

MICHÈLE LIUSSI

# SELBST- BEWUSST BEDÜRFNIS- ORIENTIERT

Wie du Vorurteilen, Widerständen und  
Erziehungsmymthen begegnest, während  
du dein Kind liebevoll begleitest



**humboldt**

MICHÈLE LIUSSI

# SELBST- BEWUSST BEDÜRFNIS- ORIENTIERT

**Wie du Vorurteilen, Widerständen und  
Erziehungsmymthen begegnest, während  
du dein Kind liebevoll begleitest**

**humboldt**

# INHALT

<b>Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>Schlüsselbegriffe</b>	<b>7</b>
<b>Die große Revolution für unsere Kleinen</b>	<b>10</b>
<b>Elternvorbereitung</b> .....	11
<b>Wie erziehst du?</b> .....	13
<b>Bedürfnisorientierte Erziehung – da wollen wir hin</b> .....	15
<b>Die Aufarbeitung: Schatten der Vergangenheit</b>	<b>19</b>
<b>Der Blick zurück</b> .....	20
<b>Autoritäre Erziehung – da kommen wir her</b> .....	24
<b>Auswirkungen der autoritären Erziehung</b> .....	25
<b>Das unsichtbare Erbe</b> .....	29
<b>Adultismus in der Erziehung</b> .....	33
<b>Andere Erziehungsformen und ihre Auswirkungen</b> .....	39
<b>Reflexion als Schlüssel zur Aufarbeitung</b> .....	43
<b>Die Aufklärung: Kein Wandel ohne Wissen</b>	<b>48</b>
<b>Deine Wegbeschreibung</b> .....	49
<b>Kinder sind. Punkt.</b> .....	51
<b>Das ist Bullshit</b> .....	55
<b>„Das verwöhnte Kind“</b> .....	61
<b>„Kinder brauchen Grenzen“</b> .....	72
<b>„Du hast es dir doch so ausgesucht!“</b> .....	83
<b>„Uns hat das doch auch nicht geschadet.“</b> .....	91
<b>„Das müssen sie lernen!“</b> .....	98
<b>„Kaum bist du da, gibt's Theater!“</b> .....	110
<b>„Das sind doch nur Kinder, die verstehen das noch nicht.“</b> .....	115
<b>„Ich mach mich doch nicht zum Affen.“</b> .....	123
<b>„Hier und da ein Klaps ...“</b> .....	129
<b>„Es will doch nur Aufmerksamkeit.“</b> .....	132

<b>Das ist Bedürfnisorientierung</b> .....	138
Wir sind Cycle-Breaker .....	138
Die grundsätzliche Haltung .....	146
Das sagt die Wissenschaft .....	151
Das ist nicht bedürfnisorientiert .....	156
<b>Das ist Gewalt</b> .....	161
Körperliche Gewalt .....	161
Psychische, seelische Gewalt .....	162

## **Die Veränderung: Neue Wege gehen** 168

<b>Wähle deine Kämpfe weise!</b> .....	169
<b>Du machst einen Unterschied!</b> .....	170
<b>Ihr (er)zieht an einem Strang!</b> .....	173
<b>Ihr gegen den Rest der Welt!</b> .....	199
<b>Du bist ein Vorbild!</b> .....	208

## **Anhang** 210

Ein besonderer Dank .....	210
Literatur .....	210
Studien und Artikel .....	212

*Die Vergangenheit bearbeiten,  
die Gegenwart gestalten,  
die Zukunft verändern.  
Für unsere Kinder*

# VORWORT

Wann immer die Idee für ein Buch aufkommt, stellt sich unweigerlich die Frage: Braucht es dieses Buch? Auch bei dem, das du gerade in der Hand hältst. Braucht es tatsächlich ein Buch darüber, dass Kinder bedürfnis- und bindungsorientiert aufwachsen sollen und dürfen? Darüber, dass es sinnvoll ist, dass wir unsere Kinder gewaltfrei, auf Augenhöhe, zugewandt und achtsam beim Aufwachsen begleiten? Darüber, wie wir mit den Widerständen umgehen? Sind wir uns nicht längst alle einig?

Ich wünschte, dem wäre so. Wirklich, das wünsche ich mir sehr. Doch noch während ich an diesem Buch schreibe und mich mit dieser Frage beschäftige, bekomme ich die Antwort von mehreren Seiten. Ein auf-lagenstarkes Blatt stellt groß infrage, ob es wirklich sinnvoll ist, dass Kinder beim Bäcker selbst entscheiden dürfen, was sie haben möchten. Und ob es zumutbar ist, dass deswegen andere Menschen warten müssen. Auf X (ehemals Twitter) liest man Diskussionen darüber, wann „Nein sagen“ zum Verbrechen gegen Kinder wurde. Die Beobachtung, die diese Annahme untermauern sollte: Kinder gehen verkleidet in den Kindergarten. Und das, obwohl nicht einmal Fasching ist! Ganz eindeutig haben hier Eltern nicht an der „richtigen“ Stelle Nein gesagt, ihre Kinder nicht richtig erzogen.

Wären Diskussionen über solche „Kleinigkeiten“ das einzige Problem, mit dem Eltern zu kämpfen haben, die bedürfnisorientiert, frei und unverbogen erziehen wollen, könnten wir es schulterzuckend an dieser Stelle gut sein lassen. Sollen sie doch reden. Aber zum einen ist es schwer, die vielen Verfechter\*innen veralteter Erziehungsmethoden einfach auszublenden, zum anderen sind gewaltvolle Haltungen und Verhaltensweisen immer noch die Lebensrealität unserer Kinder. In einer großen, repräsentativen Befragung des österreichischen Bundeskanzleramtes gaben 2021 36 % der Befragten an, dass man in der

Erziehung schon mal mit einem Klaps nachhelfen darf, 34 % waren der Meinung, dass ein kleiner Klaps nicht schadet und 20 % dachten, dass eine Ohrfeige oftmals besser erziehen kann als viele Worte (Bundeskanzleramt, 2021). In Deutschland zeigte sich laut der Studie „Aktuelle Einstellung zu Körperstrafen und elterlichem Erziehungsverhalten in Deutschland“ aus dem Jahr 2020 der Unicef und des Kinderschutzbundes, durchgeführt vom Universitätsklinikum Ulm, ein ähnliches Bild. Dort gab gut ein Viertel der Befragten an, dass sie der Aussage „Ein Klaps auf den Hintern hat noch keinem Kind geschadet“ völlig zustimmen (Clemens et al., 2020).

Und selbst wenn du ein Elternteil bist, der jede Form von Gewalt gegen sein Kind strikt ablehnt, so wirst du vom Umfeld mit diesen Einstellungen konfrontiert. Ebenso dein Kind. Es gibt Gewalt in Familien, Gewalt in Betreuungs- und Bildungseinrichtungen, Gewalt im kindlichen Alltag. Ein Blick ins Nachbarland spricht Bände: Im Jahr 2023 diskutiert die Schweiz über die gesetzliche Verankerung eines Züchtigungsverbots. 2023! Gewaltfreie Erziehung ist dort zu diesem Zeitpunkt noch nicht im Gesetz angekommen. Fairerweise muss man ergänzen, dass 96 % der befragten Eltern sehr oder eher zustimmten, dass Kinder ein Recht auf gewaltfreie Erziehung haben, als die Stiftung Kinderschutz 2022 danach fragte (Stiftung Kinderschutz, 2022). Eine solche Verankerung im Gesetz wird von diesen Eltern sehr oder eher befürwortet.

Aber selbst in den Ländern, in denen das Recht auf gewaltfreie Erziehung gesetzlich verankert ist, ist Gewalt im Alltag noch zu finden. Oft erwächst sie auch heute noch aus einer Haltung, die Erwachsene über Kinder stellt. Aus der Überzeugung, dass Kinder strenge Führung und Disziplinierung brauchen, weil sonst nichts aus ihnen wird. Weil wir sie andernfalls verziehen, verwöhnen und sie uns auf der Nase herumtanzen lassen. Es ist schwer, sich diesen „Befürchtungen“ zu entziehen, denn sie werden Eltern gern ungefragt aufgedrückt. Diese „Befürchtungen“, denen wir und unsere Kinder nahezu jeden Tag begegnen, werde ich in diesem Buch als – nennen wir das Kind

beim Namen – Bullshit entlarven. Ich beschreibe und durchleuchte die gängigsten Bullshit-Sätze eingehend. Damit bist du künftig gerüstet, wenn dir Kritik und Widerstände begegnen und dir Erziehungsmythen aufgedrückt werden. Aber das Umfeld ist nicht das einzige Schlachtfeld, auf dem der Kampf für eine bedürfnisorientierte Erziehung ausgetragen wird. Wir selbst, die wir überwiegend noch autoritär erzogen wurden, tragen die Narben dieser Zeit auf unserer Seele und heilen, während wir begleiten.

Lass uns gemeinsam den Weg zur selbstbewussten, bedürfnisorientierten Erziehung gehen. Ein Weg, der nicht nur den Blick auf Erziehung, sondern auch unser gesamtes Verständnis von Familie, Partnerschaft und Gemeinschaft verändern wird. Du hältst den Schlüssel zu einer radikalen Veränderung in den Händen. Erziehung ist im Wandel. Wir sind Teil einer Bewegung, die nicht nur eine Reaktion auf die Unzufriedenheit mit der autoritären Erziehung darstellt, die viele von uns erlebt haben, sondern auch auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert. Denn bei Erziehung geht es nicht darum, was „man schon immer so gemacht hat“, sondern darum, was beispielsweise aus entwicklungspsychologischer Sicht sinnvoll ist. Es geht nicht darum, ob man an bedürfnisorientierte Erziehung „glaubt“. Man „glaubt“ ja auch nicht, dass die Erde rund ist oder dass Penicillin wirkt. Man weiß es. Wissenschaft und Forschung schenken uns Erkenntnisse, die unser Leben verändern, das ist ihre Aufgabe. Und das gilt auch für Entwicklung und Erziehung. Wir entstauben veraltete Erziehungsvorstellungen, räumen mit festgefahretem Bullshit auf und blicken nach vorne. Darum und um uns, unsere Kinder und unsere Familie geht es in diesem Buch.

Deine



# SCHLÜSSELBEGRIFFE

Die folgenden Begriffe begegnen dir im Verlauf des Buchs. Du kannst dich jetzt gleich mit ihnen vertraut machen oder hierher zurückkommen, um sie nachzulesen.

Stöbert man durch die Ratgeberliteratur und einschlägige Social-Media-Kanäle, findet man unterschiedliche Begrifflichkeiten, die alle einen zugewandten Erziehungsweg beschreiben: Da gibt es die bedürfnisorientierte, die bindungsorientierte und die beziehungsorientierte Erziehung (alle drei mit BO abgekürzt). Synonym wird dafür oftmals das „Attachment Parenting“ genannt. Ebenfalls zu finden sind eher beschreibende Bezeichnungen wie „Begleitung auf Augenhöhe“, „Freiheit in Grenzen“, die „friedvolle Elternschaft“, „gewaltfreie Erziehung“ oder relativ neu „regulationsorientierte Erziehung“. Diese Erziehungsformen unterscheiden sich sicherlich hier und da voneinander. Im Grunde beschreiben alle jedoch eine den Eltern innewohnende Haltung.

Für dieses Buch habe ich mich für „bedürfnisorientierte Erziehung“ als übergeordneten Begriff entschieden, denn er umfasst meiner Ansicht nach auch den Fokus der anderen Strömungen. Ich wende mich jedoch an alle Eltern, die für ein Miteinander auf Augenhöhe und einen respektvollen, kindgerechten und gewaltfreien Umgang mit ihren Kindern kämpfen wollen. Ganz egal, wie sie ihre Erziehungsweise nun nennen.

**Erziehungsstil** Erziehungsstile sind Erziehungsverhaltensweisen, die über die Zeit hinweg stabil bleiben. Ein in der Erziehungswissenschaft gängiges Modell (Hurrelmann/Bauer, 2015) beschreibt Erziehung anhand zweier Dimensionen: dem Einsatz elterlicher Autorität (Wie stark lenken und kontrollieren die Eltern?) und der Berücksichtigung der kindlichen Bedürfnisse (Wie viel Zuwendung und emotionale Unterstützung bekommt das Kind?). Je nachdem, wie Eltern sich dahingehend verhalten, kann man sie bestimmten Erziehungsstilen zuordnen.



**Autoritäre Erziehung** Eine Form der Erziehung, die durch einen hohen Einsatz elterlicher Autorität, Macht und Kontrolle gekennzeichnet ist, bei geringer Berücksichtigung kindlicher Bedürfnisse und wenig emotionaler Wärme. Strenge, Disziplin und Gehorsam sind zentrale Werte dieser Erziehung. Strafen, Disziplinierungen und Druck sind beobachtete Erziehungsmethoden (siehe z. B. Charlotte et al., 2012).

**Autoritativ-partizipative Erziehung** Dieser Erziehungsstil charakterisiert sich durch eine ausgewogene Balance von Wärme und emotionaler Unterstützung sowie Lenkung und Orientierung. Bei dieser Bezeichnung handelt es sich um den Fachterminus aus der Erziehungswissenschaft. Viele der neuen Erziehungsbewegungen fallen in diese wissenschaftliche Kategorie.

**Laissez-faire-Erziehung** Bei dieser Erziehung ist das Kind weitestgehend auf sich allein gestellt, die Eltern halten sich aus der Erziehung heraus. Dadurch fehlt es an erfahrbaren Grenzen, Orientierung und zugewandter Unterstützung. Eine milde Form dieses Erziehungsstils ist die „permissive Erziehung“, die ebenfalls keine Grenzen und beobachtbares Erziehungsverhalten kennt, dafür aber mit liebevoller Zuwendung einhergeht.

**Adultismus** Unter Adultismus versteht man eine Form der Diskriminierung, die auf dem Ungleichgewicht der Macht zwischen Kindern und Erwachsenen gründet. Wird ein Mensch aufgrund seines jungen Alters diskriminiert, also nicht ernst genommen, übergangen, ausgeschlossen oder Ähnliches, spricht man von Adultismus. Dieser kann familiär, gesellschaftlich, strukturell, institutionell und politisch beobachtet werden.

**Bedürfnisse** Bedürfnisse sind grundlegende Bereiche, in denen Menschen keinen Mangel aushalten. Wenn er aufkommt, verspüren wir einen starken Drang, diese Bedürfnisse zu erfüllen. Neben den körperlichen Grundbedürfnissen definierten der Kinderarzt Berry Brazelton

und der Kinderpsychiater Allan Greenspan (Brazelton & Greenspan, 2002) sieben Grundbedürfnisse.

Das sind die Bedürfnisse nach:

- beständigen liebevollen Beziehungen (→ Bindung)
- körperlicher Unversehrtheit, Sicherheit und Regulation
- individuellen Erfahrungen (→ Autonomie)
- entwicklungsgerechten Erfahrungen (→ Lernen)
- Grenzen und Strukturen (→ Orientierung)
- stabilen, unterstützenden Gemeinschaften und nach kultureller Kontinuität (→ Zugehörigkeit)
- einem globalen Verantwortungsbewusstsein (→ Beachtung kindlicher Bedürfnisse und Rechte durch die Gesellschaft)

Ich habe dieses Bedürfniskonzept gewählt, weil es einen sehr wichtigen Aspekt beinhaltet: das globale Verantwortungsbewusstsein. Nach der Auffassung von Brazelton und Greenspan ist es uns ein Bedürfnis, dass die Gemeinschaft, in der wir leben, Verantwortung für uns übernimmt. Besonders Kinder brauchen den Schutz der Gemeinschaft, brauchen eine Gesellschaft, die ihre Bedürfnisse und Rechte achtet und eine Lebenswelt erschafft, in der sie gesund gedeihen können.

Die im Buch verwendete Literatur sowie die Studien, aus denen ich zitiere, findest du im Anhang.

# DIE GROSSE REVOLUTION FÜR UNSERE KLEINEN

*Erzieht man seine Kinder bedürfnisorientiert, hat man die Forschung auf seiner Seite, gefühlt aber sonst jeden gegen sich. Die Partnerperson zieht nicht mit, die Schwieger- und Großeltern halten mit ihren veralteten Weisheiten dagegen und der Kindergarten glänzt mit einem wohlklingenden Konzept, dessen Umsetzung aufgrund der Umstände zu wünschen übriglässt. Als wäre eine bedürfnisorientierte Erziehung im Alltag nicht schon anstrengend genug, machen uns Eltern das soziale Umfeld, das System und die Gesellschaft zusätzlich das Leben schwer. Die gute Nachricht: Du bist Teil einer Revolution, die voll im Gange ist, und dieses Buch unterstützt dich dabei.*



## Elternvorbereitung

Wenn wir Eltern werden, bereiten sich die meisten von uns mehr oder weniger darauf vor. Paare besuchen Geburtsvorbereitungs-, Säuglingspflege- und Stillkurse, die werdende Mutter sucht sich eine Hebamme, die ihr in der ersten Zeit mit Rat und Tat zu Seite steht. 74 % der befragten Mütter haben 2017 laut Statista einen Geburtsvorbereitungskurs besucht (Statista, 2019). Während es also recht selbstverständlich scheint, sich auf dieses Ereignis vorzubereiten, gibt es darüber hinaus nur wenige Möglichkeiten, sich auf das Leben mit Kindern vorzubereiten. Oder hast du schon mal etwas von einem Erziehungsvorbereitungskurs gehört? Zugegeben, es gibt Elterntainingsprogramme, aber vorbereitend werden diese nicht genutzt. Obwohl drei große wissenschaftlichen Analysen (Pinquart und Teubert, 2010a,b; Weiss et al., 2015) übereinstimmend deutlich positive Effekte von Trainingsprogrammen auf das elterliche Erziehungsverhalten und die kindliche Entwicklung nachweisen konnten.

Nun kann man natürlich argumentieren, dass man sich auf etwas so Komplexes wie Erziehung nur schwer vorbereiten kann. „Erziehung findet stets in ‚Ernstsituationen‘ statt – es gibt keinen Probelauf [...]“, schreibt Jutta Standop 2013. Sie erklärt weiter, dass erzieherisches Denken und Handeln Werten unterliegt und somit die erziehende Person ethische Entscheidungen treffen muss (Standop 2013, S. 171). Werteeinstellungen sind geschichtlich und kulturell vorgezeichnet, aber individuell ausgeprägt. Kommen noch die eigene Kindheit, das persönliche Temperament, das Bildungsniveau und weitere persönliche Faktoren dazu, sieht man schnell, dass Erziehung nicht für alle gleich aussehen kann und es kein Schema F gibt. Außerdem unterscheiden sich auch unsere Kinder voneinander und stellen uns vor unterschiedliche Herausforderungen. Es ergibt daher Sinn, dass ein Teil des Unterstützungsbedarfs, den Eltern haben, durch Ratgeber, Beratungsangebote, themenspezifische Elternbildungsangebote oder Elterntainingsprogramme abgedeckt ist. Wer um diese Möglichkei-

ten weiß und sie nutzt, kann sich so sein Handwerkszeug für die Begleitung von Kindern zusammensuchen.

Du selbst wirst vermutlich schon den ein oder anderen Ratgeber gelesen oder Vortrag besucht haben, um ein besserer Elternteil zu werden und Antworten auf einige deiner Fragen gefunden haben. Worauf du vermutlich noch keine Antwort gefunden hast: Wie bleibe ich auf meinem Weg als bedürfnisorientiert erziehender Elternteil und verteidige diesen selbstbewusst gegen all die Widerstände, die uns im Alltag begegnen? Denn es reicht ja nicht, dass wir, die wir meist selbst nicht bedürfnisorientiert aufgewachsen sind, gegen innere Muster ankämpfen müssen. Nein, wir müssen vielleicht noch eine Partnerperson motivieren und überzeugen, bei dieser Art der Begleitung mit uns an einem Strang zu ziehen. Wir müssen uns gegen die Kritik anderer Eltern und der vorangegangenen Generation wehren. Wir werden auf Missstände im vorherrschenden System aufmerksam und müssen unser Kind davor schützen, diese Missstände vielleicht sogar aktiv anpacken und verändern. Das sind ganz schön viele Baustellen neben der eigentlichen: der bedürfnisorientierten Erziehung unserer Kinder.

## Wie erziehst du?

Wir werden uns in den folgenden Kapiteln anschauen, mit welchen Erziehungsformen viele von uns groß geworden sind und welche erzieherische Haltung unsere Kinder mit größter Wahrscheinlichkeit gut auf ihre Zukunft vorbereitet. Außerdem werden wir sehen, wie der bedürfnisorientierte Ansatz nicht nur dein Kind unverbogen groß werden lässt, sondern wie er auch die Zukunft unserer Gesellschaft verändern kann.

**Demokratie und Teilhabe beginnen am Esstisch, wenn das Kind mitentscheiden darf, was gegessen wird. Bei der Urlaubsplanung, wenn das Kind mitentscheiden darf, wo es als Familie hingehet und was dort unternommen wird. Beim gemeinsamen Aushandeln der Umgangsregeln, die in dieser Familie gelten. Beim Gefühl, eine Stimme zu haben, die gehört wird und etwas bewegt.**

Dieses Buch wird dich dabei unterstützen, diesen Weg zu gehen und den Erziehungswandel voranzutreiben. Vorher möchte ich dich jedoch einladen, deine Kindheit und deine jetzige Haltung zu reflektieren. Dafür habe ich dir ein paar Fragen mitgebracht, die du für dich oder gemeinsam mit deiner Partnerperson beantworten kannst. Sie eignen sich auch dafür, dass ihr über Erziehung ins Gespräch kommt und die jeweilige Position des anderen besser versteht. Lasst euch Zeit bei der Beantwortung der Fragen, egal, ob gemeinsam oder allein. Spür gut in dich hinein und mach eine Pause, wenn belastende Gedanken oder Gefühle aufkommen sollten. Oder lies erst mal weiter und komme später noch mal darauf zurück.

## Fragen für dich

### Eigene Kindheit

1. Wie würdest du die Erziehung deiner Eltern beschreiben? Worauf haben sie Wert gelegt, welche Methoden haben sie angewandt?
2. Wie wurde mit Fehlern, Versäumnissen und Konflikten umgegangen?
3. Im Umgang mit dir als Kind, worin haben sich deine beiden Elternteile am meisten unterschieden und wie hast du das als Kind erlebt?
4. Was ist dir von der Erziehung deiner Eltern (oder eines Elternteils) so gut in Erinnerung, dass du es an dein Kind weitergeben möchtest?
5. Was möchtest du im Umgang mit deinem Kind anders machen?
6. Wie würdest du die Beziehung zu deinen Eltern als Kind und heute als erwachsene Person beschreiben?

### Eigene Elternschaft

1. Was für ein Elternteil möchtest du sein?
2. Womit tust du dich als Elternteil schwer?
3. Welche Werte und Prinzipien sind dir besonders wichtig?
4. Welche Gefühle, Erfahrungen und Fähigkeiten möchtest du deinem Kind gerne mitgeben?
5. Erkennst du manchmal deine Eltern in deinen Handlungen oder Worten? Wenn ja, wann? Wodurch wird das ausgelöst?
6. Wie ist der Umgang mit Fehlern und Konflikten in eurer Familie?
7. Wie würdest du die Beziehung zu deinem Kind beschreiben?
8. Wie würde dein Kind eure Beziehung beschreiben?

## Bedürfnisorientierte Erziehung – da wollen wir hin

Mithilfe der vorangegangenen Fragen konntest du bei dir, und vielleicht auch bei der anderen Bezugsperson deines Kindes, nachspüren, wo du dich selbst in Sachen Erziehung verortest. Das ist dein Jetzt, dein Startpunkt auf unserer Reise. Wenn du dieses Buch in der Hand hältst, kennen wir auch schon den Zielpunkt dieser Reise: eine selbstbewusste bedürfnisorientierte Erziehung für dein Kind entgegen den Widerständen. Aber was heißt das? Was ist bedürfnisorientierte Erziehung und was nicht? Was ist es, was die einen so feiern, während die anderen kopfschüttelnd seufzen? Was machen immer mehr Eltern anders als die Eltern der letzten zwei bis drei Generationen?

Ein überraschender Fakt vorweg: Bedürfnisorientierte Erziehung ist keine Erfindung neumodischer Eltern des 21. Jahrhunderts. Unter diesem oder dem amerikanischen Namen *Attachment Parenting* ist sie zwar erst seit der Nachkriegszeit bekannt und im Kommen. Ähnliche Ansätze, Gedanken und Haltungen gab es allerdings auch schon davor, sowohl in unserer als auch in anderen Kulturen.

In unserem Kulturraum erlitt diese Haltung jedoch durch zwei Weltkriege, wirtschaftliche Krisen und den Nationalsozialismus einen enormen Rückschlag. Um die Jahrhundertwende herrscht in allen Erziehungsratgebern eine emotional vernachlässigende und autoritäre Haltung vor. Exemplarisch dafür werden heute gerne die Lehren der deutschen Ärztin und Autorin Johanna Haarer herangezogen, die Mütter in ihrem Buch „Die deutsche Mutter und ihr erstes Kind“ davor warnte, ihr Kind zu „verzärteln“ und es somit zum Tyrannen zu erziehen (Haarer, 1934). Wenn man bedenkt, dass sie eine bekennende Anhängerin des Nationalsozialismus war, ist das geradezu ironisch. Ihre Gedanken dazu, dass die deutsche Mutter ihre Kinder nicht verwöhnt, sondern von Anfang an zu einem „nützlichen Gliede der Volksgemeinschaft“ (Haarer, 1934, S. 261) erziehen müsse, zogen in viele Kinderzimmer ein. Ihre Ratschläge, besonders die der emo-



tionalen Vernachlässigung, des Schreien-Lassens und der sehr frühen nächtlichen Trennung, traumatisierten über die Generationen hinweg Kinderseelen. „Auch das schreiende und widerstrebende Kind muss tun, was die Mutter für nötig hält, und wird, falls es sich weiterhin ungezogen aufführt, gewissermaßen ‚kaltgestellt‘, in einen Raum gebracht, wo es allein sein kann und so lange nicht beachtet, bis es sein Verhalten ändert. Man glaubt gar nicht, wie früh und wie rasch ein Kind solches Vorgehen begreift“, schreibt Haarer auf Seite 249 ihres Buches. Ein solches Vorgehen hinterlässt Spuren. Wunden, die wir bis heute spüren. Wunden, die nur langsam heilen. Wir werden uns den Schatten dieser Vergangenheit im folgenden Kapitel → „Die Aufarbeitung“ noch genauer anschauen.

Glücklicherweise kann man sehen, wie der Einfluss dieser sehr autoritären und adultistischen Erziehungshaltung immer weiter schwindet und einer Erziehung Platz macht, die Entwicklung, Gesundheit und Wohlbefinden maßgeblich fördert. Und nicht nur das. Die stetig wachsende Bewegung, die eigenen Kinder auf Augenhöhe zu begleiten und ihren Bedürfnissen einen ebenbürtigen Stellenwert innerhalb der Familie beizumessen, dreht auch unsere Gesellschaft auf links. Die Prioritäten verschieben sich, immer mehr Eltern fordern eine bessere Vereinbarkeit sowie ein politisches Mittragen der Care-Arbeit und die Zukunft der Gesellschaft und unseres Planeten gewinnt an Bedeutung.

Und das alles durch Erziehung? Ja. Denn wer lernt, seine eigenen Bedürfnisse gut im Blick zu haben und die Bedürfnisse anderer zu achten, der wird auf das große Ganze schauen können, ohne sich dabei selbst aus dem Blick zu verlieren. Räumen wir menschlichen Bedürfnissen in gesellschaftlichen Belangen einen hohen Stellenwert ein und lassen das Wohl von Kindern und ihren Familien in wichtige Entscheidungen einfließen, verändert sich das gesamtgesellschaftliche Miteinander.

Was ist das nun für eine wundersame Haltung? Denn genau das ist es, eine Haltung, eine Einstellung. Weit mehr als eine Abfolge von Erziehungsmaßnahmen oder eine Checkliste, wie die „Baby-Bs“ von

William Sears, dem Begründer des Attachment Parenting, oftmals (miss-)verstanden wurden. Diese „Baby-Bs“ aus seinem Buch „The Attachment Parenting Book“ sind sieben wichtige Prinzipien (die im Englischen alle mit B beginnen), an denen er diese Erziehungsform festmacht. Sie beinhalten unter anderem das Stillen (Breastfeeding), das Bonding, das Tragen des Babys am Körper (Baby-wearing) und das gemeinsame Schlafen (Bedding near your baby) (Sears, 2001).

Bindung und Bedürfnisse sind auch bei ihm zentral und sein Ansatz findet sich auch heute noch in der bedürfnisorientierten Erziehung. Von einer Fixierung auf bestimmte Verhaltensweisen ist jedoch abzuraten. Davon ist in der heutigen Bewegung der bedürfnisorientierten Erziehung auch nicht mehr viel zu spüren. Sie legt den Fokus auf eine tiefe Verbindung zum Kind und seine Bedürfnisse. Es geht um eine respektvolle und achtsame Kommunikation zwischen Eltern und Kindern, um eine Erziehung, die auf Empathie und Verständnis basiert. Bedürfnisorientierte Erziehung bedeutet, dass die Bedürfnisse der Kinder ebenso wichtig sind wie die Bedürfnisse der Eltern und sich nicht an den Wünschen und Vorstellungen der Erwachsenen orientieren. Für diese Haltung gilt der Grundsatz: **Alle Bedürfnisse sind gleichwertig, nur zeitweise unterschiedlich dringend.** Dieser Umgang auf Augenhöhe ermöglicht es, dass sich dein Kind sicher und geborgen fühlt, was sich wiederum positiv auf seine gesamte Entwicklung auswirkt.

Dabei geht es bei dieser Erziehungshaltung nicht um perfekte Elternschaft. Es geht darum, ein stabiles Fundament für eine gesunde Beziehung zwischen Eltern und Kindern zu schaffen. Dieser Erziehungsansatz konzentriert sich darauf, die individuellen Bedürfnisse und Interessen des Kindes zu berücksichtigen und zu respektieren. Es geht darum, das Kind mit seiner eigenen Persönlichkeit zu akzeptieren und ein Umfeld zu schaffen, in dem es sich gesund entwickeln kann und sicher und geborgen aufwächst. Im Gegensatz zum autoritären Weg, bei dem die Eltern bestimmen, wo es langgeht, beziehen sie bei der Bedürfnisorientierung ihr Kind mit ein und ermutigen es, seine eige-

nen Bedürfnisse und Wünsche zu äußern. Sie unterstützen es dabei, die wichtigsten Fähigkeiten zu entwickeln. Es erfährt Grenzen, die eigenen und die der anderen Menschen, sie werden ihm nicht willkürlich auferlegt. Der Umgang mit persönlichen und sozialen Grenzen wird (vor)gelebt und begleitet.

Beschäftigt man sich intensiver mit dem Thema Erziehung, kommt auch die Frage nach den Erziehungszielen auf. Was motiviert Eltern, ein bestimmtes Erziehungsverhalten an den Tag zu legen? Was motiviert dich? Die Erziehungswissenschaft nennt diese Erziehungsziele die „kognitive Komponente“ (Köhne, 2003) der Erziehung. Unter anderem diese Ziele steuern das Verhalten. Der Erziehungswissenschaftler Wolfgang Brezinka war sogar der Meinung, dass Erziehungsziele eine notwendige Voraussetzung für Erziehungsverhalten seien (Brezinka, 1993). Es gibt Fürsprecher\*innen der bedürfnisorientierten Erziehung, die sich dafür einsetzen, dass es für den Weg der Begleitung auf Augenhöhe keine Zielsetzung braucht. Weil es moralisch betrachtet das Richtige ist, Kinder gleichwertig zu behandeln und nicht durch Machtgebrauch zu formen und zu unterdrücken. Andere sehen das Ziel dieser Erziehungshaltung darin, eine Generation heranwachsen zu lassen, die emotional und psychisch gesund ist, über psychische Widerstandskraft und einen guten Umgang mit Gefühlen verfügt und dabei selbstbewusst und selbstwirksam ist. Eine Generation, die auf die sich wechselnden Herausforderungen einer ungewissen Zukunft vorbereitet ist. Und wieder andere erhoffen sich durch diesen beziehungsorientierten Ansatz eine starke Eltern-Kind-Beziehung, die bis ins Erwachsenenalter hinein Bestand hat. Ich für meinen Teil fühle mich beidem verbunden. Es ist moralisch richtig, Kinder gleichwürdig zu behandeln, sie als vollwertigen Menschen zu sehen. Das ist meine Überzeugung. Gleichzeitig hilft mir ein Ziel vor Augen, auf Kurs zu bleiben, wenn es mal schwierig und anstrengender wird.

# DIE AUFARBEITUNG: SCHATTEN DER VERGANGENHEIT

*Die Vergangenheit ist ein Teil von uns und den Menschen, mit denen wir jeden Tag zu tun haben. Sie haftet an uns, beeinflusst, was wir denken und fühlen und durch welche Brille wir die Welt und unser Umfeld betrachten. Sie ist ein maßgeblicher Teil von uns: vom allgemeinen Wertesystem bis hin zu den kleinsten impulsartigen Reaktionen. Um uns selbst als Eltern und den Widerstand, der uns auf unserem Weg entgegenschlägt, besser zu verstehen, ist es hilfreich und notwendig, sich dieser Vergangenheit und damit auch der eigenen Geschichte bewusst zu werden.*



## Der Blick zurück

Wir verstehen unser Heute besser, wenn wir unser Damals verstehen. Denn unser Heute – wie wir fühlen, denken, reagieren, uns binden, kommunizieren oder einfach leben – ist beeinflusst davon, was Eltern und Bezugspersonen uns vorgelebt haben, wie sie uns behandelt haben, wie sie uns die Welt erklärt haben. Also wie wir aufgewachsen sind. „Eltern prägen ihre Kinder durch ihr gesamtes Verhalten, durch ihre Einstellungen, Überzeugungen und Aktivitäten, aber auch durch ihr Erziehungsverhalten und speziell durch ihren Erziehungsstil.“ (Bründel & Hürrelmann, 2017, S. 77) Um aber zu verstehen, wie wir erziehen und erzogen wurden, müssen wir noch ein paar Generationen zurückgehen. Denn die Art und Weise, wie unsere Eltern mit uns umgegangen sind, ist nicht unabhängig davon, wie deren Eltern sie erzogen und behandelt haben.

Nun werde ich die Geschichte nicht bis in die Antike aufrollen, obwohl das sicherlich spannend wäre. Aber es lohnt sich, die letzten knapp 100 Jahre einer kurzen Betrachtung zu unterziehen. Denn damit umreißen wir vier bis fünf wichtige Generationen: die (Ur-)Urgroßeltern unserer Kinder, ihre (Ur-)Großeltern, uns selbst und unsere Kinder. Außerdem fließen dann auch die Prägung durch zwei Weltkriege, eine aus pädagogischer Sicht fehlende Kriegsbewältigung und die tiefgreifenden gesellschaftlichen Veränderungen der Nachkriegszeit in unsere Betrachtung ein, ohne die ein umfassendes Verständnis nicht möglich ist. All das sind wichtige Aspekte der Geschichte der Erziehung.

Unser Rückblick startet in einer Zeit größter Not, rund um den zweiten Weltkrieg und in den Jahren unmittelbar danach. Angetrieben von der nationalsozialistischen Ideologie beherrschte die autoritäre Erziehung, geprägt von Disziplin, Gehorsam und einem strikten Machtgefälle, die Kinderzimmer und die Lebenswelt der Jugendlichen. „Bolschewismus wie Nationalsozialismus waren jeweils Erziehungsdiktaturen, in denen versucht wurde, die nachwachsende Generation auf das System zu verpflichten und keine Alternativen

zuzulassen.“ (Oelkers, 2013, S. 7) Man mag sich gar nicht ausmalen, wie sich Eltern, Jugendliche und Kinder in dieser Zeit, in der Selbstbestimmung, Selbstverwirklichung und kritisches Denken unterdrückt wurden, gefühlt haben. „Weil ich es sage!“ war nicht einfach ein Satz. Es war ein unverrückbares Gesetz.

Für die Umsetzung dieser Erziehungsziele, also dem Anpassen des eigenen Kindes an die gesellschaftlichen Erwartungen, war zu dieser Zeit die Verwendung von körperlicher und psychischer Gewalt ein probates Mittel. Erst ab den 1950ern wurde in Deutschland ein Rückgang körperlicher Gewalt in der Erziehung verzeichnet (Wetzels, 1997). Das Recht auf gewaltfreie Erziehung kam erst viel später.

Um es auf den Punkt zu bringen: Unsere Urgroßelterngeneration war nicht selten auf vielfache Weise traumatisiert, eine verwundete Generation, die ihrerseits wieder zu Eltern wurde. Unsere autoritäre Vergangenheit war geprägt von klaren Regeln, starren Hierarchien und dem festen Glauben daran, dass Autorität nur durch Strenge und Gehorsam durchsetzbar ist. Die Regeln waren klar, die Strafen noch „klarer“. Gehorsam wurde erzwungen, für individuelle Persönlichkeitsentwicklung blieb kein Platz. „Warte, bis dein Vater nach Hause kommt ...“ flößte Furcht ein statt Respekt oder gar Freude.

Die Nachkriegszeit brachte Demokratie ins Land und einen demokratischeren Erziehungsstil in die Familien. Wirtschaftliche Krisen und Wiederaufbau verhinderten jedoch eine Aufarbeitung der Kriegswunden bezogen auf Kindheit und Erziehung. Nicht einmal in der pädagogischen Literatur dieser Zeit findet sich ein Hinweis auf Kriegsbewältigung. Dieses Kapitel der Geschichte wollte man, verständlicherweise, hinter sich lassen und den Neubeginn feiern. In diese Zeit der beginnenden politischen Auseinandersetzung mit autoritären Haltungen wurden die (Ur-)Großeltern unserer Kinder geboren. Sie ging jedoch nur langsam und mit regionalen Unterschieden voran. Daher ist überaus wahrscheinlich, dass ein Großteil der (Ur-)Großeltern ebenfalls noch mit autoritären Erziehungsmaßnahmen sozialisiert wurde.

## DAS GESPRÄCH SUCHEN

Leben die eigenen Großeltern und/oder Eltern noch, lohnt es sich, mit ihnen über ihre Kindheit zu sprechen, um ein Gefühl dafür zu bekommen, was sie erlebt haben und wie sie groß geworden sind. Das kann anlassbezogen geschehen, wie zum Beispiel „Mir ist aufgefallen, dass es dich wundert, wenn ich so oder so mit meinem Kind umgehe. Wie war das bei dir? Wie hast du das als Kind erlebt?“ oder ganz allgemein mit den Fragen „Was hat dich geprägt? Wie gingen deine Eltern mit Fehlern um? Welche Regeln gab es eigentlich bei euch zu Hause?“ Solche und ähnliche Fragen können eine Einladung für einen offenen, wertfreien Austausch sein, der dann zu tieferem gegenseitigen Verständnis führt.

Die Spuren dieser Vergangenheit sind nicht zu übersehen, denn viele von uns haben selbst noch erlebt, wie autoritäre Erziehung zwar kurzfristig Gehorsam erzeugte, doch langfristig einen Schatten auf die emotionale Entwicklung warf. Unsere Eltern und wir selbst lernten, uns anzupassen, nicht selbstständig zu denken und nicht gesund mit unseren Gefühlen umzugehen. Die Konsequenzen reichen bis heute, wenn wir Gefühle unterdrücken, bis sie explosionsartig aus uns hervorbrechen. Wenn wir Frauen unsere Grenzen ein ums andere Mal überschreiten und mit Füßen treten lassen, weil wir zur Fügsamkeit und sozialen Anpassung erzogen wurden. Wenn Väter ihre Söhne nicht umarmen können, weil sie es selbst nicht gelernt haben und sich das für sie falsch anfühlt. Wenn wir Schwierigkeiten haben, Entscheidungen zu treffen, weil wir als Kind so gut wie kein Mitbestimmungsrecht hatten und gar nicht wissen, was wir selbst eigentlich wollen.

Der Blick auf diese Spuren der Vergangenheit ist frustrierend, besonders wenn du heute weißt, wie es besser gehen kann. Wenn du siehst, in welchen Momenten falsch mit dir umgegangen wurde. Das macht bisweilen wütend, manches braucht vielleicht sogar eine individuelle

Aufarbeitung oder ein klärendes Gespräch. Gleichzeitig kann es ein kleiner Trost sein, dass sich die Zeiten (wenn auch langsam) ändern und es unsere eigenen Kinder schon anders erfahren dürfen.

In den letzten Jahrzehnten wurden individuelle Rechte und Freiheiten wichtiger, Kinderrechte gewannen an Bedeutung und wurden schließlich sogar ins Gesetz aufgenommen. Ein Wendepunkt in der Erziehung, nicht nur im privaten, sondern auch im institutionellen Umfeld! Dass der angestoßene Wandel jedoch noch voll im Gange ist, betonte Unicef in seiner Kampagne #NiemalsGewalt und nennt Zahlen: Weltweit erfahren drei von vier Kindern zwischen zwei und vier Jahren körperliche oder psychische Gewalt durch ihre Eltern oder andere Erziehende (Unicef, 2017). Und das, obwohl fast alle Staaten der Erde die UN-Konvention über die Rechte des Kindes anerkannt haben. Wie es um die Einstellung zu körperlichen Formen der Erziehungsgewalt in Deutschland und Österreich bestellt ist, kannst du im Vorwort noch mal nachlesen.

Es ist daher von entscheidender Bedeutung, dass wir uns weiterhin auf die Förderung von Kinderrechten und einen respektvollen Umgang mit Kindern konzentrieren. Eltern, Erzieher\*innen und Lehrer\*innen müssen sich bewusst sein, dass erzieherische Gewalt nicht nur unmoralisch, sondern auch gesetzlich verboten ist. Es liegt in unserer Verantwortung, sicherzustellen, dass Kinder in einer Umgebung aufwachsen, die ihre körperliche und emotionale Sicherheit gewährleistet. Wir müssen dafür sorgen, dass alle Kinder die Chance haben, in einer Umgebung aufzuwachsen, die ihre Entwicklung fördert und ihre Rechte respektiert. Nur so können wir gewährleisten, dass die nächsten Generationen in einer besseren Welt aufwachsen, in der die Rechte und Bedürfnisse von Kindern anerkannt und geschützt werden.



# DIE AUFKLÄRUNG: KEIN WANDEL OHNE WISSEN

*Erziehung ist im Wandel, das hast du schon bemerkt. Jede Elterngeneration möchte etwas anders, besser machen als die vorangegangene und muss sich daher Konflikten und Widerstand stellen. Somit ist jede Eltern- generation Teil einer Bewegung. Sie ist auf der Suche nach einem besseren Weg für sich und ihre Kinder. Wir sind die bedürfnisorientierte Bewegung und auch wir haben mit jeder Menge Widerstand, Unverständnis und Kritik zu kämpfen. Woher diese Vorurteile kommen, haben wir uns schon angeschaut. Dafür kannst du jetzt vermutlich auch schon mehr Verständnis aufbringen. Um aber selbstbewusst auf deinem Weg bleiben zu können, brauchst du noch mehr.*



## Deine Wegbeschreibung

Das Ziel ist klar: Du möchtest bedürfnisorientiert erziehen. Und zwar selbstbewusst, ohne dich dafür angreifen oder verunsichern zu lassen. Das ist, wie du aber inzwischen in deinem Alltag festgestellt hast, gar nicht mal so leicht, auch wenn es in der Theorie richtig super klingt. Du hast in vielen Fällen keine Vorbilder für diese Erziehungsweise. Du bist vielleicht selbst gar nicht so aufgewachsen. Es fehlt hier und da an Wissen, zum Beispiel um die kindliche Entwicklung, das dir helfen würde, mit deinem Kind so umzugehen, wie du es dir wünschst. Es fehlen Ressourcen, um gut auf die eigenen und die kindlichen Bedürfnisse zu schauen; aufgrund sozialer, systemischer und politischer Veränderung, die vor allem Mütter in die alleinige Verantwortung drängen.

Geht es um Kindererziehung, sind die Meinungen oftmals so zahlreich wie Sterne am Himmel. Es hagelt von allen Seiten Unverständnis und Kritik dafür, dass man „sich das antut“. Denn ehrlicherweise muss man zugeben, dass es manchmal so wirken kann, als würden wir Eltern uns damit selbst keinen Gefallen tun. Bedürfnisorientiert zu erziehen ist zeitweise deutlich anstrengender, als das der Elternbeziehung innewohnende Machtgefälle „einfach“ auszunutzen und seinen Willen durchzusetzen.

Auf kurze Sicht ist das tatsächlich effektiver und zielführender, keine Frage. Das Kind will nicht vom Spielplatz heim? Packen, mitnehmen, Ziel erreicht. Das Kind möchte nicht in den Kindergarten? Abgeben, gehen. Das Kind benimmt sich „daneben“, schreit, stampft, wirft Spielzeug durch die Gegend? Bestrafen, bis das Verhalten aufhört. Das geht deutlich schneller, als darauf zu warten, dass sich Empathie, die emotionale Regulationsfähigkeit und die Impulskontrolle des Kindes entwickeln. Es ist nicht nur verlockend, schnelle Verhaltensänderungen herbeizuführen, es ist auch für viele Eltern das, was sie selbst erfahren haben, und der einzige logische Weg. „Irgendwie muss ES das Kind ja lernen“, hört man dann die autoritärer erziehende Partner-

person oder Bezugspersonen der vorangehenden Generation. Wissen über Alternativen, „es“ zu lernen, fehlt in den meisten Fällen.

**Bedürfnisorientierung will aber keine kurzfristigen Ziele erreichen und reine Alltagsfunktionalität gewährleisten.** Sie will die emotionalen und kognitiven Fähigkeiten fördern, die es braucht, sich selbst als wertvolles Mitglied einer Gemeinschaft zu entwickeln. Sie wünscht sich, dass das Verhalten von innen heraus erblüht, statt von außen eingefordert und mit Druck hervorgerufen zu werden. Sie ist vorausschauend, einfühlsam, geduldig, unperfekt, familienorientiert, fördernd, stärkend, auf Augenhöhe. Sie ist eine zugewandte Führung, in der sich die führende Person ihrer Macht bewusst ist und diese nach bestem Wissen und Gewissen einsetzt, um Orientierung zu bieten und Gefahren abzuwenden. Nicht, um Gefühle zu unterdrücken, weil deren Äußerungen unangenehm, peinlich, anstrengend oder gerade ungelegen sind. Nicht, um Erwartungen durchzusetzen, die vielleicht noch nicht mal entwicklungsgerecht sind. Nicht, um die Erwartungen anderer zu erfüllen und das Kind sozial angepasst zu formen. Ganz besonders das Formen will Bedürfnisorientierung vermeiden. Das heißt nicht, dass du deinem Kind nicht dabei helfen kannst und musst, sich in unserer sozialen Welt zurechtzufinden und darin klarzukommen. Denn Bedürfnisorientierung schließt die Bedürfnisse des Umfeldes und der Gesellschaft mit ein. Nicht an erster Stelle, nein. Aber ein Heranführen an die Werte und Normen, die unser soziales Leben beeinflussen, gehört ebenso dazu, wie dem Kind einen rücksichtsvollen Umgang mit seinen persönlichen Grenzen und den Grenzen anderer zu vermitteln.

Nun fehlt vielen Menschen nach wie vor das Verständnis für diesen Weg. Es fehlen Alternativen zu Druck, Strafe und Machtgebrauch. Es gibt Missverständnisse und Ängste, die eine autoritäre Haltung füttern. Wie zum Beispiel die Angst, das tobende, schlagende und vielleicht sogar beißende Kleinkind könnte ein sozialer Außenseiter werden, wenn dieses Verhalten nicht unter Kontrolle gebracht wird. Oder die Sorge, das Kind, das „zu viel Liebe und Zuwendung“ be-

kommt, werde unselbstständig oder gar egozentrisch, nur auf sich und seinen Vorteil bedacht. Nicht selten hört man auch die Furcht vor dem „Tyrannenkind“, das schreit, tobt und wütet, um jedem seinen Willen aufzuzwingen. Zudem hat die Alleinverantwortlichkeit von Eltern dazu geführt, dass jedes „Fehlverhalten“ eines Kindes auf sie zurückfällt, ihre Erziehungskompetenz infrage stellt.

In einer Gesellschaft, in der Care-Arbeit nicht den Stellenwert hat, der ihr gebührt, und in der sie nur wenig Wertschätzung erfährt, wiegt die Kritik, man verzöge sein Kind oder bringe einen Tyrannen hervor, sehr schwer. Völlig außer Acht lässt diese Kritik, wie groß der Einfluss von Erziehung auf die Persönlichkeitsentwicklung eigentlich ist. Heute wissen wir, dass mindestens (!) die Hälfte unserer Persönlichkeitsentwicklung genetisch bestimmt ist. Für die Intelligenz ist das beispielsweise schon sehr gut belegt. Zuletzt durch eine Meta-Analyse mit unglaublichen 78.000 Menschen europäischer Abstammung (Sniekers et al., 2017). Auch das persönliche Temperament ist genetisch bestimmt, wir Eltern haben relativ wenig Einfluss darauf, ob wir ein schüchternes, neugieriges, extrovertiertes oder sehr gewissenhaftes Kind begleiten. Diese Eigenschaften bringt das Kind schon mit, da gibt es nichts zu formen.

## Kinder sind. Punkt.

Schauen wir uns den Begriff „Erziehung“ doch einmal genauer an. In der Erziehungswissenschaft finden wir unter anderem diese Beschreibung: Erziehung ist eine zielgerichtete Einflussnahme auf Kinder oder Jugendliche (Schneewind, 2010). Dabei sind die Verhaltensweisen, Normen und Werte, die die Zielrichtung vorgeben, durch die Persönlichkeit, die eigene Geschichte und kulturell sowie gesellschaftlich beeinflusst. Es gibt eine idealtypische Vorstellung davon, wie ein gut funktionierender und sozial angepasster Mensch zu sein hat und nach dieser Vorstellung werden die Kinder dann geformt. Erziehung hat demnach auch ein kulturell vorgegebenes Ziel.

Die Erreichung dieses Ziels kommt vorrangig der Kernfamilie, dann später auch den Betreuungs- und Bildungseinrichtungen zu. Wir werden also Eltern und haben eine Vorstellung davon, wie unser Kind sein sollte. Ein Bild gemischt aus Wunschvorstellungen zum „perfekten“ Kind und den Anforderungen, die die Gesellschaft an Kinder und Jugendliche stellt. Es ist gesellschaftlich vorgegeben, welche Fähigkeiten und Eigenschaften als besonders erstrebenswert erachtet werden und welche einem Kind besser ausgetrieben gehören. Das ist an dieser Stelle etwas überzeichnet, denn ich weiß, dass es Bereiche gibt, an denen diese starre Ausrichtung auf idealtypische Kindheiten und Persönlichkeiten bereits aufgeweicht werden. Aber es wäre Verblendung zu glauben, dass das schon in der Gesamtgesellschaft angekommen ist.

Die Überzeugung, Kinder formen zu müssen, ist noch sehr verankert in uns und lässt völlig außer Acht, dass Kinder bereits SIND. Was die Forschung schon lange weiß, darf auch in unseren Köpfen ankommen: Kinder kommen nicht als unbeschriebene Blätter auf die Welt, sie sind keine Leinwand, auf der wir uns oder die Vorstellungen der Gesellschaft verwirklichen können. Sie besitzen bereits die Anlagen für bestimmte Fähigkeiten und Eigenschaften, ihr ganz eigenes Temperament und eine Persönlichkeit, bei der wir Eltern sie unterstützen dürfen, sie zu entfalten. Dabei steht uns oft die Annahme im Weg, wir müssten unsere Kinder auf ihre Zukunft vorbereiten. Wir glauben, dass es bestimmte Fähigkeiten gibt, die sie auf ihrem weiteren Weg brauchen werden, um zum Beispiel in der Schule oder im Beruf erfolgreich zu sein. Tatsächlich sind die meisten unserer Vorbereitungsbestrebungen von der Leistungsgesellschaft, in der wir aufgewachsen sind und nun leben, inspiriert. Aus dem Leistungsgedanken werden Werte wie Disziplin, Ehrgeiz und Gewissenhaftigkeit als relevant für persönlichen Erfolg abgeleitet. Daran orientieren wir uns bei der Ausrichtung unserer Erziehung, fordern Durchhaltevermögen im Sportverein und Disziplin in der Schule. Ich will nicht per se sagen, dass das etwas Schlechtes ist, aber wir dürfen und sollten diese Annahme hinterfragen.

Einen guten Grund dafür lieferte die Kindheitspädagogin und Aktivistin Susanne Mierau in ihrem Buch „Frei und unverbogen“, in dem sie darlegt, dass wir auf eine ungewisse Zukunft zusteuern. Wir wissen eigentlich gar nicht, welche Eigenschaften, Fähigkeiten und Kompetenzen unsere Kinder brauchen werden, wenn sie dann erwachsen sind. Wie sieht ihre Zukunft aus? „Sehen wir uns an, an welchem Punkt wir gerade stehen:“, schreibt sie dort. „Klimawandel, weltweite Pandemie, Wirtschaftseinbruch und die Unfähigkeit der Erwachsenengeneration, die weiteren Entwicklungen vorausszusehen [...].“ (Mierau, 2021, S. 45) Nicht weit von uns herrscht Krieg. Ein Krieg, der uns wirtschaftlich und humanitär betrifft. Eine unsichere Zukunft macht Angst. Und das Gefühl, seine Kinder darauf nicht vorbereiten zu können, ebenfalls. Aber das stimmt nicht. Die Vorbereitung ist nur eine andere, als wir es gelernt haben. Das, was wir heute für unsere Kinder tun können, ist, ihnen das Verbiegen und Formen zu ersparen und sie in ihrer Gesamtpersönlichkeit so zu stärken, dass sie mit den neuen Herausforderungen auf ihre Weise klarkommen werden. Susanne Mierau bringt das auf den Punkt: „Es ist wichtig, über zukunfts offene Fähigkeiten zu verfügen, die nicht vorgeformt sind und offene Wege ermöglichen. Wir brauchen keine angepassten, folg samen Kinder mehr, sondern flexible, kreative, in Gemeinschaft und global denkende Kinder. Wir brauchen unverbogene, frei denkende Kinder.“ (Mierau, 2021, S. 45)

Das können wir unter anderem dadurch erreichen, dass wir ihnen so viele Altlasten wie möglich ersparen, mit denen wir uns heute herumschlagen müssen – psychische Erkrankungen, Beziehungsschwierigkeiten, Leistungstrieb, fehlende Selbstfürsorge und vieles mehr. Diese Altlasten gehen zu großen Teilen auf das Konto der Verformung, die wir als Kinder durchlaufen haben. Die Anpassung an die Vorstellungen unserer Eltern, unserer Familie und der Gesellschaft. Der Versuch, es heute anders zu machen, wird uns jedoch richtig schwer gemacht. Sei es vom eigenen Partner oder der Partnerin, den Großeltern, den vielleicht schon etwas älteren Pädagog\*innen im Kindergarten, von der Schule, der Gesellschaft und sogar von anderen Müttern.

| Kinder sind. Sie müssen nicht werden.

Dieser Gedanke ist noch nicht in den Köpfen aller Menschen angekommen. Und das wird auch noch dauern. Darum sind wir eine Bewegung und kein Ist-Zustand. Wir haben das Ziel einer bedürfnisorientierten Gesellschaft noch nicht erreicht, legen aber mit dieser Kindergeneration einen wichtigen Grundstein dafür.

Manchmal, wenn ich von diesem Weg erschöpft bin, stelle ich mir vor, wie wohl eine Gemeinschaft aus diesen Kindern aussehen wird, die von Anfang an mit viel Respekt behandelt wurden und gelernt haben, dass sie gehört werden. Die das geben, was sie erfahren haben: Respekt und Akzeptanz. Toleranz und Empathie. Fürsorge und Selbstliebe.

Im Moment ist das aber noch eine Vision. Eine, die viele nicht sehen können und die uns deswegen mit ganz viel Unverständnis, Kritik und sogar Vorwürfen begegnen. Die uns mit ihren Einwänden und Artikeln über Tyrannenkinder und verlorene Generationen verunsichern. Im Kapitel → „Die Aufarbeitung“ sind schon viele Gründe für diese Einwände genannt worden und vielleicht hilft es dir, zu verstehen, dass diese Kritik meist mit Unwissenheit, Sorge, eigener Unzulänglichkeit, Scham und Nachhängen nach einem anderen Zeitgeist einhergeht. Der Unwissenheit um die emotionale Entwicklung von Kindern und ihre Persönlichkeitsentwicklung. Der Sorge darüber, wie das Kind in dieser Welt bestehen kann. Der eigenen Unzulänglichkeit, über den Tellerrand hinauszublicken und andere Wege in Betracht zu ziehen. Der Scham darüber, dass man selbst es anders gemacht hat und nun erfahren hat, dass man womöglich Schaden verursacht hat. Ein häufiger Grund für Konflikte mit den Großeltern. Und ein Zeitgeist, aus dem heraus es ganz normal war, Kinder nicht als vollwertiges Mitglied der Gemeinschaft zu betrachten, ihnen viele Kompetenzen abzusprechen und eine durchgängige Bevormundung als gegeben und notwendig anzusehen.

# Starke Kommunikation = starke Bindung



Stand 2024, Änderungen vorbehalten.

- Der Ratgeber liefert alltagstaugliche Impulse, damit Eltern mit ihrem Kind spielerisch und ohne Druck ins Gespräch kommen, die Bindung vertiefen und Konflikte lösen können
- Die besten Tipps für mehr Leichtigkeit im Familienalltag von einer erfahrenen Familienberaterin – für Eltern von 2–6-jährigen Kindern

Michèle Liussi

## Kinderleicht ins Gespräch kommen

184 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-8426-1720-9

€ 22,00 [D] · € 22,70 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

**humboldt**

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH



# So geht Streiten bindungsorientiert



Stand 2024; Änderungen vorbehalten.

- Verhaltensmuster verstehen, bei Konflikten aus alten Handlungsmustern aussteigen und neue Wege gehen für tragfähige Beziehungen, sichere Bindung und mehr Selbstwirksamkeit
- Werkzeugkasten, mit dem Eltern ihre Kinder dabei unterstützen, zu mental starken, krisenfesten und resilienten Erwachsenen heranzuwachsen
- „Wo Reibung ist, entsteht Wärme – das gilt auch und besonders im Leben mit Kindern.“  
Aus dem Vorwort von Nora Imlau

Kiran Deuretzbacher

## Konflikte nutzen statt vermeiden

224 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-8426-1744-5

€ 22,00 [D] · € 22,70 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

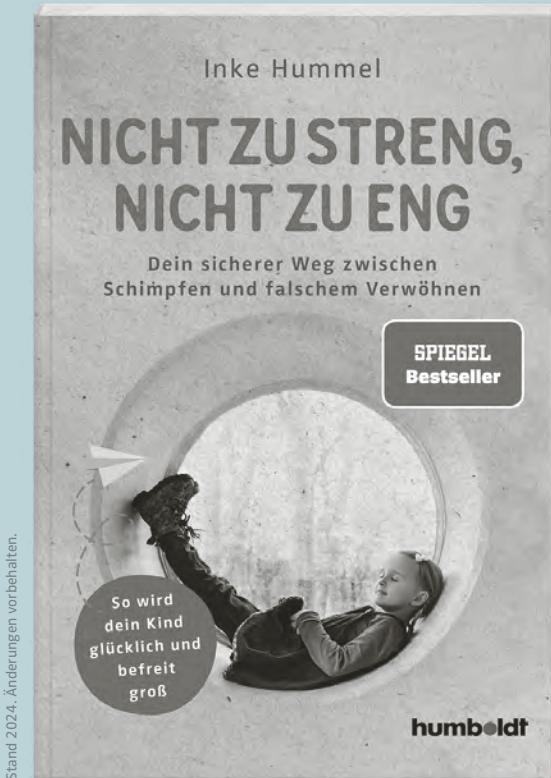
# humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

# Sicher und in guter Beziehung



- Der alltagsnahe Wegweiser für Eltern von Babys, Kleinkindern, Vor- und Grundschulkindern – Unterstützung und Tipps aus der bindungsorientierten Beziehung
- Mit anschaulichen Beispielen aus dem Familienalltag und beziehungsstärkenden Lösungswegen
- Für mehr Sicherheit und eine starke Eltern-Kind-Bindung

Inke Hummel

## Nicht zu streng, nicht zu eng

200 Seiten, Softcover

14,5 x 21,5 cm

ISBN 978-3-8426-1662-2

€ 18,00 (D) / € 18,50 (A)

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

# humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

# Schluss mit dem schlechten Gewissen!



- Der einzige Ratgeber, der sowohl mit dem gesellschaftlichen Druck für Mütter aufräumt als auch alltagstaugliche Lösungen bietet
- Konkrete Hilfe für alle typischen Situationen wie z. B. Ernährung, Me-Time, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Haushalt, Medienzeit fürs Kind, Partnerschaft
- Mit hilfreichen Tipps, wie Mütter ihre innere Kritikerin im Zaum halten und auf äußere Kritik reagieren können

Michèle Liussi, Katharina Spangler

## **Täglich grüßt das Schuldgefühl**

272 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-8426-1693-6

€ 22,00 [D] · € 22,70 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

## **humboldt**

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-1747-6 (Print)

ISBN 978-3-8426-1748-3 (PDF)

ISBN 978-3-8426-1749-0 (EPUB)

**Abbildungen:**

stock.adobe.com: Yana: 10, 19, 48, 72, 83, 91, 98, 110, 115, 123, 129, 132, 168;

topvectors: 139

PER MEDIEN & MARKETING GmbH: 207

**Originalausgabe**

© 2024 humboldt

Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

[www.humboldt.de](http://www.humboldt.de)

[www.schluetersche.de](http://www.schluetersche.de)

Autorin und Verlag haben dieses Buch sorgfältig erstellt und geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus in diesem Buch vorgestellten Erfahrungen, Meinungen, Studien, Therapien, Methoden und praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen. Insgesamt bieten alle vorgestellten Inhalte und Anregungen keinen Ersatz für eine psychologische Beratung, Betreuung und Behandlung.

Etwaige geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht.

Daraus kann nicht geschlossen werden, dass es sich um freie Warennamen handelt.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

<b>Lektorat:</b>	Katharina Spangler, Neumarkt i.d.OPf.
<b>Korrekturat:</b>	Miriam Buchmann, Hannover
<b>Covergestaltung:</b>	ZERO, München
<b>Covermotiv:</b>	Shutterstock / Yanina Nosova
<b>Foto Umschlagrückseite:</b>	© Christina Gaio Photography
<b>Satz:</b>	PER MEDIEN & MARKETING GmbH, Braunschweig
<b>Druck und Bindung:</b>	gutenberg beuys feindruckerei GmbH, Langenhagen

## „Uns hat's doch auch nicht geschadet!“ ... ist Bullshit!

Braucht es wirklich ein Buch darüber, dass Kinder bedürfnis- und bindungsorientiert aufwachsen sollten? Ja, unbedingt! Denn Eltern, die diesen Erziehungsstil verfolgen, werden noch immer mit Vorurteilen und kritischen Kommentaren konfrontiert. Michèle Liussi erklärt dir, woher diese Widerstände kommen, wie du ihnen begegnen kannst und warum bedürfnisorientierte Erziehung nichts mit Verwöhnen oder Auf-der-Nase-Herumtanzen zu tun hat. So kannst du selbstbewusst für dein Kind eintreten.



### Für Eltern, die einen Unterschied machen wollen: starke Argumente für Partnerschaft, Kita & Co.



**MICHÈLE LIUSSI** ist Psychologin und Familienbegleiterin bei den „Frühen Hilfen“. Sie unterstützt Frauen, die als Mutter unter starken (psychischen) Belastungen leiden. Zusätzlich berät sie Eltern zu konkreten Erziehungsproblemen und rund um eine gute Eltern-Kind-Bindung. Michèle Liussi ist eine der Macherinnen des Podcasts „Mamafürsorge“, Mutter eines Sohnes und lebt in Tirol.

[www.humboldt.de](http://www.humboldt.de)

ISBN 978-3-8426-1747-6



9 783842 617476 22,00 EUR (D)