

Lieben, loben, Leviten lesen



**Expertin gibt
Tipps für die
Kindererziehung
Etwa 30 Eltern
kommen zum
Vortrag von
„Familien im
Zentrum“.**

„Wissen Sie was? Sie haben den besten Job der Welt!“: So begrüßte Regina Baron die knapp 30 Teilnehmer bei der zweiten Veranstaltung von „Familien im Zentrum“ Eisingen. Denn Eltern, sagte Baron, hätten die Möglichkeit, ihre Kinder ins Leben zu begleiten. Dass dies oft genug eine große Herausforderung ist, spiegelte sich am Thema des Abends wider. „Lieben – loben – Leviten lesen. Kinder ohne Stress erziehen?“ war der Vortrag im Kulturhaus Lindenhof überschrieben. Damit das gelingen kann, hatte Referentin Christine König, Kita-Sozialarbeiterin sowie Kinder- und Elterncoach, viele Tipps mitgebracht.

Möglich machte die Veranstaltung eine Förderung des Enzkreises. Mit dem Programm „Kitas stellen Familien in den Mittelpunkt“ (KiFaMi) unterstützt der Landkreis Familien etwa mit Bildungsangeboten. In Eisingen werden solche Angebote von „Familien im Zentrum“, angesiedelt an der evangelischen Kindertagesstätte, aber offen für alle Eisinger Eltern, organisiert. Bei Regina Baron laufen die Fäden dafür zusammen. Die erste Veranstaltung war ein Waldtag, der Anfang November stattfand.

Kinder Dinge abzunehmen, sagte Christine König gleich zu Beginn, sei eine schöne Sache. Aber eher gehe es darum, Kindern zu helfen, etwas selbst zu tun. „Ganz wichtig ist mir: Erkenntnis und Einsicht statt Belehrung“, erklärte König. Zudem gab sie den Eltern mit: „Das Wichtigste ist, dass Sie genau beobachten.“

Zunächst stellte sie vier Typen von Kindern vor. Das eine brav wie ein Engel, das andere mit einem starken eigenen Willen, Nummer drei eher verträumt und Nummer vier will am liebsten alles alleine machen. Da zeigte sich an den Reaktionen der Zuhörer: So mancher Mama oder manchem Papa kam einiges bekannt vor. Wer sein Kind beobachtet, schaut, wie es sich wann verhält, der kann es unterstützen.

Das ist es wieder, das Beobachten – das aus Sicht Königs auch fürs eigene Verhalten gilt. Wenn Eltern wissen, was sie tun und warum sie etwas tun, welches Ziel sie verfolgen und sich ihren eigenen Ängsten stellen, dann bedeute das weniger Stress in der Erziehung.

Dabei gehe es auch darum, sich in der Familie wohlfühlen. Denn wenn einer sich nicht wohlfühle, stimme das Gefüge nicht – egal ob Kind oder Elternteil. Daran kann man arbeiten, ermutigte Christine König.

Dass Mutter und Vater an einem Strang ziehen, ist für die Expertin unabdingbar. „Sie kriegen Stress mit ihrem Partner. Das ist die Wahrheit.“ Umso wichtiger sei es, zu wissen, wie der andere denke und welche familiäre Werteüberzeugung er habe. Um dann gemeinsam Regeln aufzustellen, die in der Familie gelten. Und wenn Regeln gelten, dann müsse man auch konsequent sein und sie durchsetzen.

Wie das aussehen kann, zeigte die Referentin an einem Beispiel aus ihrer eigenen Familie. Spielt das Kind am Esstisch mit einem Schlüssel, gibt es zuerst eine ruhige Ermahnung. Geht das Schlüssel-Geklapper trotzdem weiter, dann nimmt sie dem Kind den Schlüssel weg. Der Sprössling weiß danach genau: „Ah, ich darf ja nicht mit dem Schlüssel spielen.“ – und speichert es sich bestenfalls fürs nächste Mal ab.

Ihr Tipp: Wer seinem Kind eine Anweisung gibt, tut dies am besten, während er sich auf Augenhöhe zu ihm begibt und Blickkontakt hält. „Sie müssen den Seelenkontakt aktivieren.“ Ein weiterer Rat lautete: Weniger reden, mehr mit den Augen tun. Wie viel sich durch entsprechende Blicke vermitteln lässt, das führte König vor, indem sie einen Zuhörer durch den Raum lotste. Auch der gezielte stimmliche Einsatz vermeide Stress. Sie rät zu einem lauten „Nein, hör auf!“, um dann wieder in normaler Lautstärke ruhig zu erklären, um was es gerade geht. Denn, auch das erklärte die Erziehungsexpertin: Wird ein Kind angeschrien, dann bekommt es Angst. Wer Angst hat, kann aber nicht klar denken. Ganz anders, wenn man etwas in Ruhe erklärt bekommt.

Dass es in stressigen Alltagssituationen oft anders aussieht und Eltern lautstark mit ihren Kindern schimpfen, das weiß Christine König natürlich. Auch da hilft ihre Empfehlung: „Sie müssen anfangen, zu beobachten.“ Über Beobachtung und Erkenntnis sei Veränderung möglich.

Wie fachlich fundiert Königs Einblicke und Erziehung-Tipps sind, das zeigte sich am Ende des Abends auch daran, dass sich viele Eltern nach dem Vortrag noch persönlich mit ihr sprechen wollten.