

Aida S. de Rodriguez
Es geht auch ohne Strafen!

Aida S. de Rodriguez

Es geht auch ohne Strafen!

Kinder auf Augenhöhe begleiten.
Impulse für Familie, Kita und Schule

Kösel

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich
auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Wir haben uns bemüht, alle Rechteinhaber an den aufgeführten
Zitaten ausfindig zu machen, verlagsüblich zu nennen und zu
honorieren. Sollte uns dies im Einzelfall nicht möglich gewesen sein,
bitten wir um Nachricht durch den Rechteinhaber.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

2. Auflage 2020

Copyright © 2019 Kösel-Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Umschlag: Weiss Werkstatt München

Umschlagmotiv: © plainpicture/Culture/JLPH

Wasserfarbenkleckse/-hintergründe: Shutterstock.com (Elina Li; Magnia)

Lektorat: Melanie Hartmann (Fürstfeldbruck)

Layout und Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-466-31127-9

www.koesel.de



Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.

Für Basti, Iara und Rafa.
Für Aidinha, Brigitte und Calú.
Für *Sophia*.

Inhalt

Einführung

Bevor ich Mutter wurde ...	10
Ein paar Begriffe vorab	13
Erziehung	13
Gewalt	14
Verhaltens- versus beziehungsorientiert	15
In Beziehung	16
Konflikte gehören zum Leben dazu	17

Teil 1 – Strafen schaden

Kinder sind soziale Wesen: Was Strafe übersieht	24
Kinder handeln für sich und nicht gegen andere	25
Warum Selbstbestimmung wichtig ist	28
Was Kinder aus Strafen lernen	33
Bildung braucht Bindung!	36
Gut gemeint ist nicht gut gemacht:	
Warum Erwachsene Kinder bestrafen	44
Das Beste für das Kind	45
Pädagogen unter Druck	47
Strafen als erzieherische Maßnahme	49
Überforderung und Alternativlosigkeit	53

»Wie du mir, so ich dir«: Grundsätze der »schwarzen« Pädagogik	59
»Auge um Auge«: Schuldausgleich und Entschuldigung	60
Orientierung geben: Was Erwachsene sich von Strafen erhoffen	65
Zuckerbrot und Peitsche	68
Strafen und ihre Facetten:	
Was Strafen wirklich sind	72
Verhaltensmanipulation und Willkür: Bestrafung als »logische Konsequenz«	73
Formen von Strafen	78
Negative Folgen von Strafen	89
Strafen und ihre Mechanismen: Warum das Denken in Schuld destruktiv ist	91
Erwartungen und Gehorsam	94
Konsequenzen für die Beziehung	100

Teil 2 – Alternativen zur Strafe

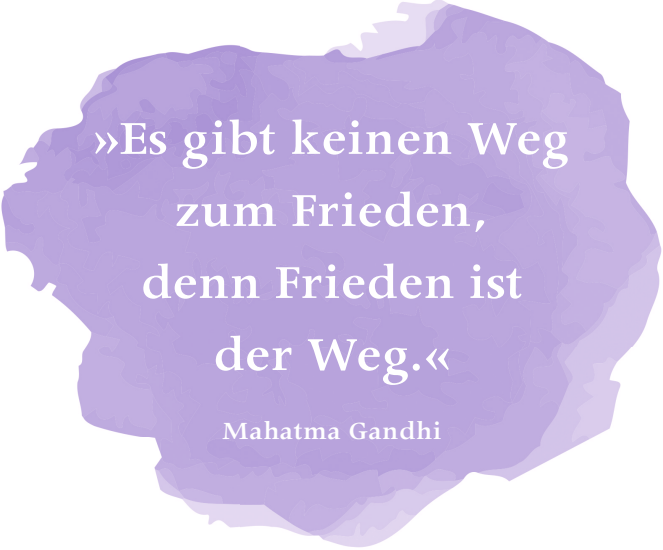
»Ich will etwas anderes als du« –	
Was wir aus Konflikten lernen können	106
Trennende und verbindende Lösungswege	114
Verantwortung tragen stets die Erwachsenen	120
Die wahren Ursachen von Konflikten in Familie, Schule und Kita	122
Faule Kompromisse	126

Typische Konflikte in der Familie, in der Schule und in der Kita	131
Autonomiephase, »Wackelzahnpubertät« und Pubertät	138
Keine halben Sachen mehr: Von der Methode zur Haltung	147
Das Bild vom Kind	149
Veränderungsprozesse verstehen	154
Raus aus der Opferrolle und hinein in die Verantwortung!	159
Erwachsene setzen keine Grenzen, Grenzen sind da.	162
»Unden« statt Symptombehandlung	166

Teil 3 – Handlungsalternativen für kritische Momente

Womit du sofort beginnen kannst: 28 Alternativen zur Strafe	174
Danksagung	188
Die 28 Alternativen zur Strafe zum Ausschneiden oder Kopieren	190
Anhang	199
Literaturverzeichnis	199
Anmerkungen	206
Hilfreiche Webseiten, Podcasts und Blogs	208

Einführung



»Es gibt keinen Weg
zum Frieden,
denn Frieden ist
der Weg.«

Mahatma Gandhi

Bevor ich Mutter wurde ...

Bevor ich Mutter wurde, hatte ich eine verzerrte Idee davon, wie ich als Elternteil sein würde. Bildung und Familie waren schon damals wichtige Werte für mich. Meine Vorstellung von Bildung war allerdings eng mit Leistung und Schule verbunden, meine Idee von Familie stark von der Idylle in den Werbesendungen geprägt. Auch ich wollte eine Familie haben, die immer glücklich lachend gemeinsame Zeit am Frühstückstisch verbringt. Ich hatte bis dahin jedoch keine nennenswerten Erfahrungen mit Kindern, sie spielten in meinem Leben keine Rolle. Dennoch war auch ich überzeugt von dem allgemeinen, gesellschaftlichen Credo: Gute Eltern haben keine *tyrannischen* Kinder. Meine Kinder sollten erfolgreich werden, höflich sein und sich gut benehmen können, vor allem sollten sie nicht denselben Mangel erleiden wie ich als Kind. Dafür wollte ich als präzise und – falls nötig – strenge, wenngleich liebevolle Mutter sorgen.

Die gesellschaftliche Idealvorstellung von Familie – weit weg von autoritärer oder von antiautoritärer Erziehung – bediente in meiner Fantasie wunderbar die unbefriedigten Bedürfnisse meiner Kindheit: Hauptsache alles anders machen als meine Eltern und doch – ohne es groß zu hinterfragen – in dieselben Fallen tappen wie die Generationen zuvor. Mir war damals nicht bewusst, wie man Kinder zu einem »guten Benehmen« führt, und mir war auch nicht bewusst, wie wenig dieses angebliche Ziel mit mir und meinen tatsächlichen Wünschen und Bedürfnissen zu tun hatte. Schlimmer noch, ich hatte keine Ahnung davon, wer ich bin, was mich ausmacht, was mir wichtig ist und wie ich all diese Fragen beantworten könnte. Ich wusste zu jenem Zeitpunkt nicht einmal, dass ich all diese Fragen hatte, mir stellen würde und auch stellen müsste, um junge Menschen im Leben adäquat begleiten zu können.

Die wenigsten Menschen haben vorher eine reale Vorstellung davon, was es bedeutet, Mutter oder Vater zu sein, wie ratlos, verzweifelt, erschöpft und ausgelaugt man sich als Eltern gegenüber den alltäglichen Fragen im Zusammenleben mit Kindern fühlen kann. Auch ich hatte keine Ahnung davon, wie intensiv mich meine Kinder 24 Stunden am Tag, sieben Tage die Woche über Jahre hinweg brauchen würden. Ich lernte jedoch sehr schnell, wie grundlegend es ist, sich seiner eigenen Haltung bewusst zu werden und dass eine Erziehung, die *verhaltensorientiert* reagiert und mit Strafen arbeitet – das Kind soll mit seinem unerwünschten Verhalten sofort aufhören! –, uns von den Menschen, die wir am meisten lieben, zwangsläufig entfernt.

Kinder bewusst gewaltfrei und auf Augenhöhe begleiten – das wollen immer mehr Eltern und andere Erwachsene in begleitenden Berufen und Positionen, im Folgenden LernbegleiterInnen genannt. Als dreifache Mutter, Schulleiterin, aber auch als Trainerin, Beraterin und Coach mit einem *beziehungs- und bedürfnisorientierten* Ansatz sowie als Eltern-Bloggerin und Administratorin einer einschlägigen Elterngruppe in den sozialen Netzwerken stehe ich in regem Austausch mit zahlreichen Eltern und LernbegleiterInnen. Mich erreichen regelmäßig Nachrichten mit der Bitte um Unterstützung in Bezug auf konkrete Handlungsalternativen in der Begleitung von Kindern: Wie kann es gelingen, Kinder ohne Strafen und ähnliche erzieherische Maßnahmen zu begleiten, insbesondere auch im Kontext von Schule und Kita? Wie können Fachkräfte diesem Anspruch gerecht werden und Eltern ihren Kindern zur Seite stehen? Wie kann es gelingen, Kinder wertschätzend und auf Augenhöhe zu begleiten, ohne sich dabei selbst zu verlieren und in der Überforderung zu erstarren?

Erwachsene meinen oft, in alltäglichen Konfliktsituationen – beispielsweise, wenn sich Kinder dem Zähneputzen oder

der Erledigung der Hausaufgaben verweigern – nur mit Strafen und anderen erzieherischen Maßnahmen reagieren zu können. Dafür gibt es zahlreiche Gründe: Wir wissen zu wenig über die Entwicklungsetappen von Kindern, uns ist nicht bewusst, welche Folgen Strafen haben können, es fehlt uns an beziehungsorientierten Vorbildern und Handlungsalternativen. Vor allem aber fehlt es uns an Vertrauen: in die eigenen Kompetenzen, in die unserer Kinder und in unsere Beziehung.

Ich bewege mich heute täglich im Spannungsfeld von Schule und Familie. Mir ist dadurch bewusst, dass neben den Eltern gerade LernbegleiterInnen, insbesondere wenn sie einen beziehungsorientierten Weg gehen wollen, eine sehr exponierte und herausfordernde Aufgabe zu meistern haben. Wenn sie selbst (noch) keine Kinder haben, fehlt ihnen oft der Transformationsprozess der Elternschaft. Eltern bekommen sich und ihre eigene Kindheit ständig gespiegelt und wachsen mit den eigenen Kindern jeden Tag ein wenig mehr. Das kann ein theoretisches Studium oder die distanzierte Alltagspraxis im Beruf schwerlich bieten. LernbegleiterInnen werden von jetzt auf gleich mit all den Themen anderer Familien konfrontiert, was in einem institutionellen Umfeld in besonderem Maße ein bewusstes, systemisches und reflektiertes Denken erfordert.

In diesem Buch soll es genau darum gehen: Warum schaden Strafen und welche verbindenden Alternativen gibt es für Eltern und LernbegleiterInnen? Als Mutter, aber vor allem durch mein berufliches und ehrenamtliches Engagement im Rahmen meines gemeinnützigen Vereins Madrina Sophia e. V. und der APEGO-Schule und -Kita Berlin weiß ich um die Herausforderungen und den Schmerz im Alltag mit Kindern. Ich gehe in den folgenden Kapiteln dieses Buches auf die Lebensrealität sowohl in Familie als auch in Schule und Kita gleichermaßen ein, sodass ich neben den Eltern auch LernbegleiterInnen mit einem »Koffer voller Werkzeug« unterstützen kann.

Ein paar Begriffe vorab

Erziehung

... nach der meiner Arbeit zugrunde liegenden Definition ist die bewusste Formung eines (jungen) Menschen in eine von Eltern, Pädagogen oder anderen Erwachsenen für richtig befundene Richtung. Diese Richtung wird in einem bestimmten Kontext unter ganz individuellen Voraussetzungen aufgrund gemeinsamer Wertvorstellungen, Zielen und Normen innerhalb einer Gesellschaft, einer Familie oder anderen Gruppen bestimmt.

Erziehung hat eine konkrete Vorstellung davon, was sein soll und sein muss. Um das Erziehungsziel zu erreichen, bedient sich der Erziehende verschiedener Methoden, die auf eine unmittelbare oder langfristige Verhaltensformung und -änderung zielt. Hier zählt primär das angestrebte Ergebnis, auch wenn auf einen vermeintlich liebevollen Weg geachtet wird und die Ziele mit den besten Absichten verfolgt werden. Das Kind wird durch Erziehung zum Objekt degradiert.

Durch erzieherische Handlungen verliert der Erziehende die Chance, das Kind wahrhaftig kennenzulernen, denn Erziehung fokussiert stets das Verhalten und nicht den einzigartigen Menschen mit seinen Bedürfnissen. Die Entwicklung und freie Entfaltung des Kindes wird gehemmt und verhindert. Der Erwachsenen-Kind-Beziehung wird nachhaltig geschadet.

Erziehung ist willkürlich und steht einer gleichwürdigen Beziehung zwischen zwei Menschen unterschiedlichen Alters sowie einer Begleitung von Kindern auf Augenhöhe im Weg.

Gewalt

... wird verstanden als alle einwirkenden Kräfte, Maßnahmen, Vorgänge und Handlungen, die den Menschen verändern, beeinflussen und schädigen. Erziehung als die bewusste Formung eines Menschen in eine von jemand anderem für richtig befundene Richtung fällt unter diese Definition. Auch wenn Erziehung in ihrer Umsetzung und Ausprägung sehr unterschiedlich ausfallen mag, begünstigt die dahinterstehende Haltung stets Machtmissbrauch durch Erwachsene.

Um einen Menschen zu erziehen, bedient sich der Erziehende (oft unhinterfragt, unbewusst und mitunter gesellschaftlich forciert) erzieherischer Methoden, die gewaltvoll sind. (Körperliche) Strafen, Drohungen und Erpressungen sind ebenso Formen der körperlichen, emotionalen oder seelischen Gewalt wie Manipulation und Fremdbestimmung, das Setzen willkürlicher Grenzen oder das bewusste Ignorieren eines Menschen. Ausgeprägte Formen werden in der Regel gesamtgesellschaftlich als Gewalt verstanden, während andere oft so subtil daherkommen, dass sie ohne entsprechende Sensibilisierung aufgrund ihrer strukturellen Verstrickung nicht als Gewalt erkannt werden. Schlimmer noch, wir halten ihren Einsatz für genauso selbstverständlich und unabdingbar, wie einst die Prügelstrafe.

Gewalt umfasst ein breites Spektrum, wobei die schädliche Auswirkung der Handlung und Haltung maßgeblich ist, nicht der Abgleich zu anderen Formen der Gewalt.

Kinder als gleichwürdige Menschen zu begreifen und anzuerkennen, dass Ihre Würde unantastbar ist, lässt sich nicht mit ihrer Degradierung zum Objekt und der Anwendung erzieherischer Methoden vereinbaren. Die gewaltfreie Erziehung ist ein Oxymoron.

Verhaltens- versus beziehungsorientiert

... verdeutlicht den Paradigmenwechsel von Erziehung zur Beziehungsfähigkeit.

Der Alltag in Familie, Schule oder Kita birgt vielfältige Herausforderungen im zwischenmenschlichen Umgang zwischen Erwachsenen und Kindern. Wir sind darauf konditioniert, für ein konkretes Problem nach einer sofortigen und einfach umzusetzenden Lösung zu suchen. Dabei fokussieren wir uns auf das scheinbar Naheliegende: Das Verhalten. Und wir agieren entsprechend.

Beim verhaltensorientierten Handeln geht es um Funktionalität. Ich achte auf das Verhalten des Kindes und will, dass es sich »normgerecht« verhält. Der Alltag soll funktionieren und möglichst kontrollierbar sein, meine langfristige Erziehungsziele sollen erreicht werden. Die Lösung für ein Problem wird am Kind gesucht. Es wird geformt.

Bin ich hingegen auf Beziehung bedacht, fokussiere ich mich auf Verbindung. Dies gelingt nur, wenn ich wirklich an meinem Kind interessiert bin und das Bedürfnis hinter seinem Verhalten sehen will. Wichtig für die Lösung des Problems ist nicht das Symptom, welches sich durch ein Verhalten ausdrückt, sondern die Ursache, welche ihm zugrunde liegt. Dabei entscheide ich mich, meinem Kind mit Neugier und Wohlwollen zu begegnen und so bestimmte Handlungsmuster aufzubrechen. Eine Methode oder sofort wirksame Maßnahme kann dies nicht bieten. Die Entscheidung für Beziehung ist vor allem Arbeit an sich selbst und eine Frage der inneren Haltung.

In Beziehung

... zu gehen und in Verbindung zu bleiben, setzt ehrliches Interesse am Gegenüber voraus. Die Wege, die zum Verzicht auf Erziehung führen, sind dabei sehr unterschiedlich. Vertrauen in sich selbst und das Kind bildet dabei das Fundament. Wir benötigen jedoch auch verschiedene Kompetenzen, um in Beziehung zu agieren: Die Fähigkeit, uns in andere Menschen einzufühlen und dadurch adäquat auf sie reagieren zu können. Dies wiederum bedingt die Fähigkeit, sich unvoreingenommen mit neuen Situationen auseinanderzusetzen und sich auf andere Menschen einzulassen. Es fordert unsere Fähigkeit, Widersprüche auszuhalten und ein hohes Maß an Frustrationstoleranz. In Beziehung zu sein, heißt somit auch, Konflikte auszuhalten, fair zu streiten (mit dem Bewusstsein über Machtgefälle sowie Rücksichtnahme) und aktiv zu einer Lösung des Konfliktes beizutragen. Es bedeutet, sich flexibel auf jedes Kind in seiner Einzigartigkeit einzulassen und sich nicht an Erziehungsmethoden, Glaubensmustern oder Funktionalitäten zu orientieren. Authentizität und die Auseinandersetzung mit sich selbst sind dabei unerlässlich. Wer nur eine Rolle erfüllt und mit sich selbst nicht in Verbindung steht, wird es schwer haben, in Beziehung zu gehen.

Wenn Erziehung wegfällt, hat Beziehung Platz. Beziehung verstanden als das Erfahren-Wollen, wer der Mensch vor uns ist und was diesen bewegt. Es ist eine Haltung geprägt von Neugier, Interesse und Respekt.

Dieses Buch bietet keine Erziehungsmethoden, -konzepte oder -tricks. Bei der Begleitung von Kindern auf Augenhöhe geht es um Haltung, Selbstreflexion und um ein Weltbild, das von einem wohlwollenden Blick auf das gesamte Kind geprägt ist. Wir suchen nach kooperativen Problemlösungen, bei denen der Erwachsene seine Verantwortung für die Beziehungsqualität in der Erwachsenen-Kind-Beziehung wirklich wahrnimmt.

Mein Hauptanliegen in diesem Buch ist es, den Kindern Gehör zu verschaffen. Sie haben das Recht auf einen gewaltfreien Umgang sowie auf ein selbstbestimmtes Leben und Lernen. Möge dieses Buch daher dazu beitragen, Kinder als gleichwürdige und gleichberechtigte Menschen zu begreifen sowie ihnen auf Augenhöhe zu begegnen. Ich bin davon überzeugt, dass ein respektvoller Umgang mit Kindern der Weg zum Frieden ist.

Konflikte gehören zum Leben dazu

Ein Familienleben in Harmonie – das ist der Wunsch und die Vorstellung vieler Eltern. Wir alle wollen uns mit unseren Lieben verbunden fühlen, wollen die Sicherheit und Geborgenheit unserer Familien spüren und vor allem zu Hause Entspannung und Autonomie erfahren. Das sind Bedürfnisse, die wir Menschen alle gemeinsam haben, egal ob jung oder alt, und die wir uns mit der Entscheidung für Familie meist zu erfüllen hoffen. Manchmal glauben wir auch, dass wir, um dieses Ziel zu erreichen, Konflikte möglichst vermeiden müssten.

Aber da, wo Menschen zusammenleben und miteinander agieren, wird es auch Konflikte geben. Die Wunschvorstellung eines stets harmonischen Familienlebens muss zwangsläufig enttäuscht werden.

Dies ist in Schule oder Kindergarten nicht anders als innerhalb von Familien, ja hier wird das Konfliktpotenzial noch durch die Vielzahl unterschiedlicher Menschen mit verschiedenen Erwartungen verstärkt.

Auch an unserer Schule wird der beziehungsorientierte Ansatz mitunter missverstanden: Manchmal wollen Eltern Veränderung und hinterfragen die Regelschule, können jedoch die Idee von einer »romantischen Kindheit«, bei der sich Kinder gesellschaftskonform verhalten und immer produktiv, möglichst nahe an der Natur beschäftigen, nicht loslassen. Ihre Kinder sollen frei sein und selbstbestimmt leben und lernen, doch fällt es den meisten Erwachsenen sehr schwer es auszuhalten, wenn ihre Kinder die ihnen gegebene Freiheit auch nutzen und womöglich Entscheidungen treffen, die sie nicht unbedingt gutheißen.

Eltern, aber auch LernbegleiterInnen, wollen zwar nicht auf strafende, lobende oder manipulierende Maßnahmen zurückgreifen, streben dennoch ähnliche Lernziele an und dies zumeist in möglichst demselben Tempo wie dem einer Regelschule. Sie wollen es anders machen, zugleich aber nicht das Altbekannte loslassen. Spätestens wenn Kinder untereinander in Konflikt geraten, zunächst kein offensichtliches Interesse an klassischen Fähigkeiten wie Lesen und Schreiben zeigen oder sich gar intensiv mit digitalen Medien in einem selbstbestimmten Umfeld beschäftigen und nach erwachsenem Maßstab scheinbar »in den Tag hineinleben«, werden die meisten Erwachsenen unruhig. Das liegt zumeist daran, dass sie ihre Vorstellungen, wie die Erziehung eines später erfolgreichen Menschen aussehen sollte, nicht aufgeben wollen, sondern lediglich die »Kollateralschäden« von erzieherischen Maßnahmen wie Strafen ablehnen. Auch das führt unweigerlich zu Konflikten.

Manchmal gehen wir Konflikten aus dem Weg und leben in einer Art Scheinharmonie. Der Konflikt tritt nicht an die Oberfläche und doch ist er da und übt Einfluss auf uns, unser Leben sowie auf andere Menschen um uns herum aus. Konflikte sind normal, oft nicht zu verhindern, mitunter anstrengend, aber auch bereichernd, wenn wir lernen, mit ihnen konstruktiv sowie miteinander respektvoll umzugehen. Es ist wichtig, dass wir innerhalb unserer Familien, aber auch in Institutionen wie Schulen oder Kitas eine Streitkultur etablieren, die von Wertschätzung und Gleichwürdigkeit geprägt ist, denn – so zeigt es mir die Erfahrung immer wieder – Konflikte sind auch der Motor für Wachstum und Entwicklung.

Nicht jede Auseinandersetzung und Meinungsverschiedenheit entwickelt sich zu einem anstrengenden Streit, vor allem dann nicht, wenn es uns gelingt, auf Unterschiede mit Neugier und Offenheit zu reagieren sowie mit Differenzen konstruktiv umzugehen. Wir alle haben unterschiedliche Wahrnehmungen derselben Sache, aber auch verschiedene Werte, Strategien, Wünsche, Erfahrungen, Vorstellungen und Ziele. Das macht allerdings noch keinen Konflikt aus.

Innerhalb von Familien, Schulen und Kitas, insbesondere in der Erwachsenen-Kind-Beziehung, entstehen Konflikte immer dann, wenn scheinbar unterschiedliche Bedürfnisse aufeinandertreffen. Dabei sind es unsere Strategien, diese zu erfüllen, die in Konflikt zueinanderstehen.¹ Es gelingt uns nicht immer, die Bedürfnisse aller Beteiligten zu berücksichtigen oder zunächst einmal überhaupt zu erkennen, sowie adäquate Strategien für sie zu erarbeiten. Und so versuchen wir Konflikte mitunter auf destruktive Weise zu lösen. Dies ist insbesondere dann der Fall, wenn wir beginnen zu strafen, zu manipulieren, zu erpressen oder zu belohnen, oder wenn wir versuchen, den Konflikt gleich im Keim zu ersticken. Dadurch lassen wir die eigentliche Ursache des Konflikts außer Acht. Es entsteht in

der Folge meist ein Teufelskreis, den Kinder nicht mehr verlassen können und aus dem auch wir Erwachsenen oft keinen Ausweg wissen. Dadurch verfestigen und vergrößern sich die Probleme.

Wir können das Verhalten unserer Kinder oder anderer nicht verändern, ohne Gewalt auszuüben. Wir haben auf viele Dinge und Situationen um uns herum keinen direkten Einfluss. Aber wir können entscheiden, wie wir darauf reagieren wollen, und daran arbeiten, dieses Ziel zu erreichen.

Ähnlich destruktiv verhält es sich nämlich, wenn wir versuchen, Probleme zu überspielen und die Auseinandersetzung mit ihnen aufzuschieben, in der Hoffnung, diese lösten sich dann von allein auf oder eskalierten zumindest nicht. Konflikte verschwinden jedoch nicht einfach von allein. Sie zu vermeiden oder immer wieder mit Macht zu unterdrücken, bedeutet nicht Harmonie, sondern stört diese. Unser Gegenüber – das Kind – wird in der Folge nämlich entweder vor vollendete Tatsachen gestellt (wenn wir den Konflikt einseitig zu unseren Gunsten »gelöst« haben) oder aber früher oder später mit der ganzen Wucht unserer Frustration konfrontiert (wenn wir unsere Bedürfnisse in diesem Konflikt vorher zu lange unterdrückt haben). Es ist daher wünschenswert, dass wir lernen, den Ursachen von Konflikten auf den Grund zu gehen, und dass wir aufhören, am Verhalten von Kindern herumzudoktern, dieses in den Fokus zu stellen oder – schlimmer noch – die Kinder zur Ursache zu erklären.

Die Beziehung zu unseren Kindern und zu uns selbst ist – sofern wir uns dessen nicht bewusst sind und es nicht »bearbeitet haben« – in der Regel davon geprägt, wie wir einst selbst in Beziehung zu unseren Eltern standen. Es sind die vielen kleinen und großen Verletzungen und sogar Traumata, die wir selbst in unserer Kindheit erfahren haben, die in uns schmerzen und die der Verbindung zu unseren Kindern im Weg ste-