

# 30. Elternbrief



## Selbstständig und mit viel Selbstvertrauen

*Sonntagmorgen um halb sechs: Ein Rumpeln in der Küche bringt Sabine mit einem Schlag auf die Beine. Benommen läuft sie hin und traut ihren Augen nicht: Benny steht gerade auf dem Küchenstuhl und versucht, an die Kaffeemaschine heranzukommen. „Aber Benny, was machst Du denn da?“ Da fällt Sabines Blick auf den Küchentisch. Zwischen Bananenschalen und Apfelresten steht fast alles für ein gemütliches Sonntagsfrühstück bereit: Joghurt und Honig und natürlich das Lieblingsmüsli ihres Sohnes ... „Ich wollte gerade Kaffee kochen“, meint Benny zaghaft, „und Obstsalat hab' ich auch schon gemacht!“ Tatsächlich hat er es fertig gebracht, Äpfel und Bananen irgendwie in essbare Stücke zu schneiden. Was soll man da noch sagen, wenn man einen so tüchtigen Sohn hat?*

Viereinhalbjährige können manchmal schon ganz schön groß sein – zumindest fühlen sie sich so. Sie trauen sich fast alles zu und können ganz genau sagen, warum sie gerade das wollen, was sie nicht sollen. Mit aller Macht wollen sie zeigen, dass sie schon allein zurechtkommen: Was liegt da näher, als ihnen möglichst viel Gelegenheit zu geben, etwas auszuprobieren? Aber leider kann Selbstständigkeit auch ziemlich anstrengend sein, weil die Kinder es auf ihre Weise tun wollen, in ihrem Tempo und dabei leicht etwas danebengeht. Dann meinen wir oft, eingreifen und die Sache selbst in die Hand nehmen zu müssen – und bringen unser Kind um die wichtige Erfahrung, etwas aus eigenen Kräften geschafft zu haben.

Maximilian zum Beispiel weiß die Wochentage auswendig und zählt, ohne Luft zu holen, schon bis zwanzig. Aber ein Butterbrot hat er sich noch nie geschmiert. Seinem beherzten Griff nach dem Messer hat seine Mutter immer viel Fürsorge entgegengesetzt – zu gefährlich, zu viel Geschmier: „Lass mich das lieber machen.“ Tina hält morgens einfach Arme und Beine hin und wartet, dass jemand ihr in den Pullover oder in die Hose hilft.

Denn wenn sie es allein versucht, geht es den Eltern meist nicht schnell genug ... Stefan dagegen kann sich inzwischen schon gut alleine anziehen. Zusammen mit Mama oder Papa legt er abends aus Unterwäsche, Pullover, Socken und Hose eine „Anziehstraße“ auf den Teppich, damit er morgens schön der Reihe nach reinschlüpfen kann. Laura putzt ihre Zähne allein, und zwar so lange, wie die kleine Sanduhr läuft. Den richtigen Fuß in den richtigen

Schuh zu stecken, ist eine schwere Übung, die jetzt immer öfter gelingt: Ein kleiner Punkt auf der Außenseite kann eine gute Hilfe sein. Schuhe zuzubinden ist noch die größte Hürde beim Anziehen: Stefan macht beim Zubinden den Anfang, und Papa zieht die Schleifen durch. Noch besser sind Schuhe mit Klettverschluss, die schaffen Vierjährige spielend.

Lassen Sie Ihr Kind die Haustür aufschließen. Die fünf Minuten, in denen Sie innerlich von einem Bein auf andere treten, bis der Schlüssel endlich steckt, lohnen sich. Schon bald wird Ihr Kind die Tür aufschließen können, wenn Sie, mit Taschen voll bepackt, gerade keine Hand frei haben. Auch das können Vierjährige: Verstehen, warum es heute mal nicht so geht wie sonst, warum heute mal keine Zeit zum „Selbermachen“ ist. Nur erklären muss man es ihnen.

**Viereinhalbjährige brauchen jetzt das Zusammensein mit anderen Kindern, um ihre Fähigkeiten zu entfalten und um ihre Grenzen kennen zu lernen. Wenn Ihr Kind bisher noch nicht in den Kindergarten geht, sollte es wenigstens im letzten Jahr vor der Schule einen Kindergarten besuchen.**

*»In Österreich gilt für Kinder, die sich im letzten Jahr vor dem Schuleintritt befinden, Kindergartenpflicht.«*

Die vielfältigen Erfahrungen, die Kinder in einem Kindergarten machen können, erleichtern ihnen später ganz sicher den Start in der Schule.

## Ihr Kind hat seinen eigenen Geschmack

Zur Selbstständigkeit gehört auch der eigene Geschmack. Ihre Tochter will auf einmal einen bestimmten Pullover keinesfalls anziehen, obwohl er weder kratzt noch zu klein ist, sondern ihr schlicht nicht mehr gefällt.

Ihr Sohn will nicht zum Friseur und besteht darauf, dass seine Haare lang wachsen sollen, bis es zum Pferdeschwanz reicht. Wenn Vorlieben lautstark oder leise, aber entschieden, vertreten werden, spürt man auch bei den Vierjährigen schon, wie viel Freude es macht, selbst zu entscheiden, was man möchte.

Es kostet freilich ein bisschen Überwindung, Lisa in „rotrosalilafarbener“ Kombination in den Kinder-





garten ziehen zu lassen und mit anzusehen, wie Paul sein T-Shirt über den Pullover wurstelt, weil er das so schick findet ... Wenn Kinder hier Verständnis bei ihren Eltern erleben, fühlen sie sich mitsamt ihren Eigenheiten ernst genommen.

### Kinder ernst nehmen

... das heißt noch mehr: Da sitzt Paul vor dem Fernseher und schaut hingebungsvoll sein Lieblingsprogramm „Die Sendung mit der Maus“. Es klingelt an der Haustür, Freunde der Eltern kommen überraschend vorbei. „Aber nein, ihr stört überhaupt nicht, kommt doch rein!“, und schon



wird Paul der Fernseher vor der Nase ausgeschaltet. Lisa hat es sich gerade mit ihrer Mutter zum Vorlesen in der Sofaecke bequem gemacht, als das Telefon klingelt. „Klar hab' ich Zeit“, hört Lisa ihre Mutter sagen, „erzähl mal, was bei euch gestern los war.“ Wenn Lisa jetzt quengelt: „Du hast mir das Vorlesen doch versprochen!“ und Paul wütend auf seine Eltern losgeht, sind die beiden alles andere als ungezogen. **Sie zeigen nur ihr gutes Recht, ernst genommen zu werden. Wie sonst sollen Kinder lernen, andere ernst zu nehmen, wenn nicht dadurch, dass man auch sie respektiert?**

Sicher wollen Eltern Besuch empfangen oder in Ruhe telefonieren. Die schönsten Spiele müssen manchmal unterbrochen werden, weil etwas Unaufschiebbares dazwischenkommt. Aber könnte sich der Besuch nicht noch eine Weile in die Küche setzen oder die Freundin später noch einmal anrufen? Eltern können sich auch ruhig entschuldigen und genau erklären, warum sie das Kind enttäuscht haben. Dann ist es zwar immer noch traurig, aber es hat wenigstens das Gefühl, nicht übergangen zu werden. Leo will lieber zuerst auf den Spielplatz gehen und erst danach einkaufen. Weil seine Mutter das akzeptiert, kann er viel eher verstehen, wenn sie ihm mal sagt: „Ich bin furchtbar müde, lass mich einen Moment ausruhen, danach lese ich dir ein Buch vor.“ Ein Kind ernst zu nehmen ist – bei aller Liebe – manchmal schwierig. Gedankenlosigkeiten kommen immer wieder und überall vor. Niemand kann stets gleichbleibend gut gelaunt, aufmerksam und rücksichtsvoll sein.

**Es ist eher eine Frage der Einstellung als des immer richtigen Verhaltens, achtsam miteinander umzugehen. Es lohnt sich aber, etwas für ein Klima zu tun, in dem gegenseitige Rücksichtnahme gedeiht.**

### Bis an die Zähne bewaffnet

„Pängpäng!“ Florian fuchtelt mit seinem Plastikgewehr durch die Luft. „Du musst jetzt tot sein!“ Jakob wirft sich auf den Boden, steht aber gleich wieder auf und gibt seinerseits ein paar Warnschüsse aus seiner Wasserpistole ab. Seine Mutter hört mit gemischten Gefühlen, was da aus dem Kinderzimmer tönt. Soll man solche Spiele zulassen? Wird so nicht der Boden für Gewalt und Brutalität bereitet? Florians Vater sieht das anders: „Jungen müssen nun mal so sein.“

Tatsächlich scheint es für viele Jungen um fünf herum nichts Schöneres zu geben, als herumzuballern oder sich sonst wie kämpferisch zu zeigen. Eine Pistole mit Knallplättchen ist Florians sehnlichster Wunsch, Lukas bastelt sich seine Gewehre aus Duplosteinen. Zur Not tut's auch ein Stöckchen, eine Banane oder eine zum Schießen zu rechtgebissene Brotrinde.

**Warum sind Waffen für kleine Jungen so wichtig? Warum müssen sie so oft Spiele spielen, in denen sie stark sind und andere besiegen?** Vielleicht ist der waffenstarrende kleine Cowboy oder der plastikgepanzerte Ritter ja gar nicht so stark wie er tut? Vielleicht verbergen Böllerschüsse und Säbelgerassel auch viel Unsicherheit darüber, wie ein richtiger Junge oder ein richtiger Mann sein muss. Das ist nämlich die Frage, die sich kleinen Jungen von vier, fünf Jahren stellt. Sie zu lösen, ist nicht immer einfach.

**Denn, woran soll sich der kleine Junge orientieren, wenn Papa nur am Wochenende mal Zeit hat?** Mütter haben in dieser Zeit oft einen schweren Stand bei ihren Söhnen, denen nur eines klar ist: So wie sie wollen sie nicht werden! Groß, stark und mutig sollen Jungen sein, da kann man sich von seiner Mutter doch nicht wie ein kleiner Dreikäsehoch behandeln lassen! Je mehr die Mutter jetzt auf Friedfertigkeit drängt, desto größeren Widerstand wird sie wahrscheinlich hervorrufen.

Viele Kinderängste begleiten diese Zeit des Suchens. Wölfe, die sich unter dem Bett versteckt halten, oder Monster, die durch die Wand gehen können, bevölkern Träume und Tagphantasien.

**Der Druck, überlegen und unverletzlich zu sein, setzt kleinen Jungen ganz schön zu. In Indianerkämpfen, Krieg oder Ritterschlachten setzen sie sich mit ihren Gefühlen von Angst und Ohnmacht auseinander und spielen sich hinein in die tröstliche Vorstellung von Überlegenheit und Sieg.**

Wenn Florian seinen Patronengurt umgeschnallt hat, fühlt er sich gleich ein paar Zentimeter größer. Die Pistole in der Hand bedeutet Macht: päng! – und was bedrohlich war, fällt um. Sich behaupten und durchsetzen zu wollen, gehört bei Kindern zwischen vier und sechs zur Entwicklung dazu. Im Spiel haben sie die Möglichkeit, ihre aggressiven Seiten – gefahrlos für sich und andere – kennen und bändigen zu lernen. Sie erleben in sich so mächtige Gefühle wie Wut und den Drang nach Vergeltung, aber auch das Bedürfnis nach Ausgleich und Versöhnung.



Wenn besorgte Eltern im Kind, das mit Pistolen spielt, nur den Killer von morgen sehen und deshalb alle Kampfmittel verbieten, unterliegen sie einem Missverständnis: **Ein zwangsweise „entwaffnetes“ Kind versteht nur, dass es seine „bösen“ Seiten unterdrücken muss. Es lernt aber nicht, mit Gefühlen wie Angst und Wut umzugehen.** Hier können Eltern mit gutem Beispiel vorgehen: „Schau doch mal, was Papa neulich gemacht hat, als er sauer auf uns war: den ganzen Rasen gemäht – und hinterher hat er sich besser gefühlt.“ Das ist vielleicht eine Anregung, die auch kleine Revolverhelden verstehen. Gut, wenn jetzt ein Vater für seinen kleinen Jungen da ist. Glänzt er durch Abwesenheit, dann haben muskelbepackte Supermänner und coole Revolverhelden freie Bahn, dem Jungen vorzumachen, was männlich ist. **An einem greifbaren Vater oder anderen männlichen Erwachsenen kann ein Junge lernen, wie man Probleme friedlich lösen kann, wie man zuhören und mitempfinden kann und dass stark zu sein und Schwächen zu haben durchaus unter einen Hut passen. Superman kann dann einpacken.**

Kinder – Jungen und Mädchen – brauchen vielfältige Möglichkeiten, sich auszutoben und ihre Kräfte zu messen. Ein Wettspiel, eine Balgerei oder eine Kissenschlacht erfüllen den gleichen Zweck. Sie müssen Ihren Widerwillen gegen den chromblitzenden Supercolt nicht überwinden und sich zum Kauf erpressen lassen. Aber können Sie nicht ein Auge zudrücken, wenn die Oma den Herzenswunsch ihres Enkels erfüllt? Ein Plastikschwert oder eine Wasserpistole, die sich Ihr Kind heiß und innig wünscht, könnte es doch haben: Schenken Sie zögernd, erklären Sie, warum Sie Bedenken haben. Und bleiben Sie im Gespräch über die „Schießerei“. Machen Sie Ihrem Kind klar, welche Wirkung richtige Waffen haben. Vierjährige können aus solchen Unterhaltungen eine Menge gewinnen. Und sie können auch verstehen, dass Schießspiele Regeln brauchen.

## Hilfe bei sexueller Gewalt

Es ist schwer vorstellbar, was jemanden dazu bringen kann, ein Kind sexuell zu missbrauchen. Dennoch sind es keine Verrückten, die „so etwas“ machen, sondern in den meisten Fällen scheinbar ganz normale Männer (sehr viel seltener Frauen).

In der Regel ist es nicht der „fremde Mann“, der einen Jungen oder ein Mädchen ins Gebüsch oder in den Kellerzugang lockt und missbraucht, sondern jemand, den das Kind kennt und dem es vertraut.

Das macht es für ein kleines Kind so besonders schwer, sich zu wehren oder jemandem von dem Missbrauch zu erzählen. Der Täter wird auch alles tun, um das zu verhindern. In den meisten Fällen hat er dem Kind unter Drohungen verboten, sein „Geheimnis“ preiszugeben. Auch wenn kleine Kinder selten darüber reden, was ihnen angetan wurde, so drückt sich ihre Not doch meistens in ihrem Verhalten aus: Schlaf- oder Essstörungen, Angstzustände, Verschlussenheit oder Rückfall in der Entwicklung können Hinweise auf sexuelle Gewalt sein. Natürlich

lich kann es auch andere Ursachen haben, wenn sich ein Kind plötzlich „anders“ verhält, und meistens ist es auch so. Aber die Signale eines Kindes sollten immer ernst genommen werden. Wenn Ihr Kind zum Beispiel nur noch angezogen ins Bett gehen will, wenn es sich weigert, eine bestimmte Person zu besuchen, oder darauf besteht, dass Sie auf jeden Fall dabeibleiben, dann sollten Sie das nicht leichtfertig abtun, sondern versuchen, den Grund dafür herauszufinden.

Glauben Sie Ihrem Kind, tun Sie nichts vorschnell als Phantasie ab. Mütter oder Väter, die den begründeten Verdacht haben, dass ihr Kind im Freundes- oder Bekanntenkreis oder sogar vom eigenen Partner sexuelle Gewalt erfahren hat, sind in einer schwierigen, ausweglos erscheinenden Situation. Für sie bricht eine Welt zusammen. Enttäuschung und Scham, Selbstvorwürfe, dass man das Kind nicht besser geschützt hat, Angst, dass die Familie auseinanderbricht. Das alles führt dazu, dass man nicht wahrhaben will, was man gehört oder gesehen hat. Aber im Interesse des Kindes ist es unbedingt notwendig, etwas zu tun.

Sie müssen nichts allein unternehmen. Auf keinen Fall sollten Sie den mutmaßlichen Täter mit Ihrem Verdacht konfrontieren. Er wird alles abstreiten und versuchen, die Glaubwürdigkeit Ihres Kindes in Frage zu stellen. Um Ihren Verdacht zu klären und den besten Weg herauszufinden, Ihrem Kind zu helfen, sollten Sie sich Beratung und Unterstützung holen. Es gibt Beratungsstellen freier Träger, die sich speziell mit sexueller Gewalt an Kindern beschäftigen.

Diese Stellen sind zur Verschwiegenheit verpflichtet, und Sie können sicher sein, dass nichts gegen Ihren Willen und hinter Ihrem Rücken unternommen wird.

**In erster Linie geht es um den Schutz Ihres Kindes. Deshalb sollte das Kind auch über alle Maßnahmen, die ergriffen werden, informiert und wenn möglich daran beteiligt werden. Nur so kann ein Kind, dessen Vertrauen in Erwachsene gestört wurde, wieder an Selbstsicherheit gewinnen und erfahren, dass es ernst genommen wird.**



### Broschüre und Info „Sexuelle Gewalt an Kindern“



Auch das Jugendamt behandelt Ihr Anliegen vertraulich und ist nicht zur Anzeige verpflichtet.

[www.gegensexuellegewalt.at](http://www.gegensexuellegewalt.at)  
[www.kija.gv.at](http://www.kija.gv.at)



### Was können Eltern tun, um sexueller Gewalt vorzubeugen?

Natürlich muss ein Kind mit fünf Jahren wissen, dass es nicht mit fremden Menschen mitgehen darf. Es genügt, ihm klarzumachen, dass man nicht jedem Menschen vertrauen kann und seine Eltern immer wissen müssen, wo es ist. Die Geschichte vom „bösen Mann“, der womöglich hinter jeder Ecke lauert und Kindern „etwas antut“, verängstigt ein Kind nur und trifft auch nicht den Kern.

**Viel wichtiger ist es, kleine Jungen und kleine Mädchen so zu stärken, dass sie sich in jeder Situation zu sagen trauen, was sie wollen und was nicht.**

Sexueller Gewalt vorzubeugen, ist kein Vierpunkteprogramm, aber ein paar wichtige Grundsätze möchten wir hervorheben.

- **Das Kind über seinen Körper selbst bestimmen lassen.** Jedes Kind braucht körperliche Zuwendung und Zärtlichkeit, damit es seinen Körper und sich selbst wertschätzen kann. Von Anfang an zeigen kleine Kinder schon sehr deutlich, ob sie zum Schmusen aufgelegt sind oder nicht. Erwachsene verstehen das oft nicht und knuddeln das Kind, auch wenn es das gar nicht will. Aber auch von einem noch so gut gemeinten Küsschen kann sich ein Kind überrumpelt fühlen. Es bekommt den Eindruck, Erwachsene dürften mit ihm machen was sie wollen. Eltern sollten deshalb ihr Kind darin unterstützen, selbst zu bestimmen, wann, von wem und wo es angefasst und liebkost werden möchte. Auch dann, wenn die Nachbarin oder der Opa mit einem beleidigten „*Du magst mich wohl gar nicht?*“ reagiert. „*Ich glaube, Lisa mag jetzt nicht in den Arm genommen werden*“ oder „*Paul kommt schon von allein*“ – so können Sie Ihrem Kind den Rücken stärken.



- **Gefühle des Kindes ernst nehmen.** Wenn Jungen und Mädchen lernen, auf ihre Gefühle zu achten und danach zu handeln, lassen sie sich nicht so leicht zu sexuellen Handlungen überreden oder sich vortäuschen, sie hätten es doch schon gefunden. Es ist oft gar nicht einfach, die Gefühle eines Kindes ernst zu nehmen.

„*Ist doch nicht so schlimm*“, meinen wir in bester Absicht, wenn es sich weh getan hat. Den ungeliebten Rosenkohl versuchen wir ihm mit „*Aber der ist doch so lecker*“ schmackhaft zu machen. „*Stell dich nicht so an*“, ist vielleicht die Antwort, wenn ausgerechnet unser Kind Angst hat, im Wasser zu planschen.



**Kinder, denen man so ihre Gefühle „wegredet“, werden unsicher und verlieren einen wichtigen Selbstschutz: ihre „innere Stimme“. Sie nehmen nicht mehr wahr, wenn ihnen etwas komisch vorkommt oder wenn sie Angst haben.**

- **Keinen bedingungslosen Gehorsam fordern.** Kinder, die immer gehorchen müssen, tun das auch, wenn jemand etwas Unangenehmes mit ihnen macht oder von ihnen verlangt. Seinen Eltern oder anderen Erwachsenen „Nein“ sagen zu dürfen, ist deshalb eine wichtige Erfahrung für ein Kind. Das bedeutet nicht, dass es tun und lassen kann, was es will. In jedem Zusammenleben muss es Regeln geben, an die sich alle halten. Es gibt aber auch Dinge, die nur Ihr Kind angehen: ob es das gelbe T-Shirt anziehen möchte oder lieber das blaue, ob es Milch mag oder nicht, ob es seine Haare lieber länger hat oder ganz kurz – da sollten Sie sein Nein respektieren. Wie Grenzen gewahrt werden, kann ein Kind am besten von seinen Eltern lernen: Mama schläft jetzt, da darf sie nicht gestört werden. Papa sieht jetzt Sportschau, so lange wollen wir ihn in Ruhe lassen. Wenn wir essen, gehen wir nicht ans Telefon. Solche Erfahrungen können ein Kind stärken,
- **Zu Hause über Sexualität sprechen.** Was passiert, wenn ein Kind sexuelle Gewalt erfährt, hat meist wenig zu tun mit dem, was Fünf- oder Sechsjährige über Kinderkriegen und Kinderzeugen wissen. **Trotzdem ist es wichtig, dass ein Kind Begriffe für die Geschlechtsteile kennt und sexuelle Handlungen in Worte fassen kann,** damit es wenigstens erzählen kann, wenn es sexuell belästigt wurde, und weitere Übergriffe verhindert werden können. **Kein Kind sollte das Gefühl haben, dass man über „so etwas“ nicht spricht.** Kinder haben eine natürliche sexuelle Neugier. Sie erforschen den eigenen Körper und entdecken, dass man sich selbst Lust verschaffen kann. Die meisten Kinder tun das, wenn sie allein sind, aus dem Gefühl heraus, dass es nur sie etwas angeht. Auch bei Doktorspielen ziehen sich Kinder zurück. Eltern gehen solche Spiele nur etwas an, wenn dabei etwas gegen den Willen eines Kindes geschieht.

Ein Kind als eigenständige Persönlichkeit mit eigenem Willen und eigenen Gefühlen zu akzeptieren, ist nicht immer leicht für Mütter und Väter, die doch selbst ihre Gefühle nicht immer ernst nehmen und oft Angst haben, mit einem „Nein“ anzuecken. Aber einen besseren Schutz als ein gesundes Selbstbewusstsein können Sie Ihrem Kind nicht mitgeben.