Vorwort

Noch ein Erziehungsratgeber? In der Tat, es gibt schon zu viele Bücher mit gut gemeinten Ratschlägen für Eltern. Und dennoch hat sich die bke entschlossen, ihr eigenes Eltern-ABC zu veröffentlichen. Dieses Buch vom renommierten Fachverband Bundeskonferenz für Erziehungsberatung will kein Erziehungsratgeber im herkömmlichen Sinn sein. Es bietet keine Patentrezepte, es handelt nicht systematisch verschiedene Entwicklungsstadien ab, es folgt keiner bestimmten pädagogischen oder psychologischen Lehre und vor allem läuft es keinem aktuellen Trend hinterher. Das Eltern-ABC der bke beantwortet Fragen, die der ganz normale Alltag des Zusammenlebens von Eltern, Kindern und Jugendlichen in der Familie mit sich bringt.

Die Fachkräfte in den Erziehungsberatungsstellen, die es in jedem Landkreis und in jeder Stadt gibt, sind meist erst gefordert, wenn es schon zu Konflikten und Krisen in den Familien gekommen ist. Sie sind täglich mit Momenten »misslungener« Erziehung konfrontiert und helfen den Ratsuchenden dann, so gut sie es in langen Jahren der Ausbildung und ihrer beruflichen Praxis gelernt haben. Jedes Jahr werden in Deutschland rund 300.000 Familien in Erzie-

hungsberatungsstellen unterstützt. Da hat sich ein immenser Erfahrungsschatz angesammelt, mit dem die Beraterinnen und Berater ganz besonders prädestiniert sind, etwas darüber zu sagen: »Wie Erziehung gelingt.« Das ist Thema dieser Veröffentlichung. Der theoretische Text dazu findet sich im hinteren Teil des Buches: Kurz zusammengefasst steht dort in drei Kapiteln: *Was Kinder brauchen. Was Eltern tun sollten.* Und: *Was neben der Erziehung die Entwicklung der Kinder beeinflusst.* Wo es individuelle Hilfe gibt, wenn es einmal nicht so recht klappen mag mit der Erziehung, steht dort auch.

Im Hauptteil des Buches gibt es viele Beispiele in Form des Eltern-ABCs. Die alphabetische Reihenfolge bringt die Erziehungs-Tipps in eine Ordnung, die es ermöglicht, das Buch nach Belieben im Ganzen, von vorne nach hinten zu lesen oder umgekehrt, kreuz und quer in kleinen oder größeren Häppchen zu genießen. Trotz aller Ernsthaftigkeit der Gedanken ist das Eltern-ABC der bke zugleich unterhaltsame Lektüre. Erziehung gelingt am besten, wenn auch Humor im Zusammenleben von Kindern und Eltern seinen Platz hat. Für die heiteren Seiten in diesem Buch hat Irma Stolz mit ihren liebevollen Illustrationen gesorgt. Für die Klarheit der behandelten Stichwörter von A wie »Abendritual« bis Z wie »Zuverlässigkeit belohnen« und eine gleichermaßen gelassene wie bestimmte Haltung, die Kinder und Jugendliche als eigenständige Persönlichkeiten achtet, sie in ihrer Entwicklung verständnisvoll fördert, sie aber auch vor drohenden Gefahren schützt, steht die fachlich fundierte Erfahrung der Erziehungsberatung in Deutschland.

Stellvertretend für viele Kolleginnen und Kollegen landauf landab, hat unter dem Dach der bke vor mehr als fünf Jahren eine kleine Gruppe von Beraterinnen und Beratern Neuland betreten, indem sie sich bereit fand, Alltagsfragen zur Erziehung allgemein und für eine breite Öffentlichkeit zu behandeln. Vorausgegangen war eine Anfrage der Deutschen Presse-Agentur dpa. Dort wollte man eine wöchentlich erscheinende Rubrik, die unter dem Titel »Erziehungs-ABC« laufen sollte, ins Leben rufen und suchte nach einem Kooperationspartner. Die bke wurde angesprochen und in deren Gremien befand man das Vorhaben als attraktive Herausforderung, der man sich stellen wollte. Das dpa-Erziehungs-ABC ging im Januar 2007 an den Start. Bis zum Erscheinen dieses Buches sind seitdem mehr als 260 Erziehungs-Tipps der bke als dpa-Meldungen gesendet und von vielen Zeitungen in Deutschland gedruckt und in Online-Ausgaben ins Internet gestellt worden.

Die Fragen kamen und kommen vom dpa-Themendienst, der einen guten Draht insbesondere zu jungen Eltern hat. Die Redakteurinnen Carina Frey (bis Juni 2010) und Julia Kirchner stellten die Eltern-Fragen zusammen, die von den Erziehungsberater/innen Jürgen F. Detering, Doris Kahlert, Karin Jacob, Dr. Andreas Hundsalz, Dr. Hermann Scheuerer-Englisch, Andreas Engel und dem Vorsitzenden der bke, Ulrich Gerth, beantwortet wurden. Die so entstandenen kleinen Texte wurden in der bke-Geschäftsstelle von Herbert Schilling gesammelt, in Form gebracht und in regelmäßigen Abständen an die dpa weitergereicht. Dort

entstanden dann Mittwoch für Mittwoch klassische Agentur-Meldungen: »… rät die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (bke) in Fürth«.

Für das vorliegende Buch nun wurden viereinhalb Jahrgänge dieser Meldungen noch einmal durchgesehen, ein weiteres Mal überarbeitet und ihrer Nachrichtenform wieder entkleidet. Die 155 prägnantesten Tipps wurden dann zu den Stichwörtern im Eltern-ABC der bke neu zusammengesetzt. Zum 50-jährigen Jubiläum der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung im Jahre 2012 ist schließlich in der gestalterischen Handschrift von bke-Hausgrafiker Armin Stingl ein ganz besonderes Lese-Buch entstanden.

Bundeskonferenz für Erziehungsberatung

Das Eltern-ABC der bke

Auf Kinderängste verständnisvoll eingehen

Wenn ein Kind plötzlich vor allem Angst hat, kann es hilfreich sein, es nachts zu sich ins Zimmer oder Elternbett zu nehmen. Dass kleine Kinder alleine in einem eigenen Zimmer schlafen sollen, ist überhaupt eine Idee erst der vergangenen 100 Jahre. Vorher schlief man in der Regel behütet und geschützt im Familienverband. Eltern können darauf vertrauen, dass bei verständnisvollem Eingehen auf die Ängste des Kindes bald wieder eine Phase der Erkundungslust und Sicherheit folgt.

Eltern können sich in ihr Kind einfühlen, indem sie sich an ihre eigenen Kindheitsängste erinnern, und ihrem Kind Sicherheit geben. Das Gefühl der Sicherheit entsteht durch die Nähe und den Schutz einer einfühlsamen Bindungsperson, meist der Mutter. Kinder im Vorschulalter sind mit besonderem Interesse an neuen Dingen und Erfahrungen ausgestattet. Zu ihrem eigenen Schutz sind sie gleichzeitig aber auch besonders sensibel gegenüber drohenden Gefahren. Die angstmachenden Vorstellungen haben ihren Auslöser entweder in Erlebnissen oder in der Fantasiewelt des Kindes. Auch die kollektiven Ängste aus der Menschheitsentwicklung, wie Angst vor Dunkelheit, Räubern, wilden Tieren, Insekten, Schlangen spielen eine Rolle.

Kinderzimmer aufräumen: Spielerisch damit anfangen

Grundschulkinder brauchen in ihrer Spiel- und Lernumgebung Übersicht und Klarheit. Das ist gut für die Konzentration. Es ist daher sinnvoll, im Zimmer einmal pro Woche und auf dem Schreibtisch täglich Ordnung zu schaffen. Das geht umso besser, je ruhiger und klarer Eltern mit dem Ärger und dem Widerstand der Kinder bei diesem Thema umgehen. Mit Reden und Auffordern allein klappt das meist jedoch nicht.

Wichtig ist, dass Eltern auf dem Aufräumen bestehen, selbst mit anpacken und dabei vielleicht sogar spielerischer Spaß oder ein gutes Gespräch entstehen. Die Entwicklung von Ordnungssinn beginnt bei Kindern etwa im dritten Lebensjahr, wenn die Mädchen und Jungen spielerisch Schubladen ein- und wieder ausräumen und begeistert saubermachen. Dabei können die Kinder schon wichtige Dinge lernen, zum Beispiel, dass zum Spielen Aufräumen selbstverständlich dazu gehört.

Allerdings sollte es auch möglich sein, ein Spiel, in das ein Kind sehr vertieft ist und mit dem es am nächsten Tag weiterspielen möchte, stehen zu lassen. Kindliche Kreativität braucht auch mal Durcheinander.

Jugendliche mit eigenem Budget Kleidung kaufen lassen

Jugendliche haben einen eigenen Kleidungsstil. Das nervt manche Eltern und kann ganz schön ins Geld gehen. Ein selbstverwaltetes Kleidergeld löst viele dieser Probleme. Dabei sollte sich die Höhe des Kleidergeldes nach dem Familieneinkommen richten und nicht danach, was Freunde bekommen.

Mit dem Kleidergeld lernen Jugendliche, selbstständig mit einem begrenzten Budget zu wirtschaften. Dabei könnten sie auch die Erfahrung machen, dass man sich anderweitig einschränken muss, wenn man sein ganzes Geld für eine teure Jacke ausgibt. Für Eltern bedeutet das, dass sie sich eventuell mit dem extravaganten Geschmack ihrer Kinder arrangieren müssen.

Wenn die Mütze kratzt: Machtkämpfe um Kleidung möglichst vermeiden

In der kalten Jahreszeit muss man sich wärmer anziehen. Das ist manchmal unbequem und lästig. Manche Kinder mögen außerdem bestimmte Kleidungsstücke nicht und dann heißt es: »Die Mütze ziehe ich nicht an, die kratzt!« Wenn es vom Wetter her einigermaßen vertretbar ist, sollte man sein Kind ruhig ohne Mütze gehen lassen, damit es selbst die Erfahrung machen kann, dass im Winter die Ohren kalt werden.

Machtkämpfe um Kleidung sollten möglichst vermieden werden, denn es geht dabei auch um die Individualität des Kindes. Besser ist es, gemeinsam nach Alternativen suchen: »Wenn du die Mütze nicht willst, was kannst du denn noch anziehen, damit dir draußen nicht kalt wird?« Irgendwann ist allerdings Ende der Debatte, und es muss entschieden werden: Entweder das Kind bleibt drinnen oder es setzt die Mütze auf, obwohl es eigentlich nicht will.

Was Kinder brauchen

Wenn Eltern ihre Kinder erziehen, handeln sie bewusst und zielgerichtet. Aber nicht nur das beabsichtigte Verhalten wirkt sich auf die Kinder aus. Alles was Eltern tun – oder lassen – hat Einfluss auf die Entwicklung des Nachwuchses. Und: Es ist nicht nur wichtig, was Eltern in der Erziehung tun, sondern auch, wie sie es tun. In einem familiären Klima, das von gegenseitiger Achtung, emotionaler Wärme und Humor geprägt ist, gelingt Erziehung am besten.

Erziehung orientiert sich an den Grundbedürfnissen der Kinder. In den ersten Lebensjahren sorgen die Eltern für die Bedürfnisbefriedigung. Werden die Kinder älter, werden sie zunehmend unterstützt, sich mehr und mehr selbst um sich zu kümmern, um schließlich als erwachsene, eigenständige Persönlichkeiten ihren Platz in der Gesellschaft zu finden.

Pflege, Ernährung und Schutz

Kleine Kinder müssen von ihren Eltern nicht nur mit ausreichender und gesunder Nahrung versorgt werden. Die Eltern müssen für ihre Kinder insgesamt eine sichere, schützende

Inhalt

Vorwort *5*

Das Eltern-ABC der bke *9*
Abendritual *11*
Abmeldung *12*
Abschiedsschmerz *13*
Absprachen mit Teenagern *14*
Abwehrverhalten einüben *15*
Aggressivität *16*
Alkohol *17*
Allein zu Hause *18*
Alpträume *20*
Ältere Geschwister *21*
Anfassen *22*
Anfassen, matschen, riechen *23*
Angstattacken *24*
Aufklärungsgespräch *25*
Ausflug mit Schaukelpferd *26*
Beerdigung *28*
Beruhigen *29*
Beschwerden *30*
Besitz verteidigen *31*
Besuch *32*
Bücher *33*

Computerspielzeit *34*

Dazwischen reden *36*
Diebstahl *37*
Doktorspiele *38*
Dröhnende Musik *40*

Einkaufsbummel *41*
Einnässen *42*
Einschlafprobleme *43*
Eisessen *44*
Elternbett *45*
Elterntaxi *46*
Entdeckerfreude *47*
Erziehungsvorstellungen *48*