



35. Elternbrief

Kinder erklären sich die Welt

„Papa, wieso wird es abends dunkel?“, „Mama, wie wird Regen gemacht?“, oder „Wie kommt die Musik ins Radio?“ Zugegeben, es kommt manchmal ungelegen, wenn Sie mit beiden Händen tief im Spülwasser stecken und plötzlich einleuchtende Erklärungen für sehr komplizierte Dinge finden sollen. Aber ist es wirklich so kompliziert? „Wenn sich viele, viele kleine Wassertröpfchen in dicken Regenwolken gesammelt haben, dann regnet es“, oder „Weil sich die Erde von der Sonne wegdreht, wird es abends dunkel“ – mit einer kurzen, klaren Antwort ist Kindern mehr gedient als mit einem weitschweifigen Vortrag. Wer mehr wissen will, wird nicht lockerlassen und weiterfragen. Und das ist gut so. Denn Kindern, die nicht fragen, fällt auch nichts auf.

Wer sich mit seinem Kind auf die Suche nach ungelösten Rätseln macht und seine Freude am Fragen weckt, der gibt ihm das gute Gefühl, dass es sich auch künftig lohnt, seinen Kopf anzustrengen.

Knifflige Fragen dulden schon mal Aufschub: „Wenn ich hier fertig bin, können wir mal zusammen nachschauen, wie die Musik ins Radio kommt“ – die Abmachung muss dann aber auch eingehalten werden. Eltern brechen sich keinen Zacken aus der Krone, wenn sie zugeben, dass sie nicht alles wissen. Dafür gibt es gute Lexika und Sachbilderbücher für Kinder. Hier lassen sich viele Fragen klären. Und genau das sollten die Kinder lernen: wo man Antworten finden kann. Schlagen Sie zusammen mit Ihrem Kind nach, wenn Sie nicht auf Anhieb sagen können, ob ein Kamel zwei oder einen Höcker hat! Schon im Kindergartenalter gehen Mädchen und Jungen auf Sinnuche. Sie wollen wissen, wo sie waren, bevor sie geboren wurden, oder wie man sicher sein kann, dass man wieder aufwacht, wenn man einschläft. Fragen nach Geburt und Tod mögen für Erwachsene unangenehm, sogar peinlich oder schockierend sein. Sie fürchten oft, die „richtige“ Antwort schuldig zu bleiben. Doch darum geht es den Fünfjährigen gar nicht.

Nicht die fertigen Lösungen, sondern das Gespräch ist ihnen wichtig. Im Gespräch über Sinnfragen sind Eltern und Kinder gleichberechtigte Partner: Wer weiß schon, wo wir nach dem Tod sein werden, wo wir waren, bevor wir geboren wurden, oder ob eine Blume Schmerzen hat, wenn sie gepflückt wird. Eine gute Gelegenheit, zunächst einmal zurückzufragen und zu erkunden, welche Vorstellungen sich das Kind bereits gemacht hat. Oft hat es sich

etwas ausgedacht, das es verunsichert und ängstigt, auf jeden Fall aber heftige Gefühle auslöst. Geschichten über Liebe, Geburt und Tod sind für viele Kinder wie ein spannendes, geheimnisvolles Märchen. Manche wollen immer wieder hören, wie sie auf die Welt gekommen sind: „*Zeig doch mal, wie groß ich war, als ich geboren wurde. Hast du dich gefreut, als ich da war? Hab ich dich angelacht, als ich rauskam?*“ Oder auch: „*Stirbst du, wenn ich groß bin?*“ Offene, unerschrockene Antworten zu geben, fällt uns Erwachsenen nicht immer leicht, aber für Kinder ist es wichtig zu spüren, dass sie ansprechen dürfen, was sie bewegt.

Die Frage nach ihrer eigenen Herkunft beschäftigt die meisten Fünfjährigen. Wenn Sie Ihr Kind adoptiert haben und bisher noch keine rechte Gelegenheit gefunden haben, mit ihm darüber zu sprechen, ist sie jetzt gekommen. Erklären Sie ihm ohne große Feierlichkeit, dass eine andere Mutter es geboren hat, und betonen Sie, wie dankbar Sie ihr dafür sind.

»Fragen bedeutet, sich die Welt zu erklären, Zusammenhänge herzustellen und den eigenen Standpunkt zu finden.«

Für Ihr Kind ist es von großer Bedeutung, dass Sie freundlich und positiv von seiner leiblichen Mutter sprechen.

Jedes Kind würde unter der Vorstellung leiden, eine schlechte Mutter gehabt zu haben, vielleicht lag es an ihm selbst, dass sie es loswerden wollte? Vielleicht ist es kein besonders nettes Kind? Viel-

leicht wollen es die jetzigen Eltern eines Tages auch nicht mehr behalten? Diese quälenden Gedanken können Sie Ihrem Kind ersparen, wenn Sie ihm schildern, dass seine Mutter es lieb hatte und nicht wollte, dass es ihm schlecht geht. Kinder sollten auch wissen, wer ihr Vater ist, seinen Namen kennen und nach ihm fragen können – möglichst ohne dass Mama ein böses Gesicht macht, sobald die Rede auf Papa kommt. So schwer das auch fallen mag:

Für ein Kind ist es sehr wichtig, dass sich seine Eltern gegenseitig achten, um sich selbst wertvoll, erwünscht und geborgen zu fühlen.





Über Ängste miteinander sprechen

Fernsehen, Radio und Zeitungen sind eine ständige Quelle beunruhigender Nachrichten. Und Kinder, je älter sie werden, nehmen regen Anteil an dem, was in der Welt geschieht. Berichte aus Kriegsgebieten, Reportagen über Umweltkatastrophen, Fotos von hungernden Kindern – all das kann eine Fülle von Ängsten in ihnen auslösen. Sie werden nicht verhindern können, dass Ihr Kind das eine oder andere mitbekommt, was für seine Ohren und Augen nicht gedacht ist. Aber Sie können dafür sorgen, dass Fernseher oder Radio nicht pausenlos laufen und dass Ihr Kind mit seinen Eindrücken nicht allein gelassen wird.

Kinder brauchen Gelegenheit und Ansprechpartner, um ihre Ängste zu verarbeiten. Sätze wie „So etwas verstehst du noch nicht!“ oder „Du brauchst gar keine Angst zu haben!“, verhindern nur, dass ein Gespräch über die Angst in Gang kommt. Und die Angst bleibt ja, auch wenn jemand sagt, dass man sie nicht zu haben braucht. Mark hat Angst, dass Einbrecher ins Haus einsteigen: Seine Mutter zeigt ihm, wie sie Fenster und Türen durch Schlösser und Riegel sichern. Schluchzend steht Eva in der Tür: Sie hat geträumt, dass Mama und Papa sterben. Liebevoller Um-



armungen und die Erlaubnis, im elterlichen Bett schlafen zu dürfen, bis die Angst vorbei ist, beruhigen sie wieder. Dennis fürchtet, dass das Ozonloch uns verbrutzeln lässt. Sein Vater erzählt ihm, was jeder von uns dagegen tun kann. **Hören Sie immer aufmerksam zu, wenn Ihr Kind von seinen Ängsten spricht, auch wenn sie Ihnen noch so versponnen oder belanglos erscheinen.** Erwachsene können Kindern Auswege aus der Angst zeigen. Sei es, dass sie sich in Umweltgruppen engagieren oder auch nur konsequent Pfandflaschen kaufen und Müll zu vermeiden versuchen, dass sie Patenschaften für Familien in einem Entwicklungsland übernehmen oder Ihr Kind einfach ganz fest in den Arm nehmen. Das zeigt den Kindern: Wir sind nicht allein. Wir können etwas tun.

Immer wieder Vorurteile

Wenn Ihr Kind zum ersten Mal ein anderes Kind mit einer auffallend dunklen Hautfarbe sieht, wird es sich bestimmt erkundigen, warum es so schwarz ist. Sie werden erklären, dass entweder der Papa oder die Mama oder beide eine dunkle Hautfarbe haben und vielleicht aus Afrika kommen. „Viele Menschen, die dort leben, haben eine schwarze

Hautfarbe, das ist völlig normal.“ Ein anderes Mal wird Ihr Kind vielleicht aus dem Kindergarten kommen und fragen, warum Gülperi und Mesut heute beim Mittagessen Rührei bekommen haben statt der Bratwurst. Jetzt könnten Sie erklären: „Gülperi und Mesut haben eine andere Religion als wir – sie sind Muslime. Ihr Glaube verbietet ihnen, Schweinefleisch zu essen. Deshalb hat ihnen die Köchin Rührei gemacht.“ Es kann aber auch sein, dass Sie sich gerade furchtbar geärgert haben, weil Sie in der Tüte des türkischen Gemüsehändlers eine verdorbene Tomate entdeckt haben.

So was kann zwar bei allen Gemüsehändlern vorkommen, aber Sie sind jetzt nicht in der Stimmung für wohl überlegte Argumente. „Typisch“, sagen Sie vielleicht, wenn Ihr Kind von Gülperi und Mesut erzählt, „die Türken wollen eben immer eine Extrawurst!“ Im Kopf des Kindes bleibt vielleicht hängen: „Diese Kinder gehören nicht zu uns!“ Es ist dabei, ein Vorurteil zu übernehmen und vielleicht eine Freundin zu verlieren, mit der es viel Spaß zusammen hätte haben können.

Wir Erwachsene neigen oft zu Pauschalurteilen und stecken andere Menschen schnell in Schubladen. „Typisch Frau“, denken wir vielleicht, wenn der Autofahrer, der vor uns herschleicht und plötzlich ohne zu blinken abbiegt, zufällig weiblich ist. „Einzelkinder sind verwöhnt“, „Kinder von geschiedenen Eltern sind gestört“. Wirklich? Vielleicht gibt es in Ihrer Nachbarschaft jemanden, der lieber auf der faulen Haut liegt, als sich Arbeit zu suchen, aber sind deswegen alle Arbeitslosen so? Wer selbst einmal in eine solche Situation gekommen ist und die Vorbehalte seiner Mitmenschen gespürt hat, der weiß, wie unbarmherzig und ungerecht Vorurteile sein können. Kinder kennen noch keine Vorurteile. Sie gehen nicht voreingenommen an einen Menschen oder an eine Sache heran. Alles Neue lassen sie auf sich zukommen, machen ihre eigenen Erfahrungen und sagen dann: „Das gefällt mir“ oder „Das gefällt mir nicht“.

Vorurteile übernehmen Kinder von uns Erwachsenen. Denn uns vertrauen sie und glauben zunächst alles, was wir ihnen sagen.

Kinder, die im Kindergarten andere Kinder verspotten, weil sie anders aussehen, anders sprechen oder weil sie „Ausländer“ sind, tun das nicht aus sich heraus. Irgendjemand hat ihnen den Anstoß dazu gegeben. Machen wir uns nichts vor: Es ist unser gelebtes Beispiel, an dem sich unsere Kinder orientieren. Von uns können sie lernen, wie wir achtsamvoll miteinander umgehen können, auch wenn wir verschieden und vielleicht unbequem füreinander sind. Wer es ernst meint mit der Vorbereitung seines Kindes auf das Leben, kann ihm nichts Besseres mit auf den Weg geben.

Bis hierher – und wie weiter?

Maximilian hat abends auf eigene Faust den Rasensprenger angestellt, aber dann vergessen, ihn wieder abzdrehen. Laura wollte den Staubsaugerbeutel ausleeren – was in der



Tat fällig war. Jetzt steht sie in einer riesigen Staubwolke, und der Teppich sieht ziemlich grau aus.

Sobald Kinder eigenverantwortlich handeln, liegen Erfolg und Misserfolg gefährlich nah beieinander. Es fällt auch fünfeinhalbjährigen Kindern noch schwer voranzudenken. Sie überlegen nicht, was passieren kann, wenn man seinen Eltern auf dem Rummelplatz wegläuft oder ein Tablett mit Gläsern von einem hohen Schrank herunterzuholen versucht. „Aber ich hab' gedacht ...“; beginnt das Kind seine Rechtfertigung und hört dann vielleicht: „Überlass' das Denken besser mir.“

Aber wie soll ein Kind mitdenken und selbstständig handeln lernen, wenn es von klein auf erlebt, dass es immer gleich handfesten Ärger gibt, wenn es mal ungeschickt ist?

Wer ständig Angst vor Strafe haben muss, falls etwas misslingt, traut sich immer weniger zu. Die Fähigkeiten eines Kindes zum Vorausdenken zu wecken, kostet viel Geduld und Nerven, aber es lohnt sich: Ein gleichgültiges oder ängstliches Kind ist auf Dauer gesehen viel anstrengender.

Wer nicht hören will, muss fühlen

Kinder sind manchmal wirklich ungezogen und tun Dinge, die Eltern nicht durchgehen lassen können. Sie ärgern ihre jüngeren Geschwister, halten sich einfach nicht an Abmachungen oder bringen durch Handlungen sich und andere in Gefahr. Was tun? Dass Ohrfeigen, Klapse oder Schläge kein Erziehungsmittel sind, wissen die meisten Eltern. Kinder, die geschlagen werden, legen sich ein „dickes Fell“ zu. Sie werden trotzig, sinnen auf Rache oder lassen ihre Wut an Schwächeren aus. Schläge sind eine Demütigung für ein Kind und ein Armutszeugnis für die Erwachsenen. Dennoch kann es passieren, dass einem die Hand ausrutscht. Sandra läuft blindlings über die Straße, Maximilian geht mit einem gefährlichen Gegenstand auf seine kleine Schwester los – Situationen, die Eltern alle guten Vorsätze vergessen lassen. Sagen Sie Ihrem Kind, dass es Ihnen leid tut und erklären Sie ihm, warum sie „ausgerastet“ sind. Manchmal hilft es, sich die Situation hinterher noch mal in Ruhe anzusehen und gedanklich durchzuspielen, was man in solchen Momenten tun könnte, um rechtzeitig die „Reißleine“ zu ziehen.

Wie man Ausrasten vermeiden kann

Konflikte schaukeln sich hoch, wenn nicht einer der Beteiligten einen klaren Kopf behält. Geschieht das nicht, droht ein Teufelskreis. Allen Vorsätzen zum Trotz setzt es doch wieder eine Ohrfeige, Gewissensbisse folgen, zusammen mit dem Vorsatz, das nächste Mal aber wirklich ruhig zu bleiben. Überlegen Sie, was Ihnen helfen könnte, „einen Schritt“ aus dem Clinch mit dem Kind zu tun: Packen Sie sich selbst am Schopf, wenn Sie spüren, wie es Ihnen wieder in den Händen kribbelt. Unterbrechen Sie die Situation, gehen Sie aus dem Zimmer, atmen Sie bewusst tief durch, oder feilen Sie Ihre Fingernägel, wenn

Sie merken, dass Sie nicht mehr an sich halten können. Tun Sie sich etwas Gutes, nachdem Sie ein Kissen an die Wand geworfen haben. Und weinen Sie, wenn Ihnen danach zumute ist. Irgendwann verraucht der Zorn. Machen Sie sich klar, wie gut Sie bisher alles geschafft haben: Sie haben ein liebes, gescheites und eigensinniges Kind.

Und wenn das alles nicht mehr hilft, wenn Ihre Nerven bloßliegen und Sie innerlich kochen und nur noch zuschlagen möchten, sobald Ihr Kind versucht, schon wieder seinen Kopf durchzusetzen: sprechen Sie mit Ihrem Partner oder anderen Eltern darüber. Sie können sich auch an Ihr Jugendamt oder eine Erziehungsberatungsstelle wenden.

Überfordert zu sein, ist kein Grund, sich zu schämen. Wohl aber ein Grund, Unterstützung zu suchen.

Gibt es überhaupt sinnvolle Strafen?

Schimpfen: Ohne Schimpfen schafft es kaum einer. Aber nur wer selten schimpft, wird auch etwas damit erreichen. Wenn Eltern dauernd an allem etwas auszusetzen haben, schalten Kinder beide Ohren auf Durchzug. Wer hat schon Lust, sich anzustrengen, wenn er ständig beschimpft oder mit Vorwürfen überhäuft wird? **Bessere Erfolge erzielen Eltern, die loben, wenn etwas geklappt hat:** „Schön, dass du solange ruhig warst, als ich telefoniert habe“, bestätigt Ihr Kind darin, dass es sich auch besser verhalten kann.

Verbote: Stubenarrest, Besuchsverbot für Freunde und Fernsehverbot sind Strafen, zu denen genervte Eltern schon mal greifen. Ob sie allerdings bewirken, dass ein fünfjähriges Kind überlegt, wie es sich das nächste Mal besser verhalten kann, ist fraglich.



Wenn sich Peter voller Eifersucht in einem unbeobachteten Augenblick an dem Baby vergreift und seine Eltern ihn zur Strafe in sein Zimmer schicken, wird ihn das in seinem Verdacht, die Eltern hätten das Neugeborene viel lieber, nur noch bestärken. Solche Strafen lassen Kinder nur empfinden, dass sie sich auf nichts mehr verlassen können, dass ihre Eltern ihre Pläne jederzeit durchkreuzen können und ihre Versprechen sowieso nicht einhalten. Unter solchen Voraussetzungen kann ein Kind keine Einsicht entwickeln.



Drohungen: „Wenn du dich nicht benehmen kannst, gibt es kein Eis.“ Wem rutscht solch ein Satz nicht schnell mal raus? Aber Vorsicht! Jetzt stehen Sie bei Ihrem Kind im Wort. Die Drohung hat das Kind vielleicht beeindruckt, und es bleibt wirklich an der Hand, hört auf zu quengeln oder rückt das Plastikauto seiner kleinen Schwester wieder raus. Aber was machen Sie, wenn das nicht so ist? Zwei Stunden später ist alles längst vergessen, als Sie beim Eisstand vorbeikommen: „Mama, krieg' ich ein Eis, bitte!“ Was nun? Wie man es auch macht, ist es verkehrt: Kauft man ein Eis, verliert man ein Stückchen Glaubwürdigkeit. Kauft man es nicht, fühlt man sich kleinlich und nachtragend. Strafen und Verbote, selbst Drohungen sollte man besser nur aussprechen, wenn man sie auch durchsetzen kann. Was hilft ein Hausarrest, den Sie in der Hitze des Gefechts schnell verhängt haben, wenn Sie sich damit einen endlos langen, verquengelten Nachmittag mit einem schlecht gelaunten Kind bescheren? Oder ein drohendes „Wenn du dich nicht sofort anziehst, gehe ich weg und lasse dich allein hier!“, während Sie zu anderer Gelegenheit doch immer betonen, dass Mama und Papa niemals weggehen und ihren kleinen Schatz allein zurücklassen. Niemand wird wohl ohne gelegentliches Schimpfen, Verbieten und Drohen auskommen. Wenn es aber zur täglichen Übung geworden ist, sollten Eltern eine Denkpause einlegen: Kinder wollen ihren Eltern doch gefallen. Sie gehorchen (meistens), weil sie die gute Beziehung nicht aufs Spiel setzen wollen – aus Liebe und nicht aus Angst vor Strafe.

Mit Anerkennung und Bestärkung bei erwünschtem Verhalten kommt man weiter als mit Schimpfen und Strafen.



Regeln müssen her

Bei aller Liebe: Kein Kind tut immer genau das, was die Eltern von ihm wollen, Kinder sind eben Kinder: übermütig, neugierig und voller Tatendrang. Aber Eltern müssen nicht alles laufen lassen aus lauter Angst, die gute Beziehung zu gefährden. Wenn es nicht damit enden soll, dass man nur noch ratlos mit den Achseln zuckt, wenn sich das eigene Kind mal wieder unmöglich aufführt, muss man darauf drängen, dass bestimmte feste Regeln



eingehalten werden. **Das klappt am besten, wenn der Sinn dieser Regeln für das Kind verständlich ist**, z.B.: Schuhe wegräumen und Jacke aufhängen, damit andere nicht über die Sachen stolpern ... Solche **Regeln** gelten natürlich **für alle Familienmitglieder!**

Einsichtig sollte auch sein, was folgt, wenn Absprachen nicht eingehalten werden: Wer alles stehen und liegen lässt und sich auch nach der dritten Ermahnung nicht ans Aufräumen macht, der muss in Kauf nehmen, dass keine Zeit zum Vorlesen bleibt, denn die geht nun fürs gemeinsame Aufräumen drauf. Das ist keine aus der Luft gegriffene Strafe, sondern ergibt sich als Konsequenz aus dem eigenen Verhalten. So kann ein Kind lernen, sein Verhalten zu verantworten. Und darum geht es ja schließlich.

Für seine Taten einstehen

Wieder mal ist ein Spielzeug kaputtgegangen, Keksvorräte haben sich geheimnisvoll in Luft aufgelöst, oder die Palme liegt neben dem Topf. „*Das war ich nicht, das war der andere Philipp*“, versucht Philipp mit verlegenem Lächeln einen Ausweg. Für Fünfjährige ist es noch schwer, zuzugeben, dass sie etwas kaputtgemacht, aufgegessen oder umgeworfen haben. **Gegenüber Notlügen kleiner Kinder ist Strenge nicht angebracht, sie verstärkt höchstens ihre Nöte.** Streng bestrafte Kinder meinen schnell, sie müssten das nächste Mal nur besser lügen, um nicht erwischt zu werden. Mit Vertrauen und Verständnis kann man **den Kindern Brücken bauen:** „Mir fällt es auch schwer, Kekse stehen zu lassen“, und an ihre Einsicht appellieren: „Aber jetzt sind die Kekse alle, und wir hatten doch abgemacht, für Papa welche aufzuheben.“ Vielleicht klappt es das nächste Mal. Wichtiger als ein promptes Schuldbekenntnis ist die Aufrichtigkeit, die vom gegenseitigen Vertrauen zwischen Kindern und Eltern lebt. **Ein Kind muss erleben, dass man auch über eine Dummheit, die es sich geleistet hat, reden kann und dass es die Sache wieder in Ordnung bringen kann.**

Kleine Kinder stehlen auch noch nicht im üblichen Sinn. Es kann viele Gründe geben, warum sie sich etwas nehmen, was ihnen nicht gehört. Vielen Kindern fehlt einfach noch die klare Vorstellung von den Besitzverhältnissen. Manche sind es von zu Hause gewohnt, dass jeder an alles herandarf. Im Kindergarten werden sie sich dann nicht anders verhalten. Eine klare, sichere Linie in puncto Eigentum hilft, den Unterschied von Mein und Dein zu erkennen: Was dir gehört, darf niemand nehmen, ohne dich zu fragen. Und so musst du es bei den anderen auch machen. Wer etwas wegnimmt, muss es zurückgeben.