

RITA STEININGER

Das  
1x1  
des faireren  
Streitens

Wie Sie Konflikte  
mit Ihren Kindern  
konstruktiv lösen



PATMOS

Stimmungsschwankungen, von Auflehnung gegen die Eltern und der Suche nach der eigenen Identität charakterisiert ist.

Respekt und Ermutigung: zwei Grundpfeiler der Erziehung

Im Lauf der Zeit haben sich die vorherrschenden Erziehungsstile immer wieder gewandelt. Lange Zeit galt in unserer Gesellschaft die autoritäre Erziehung als angemessener Umgang mit dem Nachwuchs. In den Sechzigerjahren wurde er abgelöst durch den sogenannten »permissiven Erziehungsstil« (besser bekannt als »antiautoritäre Erziehung«), der Kindern keine Grenzen setzte, sondern sie einfach gewähren ließ.

Beide Erziehungsstile haben ausgedient. Heute wünschen sich Eltern vor allem eine Erziehungsmethode, die ohne Schimpfen und Strafen auskommt, ganz zu schweigen von körperlicher Züchtigung. Was diese betrifft, so ist seit November 2000 die körperliche Bestrafung von Kindern durch ihre Eltern ohnehin per Gesetz verboten.

Tatsächlich gibt es ein Erziehungskonzept, das die Ansprüche und Erwartungen der Eltern heute erfüllen kann. Es geht auf den Begründer der Individualpsychologie, Alfred Adler (1870–1937), und dessen Schüler, den Psychologen, Pädagogen und Psychiater Rudolf Dreikurs (1897–1972), zurück – und ist damit keineswegs neu, sondern schon etliche Jahrzehnte alt.

Einer der Schlüsselbegriffe dieses Erziehungskonzepts lautet »Ermutigung«. Rudolf Dreikurs zufolge brauchen Kinder Ermutigung anstelle von Kritik und Zurechtweisung, damit sie Selbstvertrauen entwickeln und ihre Fähigkeiten entfalten können.

Ein weiterer zentraler Begriff des Adler-Dreikurs-Konzepts ist »Respekt«. Eltern sollten sich bei all ihren Vorgehens- und Verhaltensweisen fragen, ob sie sich dem Kind gegenüber respektvoll verhalten. Dazu gehört, seine Bedürfnisse zu beachten, es in seinen Fähigkeiten zu bestärken, es mit seiner Persönlichkeit anzunehmen, es weder zu überfordern noch zu unterfordern, es weder auf ein Podest zu stellen noch es zu erniedrigen. Aber auch mit sich selbst sollten Eltern

respektvoll umgehen, indem sie auf die Einhaltung von Grenzen und Regeln bestehen und auf ihre eigenen Bedürfnisse achten.

Das Adler-Dreikurs-Konzept hat sich über Jahrzehnte bewährt; deshalb haben es namhafte Psychologen und Pädagogen weltweit übernommen, weiterentwickelt und ergänzt. Zu ihnen gehören Dr. Don Dinkmeyer sr., Dr. Gary D. McKay und Dr. Don Dinkmeyer jr., die in den USA das Elterntraining »STEP« (Systematic Training für Effective Parenting) entwickelt haben, das Eltern zu mehr Erziehungskompetenz und damit zu mehr Gelassenheit im Alltag verhelfen soll;<sup>1</sup> ebenso gehört dazu der Niederländer Theo Schoenaker, der das Encouraging-Elterntraining »Schoenaker Konzept®«

begründet hat.<sup>2</sup> Ihren Veröffentlichungen und weiteren Publikationen verdankt das vorliegende Buch viele wertvolle Anregungen.

Zu diesem Buch

Ziel dieses Buchs ist es, Eltern zu einem wertschätzenden Erziehungsstil zu ermutigen, bei dem sich Schimpfen und Strafen weitgehend erübrigen und mit dem sich Konflikte im Familienalltag fair und liebevoll lösen lassen.

Teil 1 des Buchs widmet sich dabei den theoretischen Grundlagen: Welcher Kommunikationsstil sollte innerhalb der Familie vorherrschen? Wie setzen Eltern ihren Kindern klare Grenzen, wie erreichen sie, dass der Nachwuchs