

**Seite 2****Loslassen /**

Vertrauen statt Software

**Seite 3****Arme Familien /**

„Das können wir uns nicht leisten“

**Seite 4****Geschwister /**

Es lebe der Unterschied!

**Liebe Eltern,**

geschafft! Der Plan für Joleens erste große Ferien steht. Bevor ich daran ging, ahnte ich nicht im Mindesten, wie viel Kopfzerbrechen und Rumtelefonieren das kosten und wie sehr ihr neuer Lebensabschnitt „Schule“ unsere eingespielten Abläufe durcheinanderwirbeln würde.

Obwohl das nur logisch ist. Um Joleen in ihren 12 Wochen Schulferien zu betreuen, müssten mein Mann und ich unseren kompletten Jahresurlaub (je sechs Wochen) investieren. Und jeder Tag Familienurlaub zu dritt würde an einem anderen eine Betreuungslücke reißen.

„Andere Eltern kriegen das auch hin“, sagte mein Mann und hängte sich ans Telefon. Und nach ein paar Tagen hatten wir genug Ideen zusammen. Eine Woche wird Joleen bei der Familie ihrer Patin verbringen, danach besuchen uns die Großeltern und kümmern sich um ihre Enkelin. Dann gibt's drei Wochen Familien- inklusive Badeferien an der Ostsee, und für die letzte Ferienwoche haben wir mit den Eltern von Joleens besten Freundinnen ein Betreuungsarrangement auf Gegenseitigkeit ausgetüftelt. Joleen findet's prima so. Wir auch – und wir wissen jetzt, dass wir ab sofort unsere Urlaubstage viel sorgfältiger und länger im Voraus planen müssen als bisher. Vielleicht, so hoffen wir, ist Joleen im nächsten Jahr ja selbstständig genug, um bei einer Kinderfreizeit mitzumachen. Dann müssen wir nur noch einen finanziell tragbaren Platz für sie finden...

Ihre

*Beate Dahmen*

Beate Dahmen



## GEGEN SEXUELLE GEWALT

**Macht die Kinder stark!**

„Mama, der Jost hat mir heute nach dem Fußball in der Dusche gezeigt, wie ich meinen Penis ganz groß zaubern kann. Das war lustig!“

Solche Erzählungen ihrer Kinder lassen bei Eltern (hoffentlich) alle Alarmglocken läuten. Wer ist Jost? Ist er gleichaltrig oder deutlich älter als unser Sohn? Fand Henrik Josts Vorführung wirklich nur lustig? Oder hat sie ihn auch überrumpelt oder erschreckt? Fühlte er sich bedrängt? Macht ihm das Erlebnis noch zu schaffen? Gut, wenn die Mutter diesen Fragen in einem einfühlsamen Gespräch mit Henrik nachgeht und aufmerksam zuhört.

Die immer wiederkehrenden Nachrichten über sexuelle Gewalt an Kindern machen Eltern große Angst. Wie können sie ihre Töchter und Söhne davor schützen?

Klar ist: Mit der früher verbreiteten Warnung „Geh' nicht mit einem Fremden mit!“ ist es nicht getan. Denn ständige Warnungen machen Angst, und Angst macht unsicher – aber gerade unsichere Kinder locken potenzielle Täter an, denen es nämlich vor

allem darum geht, sich überlegen zu fühlen und Macht auszuüben. Und: In den meisten Fällen sind die Täter nicht fremde Männer auf dem Spielplatz, sondern „gute“ Bekannte der Kinder: Eltern, Großeltern, Verwandte, Nachbarn, Sport- oder Musiklehrer, aber auch ältere Kinder oder Jugendliche. Und manchmal, ungefähr in jedem 10. bis 20. Fall, sind es auch Täterinnen.

Ob ein Kind zum Opfer wird, hängt nicht nur davon ab, ob es zur falschen Zeit am falschen Ort mit einem möglichen Täter zusammentrifft. Kinder sind auch unterschiedlich fähig, mit kritischen Situationen umzugehen. Am besten geschützt sind sie,

- wenn sie selbstsicher sind und ihren Gefühlen vertrauen – auch weil ihnen Empfindungen nicht ausgedrückt wurden („Das tut doch nicht weh.“ – „Du brauchst keine Angst zu haben.“),
- wenn sie positiv zu ihrem Körper, zu körperlichen Berührungen und ihrer (kindlichen) Sexualität stehen und frei darüber sprechen können. Dazu gehört auch, dass sie die korrekten Namen aller Körperteile kennen,

- >>> > wenn sie ihren Bezugspersonen fest vertrauen und von ihnen bei Problemen und Unsicherheiten ernst genommen werden,
- > wenn sie „emotional satt“ sind, ihre Bedürfnisse nach körperlicher Nähe und Zuwendung also in der Familie gestillt werden. Ein emotionaler „Hunger“ dagegen macht es schwer, die Zuwendung eines Erwachsenen als gut und wohltuend oder als übergriffig zu unterscheiden.

Es gilt also, Kinder stark zu machen. Das heißt: sie zu befähigen, über sich und ihren Körper selbst zu bestimmen und sich gegen unerwünschte Berührungen zu wehren. Sie haben das Recht, „Nein!“ zu sagen, sogar gegenüber den eigenen Eltern.

Wichtig ist auch: Kinder brauchen die Sicherheit, dass sie ihren Eltern alles erzählen können, ohne Angst davor, dass sie schimpfen oder ihnen böse sind. Umgekehrt brauchen ihre Eltern ein feines Ohr dafür, wenn ihren Nachwuchs irgendetwas bedrückt. Erwachsene, die in ihrer Kindheit oder Jugend selbst Opfer von sexueller Gewalt waren, sind im Rückblick oft fassungslos darüber, dass ihre Eltern und andere Vertraute das nicht bemerkt und ihre Hinweise nicht verstanden haben. Vor allem verwandte oder jedenfalls vertraute Täter stürzen die betroffenen Kinder nämlich in einen Zwiespalt, der es ihnen schwer macht, eindeutige Hinweise zu geben. Zumal die Täter sie oft einschüchtern: „Du darfst niemandem etwas

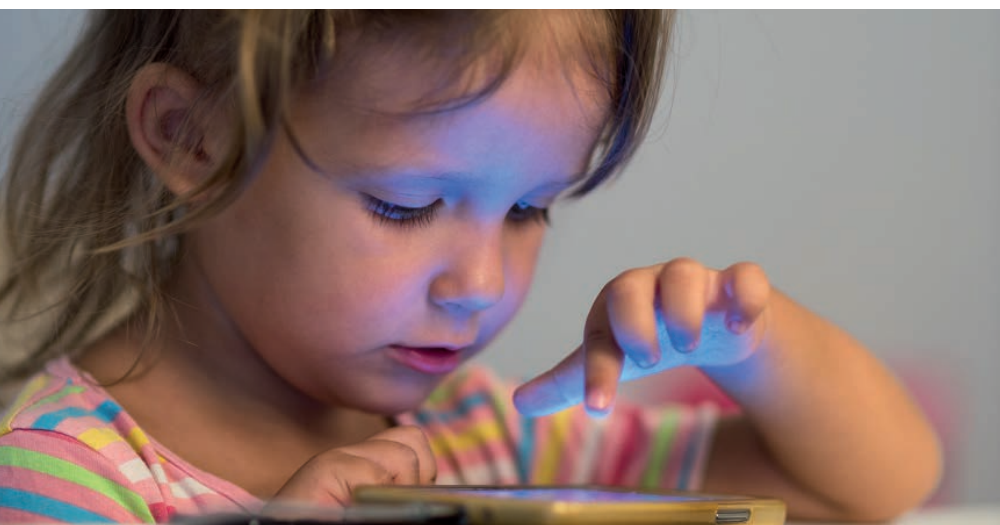
davon erzählen. Deine Mama würde das nicht überleben.“

Übrigens: Schutz vor sexuellem Missbrauch brauchen nicht nur die eigenen, sondern auch andere Kinder. Gut deshalb, wenn Eltern auch bei auffälligen Beobachtungen in ihrer Nachbarschaft nicht wegschauen, sondern handeln! ■

Mehr zur Vorbeugung gegen sexuelle Gewalt steht im **thematischen Elternbrief „Was tun gegen sexuelle Gewalt“** (Download unter [www.elternbriefe.de](http://www.elternbriefe.de)). Dort finden Eltern auch hilfreiche Adressen.

## LOSLASSEN

### Vertrauen statt Software



Es könnte ja etwas passieren! Diese Angst verfolgt viele Eltern, wann immer ihr Kind einen neuen Schritt in die Selbstständigkeit macht – jetzt ganz aktuell bei der Frage, ob es allein zur Schule gehen soll und wie es wieder nach Hause kommt. Viele Kinder möchten diese Wege gerne allein bewältigen, am liebsten zusammen mit Freundinnen. Das verspricht Spaß und einen Schub fürs Selbstbewusstsein; sich von den Eltern bringen zu lassen, wäre dagegen „baby“. Aber was ist, wenn der einstudierte Schulweg mal durch eine Baustelle verlegt ist? Der Schulbus nicht kommt? Die Schule unerwartet früh endet? Oder sonst „etwas ist“?

Wäre es dann nicht gut, wenn das Kind Mama und Papa anrufen könnte?

Immer mehr Eltern packen ihren Erstklässlern deshalb ein Smartphone in den Tornister, das viele fast entschuldigend „Notrufhandy“ nennen. Etliche Tools, mit denen die Hersteller dieser Geräte werben, gehen allerdings übers Telefonieren weit hinaus. Der GPS-Tracker kann das Kind überall orten, der „Geozaun“ schlägt Alarm, sobald es eine festgelegte Zone verlässt. Und weil Sechsjährige für viele Inhalte des World Wide Web noch nicht „reif“ sind, die das Smart-

phone zugänglich macht, gibt's auch dafür eine Kontroll-Software. Sie sperrt unerwünschte Kontakte und ermöglicht es Eltern, die Aktivitäten ihrer Kinder bei WhatsApp & Co. mitzuverfolgen – im Unsichtbar-Modus, versteht sich! Das Smartphone wird zum digitalen Bodyguard – aber können Eltern die Sicherheit ihrer Kinder wirklich mit Apps einkaufen?

Pädagoginnen und Kinderschutz-Experten bezweifeln das entschieden. Die ständige Kontrolle der Kinder, fürchten sie, könne sogar die Entwicklung der Fähigkeiten stören, die sie in heiklen Momenten wirklich schützen (**> Macht die Kinder stark!**):

- > Die Erfahrung, dass die Eltern ihnen den Schulweg offensichtlich nur begrenzt zutrauen, nagt an ihrem neuen Selbstbewusstsein als Schulkind.
- > Sie wachsen in dem Gefühl auf, ständig von Gefahren umgeben zu sein, und gewöhnen sich daran, bei allem und jedem (und sei es nur ein Streit unter Klassenkameraden) Mama oder Papa um Hilfe anzuklingeln.
- > Erst recht verletzt eine elterliche Bespitzelung per Software die Persönlichkeitsrechte der Kinder. Das klingt abstrakt, bringt aber sehr reale Risiken mit sich: Die Kinder könnten das Vertrauen in ihre Eltern verlieren.

Ja, Loslassen fällt manchmal schwer. Aber Eltern haben keine andere Wahl als sich einzugestehen: Ich habe nicht alles im Leben meines Kindes in der Hand. Ich kann das Meine gegen mögliche Gefahren tun – den Schulweg üben, das Kind notfalls begleiten, sein Selbstbewusstsein stärken ... Aber der Rest ist Vertrauen – in

den Schutzengel und die Fähigkeit meines Kindes, sich auch gegen Erwachsene zu wehren. ■

Unsere Gastautorin

**Jessica Lammerse**

ist Mutter von drei Töchtern und arbeitet als Pastoralreferentin.

## ARME FAMILIEN

### „Das können wir uns nicht leisten“

Armut: Für viele Familien und ihre Kinder ist das bittere Realität. **Steffi Ziegler** beschreibt, wie sie sich dabei fühlt.

Seitdem ich von meinem Mann getrennt lebe, ist es nicht leicht, mit den beiden Kindern finanziell über die Runden zu kommen. Ich arbeite zwar in meinem Beruf als Floristin, wegen der ungünstigen Arbeitszeiten aber nur vormittags; ich muss deshalb „aufstocken“, bekomme also einen Zuschuss zu meinem Einkommen und dem Unterhalt für die Kinder von der Arbeitsagentur. Damit kommen wir meist so gerade hin.

Was mir dabei hilft: Ich habe gelernt, ziemlich gut zu improvisieren, Schnäppchen zu suchen und zu organisieren. Vor allem bin ich erfinderisch, mit dem, was beim Discounter gerade günstig ist, leckeres und gesundes Essen zu zaubern. Emily, meine „Große“, geht in die erste Klasse, Luca besucht die Kita. Beide wissen, dass wir uns nicht alles leisten können, aber sie haben natürlich ihre Wünsche. Wie die anderen Kinder möchten sie auch gern mal einen

Hamburger essen oder ins Kino. Und oft verliebt sich Emily ausgerechnet in das teuerste Shirt ... Manchmal quengelt sie dann, und das tut mir weh. In solchen Momenten muss ich mich selbst daran erinnern: Weil ich mehr Zeit für die Kinder haben will, müssen wir eben mit weniger Geld auskommen.

Eng wird es manchmal, wenn im Monat mehrere Einladungen zum Kindergeburtstag kommen. Jedes Mal etwas besorgen, und das darf auf keinen Fall armselig aussehen. Denn das ist meine größte Angst: dass meine Kinder, dass wir als Familie abgewertet werden, weil Emily und Luca nicht immer die neuesten Sachen tragen und bei uns das Geld nicht so locker sitzt. Nicht selten liege ich deswegen abends wach, weil meine Gedanken kreisen ... Dann bin ich froh, dass ich in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und bei Wochenenden für Alleinerziehende meine Sorgen teilen kann und Ermutigung und Gemeinschaft erfahre. Das stärkt mich sehr.

Bisher haben wir meist Lösungen gefunden, obwohl längst nicht alle Wünsche erfüllt

## Atempause

### Der Kraft des Engels trauen

Trau  
dem Engel der Ehrlichkeit  
der dich auf dich selbst zurückwirft  
damit du dir und anderen  
nichts mehr vormachst  
was dir zutiefst widerspricht

Trau  
dem Engel der Leichtigkeit  
der deinen Handlungsspielraum weitet  
damit deine Kreativität wachsen kann  
und eine heilvolle Atmosphäre entsteht

Trau  
dem Engel der Beharrlichkeit  
der dein inneres Feuer nährt  
damit Solidarität und Toleranz  
spürbar werden

Trau  
dem Engel der Sinnlichkeit  
der uns zur wohlthuenden Zärtlichkeit  
berührt  
zum Genießen  
all der Früchte der Schöpfung

aus: Pierre Stütz, Der Stimme des Herzens folgen, Jahreslesebuch © 2005 Verlag Herder GmbH, Freiburg i.Br., S. 374

werden können. (Aber das geht wohl fast allen Familien so.) Manchmal gibt die Oma oder der Patenonkel einen Zuschuss zu einem besonderen Shirt, oder wir setzen es auf die Wunschliste für Weihnachten. Für manches muss auch gespart werden, und für den Klassenausflug, den Schulbedarf oder die Beiträge für den Sportverein und die Musikschule gibt's glücklicherweise Zuschüsse. Zwar fällt es mir oft nicht leicht, wieder mal so einen Antrag zu stellen, und ich muss dafür mein ganzes Selbstbewusstsein zusammennehmen. Aber mir liegt sehr daran, den Kindern das zu ermöglichen, was geht. „Das können wir uns nicht leisten!“, muss ich oft genug sagen. ■

**Steffi Ziegler** (37) lebt

mit ihren Kindern Emily (6) und Luca (3) im Ruhrgebiet.





GESCHWISTER

## Es lebe der Unterschied!

Vom ersten Tag an war Marie anders. Ihre große Schwester Valerie schlief nach elf Wochen durch – Marie dagegen kriecht noch heute, drei Jahre alt, in jeder zweiten Nacht in Mamas Bett. Wegen ihres „Theaters“ beim Füttern suchten die Eltern sogar Hilfe in einem Sozialpädiatrischen Zentrum. Und während Valerie sich in der Kita als tüchtige Stütze der Erzieherinnen erwies, probt Marie öfter den Aufstand. „Woher kommt dieser Unterschied?“, rätseln ihre Eltern. „Sie hat doch das gleiche Erbgut, wächst in der gleichen Familie auf, und wir erziehen sie genauso wie Valerie!“



Die beliebteste Erklärung war lange Zeit die „Geschwisterfolge“. Danach wächst jedes Geschwisterkind gewissermaßen in einer anderen Familie auf. Erstgeborene („Kronprinzen“) genießen bis zur Geburt des Zweiten die ungeteilte Zuwendung ihrer Eltern, müssen dann allerdings einen „Entthronungsschock“ verkraften. Den zweit- und später geborenen „Sandwichkindern“ und „Nesthäkchen“ kommt die Routine zugute, die ihre Eltern bei der Pflege und Erziehung ihrer Ältesten gesammelt haben; andererseits sind sie für Mama und Papa nicht mehr so „neu“ und spannend... Diese unterschiedlichen Ausgangspositionen, entdeckten Geschwisterforscher, beeinflussen die

Entwicklung der Kinder. Der meist genannte Unterschied: Älteste Geschwister verhalten sich konservativer, jüngere rebellischer – mit deutlichen Auswirkungen zum Beispiel für ihren Erfolg im Beruf.

Allerdings hat diese Erklärung für die Verschiedenheit von Geschwistern Grenzen. Nicht nur weil das, was statistisch für hunderte und tausende Kinder zutrifft, in meiner konkreten Familie ganz anders aussehen kann. Vor allem unterliegt die Entwicklung der Schwestern und Brüder noch anderen mächtigen Einflüssen – ihrem Geschlecht, dem Altersabstand und dem Geschick der Eltern, mit den Herausforderungen der Geburtenfolge umzugehen.

Unter Fachleuten steht deshalb inzwischen eine andere Erklärung höher im Kurs: De-Integration. Das heißt: Viele jüngere Geschwister orientieren sich eben nicht am Vorbild der großen Schwester oder des großen Bruders (was allerdings auch vorkommt!), sondern suchen sich eine unbesetzte Nische in der Familie. Sie profilieren sich zum Beispiel als Sportlerinnen, wenn die Erstgeborenen als Künstler glänzen, oder stromern bevorzugt mit Freundinnen und ihren Hunden umher, um sich von älteren Leseratten abzugrenzen. Die Suche nach einer einmaligen Rolle in der Familie soll ihnen die maximale Aufmerksamkeit der Eltern sichern – im Extremfall sogar um den Preis, lieber negativ als gar nicht aufzufallen.

Die Konsequenzen für die Eltern liegen auf der Hand. Sie fördern die Geschwister und den Frieden in der Familie am nachhaltigsten, wenn sie die Kinder nicht aneinander messen und bemüht „gleich“ erziehen, sondern genau hinschauen, was jedes einzelne für die Entwicklung seiner Talente und Vorlieben braucht. Auch wenn das manchmal unbequem ist; es erfordert halt mehr Aufwand, ein Kind zum Judo und eins zu den Pfadfindern statt beide zum gleichen Ziel zu kutschieren. ■

### Impressum

Elternbriefe du + wir  
**Herausgeber:** AKF e. V., Mainzer Str. 47, 53179 Bonn, Tel. 02 28 / 93 29 97 95 (8-15 Uhr), info@elternbriefe.de, www.elternbriefe.de  
**Redaktion:** Elisabeth Amrhein (Würzburg), Beate Dahmen (Simmern), Hubert Heeg (Bonn), Renate Holze (Essen), Franziska Kindl-Feil (Bonn), Dr. Petra Kleinz (Dortmund), Josef Pütz (Mönchengladbach; verantwortlich)  
**Hinweis:** Bei den Personenbezeichnungen in den Texten wechseln wir willkürlich zwischen der männlichen und der weiblichen Form und / oder verwenden geschlechtsneutrale Formulierungen; gemeint sind immer beide Geschlechter.  
**Fotos:** iStock: mediaphotos (1); stock.adobe.com: Anatoly Tipliyashin (2), © JackF (3)  
**Illustration:** Renate Alf (4)  
**Adressenänderungen**  
 bitte mit Geburtsdatum des Kindes an: Einhard-Verlag GmbH, Postfach 500128, 52085 Aachen, Tel. 02 41 / 16 85-0, Fax 02 41 / 16 85-253, adresse@elternbriefe.de

### Edelstein

#### Teamwork

Wir haben es gemeinsam geschafft! Die Wohnung gründlich aufgeräumt oder den Keller entrümpelt, oder den Flur frisch gestrichen. Alle helfen mit, jeder macht was er kann, und sei es „die Mannschaft“ mit Getränken, frischen Brötchen und Kuchen vom Bäcker zu versorgen. Wir sind ein Team! Wir schaffen was!