

VON ER- ZIEHUNG ZUR BE- ZIEHUNG

DER WEG ZU EINER TIEFEN UND
VERTRAUVSVOLLEN ELTERN-KIND-BINDUNG

Als Eltern wollen wir das Beste für unsere Kinder. Doch wir stehen vor der Herausforderung, den richtigen Weg für die Kleinen zu finden. Was tut ihnen wirklich gut? Wie sollten wir ihnen begegnen?

Die traditionellen, autoritären Erziehungsmodelle stammen aus vergangenen Epochen und passen nicht mehr in unsere moderne Welt. Typischerweise schaden letztlich alle Methoden, die mit dem Hebel des Machtgefälles arbeiten, der Beziehung zu unseren Kindern. Aus heutiger Sicht sollte nicht die Erziehung, sondern die Beziehung zu den Kindern an erster Stelle stehen.

Die Bedeutung einer starken und liebevollen Verbindung

Kinder, die sich sicher und geliebt fühlen, können sich ungehindert entwickeln, ihre Kreativität entfalten und können es sich gut beibehalten, aus eigenem Antrieb zu handeln. Auch können sie so ein stabiles, inneres Wertegerüst entwickeln. Alles Aspekte, die Grundlage für ein glückliches Leben bieten.

Autoritäres Verhalten gegenüber den Kindern kommuniziert häufig die Bedürfnisse der Eltern, als das es etwas mit dem Kind zu tun hat. So wird dann vermeintliches Wohlverhalten gerne belohnt und Fehlverhalten bestraft. Dabei besteht allerdings die Gefahr, dass das Kind sich nicht richtig gesehen und wirklich geliebt fühlt. Nur wenn es so funktioniert, wie es sich Mama und Papa vorstellen, ist es auch geliebt.

Dies kann nicht die Botschaft sein, die wir unseren Kindern vermitteln wollen. Und Kinder sind auch nicht auf der Welt, um zu funktionieren. Als Eltern sollten wir auf eine offene und unterstützende Begleitung und eine dementsprechende Kommunikation setzen. Wenn wir auf eine gesunde Beziehung zu unseren Kindern achten, schaffen wir eine Atmosphäre, die von Vertrauen und Sicherheit geprägt ist. Darin können sich die Kinder optimal entwickeln.

Die Problematik des Begriffs „Erziehung“

Die Diplom-Psychologin Lena Blaschke, Expertin für Proaktivität und Familienberaterin rät dazu, sich vom Begriff „Erziehung“ zu verabschieden. Oder ihn zumindest einmal sehr kritisch zu hinterfragen. Denn der Begriff bringt „Altlasten“ mit. Aus ihrer Sicht beinhaltet „Erziehung“ eine falsche Grundannahme vom Wesen des Kindes. Diese besteht darin, dass Kinder passive Empfänger seien, die geformt werden müssten. Diese Perspektive kann im Alltag leicht dazu führen, dass Eltern die Dinge falsch angehen. Kinder sind von Geburt an aktive Wesen, die Begleitung und Orientierung, nicht aber Erziehung benötigen. Vielmehr suchen sie eine tiefgehende und vertrauensvolle Beziehung mit einem starken Vorbild.



Blaschke erklärt, dass der Begriff „Erziehung“ aus dem althochdeutschen „irziohan“ (herausziehen) stammt und im Lateinischen bedeutet, den Geist und Charakter zu formen. Diese Begriffe erklären das Kind zu einem passiven und formbaren Objekt. Sie negieren, dass das Kind selbst aktiv handelt.

In Wirklichkeit sind Kinder lebhaft, neugierige Wesen, die ihre Umwelt erforschen und entdecken wollen. Durch Erziehung fördern wir jedoch oft Passivität und unterdrücken damit nach und nach ihre natürliche Explorationsfreude.

Reflexion des eigenen Verhaltens

Oft ist das Verhalten der Kinder ein Spiegel unseres Verhaltens. Wenn Kinder häufig herausforderndes Verhalten wie Trotz oder Wut zeigen, sollten wir uns fragen: „Was trage ich als Elternteil zu diesem Verhalten bei?“ Diese Frage ist nicht als Schuldzuweisung zu verstehen. Sie ist vielmehr eine Hilfe dabei, die Ursache des kindlichen Verhaltens herauszufinden und eine gemeinsame Lösung zu entwickeln.

Wenn Kinder in späterem Alter oft passiv oder wütend sind, steht das häufig in Verbindung mit dem Geziehe und Zerren der Eltern. Dies kann sich darin äußern, dass die Kinder einfach vom Spielplatz weggezogen werden, weil die Eltern gehen wollen. Auch wenn die Kleinen gedrängt werden, ihr Spiel abrupt zu beenden, weil z. B. das Essen auf dem Tisch steht, sind sie in die inaktive Rolle versetzt.

Mit diesem Elternverhalten fördern wir Passivität und verhindern, dass Kinder ihre natürliche Neugier und Proaktivität ausleben.

Der Auftrag der Eltern

Statt Kinder zu erziehen, sieht Lena Blaschke den Auftrag der Eltern darin, eine vertrauensvolle, verlässliche Beziehung aufzubauen. Wir sind in jeder Minute Vorbild für unsere Kinder und sollten jede Gelegenheit nutzen, ihre eigene Entwicklung und ihre Stärken zu fördern. Sie sind ebenso vollwertige Menschen, die einen würdevollen Umgang mit ihnen verdienen.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist, den Kindern größtmöglichen Handlungsspielraum zu geben. Unser Ziel als Eltern ist es, die hohe Aktivität und Explorationsfreude der Kinder zu erhalten und zu fördern und nicht zu zerstören.

Wir sagen oft „Nein“, „Lass das“ oder „Tu das nicht“. Doch die Kunst besteht darin, den Kindern zu vertrauen und ihnen sichere Handlungsspielräume zu ermöglichen. Die Kleinen sind kreativ und haben eigenartige Ideen. In der Realisierung dieser Ideen steckt jedoch eine Fülle von Entwicklungspotenzialen, die wir nicht unterdrücken sollten.

Tipps für eine bessere Eltern-Kind-Beziehung

Damit wir eine vertrauensvolle und tiefe Beziehung zu unseren Kindern aufbauen können, haben sich die folgenden Tipps bewährt:

1. Offene Kommunikation

Kinder wollen gehört und gesehen werden und brauchen eine Bezugsperson, die ihnen auf Augenhöhe begegnet und durch die sie sich gesehen fühlen. Hören Sie Ihrem Kind aktiv zu und lassen Sie sich auf seine Themen und Anliegen ein. Nehmen Sie dazu die Perspektive ihres Kindes ein.

2. Verhalten der Eltern

Viel wichtiger noch als die Worte der Eltern ist ihr Verhalten! Kinder können am besten „durch Spüren erfahren“, ob sie geliebt, anerkannt und wertgeschätzt werden. Behandeln Sie Ihr Kind wie einen vollwertigen Menschen. Das heißt nicht, dass es keine altersgerechten Regeln und Grenzen gibt, aber es bedeutet, dass sie diese auf liebevolle und respektvolle Weise kundtun. Ihrem Kind zeigen, wovon Sie reden.

3. Zeit und Aufmerksamkeit

Verbringen Sie ganz bewusste Zeit mit ihren Kindern. Sie kann länger oder kürzer sein, aber wichtig ist, dass Sie auch mit dem Kopf und dem ganzen Körper und dem Herzen anwesend sind und mit ihrer Aufmerksamkeit bei ihrem Kind sind. (Da gehört das Handy z.B. nicht mit in das Setting.)

4. Handlungsspielräume öffnen statt schließen

Es gibt eine einfache 1:1 Regel. Jedesmal wenn zu etwas „Nein“ gesagt wird, verbindet man das mit einem Angebot, einem „Ja“. Also wenn Sie aus gutem Grund dem Kind sagen, dass es nicht mit dem scharfen Messer spielen kann, bieten Sie etwas anderes Spannendes aus der Küchenschublade an. Geben Sie Ihrem Kind genügend Möglichkeiten, sich in neuen Dingen auszuprobieren und eigene Entscheidungen zu treffen. So gewinnen die Kleinen Sicherheit und erhalten wertvolle Lernerfahrungen.

5. Lassen Sie Ihr Kind bitte Fehler machen und scheitern!

Denn so lernen die Kinder am allerbesten. Ein Kind, das bei seinen ersten Gehversuchen über ein Kuscheltier stolpert und hinfällt, lernt dabei. Natürlich soll dafür gesorgt sein, dass nichts Gefährliches passieren kann, aber räumen Sie nicht jedes Hindernis aus dem Weg. Das gilt auch für alle anderen Bereiche im Leben: Kinder wollen selber Probleme bewerkstelligen, Hindernisse überwinden und Lösungen finden. Nehmen Sie ihm also nicht die Hindernisse weg, sondern, wo immer nötig, begleiten Sie Ihr Kind beim Meistern dieser Herausforderungen. So lernen Kinder, Emotionen zu regulieren und erfahren Selbstwirksamkeit.

6. Vorbild sein

Die größten Vorbilder der Kinder sind die Eltern. Deshalb sollten Sie darauf achten, sich selbst so zu verhalten, wie Sie es sich von Ihrem Kind wünschen. Und nachgelagert brauchen Sie dann Verständnis, dass Ihr Kind Ihnen das nicht sofort nachmachen kann. Es kann eine Weile dauern, bis Ihr Kind das, was es bei Ihnen sieht, dann auch selbst umsetzen kann. Wenn Ihr Kind Sie anschreit, antworten Sie ruhig. Irgendwann wird Ihr Kind es dann auch können. Nicht aber wenn Sie zurückschreien.

7. Reflektieren Sie sich und haben Sie Verständnis für sich selbst

Der Tipp immer Vorbild zu sein wird oft damit verwechselt, man müsse immer perfekt sein. Gemeint ist aber eher: Seien Sie authentisch. Wenn Sie etwas gemacht haben, was Ihnen Leid tut, zeigen Sie es Ihrem Kind. Und fragen Sie sich, wo das herkommt, dass Sie sich in manchen Situationen auch nicht so verhalten, wie sie es eigentlich gerne würden. Oft merken Eltern dann, dass sie es auch nicht besser gelernt oder erfahren haben in ihrer Kindheit. Zum Beispiel den Umgang mit – insbesondere als negativ empfundene – Emotionen. Liebevoll mit dem Kind umgehen zu wollen, gelingt am besten, wenn man mit sich selbst auch liebevoll umgehen kann. Eine solche Einsicht bietet dann eine gute Chance, es ab jetzt anders zu machen und gemeinsam mit dem Kind neues Verhalten zu lernen.

Elterncoach Lena Blaschke betont, dass es ihr nicht darum geht, Eltern Vorwürfe zu machen. Viele von uns sind durch den Alltagsstress so vereinnahmt, dass es ganz normal ist, wenn manche Themen aus dem Blickfeld geraten. Wichtig ist nur, diese wieder ins Blickfeld zu holen, die Verantwortung zu übernehmen und daran zu arbeiten.

AUTORIN LENA BLASCHKE

Lena Blaschke ist neurowissenschaftlich ausgebildete Diplom-Psychologin, Entwicklerin des Proactivity-Managements und Eltern- & Familienberaterin. Mit ihrem Beratungs-, Coaching- und Kursangebot bietet sie schnell erlernbare Wege an, wie Eltern ihre Kinder besser verstehen, am besten begleiten, und gelassener und sicherer werden können im Umgang mit ihren Kindern und wie das dazu führt, dass eine gesunde Beziehung zwischen Eltern und Kind wachsen kann.

www.elternwunder.de



Valino



Valino Badespaß



DIE LANGEWEILE IN DER BADEWANNE IST VORBEI

Entdecke die Welt vom kleinen Seehund Valino und mache Baden zum Erlebnis. Valino's Lieblingsprodukte sorgen für mehr Freude in der Badewanne und kreativen Badespaß.

Hochwertige, dermatologisch getestete Inhaltsstoffe und die Verwendung von Natur- und Lebensmittelfarben garantieren ein unbedenkliches Bade-Vergnügen.



und vieles mehr...
www.valinoprodukte.de