



Sigrun Schmidt-Traub

# Kinder liebevoll und konsequent erziehen

Ein Ratgeber für Eltern  
und Erzieher

HOGREFE



## 2 Was beeinflusst Erziehungsverhalten?

Erziehung wird von den Eigenschaften der Eltern (vgl. Kapitel 2.1) und Kinder (vgl. Kapitel 2.2), von familiären Belastungen und von gesellschaftlichen Einflüssen wie den gängigen Erziehungsstilen und Erziehungstrends (vgl. Kapitel 2.3) beeinflusst. Dieser Abschnitt soll Sie als Leser dazu anregen, darüber nachzudenken, wie Sie in Ihrer Ursprungsfamilie erzogen wurden, und was Sie an Ihren Kindern besonders schätzen.

### 2.1 Eigenschaften von Eltern und Erziehungserfahrungen in der eigenen Kindheit

Kinder wünschen sich liebevolle Eltern, die sich intensiv um sie kümmern. Werden sie herzlich und konsequent erzogen und in kritischen Momenten unterstützt, fühlen sie sich sicher und geborgen. Weil einige Kinder aber Schwierigkeiten bereiten, fällt es den Eltern nicht so leicht, sich auf ihre Bedürfnisse einzustellen. Andererseits tragen auch manche Eltern zur Entwicklung von Verhaltensauffälligkeiten beim Kind bei, weil sie ein ähnlich schwieriges Temperament haben.

Hin und wieder zeigen sich Eltern uneinsichtig in die eigenen Verhaltensprobleme und *fordern* von ihren Kindern manches, *was sie selber nicht unter Kontrolle bekommen*. Natürlich wird daraus nichts, z. B. wenn Eltern, die selber rauchen oder trinken, von ihren Kindern verlangen, dass sie das Rauchen oder Trinken unterlassen. Andere Eltern packen ihre Kinder in Watte und hindern sie daran, autonom und lebstüchtig zu werden; später werfen die herangewachsenen Kinder ihnen womöglich vor, sie zu abhängig gehalten zu haben.

Manchmal wird ein Kind von einem Elternteil abgelehnt, weil es dem nicht mehr geschätzten Ex-Partner ähnelt. Das einzusehen und diese *Voreingenommenheit* zu überwinden, ist eine große Herausforderung

für betroffene Eltern. Gelingt ihnen das, verbessert sich die Beziehung zum Kind. Geht es Ihnen so, dann versuchen Sie doch beispielsweise herauszufinden, was an dem Kind alles anders ist als bei Ihrem Ex-Partner bzw. Ihrer Ex-Partnerin.

Ist die Grundhaltung der Eltern wohlwollend und optimistisch und bemühen sie sich, liebevoll und konsequent zu erziehen, dann werden ihre Kinder höchst wahrscheinlich zu stabilen Persönlichkeiten heranwachsen. *Persönlichkeit* wird in der Psychologie an folgenden fünf Eigenschaften festgemacht: (1) Emotionale Stabilität, (2) Extrovertiertheit (darunter wird verstanden, dass die Person aktiv, mitbestimmend, abenteuerlustig und begeisterungsfähig in sozialen Gruppen ist), (3) Offenheit, (4) Verträglichkeit und (5) Gewissenhaftigkeit. Die Persönlichkeit beeinflusst das Erleben von Gefühlen und wie sie reguliert werden. Sie hat zudem auch Einfluss darauf, ob der Mensch zufrieden mit seinem Leben ist oder nicht.

Besinnen Sie sich als Elternteil auf die eigene Erfahrung, werden Sie *sensibler für Erziehungsfragen*. *Wie wurden Sie erzogen? Und wie erziehen Sie nun selber?* Nehmen Sie sich die Zeit, über das Erziehungsverhalten Ihrer Eltern nachzudenken. Beantworten Sie die folgenden Fragen (schriftlich) für sich oder im Gespräch mit einer vertrauten Person. Vergleichen Sie Ihre Antwort mit der Antwort, die Ihre Kinder vielleicht geben würden. Vermutlich reagieren Sie hier und da verblüfft, weil Sie erkennen, dass Sie vieles genauso gut machen – und manches auch so schlecht – wie Ihre Eltern.

### Übung: Über Erfahrung nachdenken

- Hatten Sie eine *glückliche Kindheit* und Jugend? Wie würden Ihre Kinder wohl ihre Kindheit einschätzen?
- Welche *Erwartungen* hatten Ihre Mutter und Ihr Vater im Hinblick auf Ihre Schulausbildung und Berufswahl? Wozu wollten sie Sie bringen? Was erwarten Sie von Ihren Kindern in schulischer und beruflicher Hinsicht?
- Welche Hoffnungen Ihrer Eltern, die sie in Sie gesteckt haben, sind in Erfüllung gegangen und welche nicht? Welche Gefühle löst das in Ihnen aus?

Woran haben Ihr Vater und Ihre Mutter *Kritik geübt* (äußeres Erscheinungsbild, Leistungsverhalten, Verhaltensauffälligkeiten)? Wie haben Sie auf ihre *Kritik* reagiert?

Was kritisieren Sie an Ihren eigenen Kindern? Wie reagieren die Kinder auf Ihre Kritik?

- Welche *Stärken* haben Ihre Eltern bei Ihnen *gelobt* (Fairness und Gerechtigkeitssinn, Neigungen und Humor, Einfallskraft und Leistungsverhalten, Optimismus und Pessimismus, Hilfsbereitschaft und Sozialverhalten)? Welche guten Eigenschaften sehen Sie bei sich, welche sehen Partner, Kinder, Freunde, Kollegen und Vorgesetzte? Welche Stärken sehen Sie bei Ihren Kindern? Was sehen Lehrer, Verwandte, Freunde und Trainer Positives an Ihren Kindern?
- Welche schwerwiegenden Auseinandersetzungen hatten Sie mit Mutter und Vater als Kind und als Jugendlicher? Was empfanden Sie dabei? Welche Auseinandersetzungen haben Sie heute mit Ihren Kindern und welche Gefühle kommen in Ihnen (und bei Ihren Kindern) auf?
- Achten Sie beim Rückblick auf Ihre Kindheitserlebnisse vor allem auf wunde Punkte, die peinigend für Sie waren. Ersparen Sie das Ihren Kindern nach Möglichkeit.  
Inwieweit konnten Sie bei Ihren Eltern eigene Wege gehen? Oder mussten Sie Ihren Eltern gefallen und angepasst sein?  
Was unterstützen Sie an eigenständigem Handeln bei Ihren Kindern?
- Über welche Aufgaben und familiären Verpflichtungen haben Sie sich als Kind besonders geärgert?  
Welche Aufgaben müssen Ihre Kinder erledigen und wie reagieren sie darauf?
- Was erwarten Partner und Kinder im Wesentlichen von Ihnen als Mutter bzw. als Vater? Was erwarten Sie von sich in der Elternrolle? Fühlen Sie sich von Ihrem Partner bzw. Ihrer Partnerin unterstützt? Und auch von Ihren Kindern?  
Falls Sie getrennt/geschieden sind: Können Sie mit dem biologischen Elternteil Ihres Kindes vernünftig über Bedürfnisse, Interessen und Wohlergehen des Kindes verhandeln?

Stellen Sie sich noch folgende provokante Fragen mit einem zwinkernenden Auge:

- Wenn Sie kein Blatt vor den Mund nehmen, was wollten Sie Ihren Eltern am liebsten über deren Erziehungsstil sagen?
- Suchen Sie nach einem Comic-Titel für die Art und Weise, wie Sie von Ihren Eltern erzogen wurden – und noch einen für die Art und Weise, wie Sie Ihre Kinder erziehen.
- Was hätten Ihre Eltern tun müssen, um in der Erziehung zu scheitern? Was müssten Sie tun, um erzieherisch zu versagen?

Solche überzogenen Fragen rütteln manchmal auf und bringen einen dazu, aus einer anderen Perspektive hinzuschauen. Wir wurden *durch die Erziehung unserer Eltern stark geprägt*. Später wiederholen wir bewusst oder unbewusst einige ihrer Fehler, selbst solche, die wir eigentlich für sehr bedenklich halten. Darum zum Schluss noch die Frage: „*Was mache ich bewusst anders als meine Eltern?*“

Überlegen Sie, ob Ihre *Ansprüche* an Ihre Erziehungsleistung nicht zu hoch sind. Keiner erzieht perfekt und schon gar nicht auf Dauer, jeder macht *Fehler*, insbesondere unter starker Belastung. In den ersten Monaten und Jahren, in denen Kinder noch hilflose Nesthocker sind, müssen Eltern rund um die Uhr für sie da sein. Natürlich fühlen sie sich manchmal eingeengt, fremdbestimmt und überfordert, vor allem, wenn sie sich zeitgleich wenig Selbstfürsorge gönnen. Phasen mit Erschöpfung und Unzufriedenheit sind dann häufig unausweichlich und es fehlt an innerer Ruhe, um gelassen mit dem Kind umzugehen.

*Belastungen* kommen in jeder Familie vor, zumindest zeitweilig – beruflich-finanzielle, gesundheitliche oder partnerschaftliche Probleme. Vielleicht gibt es Unstimmigkeiten in der Verwandtschaft wegen Geschwisterrivalitäten oder Erbstreitigkeiten. Stress schränkt das persönliche Wohlbefinden ein und erschwert das Erziehungsverhalten. Belastete Eltern nehmen die Probleme ihrer Kinder oft übersteigert wahr, entwickeln Weltuntergangsstimmung und verhalten sich mehr oder weniger inkonsequent beim Umgang mit diesen Problemen. Weil sie dann gereizter und unberechenbarer sind, reagieren ihre Kinder mit Verunsicherung und Rückzug oder mit aggressivem und oppositionellem Verhalten (vgl. Kapitel 4.6).

*Besonders empfindsame Kinder* werden bei familiären Belastungen ängstlich (vgl. Kapitel 4.7), verzweifelt, traurig, depressiv (vgl. Kapitel 4.8) und bekommen mehr Wutausbrüche. Diese psychischen Auffälligkeiten der Kinder sind weitere Belastungsfaktoren für die ohnehin gestressten Eltern. Revoltieren Kinder, fällt es belasteten Eltern besonders schwer, sich nicht aus der Fassung bringen zu lassen. Überforderte Eltern strafen meistens häufiger und härter als zu Zeiten, in denen sie ausgeglichen sind.

**Merke:**

Folglich ist es *wichtig, dass Eltern (auch unter Belastung) gut für sich sorgen*. Wenn Eltern ihren eigenen Interessen in Beruf, Freizeit oder auf ehrenamtlicher Basis nachgehen und soziale Netzwerke außerhalb der Familie haben, dann bekommen sie mehr Anerkennung und leben zufriedener. Ihre Kinder sind meist froh, wenn die Eltern sich das Leben interessant gestalten, denn ihre Zufriedenheit wirkt positiv auf sie zurück. Je mehr Freiräume Eltern und Kinder einander erlauben, desto stärker wächst ihr Vertrauensverhältnis und desto mehr sind sie füreinander da, selbst wenn sie faktisch weniger Zeit miteinander verbringen.

## 2.2 Eigenschaften von Kindern

Manche Kinder sind leichter zu erziehen als andere. Das *Temperament* des Kindes und seine gesundheitliche Ausstattung spielen dabei eine herausragende Rolle. Das Temperament ist sozusagen die „Temperatur“ der Person – ihre Grundstimmung, Gemütsart und ihr Verhaltensstil. Das Temperament ist zum großen Teil angeboren und bleibt über die gesamte Lebensspanne hinweg weitgehend konstant. Erfahrungen in Familie, Kindergarten, Schule und Freizeit nehmen ein wenig Einfluss darauf. Das Temperament setzt sich nach psychologischer Lehrmeinung aus folgenden Eigenschaften zusammen:

- *Emotionalität*, gemeint ist die Häufigkeit und Stärke, mit der das Kind Gefühle zeigt und seine Stimmungen wechseln,
- *Reaktivität* umfasst das Tempo und die Intensität, mit der das Kind auf äußere Reize reagiert,
- *Aktivität* bedeutet die Kraft und Geschwindigkeit von Bewegung, Denken und Sprechen,
- *Soziabilität* das Bedürfnis nach Nähe zu anderen und wie das Kind Nähe herstellt.

In der modernen Psychologie wird nicht mehr von „Persönlichkeitstypen“ gesprochen, da die Übereinstimmungen zu gering und die Überschneidungen zu vielfältig sind. Jeder Mensch ist einzigartig. Aber *Temperamentsunterschiede* lassen sich durchaus beobachten: