

Kinder brauchen keine perfekten Eltern

Neuer Elternkurs der Evangelischen Erwachsenenbildung gibt Orientierung **Von Rieke C. Harmsen**

Was tun, wenn der dreijährige Sohn sich schreiend auf dem Boden wälzt, weil er die Schokolade im Supermarkt nicht bekommt? Oder die 13-jährige Tochter betrunken spätnachts nach Hause kommt? Wenn es um die Kindererziehung geht, fühlen sich viele Eltern überfordert. Was sollen sie erlauben, was müssen sie verbieten? Ein neuer Elternkurs, der von einem Expertenteam der Evangelischen Erwachsenenbildung in Bayern entwickelt wurde, bietet nun Unterstützung.

Viele Eltern sind in Erziehungsfragen unsicher und suchen Orientierung«, erklärt die Diplom-Sozialpädagogin Dorothea Strichau. Sie ist die pädagogische Leiterin der

Arbeitsgemeinschaft für evangelische Erwachsenenbildung in Bayern (AEEB) und hat den Elternkurs »Auf eigenen Beinen stehen« innerhalb von zwei, drei Jahren mit Fachleuten der Evangelischen Erwachsenen- und Familienbildung entwickelt. Der Kurs beruht auf neuesten pädagogischen und psychologischen Erkenntnissen und wendet sich an Eltern in zwei Familienphasen, in denen Mütter und Väter in besonderer Weise gefordert sind: die Zeit der »Familienfindung« nach der Geburt eines Kindes und die Phase der Loslösung der Jugendlichen von der Familie mit Eintritt der Pubertät.

Der Kurs mit dem Titel »Vertrauen – Spielen – Lernen« ist für Mütter und Väter mit Babys und Kleinkindern von 0 bis 3 Jahren. Der andere Kurs wendet sich an Eltern mit Kindern zwischen 12 und 16 Jahren und heißt »Ich bin so frei – wenn Kinder flügge werden«. Für beide

Altersstufen gibt es bislang nur wenige passende Angebote. Die Kurse schließen also eine Lücke. Vor allem aber vermitteln sie ein Wissen, das in keinem Buch steht: Sie helfen den Eltern dabei, einen eigenen Erziehungsstil zu finden. »Die meisten Eltern müssen sich erst klar werden, worauf es ihnen ankommt«, erklärt Strichau. Sie erfahren, wie sie ihre Kinder im Alltag konkret unterstützen und fördern können und dabei selbst nicht auf der Strecke bleiben. Denn: »Kinder brauchen nicht perfekte Eltern, sondern solche, die sich jeden Tag mit ihnen auf den Weg machen«, sagt Strichau.

Die Diplom-Pädagogin Susanne Herpich hat bereits verschiedene Elternkurse durchgeführt. Ihrer Erfahrung nach kommen die Eltern, weil sie konkrete Probleme haben und nicht wissen, wie sie mit Verhaltensweisen ihrer Töchter und Söhne umgehen sollen. Beim

■ Den Sommer begrüßen: Die Übergänge der Jahreszeiten können durch die Gestaltung von Feiertagen bewusst erlebt werden.

Foto: wodicka



Kurs stellen sie dann fest, dass sie mit ihren Fragen nicht alleine dastehen, sondern diese »ganz normal« sind. »Das ist oft schon eine ganz wichtige Erkenntnis, dass andere Familien auch Probleme haben«, sagt Herpich.

Der Elternkurs der Evangelischen Erwachsenenbildung ist inzwischen so gut eingeführt, dass in Nürnberg eine Projektstelle eingerichtet wurde. Damit die Elternkurse möglichst schnell in ganz Bayern angeboten werden können, führt Susanne Herpich regelmäßig Fortbildungen für Kursleiterinnen und Kursleiter durch. Derzeit bieten knapp 40 Einrichtungen wie Familienbildungsstätten, Bildungswerke und Kirchengemeinden die Kurse an.

Um möglichst viele Familien zu erreichen, sind die Kurse auf vier Treffen zu je zweieinhalb Stunden begrenzt. Außerdem konzentrieren sie sich auf wesentliche Themen der jeweiligen Entwicklungs- und Familienphase. Beim Kurs für Eltern mit Jugendlichen zwischen 12 und 16 Jahren lernen Eltern etwa, wie sie ihre Tochter oder ihren Sohn bei der Identitätsfindung, Sinnsuche sowie bei der Entdeckung

und Entwicklung ihrer Sexualität begleiten können. »Wenn Eltern wissen, wie stark Jugendliche in der Pubertät gefordert sind, können sie mit Alltagssituationen oft schon besser umgehen und gelassener Grenzen setzen«, erklärt Herpich.

Ein weiterer Punkt, in dem sich der Elternkurs von anderen Angeboten unterscheidet, ist dessen Ausrichtung auf das christliche Menschenbild. »Wir verstehen religiöse und werteorientierte Erziehung als Bestandteil von Erziehung, nicht als Sonderbereich«, sagt Herpich. In vielen Familien werde Religion gelebt, ohne dass sich die Eltern dessen bewusst seien – so etwa, wenn es an Weihnachten in die Kirche geht. Der Elternkurs fördere die Erziehungskompetenz, indem er die pädagogische und die religiöse Perspektive von Erziehung integriere: Kinder sollen Vertrauen entwickeln zu anderen Menschen – und auch Gottvertrauen. Das kann beispielsweise über Rituale wie ein Mittags- oder Abendgebet geschehen. Oder über ein intensives Gespräch mit Jugendlichen über Glaube und Religion. ▶

Über Rituale entwickeln Kinder Vertrauen

■ Heranwachsende Jungs testen Grenzen: Vermeiden Sie Vorwürfe.

Foto: wodicka



Erziehungstipps für Eltern mit Jugendlichen zwischen 12 und 16 Jahren

Jugendliche in der Pubertät hinterfragen die Meinungen und den Lebensstil der Eltern. Sie drängen danach, sich Freiräume zu erobern. Der Elternkurs gibt folgende Tipps für die Kommunikation:

- Versuchen Sie, die Situation aus Sicht der Jugendlichen zu betrachten.
- Hören Sie gut zu, fragen Sie nach, versuchen Sie, die Argumente Ihres Kindes zu verstehen, und gehen Sie darauf ein.
- Kontrollieren Sie Ihre Gefühle.
- Gute Gespräche brauchen eine gute Atmosphäre. Geben Sie Ihrem Kind das Gefühl »Ich mag dich«.
- Sagen Sie klar und offen, was Ihnen nicht passt. Vermeiden Sie Vorwürfe. Argumentieren Sie klar und nachvollziehbar.
- Ermöglichen Sie den Jugendlichen, Regelverletzungen und Grenzüberschreitungen wieder zu korrigieren.
- Bieten Sie Auswege und Kompromisse an. Seien Sie nicht nachtragend.
- Bleiben Sie im Gespräch.

Erziehungstipps für Eltern mit Kindern zwischen 0 und 3 Jahren

Kinder lieben Dinge, die sich wiederholen. Sie möchten das gleiche Lied hören zum Einschlafen oder die gleiche Geschichte vorgelesen bekommen. Der Elternkurs »Auf eigenen Beinen stehen« gibt folgende Empfehlungen:

- Rituale helfen, den Tagesablauf zu ordnen. Dazu gehören Zärtlichkeiten beim Baden und Wickeln, Fingerspiele, das Bilderbuchschauen, das Verabschieden beim Weggehen und die Begrüßung beim Wiederkommen.
- Rituale gestalten Übergänge: Der Übergang vom Tag in die Nacht ist für kleine Kinder besonders wichtig. Ein Lied, die Gutenachtgeschichte, der Teddybär, ein Gebet, das Glas Milch am Abend helfen, den Tag abzuschließen und sich der Nacht anzuertrauen.
- Rituale schaffen Vertrauen. Sie helfen auch Eltern, ihr Kind für eine Weile vertrauensvoll loszulassen. Die Übergänge der Jahreszeiten können durch die Gestaltung von Feiertagen bewusst erlebt werden.
- Rituale setzen Grenzen. Sie zeigen an, wann mit bestimmten Tätigkeiten Schluss ist. So lernen Kinder, mit Grenzen umzugehen, zu akzeptieren, dass etwas Schönes nun zu Ende gehen muss, und lernen ihre Gefühle darauf einzustellen.

Quelle: Elternkurs »Auf eigenen Beinen stehen«, Bertelsmann Verlag, Bielefeld.

► Beide Kurse richten sich ausdrücklich an alle Eltern – also auch Kirchenferne oder Menschen mit anderem religiösen Hintergrund.

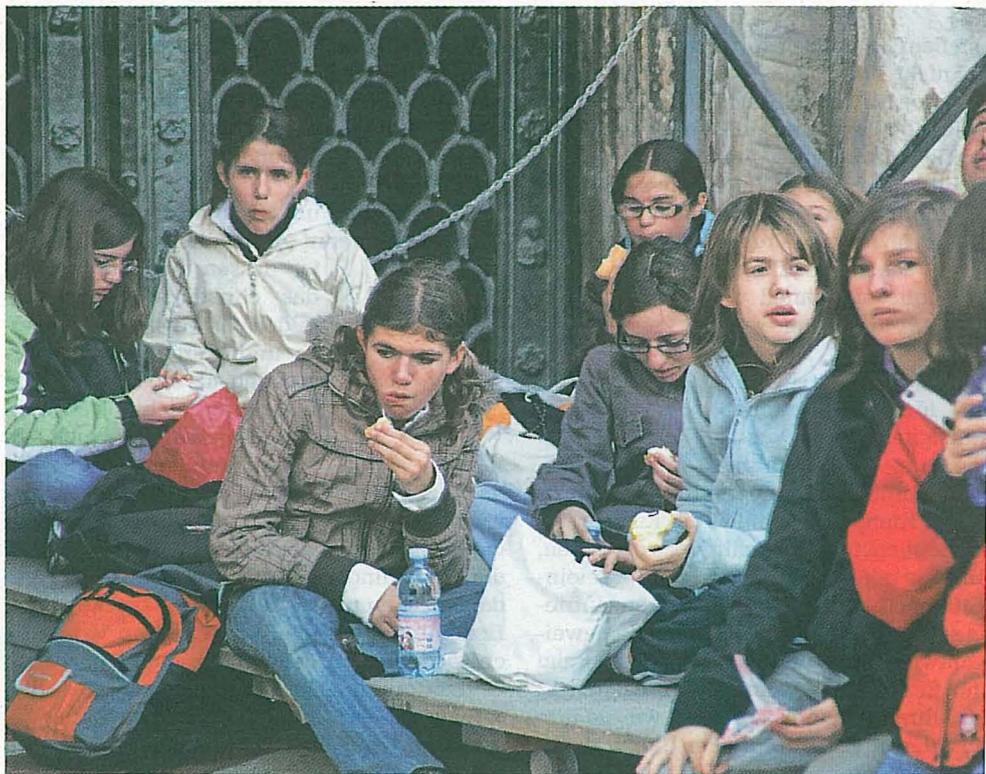
Als besondere Stärke betrachtet das Team die methodische Aufbereitung des Kurses. Die Eltern bekommen am ersten Abend einen Sammelordner, in dem sie Arbeitsblätter der einzelnen Kursabende abheften können. Die Kopien enthalten weiterführende Informationen, Erziehungstipps, Literaturhinweise und Adressen, zum Beispiel von Beratungsstellen vor Ort. In einer ersten Bilanz bekam das Team durchwegs positive Rückmeldungen. »Die Eltern sind begeistert und wünschen sich oft weitere Treffen mit den Kursteilnehmenden«, resümiert Herpich.

Elternkurs

Auf eigenen Beinen stehen

Diese Elternkurse finden in der nächsten Zeit statt: »**Vertrauen – Spielen – Lernen**« für Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren im Evangelischen Bildungswerk **Neumarkt** vom 6. bis 29. Juni, Tel. (0 91 81) 4 46 00; und im Evangelischen Bildungswerk **Würzburg** ab 23. Juni, Tel. (09 31) 3 2175-0.

INFOS IM INTERNET: www.elternkurs.net



■ Pubertierende 13-Jährige: Geben Sie Ihrem Kind das Gefühl »Ich mag dich«.

Foto: