

Erziehung ist eine Gemeinschaftsaufgabe

Damit Elternschaft gelingen kann, müssen Eltern und Kinder „sich finden“, erklärt Professor Dr. Gerhard J. Suess. Freunde und Verwandte, ganze Netzwerk von Beziehungen können junge Familien unterstützen, ihnen Rat und Sicherheit geben.

Sie haben Kinder? Erinnern Sie sich an den Tag, als Sie mit Ihrem Säugling aus der Geburtsklinik nach Hause kamen? Ein entscheidender Moment. Vermutlich werden Sie die große Verantwortung gespürt haben, die Sie von nun an für das Überleben Ihres Kindes tragen. Wird es wachsen und gedeihen? Wie viele Eltern treten in den ersten Wochen immer wieder ans Bettchen, um zu überprüfen, ob das Kleine atmet? Die Sorge um das Überleben und Wachsen des Säuglings ist das zentrale Thema am Anfang des Elternseins. Sie verändert unser Leben radikal – und so nachhaltig wie kein anderes Lebensereignis, sagt der renommierte Säuglingsforscher Daniel Stern.

Geht dagegen alles gut, merken die Eltern bald, wie sehr das Kind ihre Liebe und Zuwendung braucht – und wie sehr dies in ihr eigenes Leben eingreift. Wichtige Fragen tauchen auf: Kann ich meinem Kind die Liebe geben, die es braucht, um sich zu einem lebensfähigen Menschen zu entwickeln? Und weiter: Welche meiner Gewohnheiten, meiner Träume werde ich aufgeben müssen? Was wird von mir und für mich übrig bleiben? Und wer werde ich dann sein?

Es sind leider immer noch hauptsächlich die Mütter, die sich mit diesen Fragen auseinandersetzen müssen. Mütter – allein gelassen von Vätern, wenn wir die individuelle Situation betrachten, allein gelassen von der Gesellschaft, wenn wir den Blickwinkel weiten und die Not von Eltern sehen, ihre Elternrolle mit all den anderen Anforderungen zu vereinen. Und diese Not wird immer größer.

Viele Eltern fühlen sich zerrissen, verlieren den Anschluss im Beruf, und viel zu viele geraten durchs Elternsein in die Armut. Armut bedeutet für sich gesehen kein besonderes Risiko für die Güte der Kindererziehung. Doch Armut zieht andere Lebensrisiken an, so wie ein Scheinwerfer in der Nacht die Mücken. Bei einem Drittel der unter Armut leidenden Eltern finden sich so viele belastende Faktoren versammelt, dass Fachleute sie zur sogenannten Hochrisiko-Gruppe zählen. Es ist nicht die Art der Risiken, sondern deren Häufigkeit, die es diesen Eltern schwer macht, sich in ihre Rolle und

ihre Elternliebe einzufinden.

Gerade Eltern, die selbst eine schwierige Kindheit erlebt haben, müssen Elternliebe mühsam lernen, denn ihnen fehlt dafür das innere Modell. Belastende Kindheitserinnerungen, etwa von den Eltern misshandelt und verlassen worden zu sein, stört das eigene Elternsein in grundlegender Weise.

Wenn der eigene Säugling schreit, werden die schmerzlichen Erinnerungen wieder wach. Was die Eltern dann – mit ihrem Säugling auf dem Arm – wahrnehmen und fühlen, hat weniger mit der realen Situation zu tun als mit wacherüttelten Kindheitsempfindungen. Wie böse Geister können sich diese im Kinderzimmer von heute einnisten und das Sich-Finden von Eltern und Kind erschweren oder gar verhindern.

Für diese Eltern ist es fast unmöglich, ohne Hilfe zu einer nährenden Elternliebe zu finden. Sie haben das Gefühl zu scheitern. Und ein solches Scheitern wird anders erlebt als das Versagen bei anderen Aufgaben. Weil die Elternliebe als existenzielle Aufgabe gesehen wird, breitet sich bei einem Scheitern eine bedrohliche innere Leere aus. Die Beziehung zum Kind wird als Dauerbelastung erlebt, die das eigene Selbstwertgefühl unterhöhlt. Finden dagegen Eltern und Kind zusammen, wachsen Mutter und Vater zunehmend besser in die Elternrolle hinein. Sie können von allen damit verbundenen positiven Gefühlen und Bestätigungen profitieren.

Immer häufiger sind El-



Elternschaft: Grund zur Freude, Grund zur Sorge – auf junge Eltern kommt viel Neues zu. Foto: plainpicture

tern diesen Anforderungen, die schon sehr früh im Leben von Kindern die Weichen stellen, allein ausgesetzt. Sie verfügen nicht mehr über tradiertes Erfahrungswissen und bleiben ohne Unterstützung von erfahrenen und wohlmeinenden Menschen. Für das Kind birgt dies das Risiko, zu wenig Förderung zu bekommen. In unserer Lebenswelt sind zwar in besonderem Maße die Alleinerziehenden der Herausforderung ausgesetzt, ihre Kinder allein versorgen, betreuen und erziehen zu müssen – aber nicht nur sie. Auch für Elternpaare steigt das Risiko, überfordert zu sein, sich selbst zu sehr zu vernachlässigen, keinen Selbstwert mehr zu spüren. Ein kluges afrikanisches Sprichwort sagt: Um ein Kind zu erziehen, ist ein ganzes Dorf nötig.

Deshalb mein dringender Rat: Werdende Eltern brauchen ein unterstützendes Netzwerk von Freunden und Bekannten. Meist haben diese ebenfalls Kinder und wissen, dass niemand im Umgang mit Kindern perfekt ist. Und diese Nachsicht brauchen Eltern. Der Austausch kann zum Über- und Umdenken anregen. Nur so lernen wir aus Fehlern. Aber nicht überbittert! Wenn Eltern zu sehr kritisiert werden, meiden sie – selbst wenn die Kritik berechtigt ist – die Nähe der Kritiker. Wir alle brauchen das Gefühl, trotz unserer Fehler wertvoll zu sein. Diese Gewissheit bereitet den Boden dafür, dass wir unser eigenes Erziehungsverhalten überdenken können, dass wir unangemessenes Elternverhalten bei uns aufspüren und durch besseres Verhalten zu ersetzen bereit sind.

Gerade auch den Alleinerziehenden gilt mein Appell: Erzieht eure Kinder nicht allein. Sucht euch Paten. Geht in Eltern-Kind-Gruppen. Wir hören immer wieder von schrecklichen Fällen von Kindesmisshandlung und -vernachlässigung. Es fällt allzu leicht, die betrof-

„Um ein Kind zu erziehen, ist ein ganzes Dorf nötig.“
Afrikanisches Sprichwort

Die Vorträge zur Serie

- Zusätzlich zur monatlichen Zeitungsreihe bieten wir Vortragsabende mit den Autoren an. Die nächsten Termine:
- **Die Not der Kinder – Die Not der Erziehenden;** Donnerstag, 7. Dezember; Prof. Dr. Gerhard Suess; Neumünster, Papierfabrik
- **Work-Life-Balance – Arbeitszeit und Lebenslust;** Mittwoch, 10. Januar; Dr. Johann Schneider; Büdelsdorf, Ahlmann Wagenremise
- **Jeder hat Talent – nur welches? Talentcoaching;** Dienstag, 6. Februar; Klaus L. Stiefert; Schleswig, Schloss Gottorf
- Beginnt ist jeweils um 19 Uhr. Der Besuch der Veranstaltungen ist kostenlos. Anmeldungen werden erbeten per E-Mail unter der Adresse info@osterberginstitut.de.

Literatur-Tipps

- Zur Vertiefung bieten sich an:
- **Tagebuch eines Babys.** Von Daniel N. Stern, Piper 1991
- **Kinder brauchen Wurzeln.** Von Karl Gebauer, Gerald Hüther, Walter Verlag 2001
- **Die Stärkung der Eltern-Kind-Bindung.** Von Martha Farrell Erickson, Byron Egeland, Klett-Cotta 2006. Das Steep-Praxishandbuch
- **Die Seele des Kindes – Entstehung und Entwicklung.** Von Martin Dornes, Fischer 2006

Fünf Fragen zur Elternschaft

Fünf Fragen laden Sie ein zu einem gedanklichen Rundgang durch Ihre eigene innere Landschaft im Hinblick auf das große Thema Elternschaft. Nehmen Sie sich ruhig Zeit für die Beantwortung. Machen Sie sich Notizen, ohne Ihre Gedanken gleich zu bewerten. Ihre Antworten könnten sich als sehr wertvoll erweisen! Auch wenn es Ihnen schwer fallen sollte: Lassen Sie es zu, wenn Ihnen etwas besonders positives oder auch etwas Negatives deutlich wird.

1. Wie weit reichen Ihre Kindheitserinnerungen zurück: Bis ins Grundschulalter? Sogar bis ins Kindergartenalter? Vielleicht sogar darüber hinaus?
2. Nennen Sie fünf Eigenschaftswörter, die Ihre Beziehung zu Ihrer Mutter, Ihrem Vater beschreibt.
3. Welche Ereignisse und Geschichten fallen Ihnen zu jeder der fünf Eigenschaften (getrennt für Vater und Mutter) ein?
4. Wie könnten sich Ihre frühen Erfahrungen mit Ihren Eltern auf die Beziehung zu Ihrem eigenen Kind auswirken?
5. Welche von Ihren eigenen Kindheitserfahrungen möchten Sie an Ihr Kind weitergeben? Welche auf keinen Fall?

Auswertung:

Wenn Sie bis hierher mitgearbeitet haben, brauchen Sie keine Punkte zum Zusammenzählen und keine Auswertung: Sie sind bereits auf dem richtigen Weg. Denn Sie haben längst bemerkt, dass die Fragen Sie zum Hinspüren und Nachdenken anregen – über Ihre eigene Geschichte und deren Einflüsse auf die Gegenwart, besonders auf Ihren Umgang mit Ihrem Kind. Falls Sie sich schwer mit dem Erinnern tun, auch wenn Ihnen nur Positives oder ausschließlich Negatives im Zusammenhang mit Ihren Eltern einfällt oder wenn Ihnen schmerzliche Erfahrungen bewusst werden, dürfte sich Folgendes lohnen: Sie könnten den regelmäßigen Austausch mit anderen Eltern suchen oder mit Hilfe von Beraterinnen Ihre Erinnerung stärken. Adressen von Beraterinnen in Ihrer Region finden Sie auf der Website der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. unter www.bke.de. Sie können sie auch bei Ihrem regionalen Jugendamt oder bei STEEP unter steep@sp.haw-hamburg.de erfragen.

Das Osterberg-Institut in Nieder-Weveez (Holsteinische Schweiz) ist eine Bildungseinrichtung der Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie. Die im hessischen Bensheim ansässige Stiftung betreibt Bildungs- und Entwicklungszusammenarbeit im In- und Ausland. Seit 1995 bietet das Osterberg-Institut Qualifizierungen für den privaten wie für den beruflichen Bereich an. Seine Seminare und Weiterbildungsprogramme zielen stets zugleich auf berufliche Kompetenzerweiterung und persönliches Wachstum.

Versuchen Sie es doch mal so...

Eine alltägliche Situation: Ihr Kind weint. Hat sich gestoßen, ist trotzig oder auch eingeschümpert. Wie leicht gehen einem da Kommentare wie „Sei nicht traurig“ oder „Sei nicht gekränkt“ über die Lippen. Doch bedenken Sie: Mit solchen Anweisungen vermitteln Sie dem Kind das Gefühl, seine Empfindungen seien nicht angemessen oder nicht echt. Versuchen Sie's doch mal so: Sagen Sie „Du klingst so traurig“ oder „Das tut bestimmt weh“, wenn es weint. Sagen Sie: „Es ist schwer, wenn alles anders kommt, als man denkt; wenn es sichtlich enttäuscht ist. Damit erlauben Sie Ihrem Kind, Gefühle zu haben, diese auszudrücken und sie zudem noch klar zu benennen.“

Zuwendung und Achtung statt „Dressur“

Mehr Wissen hilft: Lernangebote für Eltern und Kinder

Nie waren Mütter und Väter aufgeschlossener für Rat und Hilfe, nie waren sie bereitler als heute, ihr erzieherisches Handeln selbstkritisch zu hinterfragen. Es gibt vielfältige Ansätze, einerseits die Elternkompetenz zu fördern, andererseits die sozialen Fähigkeiten von Kindern zu stärken. Wir stellen drei Programme vor: STEEP™, Starke Eltern – Starke Kinder® und Faustlos.

Steep ist das „Baby“ unseres Autors Prof. Suess. Seit 1999 arbeitet er mit anderen daran, dieses aus den USA stammende Programm für werdende und frischgebackene Mütter hierzulande umzusetzen. Steep steht für „Steps toward effective, enjoyable parenting“, zu deutsch: Schritte hin zu gelingender und Freude bereitender Elternschaft. Sein Fo-

kus liegt auf dem Aufbau einer sicheren Eltern-Kind-Bindung. Steep bereitet Schwangere auf die Geburt vor und begleitet die Eltern danach weitere zwei Jahre. Angesiedelt an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Hamburg sowie an der Fachhochschule Potsdam, werden Steep-Beraterinnen im norddeutschen Raum ausgebildet, ihre Einsätze wissenschaftlich begleitet.

Steep bekam 2005 den Ideenpreis der Körber-Stiftung. Info: im Handbuch (s. Literatur-Tipps), unter steep@sp.haw-hamburg.de und www.gerhard-suess.de

Starke Eltern – Starke Kinder ist das Elternkursangebot des Deutschen Kinderschutzbundes. Speziell ausgebildete Trainer bringen Müttern und Vätern das Prinzip der anleitenden Erzie-

hung nahe. Ziel ist es, die Kommunikationskultur in der Familie zu verbessern, eine Atmosphäre der Offenheit zu ermöglichen. Zuwendung und Achtung lösen Unterwerfung und Dressur ab. Info: Osterberg-Institut und www.starkeeltern-starkekinder.de.

Faustlos – der Name ist Programm. Kindergarten- und Grundschulkindern lernen, ihre Konflikte gewaltfrei auszutragen. Unterrichtet werden sie von ihren Lehrerinnen bzw. Erzieherinnen, die an einer Fortbildung teilgenommen haben. Faustlos vermindert impulsives und aggressives Verhalten von Kindern und fördert ihre sozialen Kompetenzen. Auch dieses Programm stammt aus den USA. Info: info@faustlos.de und www.faultlos.de.

Gerhard J. Suess, gebürtiger Bayer Jahrgang 1956, hat eine Professur für Psychologie am Studiendepartment „Soziale Arbeit“ der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg inne. Er ist Kinder- und Jugendlichen psychotherapeut sowie Familientherapeut. 1982 kam er als Doktorand in den USA erstmals mit Grundlagen des Steep-Programms in Berührung.



Der Workshop-Vortrag „Die Not der Erziehenden“ findet am Donnerstag, 7. Dezember, in der Papierfabrik in Neumünster statt.