesen hochinteressanten Werkzeugen so zuverlässig unterbinden! Ständig tönt es: „Geh’ weg vom Herd, sonst verbrennst du dich!“ oder „Leg’ sofort die Schere hin, die ist gefährlich!“ Und, ja, die „Hilfe“ der Kleinen erspart den Großen nur ausnahmsweise mal Zeit und Arbeit; in den allermeisten Fällen dauert es mindestens doppelt so lange, bis sie alle Socken auf den Wäscheständer gehängt haben, oder die Eltern müssen hinterher nacharbeiten, weil der Nachwuchs den Teig nicht nur gründlich geknetet, sondern dabei auch flächendeckend in der Küche verteilt hat.

Doch die Zeit, die Mütter und Väter dabei verlieren, ist gut investiert. Denn Kinder, die in ihrem Drang zur Mitarbeit ständig abgewiesen werden, verlieren früher oder später die Lust daran; der angeborene Motor, Mama und Papa nachzueifern und genauso „groß“ und tüchtig zu werden, gerät ins Stottern. Später, wenn ihre Hilfe mal wirklich gefragt ist, sind sie kaum noch dazu zu motivieren.

Sicher, manchmal geht’s nicht anders, weil Mama in großer Eile ist oder das Mittun des Sprösslings wirklich fatale Folgen haben könnte. Doch in sehr vielen Fällen können Eltern ihren Nachwuchs problemlos einbeziehen und zum Beispiel Quark rühren, Handtücher falten oder Krümel eindrehen lassen, auch wenn das Ergebnis nicht perfekt ist. Im Supermarkt schieben viele Kinder stolz ihren Mini-Einkaufswagen mit ein paar Kleinigkeiten neben Mamas großem Wagen zur Kasse. Andere lieben es, Altglas in den Container zu werfen, weil das so schön Krach macht, oder mit einer >>>

>>> kleinen Gießkanne die Blumen zu gießen, auch wenn nicht alles Wasser bei den Blumen ankommt. Wo das Hantieren des kleinen Helfers mit Originalwerkzeug (noch) zu gefährlich wäre, lässt sich mit ein wenig Fantasie vielleicht eine Ersatzlösung finden. Während die große Schwester am Herd auf einem Stuhl steht und die kochende Suppe umrührt, sitzt der kleine Bruder auf dem Fußboden und rührt mit einem Holzlöffel in einem Topf rohe Fusilli und anderes Trockenfutter ineinander. Und während Papa das neue Kellerregal montiert, darf er ein paar Schrauben in einen Holzklötzchen drehen.

Kinder, die so nach Herzenslust ausprobieren und „helfen“ dürfen, lernen dabei doppelt und dreifach. Sie trainieren Ausdauer, Konzentration und feinmotorisches Geschick, Fähigkeiten, die spätestens beim Schuleintritt gefragt sind. Nebenbei wird ihre Sprachentwicklung gefördert, wenn Mama und Papa die Arbeitsutensilien benennen und erklären, was sie damit tun. Und das Gefühl, von den Eltern ernst genommen zu werden und einen Beitrag zum Gelingen des Familienlebens zu leisten, ist Nahrung für das Selbstbewusstsein. ■

DIE ERSTEN PFLICHTEN

Zwischen Spiel und Aufgabe



Zähne putzen, Schuhe anziehen, Aufräumen: Auch für kleine Kinder gibt es schon, die lästigen Pflichten im Alltag. Warum die Großen so viel Wert darauf legen, verstehen Anderthalbjährige zwar noch nicht. Zum Glück empfinden die meisten diese Aufgaben jedoch als spannende Herausforderung und/oder als lustiges Spiel. Wenn nicht, brauchen Eltern viel Geduld und gute Nerven.

Lena zum Beispiel hat gerade entdeckt: Wenn sie beim Zähneputzen den Mund ganz fest zu-

kneift, kommt die Mama mit der Zahnbürste nicht an die Zähne. Dann wird sie nach einer Weile guten Zuredens immer nervöser und ruft den Papa zu Hilfe; der versucht, Lena zu kitzeln, damit sie den Mund aufmacht. Aber Lena lässt sich nicht überlisten; mal schau'n, was den Eltern jetzt noch einfällt! Am Ende ist Papa wütend, Lena weint, und die Zähne sind noch immer nicht geputzt.

Oder Gero. Er trödelt morgens gerne im Schlafanzug herum, als ob Sonntag wäre, spielt mit seinem Bagger und überhört die

Edelstein

Flüchtiges Glück

Gerade hat Lukas eine Kerze ausgepustet. Nach mehreren Versuchen - anfangs ziemlich feucht - hat's geklappt. Ich will mich schon abwenden, da entdecke ich die Faszination in Lukas' Augen. Die Rauchschwaden, die vom Docht aufsteigen, zaubern wunderschöne flüchtige Linien und Kurven ins Zimmer. Dann will Lukas danach greifen - und verändert durch seine Handbewegung die aufsteigenden Schwaden. Neue Formen entstehen - ein beglückendes Spiel, aus dem Augenblick geboren.

Werner, 36

Bitte aussteigen!

Auf Machtkämpfe mit ihren Kindern lassen Eltern sich besser nur ein, wenn sie eine reelle Chance sehen, sie auch zu gewinnen. Das empfehlen alle „Experten“ einhellig. Das Dumme ist nur: Bei Machtkämpfen mit ihren Kindern haben Eltern grundsätzlich schlechte Karten. Denn die Kleinen haben beim Streiten einen schier unendlich langen Atem. Bis der Klügere nachgibt ...

Auf jeden Fall brauchen Eltern also Zeit, wenn sie einen Machtkampf mit ihrem Kind durchstehen wollen. Andernfalls kommen sie bald in die missliche Lage, entweder ein Machtwort sprechen oder zurückstecken zu müssen. Im ersten Fall fühlt sich das Kind ohnmächtig (und schreit vermutlich), im zweiten Fall die Mutter oder der Vater. Und so oder so ist

die Fortsetzung des Machtkampfs bei nächster Gelegenheit programmiert.

Zweitens brauchen Eltern für einen Machtkampf gute Nerven. Wer vorher schon unter Strom steht, überlässt die Auseinandersetzung also besser dem entspannteren Partner.

Und drittens brauchen Eltern eine Ausstiegsstrategie. Zum Beispiel indem sie den Streit ins Altherne ziehen oder eine Spiel-Geschichte dazu erfinden („Wie der kleine Spatz dem Krokodil einmal die Zähne putzte“). Nicht unbedingt, um so am Ende doch ans Ziel zu kommen. Sondern mehr noch, damit das Klima zwischen Vater/Mutter und Kind sich nicht aufheizt und beide Zeit gewinnen, den Streit später in Ruhe zu lösen.

Rufe der hektischen Eltern. Bis Papa ihn unsanft aus dem Spiel reißt, ins Bad trägt und das schreiende, strampelnde Bündel wäscht und für den Weg zur Tagesmutter anzieht: „Keine Sperenzchen mehr, Gero, wir müssen los“, sagt er streng.

Früher oder später erleben alle Eltern ähnliche Szenen. Die Kleinen müssen eben erst lernen, wann Spielen und Ausprobieren angesagt ist und wann nicht. Und manchmal fehlt den Großen leider die Zeit, um das ruhig und mit Bedacht zu klären, weil (zum Beispiel) der Chef am Arbeitsplatz wartet.

Wie gehen Eltern also am besten mit solchen Herausforderungen um? Oder, noch besser: Was können sie tun, damit sie ihnen möglichst erspart bleiben?

Das wichtigste Hilfsmittel sind Regeln. Sie zeigen Kindern klipp und klar: Hier gibt's keinen Spielraum, das machen wir immer so. Zum Beispiel: „Vor dem Essen waschen wir die Hände“. Kinder akzeptieren solche Regeln umso eher,

- wenn sie einfach und verständlich formuliert sind,
- wenn es nicht zu viele sind,
- wenn die Eltern darauf bestehen ...
- ... und sich selbst daran halten.

Aber: Auch beim Durchsetzen von Regeln brauchen Eltern **Fingerspitzengefühl**. Bei übermüdeten oder kränkelnden Kindern sind Ausnahmen erlaubt.

Ein **Lob** unterstützt die Motivation der Kleinen, sie sind stolz, wenn sie etwas richtig und gut gemacht haben. **Belohnungen** heben Eltern sich dagegen besser für besondere Situationen auf, zum Beispiel für gutes Mitmachen beim Kinder- oder Zahnarzt.

Den Teddy auf seinen Stammplatz zu setzen, das schaffen Anderthalbjährige leicht. Die Aufforderung, das Kinderzimmer nach einem langen Spiel-Tag komplett aufzuräumen, würde sie dagegen hoffnungslos überfordern. Beim Einhalten vieler Regeln brauchen sie deshalb noch **Unterstützung**. Gemeinsam mit Papa macht das Aufräumen sogar Spaß, und auch Lena putzt ihre Zähne viel lieber, wenn ihre Eltern das gleichzeitig tun – und nicht erst, wenn sie längst schläft und das gute Vorbild nicht mitbekommt. ■

ALLEIN ERZIEHEN

Der unsichtbare Zweite

Manche allein erziehenden Mütter (und Väter) empfinden das als weltfremde Zumutung. Die Verletzungen, die die Trennung hinterlassen hat, sitzen noch tief, die Enttäuschung, weil der (die) andere die Verantwortung für das Kind nicht annimmt, nagt noch heftig – aber diesen Frust sollen sie einfach so wegstecken und wertschätzend von ihrer (ihrem) Ex reden, wenn das Kind nach seinem Vater oder seiner Mutter fragt?

Es führt kein Weg daran vorbei. Denn jedes Kind entdeckt früher oder später, dass es zwei Eltern hat, zum Beispiel wenn es in der Kita beobachtet, dass andere mal von ihrer Mama, mal vom Papa abgeholt werden. Und es ist wichtig für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, dass sie ihre Wurzeln kennen. Denn sie spüren sehr genau, dass in ihnen sowohl ein Stück Mama als auch ein Stück Papa steckt. Jede Abwertung des einen oder der anderen empfinden sie deshalb auch als Abwertung ihrer eigenen Person. Und es hilft auch nicht, das Thema einfach zu verschweigen. Zwar unterdrücken Kinder ihre Fragen oft selbst, wenn sie spüren, dass sie eine wunde Stelle ihrer Eltern berühren. Aber insgeheim basteln sie sich dann womöglich ein Traumbild ihres „Mondpapas“ (so der Titel eines Bilderbuchs zu diesem Thema), das der Wirklichkeit erst recht

nicht entspricht und der Mutter später, zum Beispiel in der Pubertät, umso größere Probleme macht.

Ein realistisches Bild des „abwesenden“ Elternteils wachzuhalten, fällt allerdings allein erziehenden Müttern und Vätern unterschiedlich schwer – je nach dem Grund für die Trennung und der Intensität seines Kontakts mit dem Kind. In einem Fall genügt es schon, abwertende Kommentare zu vermeiden, im anderen müssen Erzählungen und vielleicht das eine oder andere Foto aus besseren Tagen Ersatz schaffen. Gut auf jeden Fall, wenn Kinder von Anfang an erfahren, dass der abwesende Elternteil kein Tabu ist, sondern dass sie fragen dürfen und Antworten erhalten, die ihnen die Liebe zu einem oder einer Unbekannten ermöglichen. Auch wenn sie vermutlich (noch) nicht alles verstehen – sie sollen das Gefühl bekommen, trotz allem ein „Kind der Liebe“ zweier Menschen zu sein; das Wissen, „gute“ Eltern zu haben, stärkt ihre Identitätsbildung. Gut deshalb auch, wenn allein erziehende Mütter und Väter ihren Frust nicht bei den Kindern abladen, sondern anderswo verarbeiten können, zum Beispiel in Gesprächen mit den eigenen Eltern, Freundinnen und Freunden, Seelsorgern oder in einer Gesprächsgruppe im Alleinerziehenden-Treff. ■



JUNGE FAMILIEN IN DER KIRCHE

Der liebe Gott ist überall



Sonntagmorgen, die Glocken läuten. Ach ja, die Kirche. Gleich ist Gottesdienst. Wie lange waren wir eigentlich nicht mehr da?

Jeder Blick in einen all-sonntäglichen Gemeindegottesdienst bestätigt es aufs Neue: Familien mit kleinen Kindern kommen da praktisch nicht mehr vor. Das ist doch nichts für uns, denken viele. Und wenn wir uns doch mal mit dem Kleinen hintrauen, stehen wir garantiert im Mittelpunkt und werden von allen angestarrt, erst recht wenn unser Kind sich mal bewegt oder etwas lauter wird. Das tun wir uns nicht an!

Atempause

Das Schönste für ein Kind ist Sand. Ihn gibt's immer reichlich. Er rinnt unvergleichlich zärtlich durch die Hand. Weil man seine Nase behält, wenn man auf ihn fällt, ist er so weich. Kinderfinger fühlen, wenn sie in ihm wühlen, nichts und das Himmelreich.

Denn kein Kind lacht über gemahlene Macht.

Joachim Ringelwitz

Kirche ade? Blieben nur die Fragen: Kommen dann vielleicht auch meine persönlichen religiösen Bedürfnisse zu kurz? Oder der geistige Rückhalt unserer Partnerschaft? Was wünschen wir uns für die religiöse Entwicklung unserer Kinder? Welche Unterstützung erwarte ich dabei durch „Angebote“ der Gemeinde?

Fest steht: Kinder begegnen dem lieben Gott überall. Für sie ist, was wir „Gott“ nennen, auf dem Spielplatz, in der Badewanne, am Esstisch, in der Natur und überall da zu entdecken, wo sie ganz Kind sein und ihrer Neugier freien Lauf lassen dürfen. Also auch im Kirchenraum und im Gottesdienst – sofern sie sich dort einigermaßen frei bewegen können und sich nicht nur an unverstandene Abläufe anpassen müssen. Krabbelgottesdienste laden dazu ein, leider nur viel zu selten.

Zunächst und ganz elementar ist „Kirche“ für Kinder jedoch zu Hause, wenn dort „zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind“ und als Getaufte im Geiste Jesu zusammenleben. Ausdruck findet das, wenn Eltern

- mit ihren Kindern beten – am Esstisch, vor dem Einschlafen, für den erkrankten Großvater, aus Dankbarkeit für ein schönes Erlebnis ...
- das Kirchenjahr mit seinen Festen und Anlässen als Familie mitfeiern. Anregungen dazu finden sie im Internet unter www.familien234.de.

- ihren Kindern von Jesus erzählen. Geschichten spielen im Kinderalltag eine große und gute Rolle. Zwar ist die Bibel kein Kinderbuch, aber gerade manche Gleichnisse, in denen Jesus selbst seine Botschaft anschaulich verpackt, bieten schon kleinen Kindern einen guten Zugang (wie die „Vom verlorenen Schaf“ und „Vom guten Vater“).

Unterstützung bei der religiösen Bildung und Erziehung ihrer Kinder versprechen Eltern besonders die kirchlichen Kindertagesstätten. Einrichtungen, die sich zu Familienzentren weiterentwickelt haben, wenden sich mit ihren Angeboten oft auch an Familien, deren Kindern dort (noch) nicht „zu Hause“ sind.

Anregungen für ihr persönliches Wachstum im Glauben finden Eltern

- in manchen Gemeinden in Familienkreisen,
- in kirchlichen Familienbildungsstätten,
- bei Familienwochenenden, zu denen u. a. Gemeinden, die Familien- und Alleinerziehendenreferate der Bistümer, Bildungshäuser und Familienverbände einladen,
- bei (Familien-)Exerzitien und ähnlichen geistlichen Auszeiten im „wirklichen“ Leben oder per Internet (www.exerzitien.info),
- durch die „Hot Spots des Lebens“ (s. www.akf-bonn.de) und andere Initiativen zur Förderung der Spiritualität im Alltag von Familien (www.familienspiritualitaet.de). ■

Impressum

Elternbriefe du + wir
Herausgeber: AKF e. V., Mainzer Str. 47, 53179 Bonn, Tel. 0228 / 93299795 (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 (Mönchengladbach; verantwortlich)
Fotos: Panthermedia: maximkabb (1), oksun70 (2); iStock: Eugene Sergeev (4)
Illustration: 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