



Zuckerbrot & Peitsche

– DAS WAR EINMAL

Manchmal können die Kleinen einen zur Weißglut treiben. Wie reagieren Eltern dann am besten – gelassen oder mit harten Konsequenzen? Wir haben bei Eltern-Kind-Beraterin Mag. Zuzana Schmolzer nachgefragt.

Von Mag. Susanne Zita

Inwiefern hemmt autoritäre Erziehung Kinder in ihrer Entwicklung?

In so einer Art Erziehung müssen Kinder gehorchen. Erwachsene bauen ihre Macht über Kinder folglich auf Drohungen, Demütigungen und Strafe. Damit wollen sie Kinder dazu bringen, sich in einer bestimmten bzw. erwünschten Art und Weise zu verhalten. Wir wissen heut-

zutage, dass Kinder sich unter solchen Bedingungen nicht frei entfalten und ihre Potenziale nicht ausleben können. Im schlimmsten Fall kann diese Art von Erziehung bei Kindern zu Depression oder Aggression führen. Hingegen ist die persönliche Autorität von Eltern und Erwachsenen sehr wichtig, wenn sie Kinder erziehen und begleiten. Damit meine ich authentische, echte Erwachsene, die bereit

sind, ein Vorbild und eine Art Leuchtturm für ihre Kinder zu sein. Dazu gehört die Fähigkeit, Kindern gegenüber Fehler zuzugeben und sich entschuldigen zu können. Die Bereitschaft, gemeinsam mit Kindern zu lernen.

Erziehung ist Beziehung. Was bedeutet der Leitsatz von Jesper Juul und wie wirkt er sich auf die Eltern-Kind-Beziehung aus?

Jede Mutter oder Vater wünscht sich zu seinem Kind eine gute Beziehung. Diese ist möglich, wenn ich mich auf mein Kind einlasse und versuche herauszufinden, wer mein Kind wirklich ist. Was alles meine Tochter oder meinen Sohn ausmacht. Jesper Juul sagte, dass Kinder als kompetente Menschen zur Welt kommen – es fehlt ihnen lediglich die Erfahrung. Deshalb brauchen sie Erwachsene um sich, die diese kleinen Menschen respektvoll begleiten, sie ernst nehmen und anhören. Erwachsene, die bereit sind, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und Kindern zeigen, was alles so ein Menschenleben ausmacht. Ständiges Kritisieren, Zurechtweisen und Besserwisserei sind nicht die Methoden, die eine gute Eltern-Kind-Beziehung ermöglichen und aus Kindern „gute“ Erwachsene machen. Eltern bleiben dann eine Art juristische Instanz, zu der Kinder nur schwer eine tragfähige Beziehung aufbauen können. Kinder sind niemals verantwortlich für die Qualität oder Gestaltung der Beziehung zu Erwachsenen. Diese Verantwortung tragen Erwachsene.

Zwischen Drill und Laissez-faire gibt es gute Kompromisse. Die meisten Eltern wollen sich im Erziehungsstil nicht festlegen, sondern einfach das Beste für ihr Kind. Doch wie schafft man das?

Hinterfragen der eigenen Überzeugungen, Glaubenssätze und Grenzen sind Wege, um herauszufinden, was mir wirklich im Zusammenleben mit meinen Kindern wichtig ist. Kann ich meine eigenen Grenzen wahrnehmen und sie auch wertschätzend anderen Familienmitgliedern verständlich machen? Wenn Erwachsene eine Mutter- oder Vaterrolle oder die Rolle des Pädagogen spielen, übernehmen sie vorgefertigte Vorstellungen und sind somit nicht authentisch – weder zu sich selbst, noch zu ihren Kindern. Das spüren die Kinder und halten uns den Spiegel vor. Es ist kein leichter Weg, aber er führt definitiv über Reflexion und Selbsterkenntnis.

Die meisten Großeltern staunen heute, wenn sie den Alltag in jungen Familien erleben. Und nicht selten kommt es zu Konflikten. Wie kann man diese am besten vermeiden?

Konflikte können wir nicht vermeiden – im Gegenteil, sie sind sinnvoll und wir lernen durch sie viel dazu. Klar,



Gehört zum Glück der Vergangenheit an – ins Eck stellen. Heute wissen wir: Die große Gefahr beim sogenannten Time-out ist, dass das Kind sich als Person abgelehnt fühlt.

wenn sie auf der Tagesordnung sind und uns die letzten Kräfte rauben, sollten wir etwas ändern.

Unsere Großeltern-Generation ist in einer Zeit aufgewachsen, in der Gehorsam, Einschüchterung und körperliche Strafen auf der Tagesordnung waren. Sowohl in der Familie zu Hause wie auch in der Schule. Das hat sie geprägt. Aber die Zeiten haben sich zum Glück geändert.

Deshalb fällt es der Großeltern-Generation manchmal schwer, sich in die Herausforderung des Alltags einer jungen Familie einzufühlen. Das ist verständlich. Denn jede Zeit hat ihre Herausforderungen. Sie machen sich z.B. Sorgen um die Zukunft der Enkel und möchten erzieherisch eingreifen. Ich denke, diese Energie können Großeltern wunderbar in eine sinnvolle Gestaltung der kostbaren Beziehung zu ihren Enkeln investieren.

Großeltern sollten für ihre Enkel eine Bereicherung sein und die jungen Familien unterstützen. Erziehung ist nicht ihre Aufgabe. Großeltern möchten gerne ihre wertvollen Erfahrungen und ihr Wissen weitergeben, doch es lohnt sich manchmal, zurückzuhalten und mehr Vertrauen in ihre erwachsenen Kinder und Enkel zu fassen.

Wenn es schwer fällt, als Oma und Opa einen passenden Platz in der Großfamilie zu finden, kann Beratung sehr hilfreich sein.

Warum sind klare Regeln so wichtig?

Je mehr Regeln, desto schwerer ist es für Kinder, diese einzuhalten. Überlegen Sie, was Ihnen wirklich wichtig ist, z.B. bei grün über die Ampel gehen. Welche Regeln führen zu unnötigen Konflikten? Persönliche Sprache ist wichtig: „Ich will/Ich will nicht.“ Vermeiden Sie: „Das macht man nicht.“ Bleiben Sie mit Ihrem Nachwuchs im Austausch, was für wen wichtig ist.

Werden Burschen und Mäd-



Mag. Zuzana Schmölzer, Eltern-Kind-Beraterin in Wien



chen heutzutage noch unterschiedlich erzogen?

Ich beobachte viele Ansätze zur geschlechtsneutralen Erziehung. Es ist ein Bewusstsein hierfür entstanden: im Kindergarten, in der Schule und auch in den Familien. In der Realität ist es so, dass die jahrtausendealte geschlechtstypischen Muster, die in uns allen zu finden sind, nicht in wenigen Jahrzehnten verschwinden. Auch wenn wir der Ansicht sind, dass wir als Eltern unsere Kinder geschlechtsneutral begleiten, lohnt es sich, regelmäßig selbstkritisch hinzuschauen.

Wie können Spielsachen zu viel sein?

Es ist ein sehr schönes, wärmendes Gefühl, wenn wir ein Kind sehen, das sich über ein Geschenk oder eine

Überraschung freut. Ich glaube, dass Erwachsene aber manchmal etwas schenken, aus Angst sich unbeliebt zu machen oder nicht geliebt zu werden. Oder aus Angst vor heftigen Gefühlsausbrüchen des Kindes, wenn der Wunsch nicht erfüllt wird. Ich kenne das aus eigener Erfahrung. Wir leben in einer Überflussgesellschaft und das betrifft auch das Kinderzimmer. Ganz wichtig ist zuerst, einmal das eigene Konsumverhalten zu hinterfragen. Und dann vor dem Schenken ganz konkret: Was steckt denn hinter dem Wunsch zu schenken? Was verbirgt sich hinter dem Wunsch des Kindes? Manchmal bringt auch ein Gespräch sehr viel Klarheit – vor allem bei älteren Kindern. Hinter materiellen Wünschen stecken nämlich Bedürfnisse wie z.B. nach Aufmerksamkeit, nach Gesehenwerden und Wertschätzung, nach Nähe usw.

Was liegt Ihnen bei Ihrer Beratungstätigkeit besonders am Herzen?

Wichtig ist mir zu vermitteln, dass jede Familie einzigartig ist und es deshalb keine Rezepte oder vorgefertigte Lösungen gibt. Fehler machen gehört dazu und ist sogar sinnvoll! In meiner Praxis gebe ich den Menschen den Raum für Reflexion und begleite sie ein Stück auf ihrem Weg der Selbsterkenntnis. Ich unterstütze nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder und Jugendliche, denn diese haben es in der heutigen Zeit nicht leicht.

Strenge schadet Kindern nicht nur psychisch

Die kanadische Psychologin Sabrina Suffren fand in Zusammenarbeit mit Medizinerinnen des CHU Sainte-Justine Research Centres im kanadischen Montreal sowie Forschern der US-amerikanischen Stanford University heraus, dass strenge Erziehung zu kleineren Gehirnen und weniger ausgeprägten Hirnstrukturen bei Jugendlichen führen kann. Unter strengen Erziehungsmethoden verstehen die Forscher schimpfen, ständiges Ermahnen der Kinder, Strafen wie Hausarrest oder Spieleverbot, anschreien, schütteln und leichtes Schlagen wie etwa Ohrfeigen. Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass sogar die gesellschaftlich akzeptierten Praktiken einer strengen Erziehung wie zum Beispiel wütendes Anschreien nicht nur zu psychischen Schäden bei den Kindern führen, sondern sogar Veränderungen in ihren Gehirnen hervorrufen können. Vorherige Studien konnten bereits nachweisen, dass Kinder, die missbraucht wurden, über einen kleineren präfrontalen Kortex und Amygdala verfügen. Diese Hirnregionen spielen eine entscheidende Rolle bei

der Verarbeitung von Emotionen. Menschen, die in diesen Arealen kleinere Strukturen aufzeigen, tendieren häufiger zu Angstzuständen und das Risiko, eine Depression zu entwickeln, ist höher. Die aktuelle Studie weist auf, dass sich ähnliche Befunde auch bei Kindern zeigen, die streng erzogen wurden, wenngleich sie keinerlei Missbrauch durchgemacht hatten.

