

Kinder im Spiel entlasten Erwachsene

Erziehungsberaterin Ingrid Löbner hat ein Buch über die ersten sechs Lebensjahre und die elterliche Gelassenheit geschrieben

Viele Eltern kennen diese Frau: Ingrid Löbner ist nicht nur Profamilia-Beraterin, sondern hält auch seit Jahren Vorträge über unruhige Säuglinge, Schreikinder, Trotzköpfe, Sexualerziehung im Vorschulalter, Körpererleben und Pubertät. Nun hat die Diplompädagogin ein Buch geschrieben, in dem sie Eltern vor allem Gelassenheit ans Herz legt. Das TAGBLATT sprach mit Ingrid Löbner über ihre Ratschläge für Eltern.



Ingrid Löbner

Bild: Metz

Ihr Buch gehört in die Reihe der Ratgeber, die keine sein wollen, oder?

Ich weiß nicht genau, was die typischen Ratgeber sind.

Die typischen Ratgeber nehmen eine Besserwisser-Perspektive ein und sagen, wo es lang geht.

Mir wurde immer wieder von verschiedenen Seiten, von Kolleginnen, von Hebammen, von Eltern und Erzieherinnen gesagt: Du musst deine Erfahrungen und Beobachtungen aufschreiben. Also habe ich aufgeschrieben, was ich im Laufe meiner Jahre als Beraterin, Therapeutin und als Dozentin an der Hebammenschule erworben und beobachtet habe. Damit will ich Eltern unterstützen, die heute angesichts kleinerer Herkunftsfamilien nicht so viel Übung im Zusammenleben mit kleinen Kindern haben wie früher.

Haben Eltern heute mehr Angst, etwas falsch zu machen? Womöglich wird ja zu viel über Pädagogik geredet?

Die Pädagogik ist schon ziemlich durchgebürstet worden. Die autoritäre Erziehung war da sicher ein Gongschlag. Seitdem es nicht mehr nur darum geht, dass Kinder gehorchen sollen, sondern dass Eltern einen Dialog mit Kinder führen, ist Erziehung schwieriger geworden. Eltern sind häufiger unsicher: Muss ich jetzt streng sein oder nicht?

Eine der großen Erziehungsstreitfragen ist doch: Wo ist die Grenze, ab wann beginnt das Verwöhnen?

Es ist eine spannende Gratwanderung, nicht nur alles gewähren zu lassen und doch nicht krass streng zu sein. Die Kinder sollten jedenfalls nicht nur die Könige sein und die Eltern nicht ihre verlängerten Arme. Man muss Kindern auch

was zumuten und zutrauen, sie altersgemäß auch Verantwortung übernehmen und selber machen lassen. Sehr hilfreich ist, wenn noch ziemlich kleine Kinder ins Trödeln und Spiel finden; das macht die Tage mit ihnen leichter und ihren Schlaf tiefer.

Sie behandeln in Ihrem Buch die verschiedenen Entwicklungsphasen der ersten sechs Lebensjahre. Eine der ersten Fragen, die sich jungen Eltern stellt, ist: Soll ich mein Kind schreien lassen?

In dieser Frage zeigen sich die verschiedenen Erziehungsansichten, einst und heute. Früher habe ich auch gesagt bekommen, man solle kleine Kinder schreien lassen. Heute wissen wir, Körper und Psyche bilden beim Säugling eine Einheit. Wenn ein kleines Kind längere Zeit schreit, kommt es in einen Zustand des Außer-sich-Seins. Weil das Kindern nicht gut tut, ist es besser, wenn Babys Geborgenheit und Nähe spüren. Dabei hilft, wenn Eltern Wege in ihre eigene Ruhe finden (dabei kann man ihnen behilflich sein) und so ihrem Kind durch elterlichen Halt in seinen Schlaf helfen.

Aber sind Eltern nicht gerade damit am meisten überfordert? Ruhe und Gelassenheit, wer bringt die nach durchwachten Nächten noch auf?

Es ist auch nicht meine Absicht, noch höhere Anforderungen an Eltern zu stellen. Ich möchte vor allem, dass es Eltern und Kindern auf ihrem gemeinsamen Weg gut geht. Um die Bedürfnisse von Kindern, altersentsprechende Anforderung, aber auch Überforderung

besser einschätzen zu können, habe ich das Buch nach den verschiedenen Altersepisoden aufgebaut. Es sind grobe Wegmarken, die den Eltern behilflich sind zu verstehen, was in ihrem Kind vorgeht; wann Kinder Anregung brauchen, wann aber auch Loslassen angesagt ist. Spielen ist heute zum Beispiel so wichtig für Kinder. Zu verstehen, warum Kinder Kinder brauchen und sie nicht ständig verplant oder in Kursen gefördert sein wollen. Sondern dass es Kindern hilft, viel Zeit untereinander, ohne Aufsicht, verstärkt draußen, genießen zu können. Kinder im Spiel entlasten Erwachsene ungemein und macht Kinder auch noch klug. Eigenständiges Spiel fördert menschliche Intelligenz und Konzentration.

Kleine Kinder brauchen viel Aufmerksamkeit und was sie gar nicht brauchen können, ist, wenn die Eltern sich mit etwas so Unsinnigem und Unsinnlichem wie Lesen beschäftigen. Was ist da Ihr Tipp?

Haushaltstätigkeiten sind mit kleinem Kind sehr gut möglich. Eltern können mit den Händen arbeiten – aber mit dem Kopf abwesend sein, das geht nicht. Lesen gehört tatsächlich zu den Beschäftigungen, denen man mit Kleinkindern nicht nachgehen kann. Da können sich die Eltern nur abwechseln, damit jeder Lesezeit bekommt.

Was können Eltern tun, wenn sie sehen, dass sich ein Problem hochschaukelt, wenn sich zum Beispiel beim Kleinkind etwas zur Machtfrage entwickelt hat?

Humor hilft oft. Und man sollte es im Konfliktfall besser nicht so weit

kommen lassen, dass man Kinder vorführt oder demütigt. Umgekehrt sollen aber auch die Eltern sich nicht gedemütigt fühlen. Respekt füreinander und gute diplomatische Lösungen sind meistens der für alle konstruktive Weg aus schwierigen Situationen.

Sie sind selber Mutter und mittlerweile auch Großmutter, also kennen Sie vermutlich auch dieses Gefühl, dass sich ein Tag, den man ausschließlich mit Kind verbringt, endlos dehnen kann?

In meinem Buch gehe ich auch auf die ambivalenten Gefühle ein, die Mütter und Väter gegenüber den Kindern entwickeln können. Man sollte auch darüber sprechen können. Eltern brauchen den Dialog mit dem Kind, sie brauchen aber auch Gespräche mit Erwachsenen und wenn ihr Kind mit anderen Kindern zusammen ist, wirkt das oft sehr entspannend. Und da haben die vielen Elterntreffpunkte, die es mittlerweile in Tübingen gibt, eine große Bedeutung. Hier kommen Mütter oder Eltern raus aus der Einsamkeit mit Kind, unter der sie zu Hause leiden. Es freut mich ungemein, wie wir das in Tübingen hingekriegt haben. So weiß ich von einem Elterntreff, in dem Eltern auch einen Krankenvertretungsdienst aufgestellt haben. Damit kann man es sich erlauben, auch mal krank zu sein, sich hinzulegen und jemand anderes kümmert sich um mein Kind.

Man spricht viel über das Alter von Kindern, gibt es Ihrer Ansicht nach auch ein besonders geeignetes Elteralter?

Ich finde, es schadet nicht, Kinder früh zu bekommen. Junge Eltern bringen oft eine tolle Mischung aus Verantwortungsgefühl und Loslassen-können mit. Jüngere Eltern haben viel körperliche Power und oftmals Sinn für kindlichen Unsinn. Es ist schön, wenn nicht immer alles nur nach Plan verläuft, man sollte keine Angst vor Unplanmäßigem haben. Kinder bringen so viel Tolles in unser Leben. Diese kleinen Persönlichkeiten, die einem da ins Leben hineinschneien, sind sehr anregend. In meinem Buch plädiere ich dafür, das mit Ruhe und Gelassenheit zu erleben und zu genießen.

Aber können Eltern, insbesondere Frauen, sich diese Gelassenheit überhaupt leisten? Aus dem Beruf auszusteigen kann in die häusliche Sackgasse führen.

Eltern sollten mehr unterstützt werden und weitaus bessere Ein- und Ausstiegsmöglichkeiten aus dem Beruf haben. Man müsste, um Eltern nicht unter dauernde Anspannung zu setzen und um Familien wieder mehr Ruhe zu ermöglichen, viel mehr über Arbeitsplatzgarantien und Lebensarbeitszeitkonten nachdenken. Es ist ein Skandal, dass die Fürsorge für Kinder, also für die, die die Renten der Zukunft sichern, bei der Rente von Eltern kaum mit berechnet wird.

Interview: Ulla Steuernagel

Info: Ingrid Löbner liest am morgigen Donnerstag um 20 Uhr in der Buchhandlung Osiander, Wilhelmstraße 12, aus ihrem bei Fischer & Gann erschienenen Buch „Gelassene Eltern – Glückliche Kinder“. Eintritt: 8 Euro.