

**Seite 2****Demokratie** / In der Familie ...**Seite 3****Demokratie** / ... und in der Gesellschaft**Seite 4****Spiritualität** / Bei Tisch und beim Fußball**Seite 6****(Vor-)Pubertät** / Jonas geht 'raus**Seite 7****Rückblick und Ausblick** /  
Küsschen auf den Weg

Liebe Mütter,  
liebe Väter,

Eltern bleiben Eltern. Der Satz, der oft bei Trennungen und Scheidungen fällt, gilt auch in anderer Hinsicht. Selbst wenn die Kinder mit 18 von Gesetzes wegen erwachsen, irgendwann auch finanziell unabhängig und selbst Eltern werden – Mütter und Väter können und werden deswegen nicht aufhören, sich um ihre Töchter und Söhne inklusive Enkelinnen und Enkel Gedanken zu machen und zu sorgen.

Für uns als Redaktion der **Elternbriefe du + wir** heißt das: Einen natürlichen Zeitpunkt, uns von Ihnen zu verabschieden, gibt es nicht; jeder muss einigermäßen willkürlich erscheinen. Zumal uns bewusst ist: Wenn wir diesen Schritt heute, nach neun Jahren, 45 Briefen und etlichen Extra-Briefen trotzdem tun, dann nicht, weil wir Ihren und unseren „Job“ jetzt für erledigt hielten. Im Gegenteil: Die kommenden Jahre werden für Sie kaum weniger aufregend. Der bevorstehende Wechsel zur weiterführenden Schule bringt Kopfzerbrechen und Diskussionen mit sich, und dann stehen Eltern vor der Herausforderung, ihre Kinder in der Pubertät mehr und mehr loszulassen, ihnen aber weiterhin einen sicheren Hafen für stürmische Zeiten zu bieten. Dazu kommt, dass unsere Zeit Eltern mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Der „Megatrend“ Digitalisierung ist kaum ansatzweise verarbeitet, da rollt schon eine neue, bedrohliche Welle auf uns zu. „Um ein Kind zu erziehen, braucht es ein ganzes Dorf“, sagt ein afrikanisches Sprichwort, das auch bei uns oft zitiert wird – aber was, wenn dieses Dorf nicht von Demokratie und Nächstenliebe, sondern von populistischer



Hetze und (Fremden-)Hass geprägt ist? Wollen wir uns eine Zukunft unserer Kinder in einer Welt vorstellen, in der Sprechchöre auf Kundgebungen ungestraft das „Absaufen“ von Schiffen mit hunderten hilfeschender Menschen propagieren? Höchste Zeit also, dass wir auch in unseren Familien damit anfangen, Demokratie und christliche Werte als Grundlagen des Zusammenlebens in unserer Gesellschaft neu zu festigen (► **S. 2/3, Das Parlament am Esstisch** und **Carla, der Müll und die Demo**).

Aber: Bangemachen gilt nicht. Zum einen stellt sich das viel beschriebene „Abenteuer Pubertät“ heute nicht mehr so dramatisch dar wie früher (► **S. 6, Jonas geht ein bisschen 'raus**); zum anderen bieten eine Erziehung, die die individuelle Persönlichkeit von Kindern respektiert und ermutigt, und das bisher erarbeitete elterliche Selbstbewusstsein eine solide Grundlage, auch diese Aufgaben zuversichtlich anzugehen. Und außerdem: Niemals geht man bekanntlich so ganz – auch wenn die **Elternbriefe** auslaufen, bietet ihre „Basisstation“ bei der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung AKF weiter ihre Dienste an (► **S. 5, Weiter im Programm**).

Wir verabschieden uns von Ihnen also in dem Vertrauen, dass zum Eltern-Sein wesentlich auch das Loslassen gehört. Nicht im Sinne von „einfach laufen lassen“, sondern wie es ein berühmtes Gelassenheitsgebet ausdrückt:

*Gott,  
gib mir den Mut zu ändern,  
was ich ändern kann,  
die Gelassenheit hinzunehmen,  
was ich nicht ändern kann,  
und die Weisheit,  
das eine vom andern zu unterscheiden.*

Wir wünschen Ihnen diesen Mut, diese Gelassenheit und diese Weisheit. Und mehr noch: viel Freude mit Ihrer Familie und das Vertrauen, dass Gottes Segen Sie und Ihre Kinder tragen wird – auch und gerade wenn die Zeiten schwierig werden.

Für die Redaktion der Elternbriefe

Josef Pütz

DEMOKRATIE IN DER FAMILIE ...

## Das Parlament am Esstisch



Ein Familienrat, der regelmäßig tagt und in dem Eltern und Kinder gemeinsam überlegen, wer welche Aufgaben im Haushalt übernimmt und wo die Familie die Ferien verbringt? In dem die Kinder ihre Mütter und Väter sogar überstimmen können? Eltern früherer Generationen hätten über diese Idee verständnislos den Kopf geschüttelt. Doch die Verfechter eines „Familienrats“ oder einer „Familienkonferenz“ verfolgen damit keineswegs eine weltfremde Idee.

Sie beziehen sich zwar auf den alt-römischen Grundsatz: Was alle angeht, soll auch mit allen beraten werden. Doch „beraten“ heißt nicht gleich auch „entscheiden“. Wenn's nur um das Ziel für den nächsten Sonntagsausflug geht, mögen die Kinder die Eltern vielleicht überstimmen; in allen Fragen rund um die gesetzlich definierte elterliche Sorge dagegen dürfen Mütter und Väter ihre Verantwortung nicht aus der Hand geben. Zum Beispiel: Darf Max trotz Fieber ins Fußballcamp fahren? Oder: Sind fünf Stunden Computerspielen am Stück okay? Gut, wenn Eltern deshalb vorher klarstellen: „Ihr Kinder könnt eure Meinung dazu sagen, damit wir Eltern eine gute Entscheidungsgrundlage haben. Aber gleichberechtigt abstimmen können wir darüber nicht.“ Erst recht dürfen sie keine Paarthemen zur Diskussion stellen („Wer hat nun eurer Meinung nach Recht,

Papa oder Mama?“) und Kinder so in einen Paar-Konflikt hineinziehen. Das würde sie überfordern.

Aber auch mit diesen Einschränkungen verspricht eine regelmäßige Familienkonferenz Eltern und Kindern handfeste Vorteile:

- Die Kinder sehen, dass wichtige Entscheidungen über das Familienleben nicht über ihren Kopf getroffen werden. Sie fühlen sich ernst genommen und sind umso eher bereit, sich an Vereinbarungen zu halten und selbst Verantwortung dafür zu übernehmen.
- Sie lernen, Ideen und Beschwerden zu äußern, aufeinander zu hören und Kompromisse zu schließen.
- Alle lernen, Ausschau nach guten Lösungen zu halten, anstatt sich im Problemfrust aufzureiben.
- Das Zusammengehörigkeitsgefühl der Familie wächst.
- Und last not least: Familienkonferenzen bieten ein ideales Training für staatsbürgerliches Verhalten.

Gute Themen für die Familienkonferenz sind (zum Beispiel) die Gestaltung der alltäglichen Abläufe in der Familie, Ordnung und häusliche Pflichten, wiederkehrende Ärgernisse und Streit, die Verbesserung der Familien-Atmosphäre, Freizeitgestaltung, Urlaubsplanung oder die Gestaltung von Familien-Feiern.

Und so funktioniert's:

- Die Familie reserviert einen festen Termin in der Woche, an dem niemand andere Verpflichtungen hat, für die Familienkonferenz.
- Sitzungen mit Vorschulkindern sollten nicht länger als 20 Minuten dauern, mit Grundschulkindern bis zu 45 Minuten.
- Handy und Telefon bleiben aus.
- Beim ersten Mal übernehmen Mutter oder Vater die Gesprächsleitung und das Protokoll. Bei den folgenden Sitzungen können auch Schulkinder diese Aufgaben übernehmen.

Der Gesprächsleiter/die Gesprächsleiterin

- sorgt für eine angenehme Atmosphäre – Getränke, eine Kerze auf dem Tisch ...
- sammelt Vorschläge für die Tagesordnung. Eine gute Hilfe dazu ist ein „Briefkasten“, in den die Familienmitglieder zwischen den Sitzungen Vorschläge einwerfen können.
- achtet auf die Einhaltung der Gesprächsregeln. Alle sollen zu Wort kommen, alle dürfen ausreden.
- hält die Ergebnisse fest: Was wurde beschlossen? Wer übernimmt welche Aufgaben? (Ein „Protokollbuch“, in dem die Familie ihre Entscheidungen sammelt, ist nicht nur eine hilfreiche Gedächtnisstütze, sondern später ein schönes Erinnerungsstück.)
- klärt am Ende, wer die Gesprächsleitung bei der nächsten Sitzung übernimmt.

**Übrigens:** Viele Familien haben gute Erfahrungen damit gemacht, umstrittene Lösungen zunächst für eine Probezeit umzusetzen: „In vier Wochen sprechen wir wieder darüber, wie es geklappt hat und was wir noch verbessern können“. Das erleichtert es auch Zweiflern, sich darauf einzulassen. ■



... UND IN DER GESELLSCHAFT

## Carla, der Müll und die Demo

### Ein paar Fragen vorweg: Weiß Ihr Kind,

- warum die beiden dunkelhäutigen Kinder in seiner Klasse sitzen, obwohl sie kaum ein Wort Deutsch sprechen?
- dass Ihnen ein Teil Ihres Arbeitslohnes als Steuer abgezogen wird - und warum?
- wer dafür sorgen müsste, die Stolperkanten im Bürgersteig vor Ihrer Haustür zu beseitigen?
- warum Sie ab und zu wählen gehen?

Ja? Herzlichen Glückwunsch – Ihr Neunjähriges ist offensichtlich auf einem guten Weg, sich zu einem mündigen Staatsbürger zu entwickeln.

Den Müllers liegt das sehr am Herzen. Und ihr „Rezept“, ihre Töchter Carla (9) und Amélie (5) mit den Regeln des demokratischen Zusammenlebens vertraut zu machen, klingt denkbar einfach: Sie bemühen sich um einen entsprechenden Erziehungsstil (> **S. 2, Das Parlament am Esstisch**), und sie lassen die Kinder teilhaben an ihrem eigenen politischen Interesse.

Der Entschluss der jungen Eltern, selbst politisch aktiv zu werden, reifte mit der Einsicht, dass die Kita „ihres“ Neubauvier-

tels für die Nachfrage der neu zugezogenen Familien bei weitem nicht ausreichte. Zusammen mit anderen Eltern verfassten sie Petitionen an die Bürgermeisterin und die Parteien im Stadtrat, meldeten sich in Bürgerversammlungen zu Wort, schrieben Leserbriefe an die Lokalzeitung, organisierten sogar eine Demo für mehr Kindergartenplätze. Carla und Amélie (damals noch im Kinderwagen) waren dabei. Und zu Hause entwickelte sich die Politik zum ständigen Gesprächsstoff am Familientisch.

Das geht oft schon beim Frühstück los. Die Rollen sind fest verteilt: Nach einem Austausch über das, was heute ansteht, greift Lisa nach dem überregionalen Teil der Tageszeitung, Dominik nach dem lokalen. Was sie bemerkenswert finden, lesen sie sich gegenseitig vor, mit kurzen persönlichen Anmerkungen. Carla schaltet sich ab und zu ein: „In meiner Klasse ist gar kein Mädchen mit Kopftuch.“ Oder, anlässlich eines Streiks im Öffentlichen Dienst: „Warum dürfen die den Müll einfach stehen lassen? Der stinkt doch.“ Nur Amélie friert einstweilen noch lieber ihre Lieblingspuppe. Das gleiche Spiel nach Feierabend, wenn die Müllers auf dem Smartphone die Nachrichten checken.

Carlas Nachfragen zu beantworten, das räumt Dominik ein, macht ihm ab und zu Kopfzerbrechen. Wie erkläre ich einer Neunjährigen, warum viele türkische Frauen ein Kopftuch tragen? Darf ein Streik auf dem Rücken von Unbeteiligten ausge-

### Atempause

#### Göttliche Kraft

Göttliche Kraft  
stärke deinen Rücken,  
sodass du aufrecht stehen kannst,  
wo man dich beugen will.

Göttliche Zärtlichkeit  
bewahre deine Schultern,  
sodass die Lasten, die du trägst,  
dich nicht niederdrücken.

Göttliche Weisheit  
bewege deinen Nacken,  
sodass du deinen Kopf frei heben  
und frei dorthin neigen kannst,  
wo deine Zuneigung vonnöten ist.

Göttlicher Segen sei mit dir!

Quelle unbekannt

tragen werden? „Ich merke dadurch, dass ich über vieles selbst nur oberflächlich informiert bin.“ Hilfe sucht er zusammen mit Carla dann gern auf Websites wie [www.hanisauland.de](http://www.hanisauland.de), die Politik für Kinder verständlich darstellen.

Sie helfen den Eltern auch, sachlich zu bleiben. „Bei vielen Äußerungen und Aktivitäten unserer Großkopferten fallen mir sarkastische oder abfällige Kommentare ein, aber vor den Kindern verkneife ich mir das lieber“, erklärt Lisa. „Carla und Amélie sollen nicht den Eindruck bekommen: Politiker sind doof oder korrupt oder machtgeil, und meine Eltern wissen alles besser.“

Übrigens weiß Carla inzwischen auch, dass ihre Eltern im Wahllokal – klar, dass die Kinder Lisa und Dominik dorthin begleiten – ihre Kreuzchen manchmal bei unterschiedlichen Parteien machen und warum sie das tun. Dominik findet das gut so. „Die Kinder erfahren dadurch, dass man über Politik vernünftig streiten kann. Und dass Wählen eben mehr bedeutet als die Kandidatin X zu liken und den Kandidaten Y nicht.“





## FAMILIENSPIRITUALITÄT

# Warum Marie mit dem Einschlafen wartet

Vom Tischgebet bis zum Fußballspiel: Wie Familien ihren Glauben (er)leben

**Andrea, 39** Uns ist es wichtig, als Familie zusammenzuhalten. Wir nehmen uns Zeit füreinander, reden über Probleme. Manchmal streiten wir auch, aber im Ernstfall stehen wir füreinander ein. Unseren Glauben zeigen wir, indem wir regelmäßig in die Kirche gehen, gemeinsam beten und uns sozial engagieren. Und wenn wir aus dem Haus oder abends schlafen gehen, geben wir uns gegenseitig ein Kreuzzeichen auf die Stirn und wünschen uns, dass Gott uns auf unseren Wegen begleitet.

**Markus, 32** Wir bedanken uns bei Tisch für das Essen. Ich finde es wichtig, dass uns immer bewusst bleibt, welches Privileg es ist, sich gut und gesund ernähren zu können. Und wie viele Menschen auf der Erde diese Möglichkeit nicht haben.



**Simon, 7** Mama und Papa beten mit uns vor dem Einschlafen. Meine Schwester Marie ist noch zu klein, um alleine zu beten; das machen Mama und Papa für sie. Aber sie wartet immer mit dem Einschlafen, bis gebetet ist.

**Marina, 30** Kleine Kinder gehen noch so offen und staunend durch die Welt, da fällt es leicht, Gott in seiner Schöpfung zu thematisieren. Jeden Tag entdecken sie etwas Neues, das sie fasziniert, einen besonderen Vogel, ein Krabbeltier, die verschiedenen Blumen, Früchte, Nüsse, Gemüse, einen Regenbogen ... Wenn wir dann von einem „Geschenk Gottes“ sprechen, akzeptieren sie das ganz selbstverständlich.

**Karl, 8** Beim Schlafengehen reden wir noch darüber, wie es war in der Schule oder beim Fußball. Manchmal hab' ich ein Super-Tor geschossen und bin echt froh, wie ich das hingekriegt habe. Wenn wir dann fertig geredet haben, bringen wir alle meine Erlebnisse, die guten und die schweren, zu Gott. Dann sage ich: Danke, Gott, dass du mir die Kraft in den linken Fuß gegeben hast, genau in dem Moment das Tor zu schießen.

**Patrick, 37** Wir gehen nicht oft in die Kirche. Aber wir sind im Naturschutz aktiv und betreuen eine „Gummistiefelbande“, in

der wir Kindergartenkinder für das Wunder der Schöpfung zu faszinieren versuchen. Auch das ist für uns Gottesdienst.

**Sandra, 37** An den Namenstagen unserer Kinder zünden wir zum Abendessen die jeweilige Taufkerze an und lesen die Geschichte des Namenspatrons vor. Für die Kinder ist es immer wieder spannend zu erfahren, warum wir gerade diesen Namen für sie gewählt haben.

**Melanie, 35** Am Gründonnerstag feiern wir ein kleines Agape-Mahl. Am Nachmittag backen wir dazu ein kleines Fladenbrot, und nach dem Gottesdienst trinken und essen wir bei Kerzenlicht Wein, roten Saft und unser Brot. Manchmal schaffen wir es nicht zum Gottesdienst, dann lesen wir zum Essen noch einmal aus der Kinderbibel die Geschichte vom letzten Abendmahl.

**Thomas, 38** Als „überkonfessionelles“ Paar sind wir gewohnt, unseren eigenen Weg zu suchen. Im Wohnungseingang hängt ein Kreuz, wir besuchen mit den Kindern katholische und evangelische Gottesdienste (nicht jeden Sonntag und keine, die in Routine erstarren), wir lesen mit ihnen, wenn sie mögen, Geschichten aus der Kinderbibel, und wir danken Gott für schöne Erlebnisse und dafür, dass es uns gut

## Edelstein

### An Omas Grab

„Fertig!“ Zufrieden betrachtet Emilia (9) die neuen Pflänzchen, die wir beim Frühjahrsputz auf das Grab ihrer Großeltern gesetzt haben. „Ist Weiß eigentlich Omas Lieblingsfarbe?“ Ich nicke: „Ja, und Fleißige Lieschen mochte sie besonders.“ „Ah, deshalb. Du magst ja selbst lieber rote Blumen“, überlegt Emilia und drückt sich ganz fest an mich – was sie „draußen“ sonst kaum noch tut. „Auf dein Grab pflanze ich immer rote Blumen.“ Die Vorstellung, wie selbstverständlich mein Kind darüber spricht, dass es einmal ohne mich weiterleben wird, erschreckt mich zuerst – aber dann spüre ich den überwältigenden Trost, dass ich immer ein Teil von ihm sein werde.

Ingrid (42)

geht. Mindestens genauso wichtig sind uns innere Haltungen: Rücksicht auf andere, Fairness und die Bereitschaft, zu verzeihen und neu anzufangen.

**Richard, 43** Nein, wir verehren keinen Fußball-Gott. Aber die sonntäglichen Ausflüge zum Fußballplatz haben für mich und meinen Sohn tatsächlich etwas von einem Gottesdienst. Wenn ich mit Tobias fiebere – er spielt in der C-Jugend seines Vereins –, ihn anfeuere, ihn nach einem Sieg anerkennend umarme oder nach einer Niederlage tröste und später mit ihm Bilanz ziehe, dann schimmert für mich (und hoffentlich auch für ihn) eine Ahnung von Werten

durch, die zu einem „Leben in Fülle“ gehören: Zusammenhalt, Freundschaft, Fairness, Glück, Trost...

**Cornelia, 31** „Es ist alles gut.“ Wie oft habe ich das zu meinem Baby gesagt! Und dabei gedacht: Natürlich ist nicht alles gut, manches ist zumindest schwer auszuhalten. Und doch behaupte ich das immer wieder. Belüge ich damit mein Kind? Nein, bestimmt nicht. Allerdings verspreche ich ihm mehr, als ich einlösen kann. Merkwürdig: Manchmal weiß ich selbst nicht, ob ich an Gott glaube, aber wenn ich mein Kind beruhigen will, behaupte ich unwillkürlich, dass er da ist und alles gut macht. ■



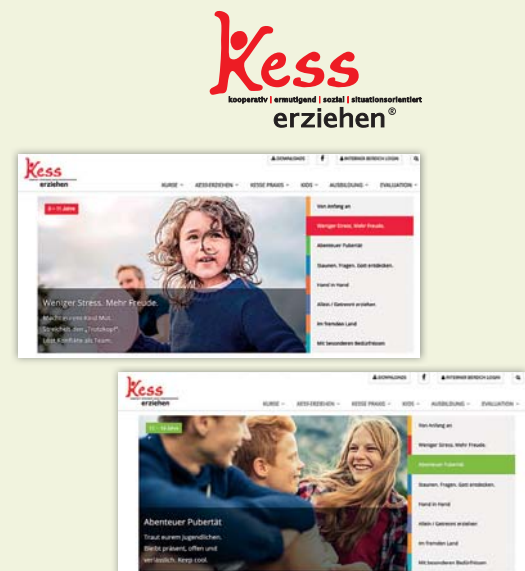
## Weiter im Programm

Auch wenn der gewohnte Rhythmus der **Elternbriefe** mit dieser Ausgabe 45 abbricht: So ganz müssen Familien auf ihre Begleitung nicht verzichten. Das Programm der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung AKF, die die **Elternbriefe** herausgibt, bietet dazu insbesondere zwei Möglichkeiten an:

Auf der Homepage [www.elternbriefe.de](http://www.elternbriefe.de) erfahren Eltern, wenn einzelne Briefe mit neuen Beiträgen überarbeitet wurden und welche neuen thematischen Elternbriefe

erschienen sind. Geplant sind zur Zeit Briefe zum Thema Erstkommunion und zur Pubertät. Außerdem können sie dort weiterhin die regelmäßigen **Themen des Monats** nachlesen, in denen Erziehungsberaterinnen und -berater konkrete Anfragen von Eltern beantworten, und in der Rubrik *Familie von A bis Z* zu Stichworten von Alleinerziehend und Aufklärung über Eifersucht und Medien bis zu Zeugnis und Zuwendung recherchieren.

Das Rüstzeug für die kommenden Jahre der Pubertät ihrer Kinder vermittelt Eltern der Kurs *Abenteuer Pubertät* des Elternprogramms **Kess-erziehen**. Der Kurs nimmt die anstrengenden wie die schönen Seiten dieser Zeit in den Blick – in einer gelassenen Haltung, die darauf vertraut, dass Jugendliche wie Eltern bereichert aus der Pubertät herausgehen werden. Die Themen der fünf Einheiten sind



- Lebenswelten des Jugendlichen wahrnehmen – Beziehung gestalten
- Konflikte entschärfen – Position beziehen
- Dem Jugendlichen das Leben zutrauen – Halt geben
- Einander ermutigen – Das positive Lebensgefühl stärken
- Eigenständigkeit fördern – Die Ablösung mitgestalten

Eine Liste mit regionalen Ansprechpartnern steht in [www.kess-erziehen.de](http://www.kess-erziehen.de). ■

## elternbriefe



JETZT SCHON PUBERTÄT?

## Jonas geht ein bisschen 'raus

Jonas' Mutter seufzt. Ihr Sohn, gerade mal 9 Jahre alt, ist neuerdings so anders! Er blockiert das Badezimmer, duscht täglich mindestens einmal – aber bitte nur mit einem „for men“ gelabelten Gel! –, stylt seine Haare sorgfältig, um danach „ein bisschen 'rauszugehen“, schaulaufen mit seinem Rollerboard, und hinterlässt als bleibenden Eindruck eine atemberaubende Duftwolke.

weil es jetzt gerade „noch klein“ ist, oder im nächsten Moment unterschätzen, weil es „natürlich“ schon selbst klarkommt?

Ist das jetzt schon die Pubertät?

Tatsächlich beobachten Forscher in den Industrienationen eine Verkürzung der Kindheit zugunsten einer verlängerten Jugend. Neben der körperlichen Reifung

spielen dabei gesellschaftliche Anforderungen eine treibende Rolle. Wenn beide Eltern berufstätig sind und keine Oma um die Ecke wohnt, müssen Kinder halt schneller unabhängig werden als früher; fürs Kindsein und Spielen bleibt keine Zeit mehr. Und natürlich braucht die Wirtschaft die Noch-nicht-oder-Gerade-mal-Teens dringend als Konsumenten. Aber auch wenn sie körperlich heute aufgrund guter Lebensbedingungen vielleicht schneller reifen als früher – für die geistige und seelische Reifung brauchen junge Menschen immer noch viel Zeit, bis sie in unserer komplexen Welt voll verantwortlich auf eigenen Füßen stehen.

Nina fühlt sich jetzt in ihrer Girls Group am wohlsten. Die Mädchen stecken die Köpfe zusammen, tragen die gleichen Klamotten und Frisuren und möchten am liebsten alles zusammen machen. Die Jungen in ihrer Klasse konkurrieren um den Rang des besten Skateboarders, Schwimmers oder des coolsten Gitarristen. Frederik profiliert sich als „King“ der Playstation, Martin begeistert sich für die Jugendfeuerwehr, Fiona zieht's Tag für Tag zum Kinderbauernhof. Manchmal gewinnen Mütter und Väter darüber den Eindruck, dass ihr Familienleben zerbröckelt. Zwischen den Berufen der Eltern, der Schule und den Freizeit-Interessen der Kinder findet sich kaum noch Zeit für gemeinsame Mahlzeiten, geschweige denn für gemeinsame Unternehmungen.

Tatsächlich ändert sich die Rolle der Familie jetzt. Als Bezugspersonen und Orientierungspunkte dienen statt der Eltern zunehmend die Freundinnen und Freunde; Mamas Urteil über das neue T-Shirt zählt nicht mehr, wenn es in der Clique durchfällt. Auch in ernsteren Fragen von der Ernährung bis zur Religion müssen Mütter und Väter sich jetzt öfter von ihren Töchtern und Söhnen in Frage stellen lassen.

Dennoch bleibt die Familie wichtig, nur eben anders. Sie wird gebraucht als Rückhalt, als sicherer Hafen, zu dem das Kind von seinen Ausflügen in die Welt zurückkommen kann mit neuen Erfahrungen und Eindrücken im Gepäck. Und nicht zuletzt auch als Auffangstation, wenn es draußen nicht so läuft wie erhofft.

Jonas' Eltern haben deshalb den Sonntag ab 17 Uhr zur Familien-Zeit erklärt. Da gibt es keine Verabredungen mit Freunden, keine Computerspiele, und auch das Bügelbrett bleibt im Schrank. Die Familie nimmt sich Zeit füreinander. Manchmal gehen sie Eis essen oder grillen, spielen oder reden über Urlaub, Schule und was sonst gerade so läuft. Auch Jonas gefällt das, und seine Eltern haben am Ende „das Gefühl, mal wieder richtig miteinander im Kontakt und auf dem Laufenden zu sein.“



Die Irritation von Jonas' Mutter erleben viele Eltern mit Kindern dieses Alters. Ihre Töchter oder Söhne werden plötzlich launisch, aufmüpfig, albern oder zickig, wehren sich gegen elterliche Fürsorge und finden es peinlich, wenn Freunde sie in Begleitung der Eltern erwischen. Andere verschansen sich in ihrem Zimmer und/oder hinter Handy, Tablet und PC und sind für den Rest der Familie kaum mehr ansprechbar. Um dann unversehens wieder Kind zu sein und auf ihren Kuscheleinheiten zu bestehen. Wie sollen Väter und Mütter da noch wissen, ob sie ihr Kind überfordern,

weil es jetzt gerade „noch klein“ ist, oder im nächsten Moment unterschätzen, weil es „natürlich“ schon selbst klarkommt? Ist das jetzt schon die Pubertät? Tatsächlich beobachten Forscher in den Industrienationen eine Verkürzung der Kindheit zugunsten einer verlängerten Jugend. Neben der körperlichen Reifung spielen dabei gesellschaftliche Anforderungen eine treibende Rolle. Wenn beide Eltern berufstätig sind und keine Oma um die Ecke wohnt, müssen Kinder halt schneller unabhängig werden als früher; fürs Kindsein und Spielen bleibt keine Zeit mehr. Und natürlich braucht die Wirtschaft die Noch-nicht-oder-Gerade-mal-Teens dringend als Konsumenten. Aber auch wenn sie körperlich heute aufgrund guter Lebensbedingungen vielleicht schneller reifen als früher – für die geistige und seelische Reifung brauchen junge Menschen immer noch viel Zeit, bis sie in unserer komplexen Welt voll verantwortlich auf eigenen Füßen stehen.

Das Gute an der Irritation der Eltern ist: Sie signalisiert, dass sich größere Veränderungen anbahnen, und gibt allen Beteiligten die Möglichkeit, sich allmählich auf den umfassenden Entwicklungs-Prozess einzustellen, der sich gerade anbahnt. Das Bedeutsamste daran ist: Der Fokus der Kinder verschiebt sich nach „draußen“, weg von der Familie, hin zu den Gleichaltrigen. Zusammen und im Vergleich mit ihnen erproben sie sich selbst, ihr Ansehen, ihr Aussehen, ihre Fähig- und Fertigkeiten, suchen Anerkennung und einen guten Platz in ihrem sozialen Umfeld.



BLICK ZURÜCK NACH VORN

## Ein paar Küsschen auf den Weg



An „runden“ Geburtstagen, zu Silvester, beim Abschied von lieb gewordenen Menschen oder Orten – manchmal tut es gut, innezuhalten und zurückzuschauen. Wo stehen wir? Was ist aus uns geworden? Was haben wir geschafft, was haben wir noch vor? Vielleicht nehmen Sie also den Abschied von den **Elternbriefen** einmal zum Anlass, es sich gemütlich zu machen bei einer Tasse Tee, einem Glas Wein und sich von ein paar Fragen ansprechen zu lassen, die Ihnen hoffentlich „wie Küsse schmecken“\*. Manche davon laden Sie dazu ein, sie „mit anderen Augen“ aus der Perspektive von anderen zu beantworten, und setzen damit einen besonderen Reiz. Und natürlich geht es nicht darum, eine Frage nach der anderen „abzuhaken“. Schauen Sie einfach, was Sie überrascht, wo Sie hängen bleiben, was Sie herausfordert ...

### ... wenn Sie heute auf Ihre Familie schauen

- Wie sieht ein Abend in Ihrer Familie aus, wenn ein ganz normaler Wochentag mal so richtig schön „rund“ gelaufen ist?
- Was in Ihrer Familie schenkt Ihnen das Gefühl von bleibender Gemeinsamkeit?
- Was würde Ihr Mann / Ihre Frau sagen, ist seine / ihre wichtigste Erfahrung als Vater / Mutter?

- Was würde Ihr Sohn, Ihre Tochter sagen, weshalb Sie eine tolle Mutter, ein toller Vater sind?
- Was aus Ihren familiären Erfahrungen kommt Ihnen beruflich zugute? Wie profitiert Ihre Familie von ihrem beruflichen Engagement?
- Wenn Sie mal so richtig jammern dürfen: Welche drei Punkte würden Sie benennen? Wo lassen Sie Ihren Ärger?
- Was würden Ihre Freunde sagen, worauf Sie besonders stolz sein dürfen?
- Woran könnten andere merken, dass Gott in Ihrer Familie erfahrbar, spürbar ist?
- Wenn Sie Gott fragen könnten: Was würde er Ihnen für Ihre Familie wünschen?

### ... beim Blick auf Ihre Partnerschaft

- Woran erkennen andere, dass Sie ein gutes Team sind?
- Was sind wichtige Grundlagen Ihrer Partnerschaft?

- Wie gelang es Ihrem Mann / Ihrer Frau, Ihr Herz zu erobern?
- Mit welcher gemeinsamen Entscheidung haben Sie andere zum Staunen gebracht?
- Gab es Zeiten in Ihrer Partnerschaft, in denen Sie sich besonders von Gott getragen fühlten? Oder in denen Sie Gott als abwesend empfanden?
- Welche neuen Stärken und Erfahrungen hat das Elternsein in Ihrer Partnerschaft mobilisiert?
- Woran merkt Ihr Kind, dass Sie als Paar gut miteinander auskommen?

### Unser Kind ...

- Welche Hoffnungen / welche Befürchtungen hatten Sie, als Ihr Kind geboren wurde?
- Was würde Ihr Mann / Ihre Frau sagen: Hat Ihr Kind Sie verändert? Wie?
- Was haben Sie durch Ihr Kind gelernt?
- Welche drei Eigenschaften zeichnen Ihr Kind besonders aus?
- Welche besonderen Eigenschaften würden Ihr Mann / Ihre Frau / die Großeltern / Ihre besten Freunde Ihrem Kind zuschreiben?

### ...wächst heran

- Wo spüren Sie bereits jetzt wertvolle Anfänge für diese Zukunft?
- Was haben Sie bereits an Vorbereitung geleistet, damit Ihr Kind den bevorstehenden Schulwechsel gut bewältigen und gut in seine Zukunft gehen kann?
- Welchen Rückenwind spürt Ihr Sohn / Ihre Tochter durch Ihre Beziehung zu ihm / ihr?



\* Beim Zusammenstellen der Fragen haben wir uns inspirieren lassen von dem Buch **Fragen können wie Küsse schmecken** von Carmen Kindl-Beilfuß, Carl-Auer-Verlag \*2013

- ▶▶▶ > Was, vermuten Sie, wünscht sich Ihre Tochter / Ihr Sohn für ihre / seine nähere Zukunft?
- > Wenn Sie an Ihre eigene Jugend / Pubertät zurückdenken: Welche Erfahrung würden Sie Ihrem Kind auch wünschen / gerne ersparen?
- > Und Ihr Mann / Ihre Frau?
- > Was fühlen Sie bei dem Gedanken, dass Ihr Kind immer selbstständiger wird? Wie sehen Sie Ihre zukünftige Rolle für Ihr Kind – als Beraterin / Begleiterin / Freundin / Chefin / Notärztin / Lehrerin / Seelsorgerin / ...?
- > Was würde Ihr Mann / Ihre Frau sagen: Welche Eigenschaft wird Ihnen besonders helfen, Ihr Kind durch die Pubertät zu begleiten?

### Manchmal kommt es anders...

- > Was war für Sie die bisher größte Veränderung in Ihrer Familie?
- > Was war die schwierigste, was die schönste?
- > Was genau hat sich verändert? Wie haben Sie es erlebt?
- > Was war der Preis der Veränderung? Was der Gewinn?

## Atempause

### Psalm

Ein Staubkorn  
an deinem Sternenmantel  
bin ich

Doch du  
weißst genau  
um mich

unter allem Staub  
des Universums  
hast du mir  
einen Namen gegeben:  
du kennst mich  
behütst mich,

als wäre ich  
ein Goldkorn  
vor dir.

Ulrich Berens



- > Was haben Sie dabei über sich selbst neu erfahren?
- > Welche Gedanken haben Sie vorwärts gebracht?
- > Wer hat Sie für Ihr Verhalten damals bewundert? Weshalb genau?
- > Gab es Situationen / Zeiten, in denen Ihnen Ihr Glaube geholfen hat? Wann war es für Sie schwer zu glauben?

### Schwere Zeiten

- > Welche Krise hat Sie bisher die größte Anstrengung gekostet?
- > Welche Ihrer Fähigkeiten hat Ihnen geholfen, eine Lösung zu finden?
- > Was war der Beitrag Ihres Mannes / Ihrer Frau, die Krise zu bewältigen?
- > Wie haben Sie für sich immer mal wieder für Verschnaufpausen gesorgt?
- > Was haben Sie als Paar, als Familie ganz allein geschafft und wo haben Sie sich Unterstützung geholt?
- > Welche wertvollen Erkenntnisse haben Sie aus diesen schwierigen Erfahrungen gewonnen?
- > Welche Rolle spielt Ihr Humor beim Umgang mit Schwierigkeiten? Wie haben Sie ihn bisher genutzt?

### Wenn Sie sich getrennt haben

- > War dieser Mann / diese Frau Ihr größter Fehler?
- > Wer definiert, dass es ein Fehler war? Was meinen Sie selbst, wenn Sie es einen Fehler nennen?
- > Wie erklärt sich der Fehler aus heutiger Sicht?
- > Welche Unterstützung war für Sie die wertvollste in der Trennungsphase?

- > Wem sind Sie heute noch dankbar für die Hilfestellung in dieser Zeit?
- > Wie lange haben Sie sich Zeit genommen, um neu durchzustarten?
- > Was lässt Sie im Rückblick stolz auf sich selbst sein?

### Das Buch Ihres Lebens

- > Wenn Sie ein Ratgeber-Buch für Mütter und Väter schreiben sollten: Welche wichtige Erkenntnis, welche Lebensweisheit würden Sie gerne weitergeben?
- > Was würde Ihr Mann / Ihre Frau besonders den Vätern / den Müttern raten?
- > Welchen Titel würden Sie / Ihr Mann / Ihre Frau dem Buch geben? ■

## 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: AdobeStock: thewet (2), P.Losevsky (3), Rido (70.), sewcream (7u.), ulza (8); iStock: fotografixx (1), P.Graßhoff (5)

Illustrationen: Renate Alf (2, 4, 6)

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

1/2020