

Ermütigung (statt Lob!)
stärkt das Selbstwertgefühl
des Kindes.



Weder autoritär noch *laissez faire* – aber wie?

An der Tagung der Mütter- und Väterberaterinnen im August 2020 sprach Doris Edelmann über die erwiesenermassen positive Auswirkung des autoritativ-demokratischen Erziehungsstils auf die kindliche Entwicklung. Doch wie gelingt dies?

Text: Petra Rudin
Fotos: iStock, Ulza,
iStock, fizkes

Jedes Paar bringt einen individuellen Rucksack mit Grund- und Werthaltungen in die Partnerschaft. Die Kinder ihrerseits haben ihre eigenen Charaktere und Temperamente. Eltern möchten ihre Kinder weder autoritär erziehen noch alles durchgehen lassen. Aber was dann? Das STEP-Konzept vermittelt hier praktische Hilfe.

Das «Systematische Training für Eltern und Pädagogen» (STEP) hilft Eltern, ihren Erziehungsalltag mit Kindern aller Altersstufen liebevoll-konsequent zu gestalten. Das Programm basiert auf der Individualpsychologie von A. Adler und R. Dreikurs sowie der Humanistischen Psychologie von C. Rogers und T. Gordon, der Grundlage einer autoritativ-demokratischen Erziehung.

Der Mensch ist ein soziales Wesen und möchte sich zugehörig fühlen, so der Grundsatz von Adler: Wenn ihm das nicht auf positive Weise gelingt, wird er Fehlverhalten zeigen. [Das Wort «Fehlverhalten», den STEP benutzt, baut auf der Psychologie von Alfred Adler auf, der den Begriff definiert hat. Anm. Red.] Gleichwertigkeit, Wertschätzung und Teilhabe geben dem Kind das Gefühl, Teil der Gemeinschaft zu sein. Eine respektvolle Kommunikation ist dabei von grosser Bedeutung. Zudem stärkt Ermütigung (statt Lob!) das Selbstwertgefühl des Kindes. Indem die Eltern dem Kind etwas zutrauen und es so in seiner Selbstständigkeit fördern, gewinnt es an Selbstvertrauen. Indem das Kind aus eigenen Erfahrungen lernt – auch Fehler machen darf –, entwickelt es Kompetenz und Eigenverantwortung. So wächst es zu einer starken Persönlichkeit heran.

Ziel des Fehlverhaltens des Kindes (unbewusst) und «Falsche Logik»	Beispiele für das Fehlverhalten	Gefühle beim Erziehenden	Dem Kind bekannte, entmutigende Reaktion des Erziehenden	Reaktion des Kindes auf Reaktion des Erziehenden	Hilfreichere Reaktion des Erziehenden / Was man stattdessen tun kann	Förderung der positiven Ziele des Kindes / Wertvorstellungen	Positive Kehrseite und positive Wertvorstellung
Aufmerksamkeit «Ich gehöre nur dazu, wenn ich bemerkt werde, besonders beachtet werde.»	Aktiv: unterbrechen, herumalbern, «Clown» Passiv: vergessen, Aufgaben nicht erledigen; Erwartung, bedient zu werden	verärgert, irritiert, gestört	wiederholen, ermahnen, bitten, schimpfen	hört kurzfristig auf, zeigt Fehlverhalten später wieder	Ignorieren des störenden Verhaltens, nicht bedienen, Aufmerksamkeit auf Positives zu einem anderen Zeitpunkt	Sich bedanken, wenn das Kind hilft. Es beachten, wenn das Kind einen Beitrag leistet.	Beteiligung «Ich möchte Teil des Ganzen sein. Bitte helft mir, mich zu beteiligen.»
Macht «Ich gehöre nur dazu, wenn ich das Sagen habe/ich muss siegen.»	Aktiv: Trotz, Wutanfall bekommen, streiten, Forderungen stellen, diskutieren Passiv: hartnäckig sein, Aufgaben nur langsam und schlecht erledigen	zornig, wütend, herausgefordert, bedroht, ohnmächtig	streiten, kämpfen oder nachgeben, strafen, man will Autorität beweisen	setzt Fehlverhalten fort; ist trotzig oder macht, was verlangt wird, aber langsam und nicht zufriedenstellend	Sich weigern zu streiten oder nachzugeben, sich aus Machtkampf zurückziehen. Tief durchatmen, Pause, Wahlmöglichkeiten anbieten, Kooperation erwarten, Haltung: «DU entscheidest.» Konsequenzen, die sich auf die Handlung des Kindes beziehen, folgen lassen.	Wahlmöglichkeiten geben! Das Kind Entscheidungen treffen lassen. Zu einem anderen Zeitpunkt das Kind um Hilfe und Kooperation bitten.	Selbstständigkeit «Ich möchte selbstständig sein. Bitte last mir die Wahl, gebt mir Entscheidungsmöglichkeiten, damit ich aus der Erfahrung lernen kann, verantwortlich zu handeln.»
Rache «Ich werde/fühle mich abgelehnt, wertlos, ungeliebt. Du sollst meinen Schmerz spüren.» / «Ich bin es nicht wert, geliebt zu werden. Ich möchte, dass es anderen genauso weh tut wie mir!»	Aktiv: gemein sein, verletzende Ausdrücke, gewalttätig sein Passiv: verletzende Blicke, auf verletzende Art sich weigern zu kooperieren	sehr verletzt, zornig, wütend, Wunsch «heimzuzahlen»	heimzahlen/rächen wollen, strafen	zeigt Fehlverhalten verstärkt; will es uns hartnäckig (fies, gemein) heimzahlen	Sich weigern, sich verletzt oder zornig zu fühlen! Sich nicht rächen! Nicht persönlich nehmen, Pause, Zeit, Dinge in Ordnung bringen, Vertrauensbildung bei anderer Gelegenheit. Dem Kind helfen, sich geliebt zu fühlen.	So fair wie möglich bleiben! Sich bedanken, wenn das Kind hilft. Es beachten und schätzen, wenn das Kind einen Beitrag leistet.	Fairness «Ich möchte, dass es fair zugeht. Bitte helft mir zu lernen, kooperativ zu sein.»
Unfähigkeitsbeweis «Ich gebe auf, lasst mich in Ruhe.» / «Ich gehöre dazu, wenn ich beweise, dass ich nichts richtig machen kann/wenn ich versage und dafür Mitleid bekomme.»	Nur passiv: leichtes Aufgeben, gar nicht erst versuchen, an Aufgaben scheitern	hoffnungslos, verzweifelt, wir wollen aufgeben	Mitleid haben, aufgeben bestätigen, dass das Kind hilflos und unfähig ist	reagiert nicht oder zeigt keine Besserung	Kein Mitleid zeigen. Nicht aufgeben. Kleine Fortschritte bemerken, Zeit lassen, positives Verhalten bestärken. Jeden kleinen Schritt, jede kleine Leistung bemerken. Das Kind nicht aufgeben!	Sich auf die Stärken des Kindes und auf seine Begabungen konzentrieren. Beachten, wenn das Kind kluge Entscheidungen trifft. Beachten, wenn das Kind an andere denkt! Viel Ermutigung!	Kompetenz «Ich brauche Zeit, um in Ruhe nachzudenken. Ich möchte erfolgreich sein. Bitte helft mir zu lernen, mir selbst zu vertrauen.»

Grundbedürfnis jedes Kindes/Menschen: Geliebt zu werden – dazugehören, wichtig sein, einen besonderen Platz haben!



Besteht eine gute Beziehung, ist das Kind automatisch kooperativer.

Bedürfnis nach Zugehörigkeit

Erzieherische Herausforderungen gibt es in jeder Familie. Wie können Eltern nun bei Fehlverhalten der Kinder sinnvoll reagieren? Es hilft, die Perspektive zu wechseln und hinter dem Verhalten das Bedürfnis des Kindes nach Zugehörigkeit zu erkennen. Wie dies aussehen könnte, soll an den drei folgenden Beispielen erläutert werden.

Der Vater möchte seiner Frau erzählen, was ihn bewegt. Pascal (4) möchte mit ihm spielen. Der Vater erkennt, dass sich das Kind zugehörig fühlen möchte. Er reagiert Pascal gegenüber nicht ablehnend, sondern gibt ihm kurz seine Zuwendung, indem er zu ihm hinunter kniet und sagt: «Ich habe dich gehört und werde in zehn Minuten bei dir sein. (Er stellt die Uhr.) Jetzt möchte ich aber zuerst mit Mama reden. Wenn der Wecker klingelt bin ich bei dir.»

Tina (3) spielt auf dem Spielplatz und es ist Zeit, nach Hause zu gehen. Die Mutter sagt: «Wir müssen nun heim, bitte räume deine Sachen auf und komm.» Das Kind weigert sich. Statt wie gewohnt laut zu werden und das Kind zu zwingen, erkennt die Mutter, dass Tina selbstständig entscheiden möchte. Sie geht zu Tina hin, berührt sie, nimmt Augenkontakt auf und sagt: «Du kannst noch drei Mal rutschen, dann ist es Zeit, nach Hause zu gehen. Du kannst wählen: Sollen wir beim Coop oder hier hinter dem Spielplatz durchgehen?» Die Mutter lässt Tina so innerhalb klarer Grenzen entscheiden.

Sabine (4) nimmt am Schwimmkurs teil. Sie traut sich jedoch noch nicht, ihren Kopf unter Wasser zu tauchen. Sie steht neben dem Wasserbecken und weint. Die Mutter macht ihr nun keinen Druck, indem sie sagt: «Benimm dich nicht so blöd, die anderen können das auch!», sondern sie ermutigt Sabine mit folgenden Worten zu kleinen Schritten: «Komm, ich halte dich im Wasser auf dem Arm» oder: «Ich begleite dich, wenn du die Stufen ins Becken gehst.» Die Mutter ist geduldig und traut Sabine zu, dass sie es schafft. Denn sie weiss, ihr Kind möchte kompetent sein.

Wenn Eltern die Gefühle des Kindes ernst nehmen, sich für seine Anliegen interessieren und sich immer wieder Zeit nehmen, wird die Beziehung gestärkt. Besteht eine gute Beziehung, ist das Kind automatisch kooperativer. Doch braucht es auch klare Grenzen, die von den Erziehenden liebevoll, aber konsequent vertreten werden. Wichtig dabei ist, dass das Kind wo immer möglich innerhalb dieser Grenzen entscheiden darf. Wenn das Kind sich falsch verhält, strafen die Eltern nicht; sie versprechen ihm auch keine Belohnung, damit es gehorcht.

Sinnvoll Disziplin anwenden bedeutet, statt zu strafen logische Konsequenzen folgen zu lassen, die für das Kind nachvollziehbar sind. Fährt das Kind beispielsweise mit dem Dreirad auf die Strasse statt wie abgemacht nur auf dem Vorplatz, räumt die Mutter das Dreirad für einen Tag in die Garage – ohne Kommentar und strafende Blicke –, denn diese Konsequenz war dem Kind bekannt. So lernt das Kind aus den Folgen seiner Entscheidungen und Verantwortung für sein Verhalten zu übernehmen.

Seminare und Kurse

Während der STEP-Ausbildung lernen die Teilnehmenden die Grundlagen der Individualpsychologie kennen und reflektieren ihre eigene pädagogische Haltung. Die einzelnen STEP-Bausteine, wie Ziele des Fehlverhaltens erkennen und Perspektive ändern, Kommunikation, Ermutigung, Kooperation und sinnvolle Disziplin, werden besprochen, praktisch umgesetzt und eingeübt. Zudem erhalten die Teilnehmenden praxisnahe Anleitung für die Durchführung der STEP-Elternkurse. Am Ende der Weiterbildung kennen die Teilnehmenden viele konkrete «Werkzeuge», wie sie Eltern in ihrem Erziehungsalltag unterstützen können. Sei dies in Form von Elternkursen oder in der beratenden Tätigkeit.

Im STEP-Kurs lernen Eltern, das Verhalten ihrer Kinder aus einer neuen Perspektive zu sehen und darauf anders zu reagieren. Der Austausch zwischen den Teilnehmenden unterstützt diesen Prozess. STEP-Trainings sowie diverse Bücher richten sich an Eltern von Kindern unterschiedlicher Altersstufen (bis 6, ab 6 Jahre und Teenager). Weitere Informationen zu STEP unter www.instep-online.ch



STEP Das Elternbuch – Die ersten 6 Jahre
Don Sr. Dinkmeyer/ Gary D. McKay/ James S. Dinkmeyer/ Don Jr. Dinkmeyer/ Joyce L. McKay. Hrsg. Trudi Kühn, Roxana Petcov. Beltz Taschenbuch. 11. erweiterte Auflage 2019. 232 Seiten. Broschiert.
ISBN 978-3-407-22877-2

Autorin

Petra Rudin ist Mütterberaterin HF, Erwachsenenbildnerin SVEB, Elternbildnerin CAS, Individualpsychologische Beraterin SGfB, Zertifizierte STEP-Trainerin
www.ermutigter-lebensstart.ch
petra.rudin@bman.ch