

Was Kindern gut tut ...



♡ ... ein emotionaler Ankerplatz,
auf den kind sich verlassen kann

♡ ... gesetzte Grenzen nachvollziehen
und verstehen zu können

♡ ... lebensnahe Vorbilder

♡ ... sich angenommen
und wertgeschätzt zu fühlen



♡ ... Möglichkeiten um an schwierigen Situationen
wachsen zu dürfen

♡ ... Freiraum für Eigenaktivität
und selbstgewählte Freundschaften

Was brauchen Kinder eigentlich, damit sie sich gut entwickeln können?

Auf die Frage, was ein Kind braucht, um sich gut entwickeln zu können, fällt mir unmittelbar Johann Wolfgang von Goethes im wahrsten Sinne des Wortes „*geflügelter Ausspruch*“ ein. Er war es, der forderte Kindern „*Wurzeln und Flügel*“ zu geben, um ihnen eine gute Entwicklung zu ermöglichen.

- * Die Wurzeln entsprechen der Liebe und Geborgenheit, die wir unseren Kindern schenken - aber auch den Regeln, an die wir uns im Familienalltag halten, den Werten und Normen, die wir vermitteln und den Grenzen, die wir setzen. Ohne diese Wurzeln können unsere Kinder kaum Halt im Leben finden.
- * Die Flügel stellen das Zutrauen und Zulassen dar, das wir unseren Kindern entgegenbringen, damit sie ihre ganz eigenen Erfahrungen machen können. Und letztlich auch das Loslassen – damit sie ihr Leben leben und nicht nur ein reduziertes Dasein als Lebensinhalt ihrer Eltern führen.



Goethes Forderung hat auch heute noch Berechtigung. Knapp zweihundert Jahre später können wir aus wissenschaftlicher Sicht aber auch auf detailliertere Erkenntnisse zum kindlichen Entwicklungsverlauf zurückgreifen:

Um sich gut entwickeln zu können, braucht ein Kind mindestens eine verlässliche Bezugsperson

Meistens werden das die Eltern sein, es kann aber auch eine andere Person sein. Nach Bowlbys Bindungstheorie ist es wichtig, dass es jemanden gibt, zu dem das Kind eine stabile und positive Beziehung hat. Diese Person sollte die Bedürfnisse des Kindes erkennen und angemessen darauf eingehen. So kann ein Kind eine sichere Bindung aufbauen, Vertrauen entwickeln und sich gehalten und sicher fühlen.

... Kinder brauchen einen emotionalen Ankerplatz, auf den sie sich verlassen können

Um sich gut entwickeln zu können, braucht ein Kind Wertschätzung und Akzeptanz

Ein strukturierter, emotional positiver Erziehungsstil nimmt das Kind in seinem Wesen und seiner ganz eigenen Art an. Es soll nicht in eine bestimmte Richtung „verbogen“, sondern in seiner Entwicklung unterstützt werden. Wertschätzung und Akzeptanz sollten aber nicht mit „grenzenlos“ und „Alles-akzeptieren-müssen“ verwechselt werden. Ein Kind, das nie gelernt hat, sich an bestimmte Regeln zu halten, wird es auch als Erwachsener schwer in seinem Leben haben. Grenzen müssen von den Eltern gut durchdacht und auf ihre Berechtigung überprüft werden. Hört ein Kind ständig „Nein“, kann es sich nicht daranhalten.

... Kinder sollen sich angenommen und wertgeschätzt fühlen und gesetzte Grenzen nachvollziehen und verstehen können

Um sich gut entwickeln zu können, braucht ein Kind positive und authentische Vorbilder

Kinder brauchen keine perfekten Eltern, um sich gut zu entwickeln. Was für eine Erleichterung, gibt es doch keine „perfekten“ Eltern, etwas Gruseliges ist auch kaum vorstellbar. Kinder brauchen keine Roboter, sondern menschliche Vorbilder – die ihnen auch zeigen, wie wir an Fehlern wachsen können. Neben Mama und Papa können andere erwachsene Bezugspersonen innerhalb und außerhalb der Familie authentische Rollenmodelle und wichtige Orientierungshilfen für unsere Kinder sein: von Oma, Opa, Onkel, Tante, FreundInnen der Familie über (Elementar-) PädagogInnen bis hin zu FußballtrainerInnen oder der vertrauten Hortbetreuung, ... Solche Vorbilder wirken ermutigend, sie leben im besten Falle vor wie wir – auch ohne „Super(wo)man“ zu sein – mit Krisen im alltäglichen Leben umgehen können.

... Kinder wollen und brauchen Vorbilder aus ihrem direkten Lebensumfeld



Um sich gut entwickeln zu können, braucht ein Kind selbstgewählte Freunde

Wenn Kinder heranwachsen, werden positive Kontakte zu Gleichaltrigen und Freundschaftsbeziehungen immer wichtiger. Der Säugling ist noch vollkommen zufrieden, wenn er ausgeschlafen, satt und sauber mit Mama oder Papa kuscheln kann. Mit zunehmender Selbstständigkeit wird der Austausch mit Gleichaltrigen aber immer wichtiger. Eltern sollten sich über diese Entwicklung freuen und sie unterstützen, denn so können entscheidende soziale Kompetenzen erworben werden. Wenn bei kleineren Streitereien unter Freunden immer gleich von den Eltern eingegriffen wird, geht das auf Dauer auf Kosten der Entwicklung kindlicher Konfliktlösekompetenz und Problemlösefähigkeiten, die sich nur durch viel Übung – und auch mal durch „Fehler-machen-dürfen“ – entwickeln können. Werden Kinder „überfördert“ und verfügen neben Ballett, Gitarre, Taekwondo, Reiten und Fechten über keine freie Zeit mehr, können sie keine tiefen, selbstgewählten Freundschaften pflegen.

... Kinder brauchen Freiraum für Eigenaktivität und selbstgewählte Freundschaften

Um sich gut entwickeln zu können, braucht ein Kind Herausforderungen

Um sich gut zu entwickeln, brauchen Kinder keine sterilen und perfekten Lebensumstände. Im Gegenteil: Kinder, denen jeder Holperstein überfürsorglich aus dem Weg geräumt wird, werden dadurch in ihrer Entwicklung beschnitten. Diese Feststellung wird auch durch die sozial-kognitive Theorie nach Bandura und Ergebnisse der frühen Resilienzforschung gestützt. Der Begriff der „Resilienz“ ist gegenwärtig in aller Munde, er beschreibt eine Art „seelische Widerstandskraft

gegen widrige Umstände“. Seit Mitte des vergangenen Jahrhunderts wurden zahlreiche Forschungsprojekte durchgeführt, um die Frage zu beantworten, warum es Menschen gibt, die sich trotz schwieriger Lebensumstände gut entwickeln. Auch das Wachsen an selbst bewältigten Herausforderungen ist dabei ein zentrales Thema. Wer ein Problem oder eine schwierige Situation meistert, fühlt sich selbstwirksam. Mitunter ist es diese Selbstwirksamkeitserwartung, die uns „resilient“ – also widerstandskräftig machen kann. Wer weiß, dass er selbst etwas „bewirken“ kann, wird sich nicht so schnell hilflos und ausgeliefert fühlen, er wird versuchen seinen Weg zu meistern, komme was da wolle.

... Kinder brauchen die Möglichkeit an schwierigen Situationen wachsen zu können



Fazit:

Wer sein Kind liebevoll erzieht, Werte vorlebt (und nicht nur deren Einhaltung einfordert), ihm nicht alle Hindernisse aus dem Weg räumt und auf Freiraum für Freundschaften achtet, schafft schon ganz wunderbare Rahmenbedingungen für eine gute Entwicklung.



Übrigens: „Konsequenz“ bedeutet aus dem lat. „Folge“. Viele glauben, wir müssten Kinder „*konsequent*“ erziehen und sie für von uns unerwünschtes Verhalten „*strafen*“. Eine Strafe ist keine Konsequenz, Strafe hat mit Machtausübung, Dressur und oft auch Rache zu tun.

Kinder (und auch Erwachsene) brauchen die Erfahrung, dass Verhalten Sinn macht und Folgen hat.

- ✿ Der dritte Pudding verursacht vielleicht Bauchweh;
- ✿ Wenn ich zu spät zur Schule gehe, ist der Bus weg;
- ✿ Wenn ich Mama trete, findet sie das nicht so großartig;
- ✿ Wenn ich mich bedanke, freut sich das Gegenüber;
- ✿ Wenn ich was ausschütten, kann ich es selbst wegputzen ...

Im Alltag können wir bei anderen und uns selbst vielleicht beobachten, dass wir Kindern diese Folgen versuchen abzunehmen (oft verärgert und schimpfend) oder durch Strafe ersetzen. Da gibt es dann Schelte für kleine Kinder, die beim Laufen hinfallen, obwohl wir gesagt haben „*lauf nicht*“ (statt mitfühlend darauf einzugehen, dass die Folge von nicht nach vorne schauend laufen – ein Hinfallen bedeuten kann), werden Kinder schimpfend in die Schule gefahren (statt die Erfahrung zu machen, zu spät zu kommen), kaufen wir unter Drohungen einen zweiten Adventkalender (statt die Erfahrung machen zu lassen, dass der – wenn alles auf einmal leer gefuttert wird – einfach fertig ist) ...

Wobei immer ein Blick auf die Entwicklung des Kindes wichtig ist, ein Zweijähriger kann sich den Adventkalender noch nicht allein einteilen, vor dem vierten Lebensjahr ist Selbstkontrolle noch nicht leistbar, ein Schulanfänger braucht noch mehr Unterstützung beim morgendlichen Zeitmanagement ... Oft behandeln wir Kinder wie kleine Erwachsene und

erwarten von ihnen, was sie körperlich und kognitiv noch nicht leisten können. In zu großen Schuhen lernt es sich nur schwer zu laufen. Elternbildung stärkt Eltern in ihrem Wissen zur kindlichen Entwicklung.

All das klingt so leicht und ist zugleich im oft stressigen und fordernden Familienalltag nicht immer so locker flockig umsetzbar. Oft hilft und motiviert da der Blick auf das Ziel: Unsere Kinder sollen glückliche Menschen werden, die gerne leben, gut für sich sorgen können und dabei trotzdem nicht auf andere vergessen. Die Mühen werden also reich belohnt.

