

Elternbrief

7 Ihr Kind nach 18 Monaten

Eine Initiative der katholischen Kirche

Liebe Eltern,

es ist so warm und weich, glibbert und flutscht so spannend zwischen den Fingern durch, formt Hände und Füße so schön ab – Lotta mag sich gar nicht trennen von dem Matsch. Es ist Sommer, sie sitzt auf dem Spielplatz gleich bei der Wasserpumpe, und aus ihrem Gesicht leuchten Genuss pur und höchste Forscherkonzentration.

Manchmal ist gute Erziehung so wunderbar einfach. Entwicklungspsychologen und Hirnforscher erklären uns, wie wichtig Sinneserfahrungen vom ersten Tag an für Kinder sind, wie grundlegend einfache Naturerfahrungen wie das Spüren von Erde, Wasser und Sand oder das Beobachten von Regenwürmern ihre Entwicklung fördern. Das ist hohe Wissenschaft und doch so einfach. Da muss ich nicht lange überlegen; es braucht kein studiertes Wissen, nur gesunden Menschenverstand. Eine Grundausstattung alter Dreckkleidung, die auch nach dem Waschen noch Flecken haben darf, eine Runde an die frische Luft, Zeit und Gelassenheit in Sachen Sauberkeit – mehr gehört nicht dazu, um mein Kind glücklich und zufrieden zu sehen, zu spüren, wie sehr mich diese Naturerfahrungen auch als erwachsenen Mensch noch bereichern, und mich darüber zu freuen, dass ich als Mutter (oder Vater) einen richtig guten Job gemacht habe. Den Rest erledigt die Waschmaschine.

Viel Spaß beim Spielen im Matsch wünscht Ihnen

Ihre



Elisabeth Amrhein



Haushalt für Anfänger

Ich bin schon groß!

Am liebsten würden Eineinhalbjährige überall mithelfen: beim Putzen, Bügeln, Kochen, beim Reparieren des verstopften Waschbeckens und selbstverständlich beim Autowaschen. Das schönste Spielzeug bleibt unbeachtet liegen, wenn sie eine Chance sehen, den Staubsauger oder die Bohrmaschine in die Finger zu kriegen.

Manche Eltern haben Angst, dass das Kind sich verletzen könnte. Zudem erspart die „Hilfe“ der Kleinen den Großen nur ausnahmsweise Zeit und Arbeit. In den allermeisten Fällen dauert es mindestens doppelt so lange, bis alle Socken auf dem Wäscheständer hängen. Und das Putzen in der Küche ist meistens nach der gemeinsamen Arbeitsaktion auch aufwändiger.

Doch die Zeit ist gut investiert. Kinder, die ihren Eltern helfen dürfen, erleben die Alltags- und Haushaltsarbeit als lustvoll und speichern für ihr Leben eine positive Erinnerung ab. Sie werden auch später eher

mithelfen und es als normal empfinden, dass man in der Familie zusammenhilft.

Sicher, manchmal geht es nicht, weil Mama in großer Eile ist oder, weil es zu gefährlich wäre. Aber in sehr vielen Fällen kann man das Kind mithelfen lassen. Zum Beispiel beim Teig-Rühren mit dem Kochlöffel, beim Handtücher zusammenlegen oder beim Kekse backen.

Oder wenn man Papa in der Werkstatt helfen darf. Da kann man Schrauben ins Holz hineindreuen oder auch einmal etwas halten helfen, was Papa alleine zu schwer wäre.

Wo das Hantieren mit Originalwerkzeug (noch) zu gefährlich ist, lässt sich mit ein wenig Fantasie vielleicht eine Ersatzlösung finden. Während die große Schwester am Herd die kochende Suppe umrührt, sitzt der kleine Bruder auf dem Fußboden und rührt mit einem Kochlöffel in einem Topf die trockenen Fussili Nudeln um. Oder wenn Papa das Kellerregal montiert, darf er ein paar Schrauben in ein Holzbrett drehen.

Elternbrief

7 Ihr Kind nach 18 Monaten

Kinder, die nach Herzenslust ausprobieren und helfen dürfen, trainieren Ausdauer, Konzentration und feinmotorisches Geschick, Fähigkeiten, die später (zum Beispiel beim Schuleintritt) gefragt sind.

Nebenbei wird die Sprachentwicklung gefördert, wenn Mama und Papa erklären, was sie tun. Und das Gefühl, von den Eltern ernst genommen zu werden und einen Beitrag zum Familienleben zu leisten, ist Nahrung für das Selbstbewusstsein.

Die ersten Pflichten

Zwischen Spiel und Aufgabe

Zähne putzen, Schuhe anziehen, Aufräumen. Auch für kleine Kinder gibt es sie schon, die lästigen Pflichten im Alltag. Warum die Großen so viel Wert darauflegen, verstehen die Ein- einhalbjährigen zwar noch nicht. Zum Glück empfinden Kinder diese Aufgaben oft einmal



auch als lustiges Spiel. Lena zum Beispiel hat gerade entdeckt: Wenn sie beim Zähneputzen den Mund ganz fest zumacht, kommt die Mama mit der Zahnbürste nicht an die Zähne. Wenn Mama dann nach einer Weile guten Zuredens immer nervöser wird, ruft sie den Papa zu Hilfe. Dieser nimmt Lena dann auf den Arm und singt mit ihr ein Lied aus der Spielgruppe vor. Während der Papa singt, beruhigt sich Lena und lässt sich die Zähne putzen.

Gatschen macht Spaß

Eineinhalbjährige und auch ältere Kinder lieben es zu gatschen. Nicht immer zur Freude der Eltern, denn Mittagessen oder Babycreme sind in ihren Augen nicht die geeigneten Mittel. Eine Alternative ist die Knetmasse. Auch wenn die Kleinen jetzt noch keine Männchen daraus machen, haben sie doch schon viel Spaß beim Kneten und Rol-

len und Gatschen. Eine weitere Möglichkeit sind Fingerfarben. Diese kann man auch aus Joghurt und Lebensmittelfarbe selbst mischen. Dann sind sie schön leuchtend und sogar essbar. Und draußen ist die Sandkiste sehr beliebt, wenn es darum geht, Erfahrungen im Fühlen und Verarbeiten von weichen und rieselnden Materialien zu sammeln.

Oder Maxi: Er trödelt in der Früh gerne im Schlafanzug herum, spielt mit dem Bagger und überhört die Rufe der Eltern. Bis Papa ihn unsanft aus dem Spiel reißt, ins Bad trägt und ihn wäscht und für den Weg zur Tagesmutter anzieht. Früher oder später erleben alle Eltern ähnliche Szenen. Kinder müssen erst lernen, wann Spielen angesagt ist und wann nicht. Und manchmal fehlt den Eltern leider die Ruhe und die Zeit, weil (zum Beispiel) die Teambesprechung in der Arbeit um 8:30 Uhr beginnt.

Wie gehen Eltern am besten mit solchen Herausforderungen um?

Der erste Punkt ist die Zeit. Es tut gut, wenn Eltern sich immer so viel Zeit nehmen, dass sie in Ruhe mit dem Kind die Alltagsaktivitäten erledigen können. So früh aufstehen, dass man dann auch noch ein bisschen trödeln und spielen kann und dass vor allem das Frühstück und das Anziehen gemütlich verlaufen können. Und beim Zähneputzen tief durchatmen und geduldig bleiben. Kinder spüren den Stress der Eltern. Und wenn der erst einmal ausbricht, haben die Eltern verloren.

Es tut gut, sich nicht auf sinnlose Machtkämpfe einzulassen, sondern sich (selbst und dem Kind) die Zeit zu lassen.

Der zweite Punkt ist die Klarheit: Kinder spüren, wenn Eltern es ernst meinen und wenn es klare Regeln und Grenzen gibt. „Wir gehen jetzt Zähne putzen. Und danach gehen wir eine

Geschichte lesen“. Wenn die Sache für die Eltern klar ist, ist sie für Kinder auch logisch. Wenn man unter Strom steht und mit dem Kind die Zähne putzen möchte, ist es besser den entspannteren Partner zu Hilfe zu rufen.

Manchmal darf es auch Ausnahmen von der Regel geben. Wenn Kinder schon sehr müde sind oder kränkeln, ist es besser nicht das volle Programm durchzuziehen.

Schließlich ist es sehr hilfreich, immer Fingerspiele, Lieder oder lustige Spiele zur Verfügung zu haben, um das Kind von der Dramatik der Pflicht abzulenken und die Leichtigkeit wieder zu finden.

Wenn das (Spiel-)Krokodil auch seine Zähne putzen muss, weil das jeder am Abend muss, und es dann auch noch von allen gelobt wird, ist es logisch, dass das Kind dann im Anschluss auch noch seine Zähne putzt.

Und das Zusammenräumen macht am meisten Spaß, wenn Mama oder Papa mithelfen und alle gemeinsam das Wohnzimmer wieder in einen gemütlichen Raum verwandeln.

Hilfreiches Lied

Händewaschen, Händewaschen muss ein jedes Kind. Müssen wir sie waschen, bis sie sauber sind. Sind sie endlich sauber, finden wir kein Handtuch, Müssen wir sie schütteln, schütteln, bis sie trocken sind.

Soziales Lernen

Kleine Rowdys in der Sandkiste

Unter Kleinkindern herrschen raue Sitten. Sie schubsen Spielgefährten um, ziehen sie an den Haaren, nehmen ihnen Spielzeug weg. Ihre Eltern sind entsetzt: Werden aus ihren Kindern später lauter Egoisten, die sich auf Kosten anderer durchsetzen?

Doch die Kleinen meinen es nicht böse. Weil sie ihre Kraft noch nicht dosieren können, geraten viele Attacken ungewollt heftig. Dass sie ihren Opfern dabei weh tun könnten, kommt ihnen nicht in den Sinn; oft erschrecken die Angreifer selbst, wenn die anderen losbrüllen. Sie wollen nur ihren Willen durchsetzen. Allerdings fehlen ihnen dazu die angemessenen, vor allem sprachlichen Mittel; so drücken sie sich eben anders aus – eindeutig, aber leider auch sehr rabiat.

Die Sandkisten-Rowdys sind also weder „böse“ noch „verhaltensgestört“. Trotzdem müssen die

Eltern eingreifen und ihnen ruhig klarmachen, dass sie ihre Attacken ablehnen: „Du darfst andere nicht hauen. Das tut weh.“ Bis die Kleinen sich bei anderen bessere Umgangsformen abgesehen haben, müssen ihre Mütter und Väter allerdings weiter mit Rückfällen rechnen.

Deswegen den Kontakt zu anderen Kindern zu meiden, hilft nicht weiter. Schließlich lernen Kinder soziales Verhalten nur durch den Umgang mit anderen. Außerdem erziehen sie sich gegenseitig oft viel wirkungsvoller, als wenn Erwachsene sich einschalten.

Eine andere „unsoziale“ Eigenschaft von Kleinkindern, die viele Eltern stört, ist ihr vermeintlicher Egoismus. Sogar ungeliebte Spielsachen verteidigen sie gegen andere Kinder mit Zähnen und Klauen. Ihren Besitz empfinden sie als Teil ihrer Person. Wer ihre Sachen antastet, ver-

greift sich also nach ihrem Empfinden an ihnen selbst.

Dass ihre Kinder freigiebig teilen, dürfen Eltern jetzt noch nicht erwarten und sie schon gar nicht dazu zwingen, denn um so verbissener verteidigen sie dann ihren Besitz. Vorläufig können die Erwachsenen ihnen das erhoffte Verhalten nur vorleben („Möchtest du ein Stück von meinem Apfel?“) und auf die Kraft ihres Vorbilds vertrauen.



Behinderung

Wenn die anderen laufen

Anna ist eineinhalb. Die gleichaltrigen Kinder in der Spielgruppe können inzwischen fast alle laufen. Anna kann es nicht, denn Anna ist körperlich und geistig behindert. Und ihre Eltern wissen nicht genau, ob sie überhaupt jemals laufen können wird. So ist der erfreuliche Entwicklungsfortschritt der anderen Kinder für Annas Eltern ein neuer, schmerzhafter Hinweis auf die Behinderung, die in den vergangenen Monaten äußerlich noch nicht so auffällig war.

Für die betroffenen Familien ist die Behinderung eine gefühlsmäßige und soziale Belastung. Nicht nur, wenn die Eltern erstmals von der Behinderung erfahren, müssen sie sich mit Trauer und Enttäuschung, Angst und Schuldgefühlen auseinander setzen. Immer wieder werden sie sich neu diesen Gefühlen ausgesetzt sehen und es als schwierig empfinden, das Kind so anzunehmen, wie es ist.

Wenn Vater und Mutter sich Enttäuschung und Wut eingestehen, muss das nicht heißen,

dass sie das auch das Kind spüren lassen. Es kann aber den Weg zu einem unverkrampften und letzten Endes liebevollen Umgang mit dem Kind freimachen, solche Gefühle vor sich selbst zuzugeben.

Viele Mütter und Väter neigen dazu, ihren behinderten Kindern gegenüber entweder eine überbehütende oder eine distanzierte Haltung einzunehmen. Dabei kann die Reaktion beider Elternteile durchaus verschieden sein: Manche reagieren eher gefühlshaft und sprechen über die Behinderung, während andere einen sachbetonten Umgang mit der Situation suchen und notwendige Regelungen treffen.

Die richtigen Fördermaßnahmen sind wichtig. Behinderungen der Sinne, des Bewegungsapparats, im geistigen oder seelischen Bereich oder Mehrfachbehinderungen und die verschiedenen Schweregrade belasten Kind und Eltern jeweils auf andere Art und verlan-

gen unterschiedliche Maßnahmen. Mütter und Väter kostet es viel Kraft und Energie, sie zu finden und zu organisieren. Erschwert wird dies noch durch die oft widersprüchlichen Expertenmeinungen.

Verletzend für behinderte Kinder wie ihre Eltern ist häufig die ablehnende Haltung Außenstehender. Die Eltern machen immer wieder die Erfahrung, dass die Gesellschaft nicht behindertenfreundlich ist, auch wenn sie Einrichtungen und Hilfen zur Verfügung stellt. Meist beruhen die Reaktionen anderer Menschen gegenüber Behinderten jedoch auf Unsicherheit. Eltern sollten deshalb mit Verwandten, Freunden, Nachbarn, aber auch mit anderen Betroffenen (zum Beispiel in Selbsthilfegruppen) in Kontakt bleiben und lernen, über die eigene Situation und die des Kindes zu sprechen. So igelt sich die Familie nicht ein und gibt Außenstehenden die Möglichkeit, „unbehindert“ mit dem Kind umzugehen.

Elternbrief

7 Ihr Kind nach 18 Monaten

Neustart im Bett

Eltern tun das nur ganz selten

Die Geburt eines Babys kann für s Erste einmal die Lust seiner Eltern auf Sex bremsen. Die Hormone, das Stillen und weil das Baby die Mutter so stark körperlich braucht, beeinträchtigen die Lust. Vor allem Frauen haben häufig das Gefühl, dass sie einfach einmal nur am Abend frei sein möchten, sodass nicht schon wieder jemand an ihnen dranklebt. Auch Männer haben in der ersten Zeit mit dem Kind nicht automatisch immer Lust auf ihre Frau. Vielleicht, weil sie ihre Frau als Mutter erleben und nicht mehr nur als Geliebte. Vielleicht, weil sie sich so sehr als „Versorger“ fühlen, dass sie vor lauter Arbeit nur mehr auf Funktionieren gestellt sind, vielleicht weil das Baby so viel schreit, dass man dann nach dem abendlichen Herumtragen nur mehr plötzlich einschläft.

Und das Baby im Ehebett oder das Kind im Zimmer nebenan, das jederzeit das lustvolle aufeinander Eingehen stören kann, bringt einfach die sexuelle Leidenschaft zum Erlöschen.

Sexualität ohne Störung

Eine Schwierigkeit ist, dass Sexualität mit Kindern nicht mehr einfach so spontan wie früher stattfinden kann. Man muss Zeiten planen, in denen das Kind schläft und man sicher ungestört sein kann. Vielleicht können einmal im Monat die Großeltern das Kind über Nacht nehmen, so dass ein bisschen Spontaneität oder vor allem auch genügend Zeit für das körperliche Begehren zur Verfügung steht. Oder die Eltern laden sich einen Babysitter ein, der mit den Kindern am Nachmittag in den Tiergarten geht.

Erotische und Sexuelle Bedürfnisse

Die Partner haben sich auch als Sexualpartner verändert und haben vielleicht andere sexuelle Wünsche und Bedürfnisse aneinander. Manche Menschen empfinden es als schwierig oder peinlich, sexuelle Wünsche oder Fantasien offen auszusprechen – vielleicht mache ich mich damit lächerlich, oder ich mute meiner Frau, meinem Mann etwas zu, was sie oder er nicht möchte.

Dennoch ist es wichtig, das eigene Begehren wahrzunehmen und sich zuzumuten. Sexuelle



Wünsche anzusprechen heißt ja noch nicht, dass diese (sofort) erfüllt werden müssen. Vielleicht hat dann der Partner auch Lust, sich seinen sexuellen Wünschen zu öffnen.

Gleichzeitig ist es notwendig, annehmen zu lernen, dass die Partnerin möglicherweise auch Bedürfnisse hat, die sich nicht mit den eigenen decken. Die Unterschiedlichkeit ist faszinierend und kann eine Bereicherung sein.

In der Sexualität werden Menschen aber auch mit ihren Grenzen und Ängsten in Verbindung gebracht. Hier ist Selbstwahrnehmung wichtig, um herauszufinden, was guttut oder was man sicher nicht will, mit dem Risiko, vielleicht dem Partner nicht zu gefallen oder zurückgewiesen zu werden. Es tut gut, achtsam und respektvoll mit den Grenzen des anderen umzugehen.

Missbrauchserfahrungen

Frauen, die in ihrer Kindheit und Jugend Missbrauchserfahrungen gemacht haben, können nach der Geburt der Kinder unter Druck geraten. Manche haben das Gefühl, sie müssten die Wünsche ihres Partners erfüllen und dürften nicht Nein sagen. Sie ziehen sich dann zurück und versuchen sich zu schützen. In diesem Fall hilft eine Beratung oder Psychotherapie dabei, den Ängsten und Bedürfnissen Worte zu geben.

Bewusste Entscheidung für eine erwachsene Sexualität

Sexualität gelingt nur in der Verliebtheitsphase ganz von selbst. Später braucht es das bewusste Einlassen und Bemühen umeinander und die bewusste Gestaltung der sexuellen Begegnung. Wichtig ist die Überlegung, was

jeder Partner bereit ist, aktiv für ein beglückendes Liebesleben zu tun.

Hilfreich ist, dem Partner ein offenes Angebot ohne Erwartungsdruck zu machen. Verführen statt jammern und fordern.

Um sich in eine Liebes-Stimmung einzulassen ist es wichtig, auch zu entscheiden, Probleme, Vorwürfe und Kritik aus dem Schlafzimmer auszuquartieren.

Impressum

Impressum und Offenlegung gemäß § 25 MedienG

Medieninhaber: Diözese Linz, Herrenstraße 19, Postfach 251, 4021 Linz

Hersteller: KB Offset, Kroiss & Bichler GmbH & Co KG, Römerweg 1, 4844 Regau

Herausgeber: BEZIEHUNGLEBEN.AT, Abteilung Ehe und Familie im Pastoralamt, Kapuzinerstraße 84, Postfach 284, 4021 Linz
Verlagsort: Linz

Offenlegung gemäß § 25 MedienG auf www.elternbriefe.at

Redaktion Deutschland: Elisabeth Amrhein (Würzburg), Martin Bartsch (Köln), Beate Dahmen (Simmern), Hubert Heeg (Bonn), Dr. Petra Kleinz (Dortmund), Josef Pütz (verantwortlich; Mönchengladbach)

Redaktion Österreich: Mag. Andrea Holzer-Breid
Layout: JENNYCOLOMBO.COM

Fotos: PantherMedia: maxinkabb (1), oksun70 (2)
Fotolia: Denys Kurbatov (4)

Illustration: Renate Alf (3)

Adressänderungen bitte mit Geburtsdatum des Kindes unter www.elternbriefe.at oder an den Herausgeber.

Grundlegende Richtung:

Erziehungshilfe für junge Eltern
P.b.b., Verlagspostamt 4020 Linz,
ZNR. 02Z031787S
Österreichische Post AG / Sponsoring.Post
Benachrichtigungspostamt 4020 Linz