



NR.27 30.6.2011 Deutschland € 3,40 Österreich € 3,70 / Schweiz CHF 6,50



stern

Mit TV-Programm

Griechenland-Hilfe

Woher sollen die Milliarden kommen?

Vor 50 Jahren starb Ernest Hemingway

Das dramatische Finale seines Lebens

Affäre Strauss-Kahn

Die Geschichte des Zimmermädchens

Und jetzt fangen auch noch die Ferien an...

Frankreich, Italien, Spanien, Slowenien: € 4,50 / Portugal (cont.): € 4,80 / Katar: € 4,80 / Griechenland: € 5,20 / Benelux: € 3,90 / Finnland: € 5,70 / Norwegen: NOK 53,- / Tschechien: CZK 155,- / Ungarn: HUF 1380,-

„Mama, schläfst du noch?“

Diese Nervensägen – müssen wir unsere Kinder immer lieben?

ERZIEHUNGS-HILFE

Müssen wir uns schämen, wenn wir unsere Kinder auch mal doof finden?

Nein, sagt Dr. Renz-Polster von der Uni Heidelberg. Alle Eltern kommen irgendwann an diesen Punkt. Aber es hilft, wenn man die Kleinen versteht



Herbert Renz-Polster, Jahrgang 1960, ist Kinderarzt und erforscht an der Universität Heidelberg die kindliche Entwicklung aus evolutionsbiologischer Sicht. Renz-Polster, der selbst vier Kinder hat, ist Autor des Buches „Kinder verstehen. Born to be wild – wie die Evolution unsere Kinder prägt“. Sein neues Werk: „Menschenkinder. Plädoyer für eine artgerechte Erziehung“ erscheint im Oktober im Kösel Verlag.

Gelegentlich möchte ich mein Kind an die Wand klatschen. Muss ich deshalb ein schlechtes Gewissen haben?

Nein – alle Eltern kommen mal an diesen Punkt. Das ist wie in der Ehe: Manchmal wünscht man seinen Partner wer weiß wohin, obwohl man ihn eigentlich liebt.

Aber mein Kind ist klein und schutzbedürftig. Da darf ich doch so etwas nicht denken!

Denken schon. Schuldgefühle entstehen, wenn man das Gefühl hat, man macht seinem Kind zu Unrecht Vorwürfe. Natürlich nerven Kinder. Aber nicht aus bösem Willen. Es hilft, wenn man versteht, warum der Kleine losbrüllt, wenn er ins Bett soll.

Warum denn?

Typische Situation: Wir sind abends k. o., die Kleinen auch. Wir wollen ins Kino, und dann gibt es Stress. Dazu muss man wissen: Die Kleinen veranstalten dieses Drama nicht, weil sie uns über den Tisch ziehen wollen. Wenn Kinder müde werden, suchen sie die Nähe zu einem vertrauten Großen. Das ist ein Erbe der Menschheitsgeschichte: Ein Kind, das zufrieden eingeschlafen wäre, wenn man es allein unter den Baum gelegt hätte, wäre evolutionär gesehen ein totes Kind. Die Kleinen suchen Schutz, wenn sie müde sind. Denen geht es nicht um die Macht im Haus. Deshalb muss man den Schlaf auch nicht gleich zum pädagogischen Großprojekt stilisieren.

Ab welchem Alter muss man sich durchsetzen, wenn es ans Zubettgehen geht?

Manche Kinder sind sehr pflegeleicht und schlafen schnell ein. Andere nicht. Grundsätzlich ist Schlaf ein Thema, bei dem es in den ersten drei Jahren immer Zoff geben wird. Es hängt sehr davon ab, welche Alternativen man dem Kind geben kann, um sein Schutzbedürfnis zu stillen – sind beispielsweise ältere Geschwister da, wird es einfacher gehen. Zu rigiden Maßnahmen sollte man jedoch nicht greifen, sondern Rituale entwickeln, die man dann schrittweise verändern kann.

Im Frust denken Eltern schon mal: „Mist, hätte ich das Gör bloß nie in die Welt gesetzt.“ Aber keiner sagt es. Warum ist das tabu?

Eltern neigen dazu, nur Erfolgsmeldungen auszutauschen. Sie denken, sie müssen alles perfekt hinkommen, weil sie jeden Triumph und jedes Scheitern auf ihre Kappe nehmen. Es hilft, sich klarzumachen, dass wir als Art gar nicht dazu geschaffen sind, unseren Nachwuchs allein großzuziehen. Der Homo sapiens ist ein Stammeswesen. Biologisch gesprochen ein kooperativer Brüter, der Unterstützung von anderen braucht. Heute stehen die Eltern zu oft allein da – da steigen Stress und Unsicherheit.

Kann es sein, dass die Elternrolle überhöht wird? Bin ich eine Rabenmutter, wenn ich Stillen doof finde und mich fühle wie eine Milchkuh?

Da muss man sich nicht schämen. Viele Frauen sind ja tatsächlich von der Mutterrolle enttäuscht. Nicht, weil ihnen das Muttersein nicht gefällt,

sondern weil in unserer Gesellschaft eine Mutter häufig aus ihrem gewohnten Umfeld geschleudert wird. Das kann dazu führen, dass sie Mutter-schaft als Verlust empfindet: den Verlust ihrer bisherigen Rolle und Bedeutung. Da muss man gegensteuern: Anstatt sich von seinem Umfeld zu entfernen, sollte man sich ein soziales Gefüge – also einen Stamm – aufbauen und festigen. Im Büro vorbeigucken, etwas für die Freundschaften tun, neue Visionen entwickeln: Kinder machen alles mit, solange es ihren Großen gut geht!

Gibt es angeborene Mutterliebe beziehungsweise Vaterliebe überhaupt?

Es gibt eine Disposition. Die Bereitschaft, unsere Kinder zu lieben und in die Elternrolle hineinzuwachsen, ist vorhanden. Aber es gibt Bedingungen: Stress und Sorgen killen unsere Liebesbereitschaft. Dann können wir uns nicht intuitiv einstimmen und feinfühlig werden.

Gar nicht so einfach. Morgens sitze ich im Büro und analysiere die Finanzkrise, abends soll ich einfühlend Dutzi-dutzi machen.

Eltern waren schon immer in einer Doppelrolle: Sie sind Versorger, sowohl in ökonomischer als auch emotionaler Hinsicht. Da gibt es

nie die optimale Balance. Mal kommt man schneller zu Hause an, mal hat man noch drei Themen aus dem Büro im Kopf. C'est la vie!

Doppelrolle hin oder her – Eltern brauchen doch auch mal Zeit für sich.

Gott sei Dank sind die Kleinen ja gar nicht so festgenagelt. Sobald sie aus dem Gröbsten heraus sind, sind sie für Kompromisse durchaus zu haben. Kinder haben ein hervorragendes Gespür für alles, was authentisch ist – darauf können Eltern auch vertrauen. Man kann Kindern sagen, was Sache ist. Warum man gerade Kraft oder Zeit für etwas anderes braucht und sich ihr Gequake nicht länger anhören kann. Eltern müssen sich nicht aufopfern, sie müssen nur wissen, was sie im Leben wollen. Ein so verstandener Egoismus trägt auch die Kinder mit.

Was kann man tun, damit es gar nicht erst so weit kommt, dass man das Kind zum Teufel wünscht?

Auch hier hilft das Stammesprinzip: Wenn ich Kinder bekomme, muss ich mich meiner Helfer versichern. Das ist nicht der geeignete Zeitpunkt, um ins Grüne zu ziehen. Ich muss bleiben, wo es mir gut geht, wo ich Freunde und Helfer habe und wo das nette Café oder mein Projekt in der Nähe sind. Kinder haben mit verschiedenen Bezugspersonen überhaupt kein Problem, im Gegenteil. Die sind viel flexibler, als Eltern denken.

In unserer Titelgeschichte erzählt ein Kollege, wie er seiner quengeldenden Tochter einmal damit gedroht habe, sie auf dem Parkplatz auszusetzen. Dann war Ruhe. Ist so eine Methode in Ordnung?

Ich habe das selber auch schon gemacht, als eines der Kinder bei einer Fahrradtour ohne Ende genervt hat. Kinder nehmen dadurch keinen Schaden, solange sie wissen: Es gibt einen unverhandelbaren Schutz. Meine Eltern würden mir nie wehtun oder mich verlassen.

Interview: Andrea Ritter

” KINDER MACHEN ALLES MIT, SOLANGE ES IHREN GROSSEN GUT GEHT! “