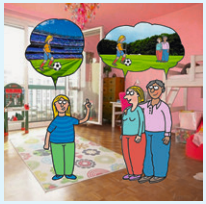
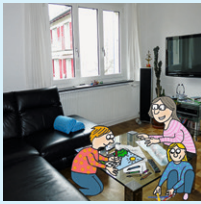
Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera

ASPI
Fondazione della Svizzera italiana
per l'Aiuto, il Sostegno
e la Protezione dell'Infanzia

compAct

Kompetenzen stärken –
Kinder schützen





Informationen für Eltern

Ein Projekt zur Förderung der sozialen Kompetenzen von Kindern

Deutsch/allemand/tedesco

Inhalt

Begründete Forderungen – nicht Körperstrafen	4
Verhalten beanstanden – nicht die Person abwerten	6
Beziehung – nicht Liebesentzug	8
Klare Regeln – nicht Drohungen	10
Grenzen respektieren – nicht missachten	12
Kindliche Bedürfnisse respektieren – nicht übergehen	14
Grundbedürfnisse erfüllen – nicht vernachlässigen	16
Leistungsfähigkeit des Kindes respektieren – nicht Leistungsdruck aufbauen	18
Lernanregung – nicht unbegrenzter Medienkonsum	20
Sorgsamer elterlicher Umgang – nicht Paargewalt	22

Diese Broschüre ist in 13 Sprachen erhältlich. Sie kann bestellt oder im PDF-Format heruntergeladen werden auf: www.comp-act.ch

CompAct ist ein Angebot der gemeinnützigen Stiftung Kinderschutz Schweiz. Sie setzt sich als Fachstelle schweizweit dafür ein, dass alle Kinder in Schutz und Würde gewaltfrei aufwachsen können, dass ihre Rechte gewahrt werden und ihre Integrität geschützt wird.

Illustrationen: Marianne Kauer, Kinderschutz Schweiz

Kompetenzen stärken – Kinder schützen

Eltern wünschen sich fast ausnahmslos nichts sehnlicher, als eine gute Zukunft für ihre Kinder. Zu diesem Wunsch gehört in der Regel, dass die Kinder ihr persönliches Leistungspotenzial optimal entfalten und das Zusammenleben mit anderen Menschen positiv gestalten und erleben können. Eltern leisten täglich einen wesentlichen Beitrag zur Förderung der sozialen Kompetenzen des Kindes und tragen damit zur Erreichung dieser Ziele bei. Indem sie dem Kind liebevolle Zuwendung geben, seine Bedürfnisse wahrnehmen und im Alltag angemessen berücksichtigen, jedoch auch notwendige Grenzen setzen, beeinflussen sie seine Entwicklung positiv.

Im zuweilen hektischen Alltag mit kleineren Kindern ist es jedoch nicht immer leicht, sich dem Kind angemessen zuzuwenden oder einen kühlen Kopf zu bewahren. Auf den folgenden Seiten werden solche anstrengenden Konstellationen thematisiert und dazu angeregt, einen das Kind fördernden und gewaltfreien Weg bei der Bewältigung der herausfordernden Situationen zu wählen. Die Schweiz hat die UNO-Kinderrechtskonvention unterzeichnet und gesteht damit dem Kind unter anderem den Anspruch auf die Entfaltung seiner Persönlichkeit, sowie das Recht auf ein gewaltfreies Aufwachsen zu. Mit Gewalt sind nicht nur Schläge gemeint, sondern auch psychische Strafen wie Demütigungen, Einschüchterungen, Beschimpfungen oder das Vernachlässigen eines Kindes und seiner Bedürfnisse.

Keine Konfliktsituation mit Kindern verläuft gleich und es gibt nicht nur eine richtige Strategie, um Auseinandersetzungen und andere Herausforderungen positiv zu bewältigen. Gewalt ist jedoch nie eine Lösung. Denn Kinder können sich durch wiederholte Grenzverletzungen oder durch Zurückweisungen nicht zu starken und selbstbestimmten Persönlichkeiten entwickeln, welche das Leben so erfolgreich meistern, wie Eltern sich das eigentlich für sie wünschen.

Die Schweiz hat die UNO-Kinderrechtskonvention unterzeichnet und gesteht damit dem Kind den Anspruch auf die Entfaltung seiner Persönlichkeit sowie das Recht auf ein gewaltfreies Aufwachsen zu.

Begründete Forderungen – nicht Körperstrafen

Kinder eignen sich Handlungsweisen auch über die Beobachtung des Verhaltens anderer Personen an. Das gilt für den sorgsamen Umgang miteinander genauso wie für gewalttätiges Verhalten. Konflikte ohne Schläge zu lösen und stattdessen dem Kind den Sinn einer Forderung und die Folgen seines Handelns begreiflich zu machen, hat deshalb eher die von Eltern erwünschte Wirkung.

Kinder können die Nerven von Eltern manchmal ganz schön strapazieren. Eine ausgedrückte Zahnpastatube, abgewickeltes Toilettenpapier, ein störrisches Kind, welches sich den Anweisungen konsequent widersetzt; all das ist manchmal schwer zu ertragen. Dennoch: Körperstrafen wie Schlagen, Schütteln, Schubsen, Ohrfeigen oder an den Haaren ziehen verstossen gegen die Rechte der Kinder und sind keine langfristig wirksamen Erziehungsmittel. Aus Angst vor weiterer Gewalt unterdrückt das Kind möglicherweise das unerwünschte Verhalten. Es lernt dabei aber nicht, warum dieses Verhalten stört und was es anders machen könnte. Gewalt erzeugt zudem neue Gewalt, denn das Kind lernt durch die Beobachtung des Verhaltens anderer. Wenn Kinder erleben, dass Körperstrafen oder andere Gewaltanwendungen akzeptiert sind und als Mittel taugen, um Konflikte zu lösen, werden sie sich mit grosser Wahrscheinlichkeit irgendwann ebenfalls aggressiv verhalten; entweder gegenüber anderen Personen oder gegen sich selbst.

Eine andere Wirkung hat es, wenn Eltern dem Kind in respektvollem Ton erklären, warum sie sein Verhalten nicht akzeptieren und was sie stattdessen von ihm erwarten. Wenn Kinder den Sinn einer Forderung verstehen und die Folgen des eigenen Verhaltens abschätzen lernen, werden sie sich mit der Zeit aus eigenem Antrieb heraus an die Regeln des Zusammenlebens halten. Es unterstützt den Lernprozess des Kindes, wenn es in die Beseitigung der Folgen seiner Handlung einbezogen wird. Kinder lernen zudem über Wiederholungen. Sie müssen abermals und in verschiedenen Situationen die immer gleichen Regeln und Konsequenzen erleben und auch erfahren, dass es immer einen anderen Weg als Gewalt gibt, um ein Problem zu lösen. Dieser Umgang mit Konflikten braucht zwar viel Geduld, langfristig zahlt er sich jedoch aus.

Wenn Kinder den Sinn einer Forderung verstehen und die Folgen des eigenen Verhaltens abschätzen lernen, werden sie sich mit der Zeit aus eigenem Antrieb heraus an die Regeln des Zusammenlebens halten.

Verhalten beanstanden – nicht die Person abwerten

Wie ein Kind sich selbst sieht, hängt davon ab, was es über sich zu hören bekommt. Erlebt ein Kind, dass seine Meinung zählt, seine Bedürfnisse wahrgenommen werden und dass es grundsätzlich wertgeschätzt wird, kann es ein positives Bild von sich selber entwickeln. Erfährt es jedoch wiederkehrende Demütigungen, wird sich sein Selbstbild negativ färben.

Kinder möchten vieles tun, wofür ihre Fähigkeiten vielleicht noch nicht ausreichen. So entwickeln sie sich stetig weiter und aus dem krabbelnden Kleinkind wird ein rennendes, kletterndes, velofahrendes, hüpfendes Schulkind. Nebst den Erfolgen führt das aber auch immer wieder zu Misserfolgen, Missgeschicken und manchmal frustrierenden Momenten für das Kind und teilweise auch für die Eltern. Wenn ein Kind in solchen Situationen regelmässig als «dumm», «unfähig» oder «nervig» bezeichnet wird, formt das sein Selbstbild mit und es beginnt selber zu glauben, es sei nicht viel wert und traut sich immer weniger zu. Denn alles, was ein Kind über sich hört, beeinflusst seine Wahrnehmung von sich selbst.

Manche Kinder werden durch solche Demütigungen ängstlich, bekommen körperliche Beschwerden und ziehen sich zurück. Andere entwickeln eine Feindseligkeit und werden aggressiv. So kann ein Teufelskreis von unerwünschtem Verhalten des Kindes, Wut und Enttäuschung sowie erneuten Beschimpfungen durch die Erziehungsperson entstehen. Ein Kind sollte daher nie als Person erniedrigt («Du bist ein ungeschicktes Kind!»), sondern nur sein Verhalten in respektvoller Weise angesprochen werden. Wenn ein Kind nicht nur hört, was nicht gut ist, sondern auch, was von ihm erwartet wird, hilft ihm das, sich zu orientieren und sein Verhalten zu ändern («Ich möchte, dass du bei Tisch ruhig sitzt, damit nichts ausleert.»). Immer berücksichtigt werden muss dabei das Alter des Kindes. Denn von einem kleineren Kind kann z.B. noch nicht erwartet werden, dass es längere Zeit ruhig am Tisch sitzen kann.

Ein guter Selbstwert ist ein wichtiges Startkapital, das Eltern einem Kind mit auf den Lebensweg geben können. Kindern mit einem positiven Selbstvertrauen gelingt es viel besser, neue Herausforderungen mutig anzupacken, bei Misserfolgen und Enttäuschungen nicht aufzugeben und damit das Leben positiv zu meistern.

Ein guter Selbstwert ist ein wichtiges Startkapital, das Eltern einem Kind mit auf den Lebensweg geben können.

Beziehung – nicht Liebesentzug

Kinder benötigen nichts so sehr, als sich wahrgenommen und geliebt zu fühlen. Das gilt auch für die Momente, in denen es etwas angestellt hat, was die Eltern verletzt oder ärgert. Denn nur Kinder, die sich bedingungslos geliebt wissen, können vertrauensvolle und verbindliche Beziehungen zu anderen aufbauen.

Manche Eltern wenden das bewusste Ignorieren ihres Kindes als Form der Bestrafung an. Zum Beispiel sprechen sie eine Weile nicht mehr mit ihm oder sie übergehen es absichtlich. Für Kinder sind solche Liebesentzüge meist viel schlimmer als sich Erwachsene das vorstellen können.

Kinder, die wiederholte Zurückweisung erfahren, lernen, dass sie nicht bedingungslos geliebt werden. Sie entwickeln die Vorstellung, nicht als Person, sondern nur wegen ihres angepassten oder braven Verhaltens geliebt zu werden. Durch den Glauben, die Zuneigung erarbeiten und den Schutz durch Leistungen aufrechterhalten zu müssen, können Kinder in einen grossen Stress geraten. Regelmässig mit Liebesentzug bestrafte Kinder fühlen sich ihren Erziehungspersonen gegenüber ausgeliefert, haben Mühe, sich selber zu behaupten, anderen Personen zu vertrauen und verbindliche Beziehungen einzugehen.

Kinder sollten wie auch Erwachsene immer wieder die Chance erhalten, aus Konfliktsituationen zu lernen. Daher ist es wichtig, mit dem Kind in Beziehung und im Gespräch bleiben, was immer das Kind auch getan hat. Ihm in Ruhe zu erklären, warum der gewählte Weg nicht der geeignete oder nicht akzeptabel war und ihm veranschaulichen, was es beim nächsten Mal anders machen kann, hilft dem Kind, in Zukunft aus innerer Überzeugung und nicht aus Angstgefühlen heraus ein anderes Verhalten zu wählen.

Ein Kind, dem regelmässig und ganz bewusst Aufmerksamkeit geschenkt und gezeigt wird, dass es geliebt ist, kann Vertrauen in Beziehungen und in sich selber aufbauen. Genauso wie abwertende Handlungen werden auch diese positiven Botschaften vom Kind verinnerlicht und führen zu einem guten Selbstwertgefühl und damit zur Beziehungsfähigkeit.

Nur Kinder, die sich bedingungslos geliebt wissen, können vertrauensvolle und verbindliche Beziehungen zu anderen aufbauen.

Klare Regeln – nicht Drohungen

In jeder Familie gibt es Werte und Regeln, an denen sich das Zusammenleben orientiert. Wenn Kinder sich nicht an diese Grundsätze halten, führt das oft zu Konflikten, in denen manchmal harte Drohungen ausgesprochen werden. Kinder können klar und vorgängig angekündigte, begründete Regeln besser akzeptieren, aber auch solche, bei deren Formulierung sie mitbestimmten durften. Die rasche Durchsetzung von Forderungen unter der Androhung drakonischer Strafen führt jedoch eher zu Machtkämpfen und bietet daher keine wirksame Konfliktlösung.

Grosse Herausforderungen in der Erziehung sind diejenigen Momente, in denen sich Kinder nicht an familiäre Regeln halten oder schlichtweg nicht das tun, was Eltern gerade von ihnen erwarten. Oft sind die Forderungen an einen bestimmten Zeitrahmen geknüpft, damit der Alltag möglichst reibungslos verläuft. Wenn das Kind dann nicht sofort gehorcht, folgen Drohungen. Solche Szenarien münden nicht selten in Machtkämpfen zwischen Eltern und Kind und lösen ungute Gefühle aus. Zudem merken Kinder rasch, wenn Drohungen nicht umgesetzt werden können und lassen sich immer weniger davon beeindrucken.

Grenzen und Regeln sind für Kinder wichtig, denn sie geben den Kindern eine Verhaltenssicherheit. Die gesetzten Ordnungen zu befolgen fällt den Kindern leichter, wenn diese wiederkehrend gelten («Einmal pro Woche werden die Zimmer aufgeräumt.»), wenn auf deren Einhaltung geachtet wird und wenn sie verständlich kommuniziert werden. Zudem haben sie weniger Mühe, den Forderungen nach zu kommen, wenn sie an deren Festlegung und der Art der Umsetzung mitbeteiligt werden («Morgen sollte ich staubsaugen. Wann könntest du aufräumen? Heute Abend hätte ich Zeit, dir zu helfen.»). Denn so fühlen sie sich für die Lösung des Problems mitverantwortlich, und können eher verstehen, dass es hier um das Ausbalancieren verschiedener Bedürfnisse geht, als wenn ihnen einfach befohlen wird («Jetzt räumst du sofort dein Zimmer auf!»). Manchmal verhalten sich Kinder auch eigensinnig, weil sie nicht wissen, wie sie eine Sache anpacken sollen. Dann hilft es, Kinder schrittweise und liebevoll bei der Erledigung einer Aufgabe anzuleiten.

Grenzen und Regeln sind für Kinder wichtig, denn sie geben den Kindern eine Verhaltenssicherheit.

Grenzen respektieren – nicht missachten

Kinder, die lernen, gute, schlechte oder komische Berührungen zu unterscheiden, und über ihren Körper selber bestimmen dürfen, sind eher in der Lage, sich gegen (sexuelle) Übergriffe zu schützen. Daher ist es wichtig, dass Erwachsene die Kinder dabei unterstützen, ihre Körpergrenzen wahrzunehmen und diese zu schützen.

Auch Erwachsene begrüssen nicht alle Bekannten mit einem Kuss oder einer Umarmung. Dies mitunter, weil es der sozialen Situation nicht entspricht. Manchmal möchten sie auch keinen Körperkontakt, weil ihnen eine Person nicht nahe genug steht. Den Kindern geht das nicht anders. Gerade in Begrüssungssituationen werden Kinder oft von Erwachsenen angefasst, geküsst, umarmt oder hochgehoben, ohne dass auf ihre verbalen oder nonverbalen Zeichen geachtet wird. Kinder haben jedoch auch das Recht, über ihren Körper zu bestimmen und Berührungen abzulehnen, wenn sie ihnen zu weit gehen.

Das Beispiel von Begrüssungen verdeutlicht, wie wichtig es ist, mit dem Kind darüber zu reden, welche Berührungen als angenehm und welche als unangenehm empfunden werden. Das hilft ihm, die eigenen Körpergrenzen wahrzunehmen und dafür einzustehen. Dabei kann auch besprochen werden, wie es gerne begrüsst oder verabschiedet werden möchte. Der Entscheid fällt ihm möglicherweise leichter, wenn ihm die Vielfalt an Möglichkeiten aufgezählt werden: Man kann sich auf die Wangen küssen, sich lange umarmen oder kurz drücken, es ist aber auch möglich, einander die Hand zu geben oder einander einfach nur zuzuwinken. So können sich Kinder dem sozialen Kontext entsprechend adäquat verhalten und gleichzeitig die für sie passende Form wählen.

Um seine wahrgenommenen Grenzen durchzusetzen, ist das Kind auf die elterliche Unterstützung angewiesen. Wird das Kind von anderen zu unerwünschten Berührungen oder einer unangenehmen Begrüssungsart gedrängt, können Eltern stellvertretend oder gemeinsam mit dem Kind Stellung beziehen. Eltern, die ihre Kinder auf diese Weise unterstützen, die Körpergrenzen wahrzunehmen, zu wahren und wenn nötig für diese einzustehen, leisten einen wichtigen Beitrag zum Schutz der Kinder vor (sexuellen) Übergriffen.

Mit dem Kind darüber zu reden, welche Berührungen als angenehm und welche als unangenehm empfunden werden, ist wichtig. Das hilft ihm, die eigenen Körpergrenzen wahrzunehmen und dafür einzustehen.

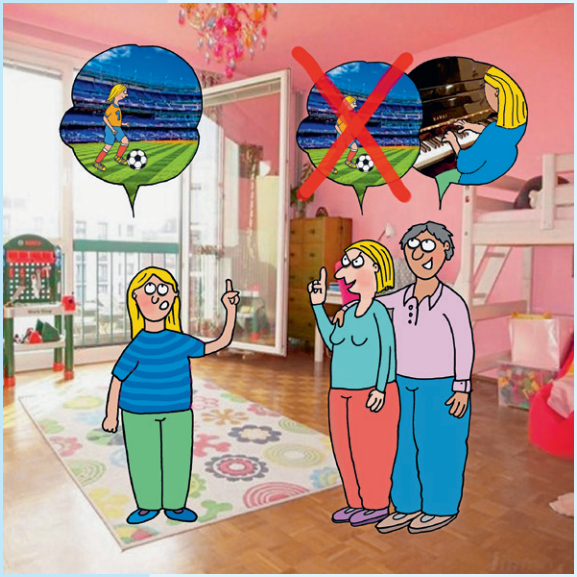
Kindliche Bedürfnisse respektieren – nicht übergehen

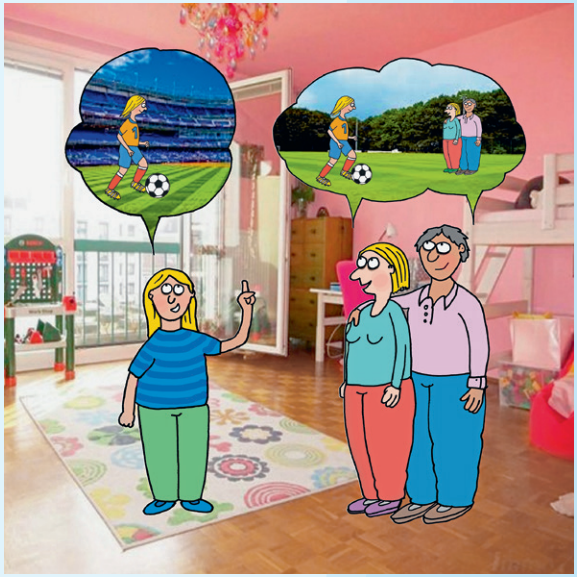
Das Erleben von Selbstbestimmung ist für die kindliche Entwicklung wichtig, denn dadurch lernt ein Kind, Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen. Werden die Bedürfnisse eines Kindes jedoch immer wieder übergangen, wird es sich vor allem anpassen, ohne dass seine Persönlichkeit mit all seinen Fähigkeiten gestärkt wird. Der Verwirklichung der kindlichen Bedürfnisse einen angemessenen Raum zu geben, ist daher zentral.

Genauso wie Erwachsene haben auch Kinder unterschiedliche Interessen und verschieden ausgeprägte Bedürfnisse. So zum Beispiel nach Ruhe und Rückzug. Manche Kinder spielen gerne längere Zeit für sich alleine, andere haben am liebsten viel Betrieb. Die Unterschiede zeigen sich jedoch auch in anderen Vorlieben. Einige Kinder lieben es, sich beim Sport auszutoben, andere möchten ein Musikinstrument spielen oder sie basteln gerne.

Eltern bemühen sich in der Regel, die besonderen Fähigkeiten ihrer Kinder zu fördern. Manchmal fällt es ihnen jedoch auch schwer, die Bedürfnisse ihrer Kinder zu akzeptieren. So ist z.B. der elterliche Wunsch, dass ein schüchternes Kind lernt, mit anderen Kindern zu spielen, verständlich. Wenn ein Kind aber regelmässig dazu überredet wird, sich in eine Gruppe von anderen Kindern einzufügen, obwohl es das gar nicht möchte, ist das für seine Entwicklung eher hinderlich. Dasselbe gilt für die Nichtbeachtung anderer Interessen, die vielleicht nicht unbedingt den Eltern entsprechen. Wenn kindliche Anliegen immer wieder übergangen werden, lernt das Kind, dass seine Bedürfnisse nicht wichtig sind und es nur akzeptiert wird, wenn es den Erwartungen von anderen entspricht. Je mehr sich das Kind anpasst, um fremde Bedürfnisse zu befriedigen, umso mehr wird es sich selber fremd. So kann es auch nicht lernen, eigene Entscheidungen zu fällen und die Verantwortung für diese zu übernehmen.

Ein Kind ernst zu nehmen, bedeutet nicht, ihm keine neuen Erfahrungen zuzumuten oder von ihm nicht einen gewissen Durchhaltewillen zu erwarten, wenn es einmal eine Entscheidung getroffen hat. Und es heisst auch nicht, ihm jeden Wunsch zu erfüllen. Grundsätzlich gilt es jedoch, die Persönlichkeit des Kindes mit seinen Bedürfnissen wahrzunehmen und zu respektieren.





Das Erleben von Selbstbestimmung ist für die kindliche Entwicklung wichtig, denn dadurch lernt ein Kind, Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen.

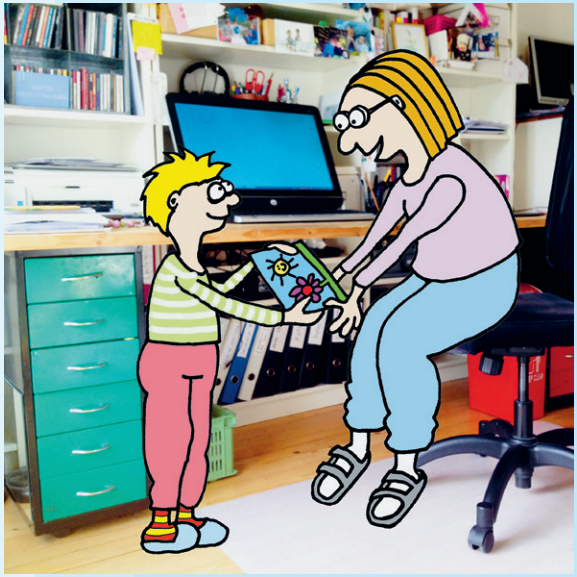
Grundbedürfnisse erfüllen – nicht vernachlässigen

Für den Aufbau einer tragfähigen, vertrauensvollen Beziehung zwischen Eltern und Kindern benötigt es gemeinsame Zeit. Denn das kindliche Grundbedürfnis nach elterlicher Liebe und Zuwendung kann nur über den aktiven Austausch und die liebevolle Anteilnahme der Eltern an den Interessen und Aktivitäten der Kinder befriedigt werden. Süssigkeiten und Geschenke können diese wertvolle Beziehungszeit nicht ersetzen.

Oft ist der Familienalltag hektisch und viele Eltern meistern die Doppelbelastung von Beruf und Familie. Dabei kann es leicht geschehen, dass die Bedürfnisse aller Familienmitglieder zu kurz kommen. Viele Eltern leiden selber unter dieser Situation und einige versuchen, die mangelnde Zeit mit dem Kind durch das Geben von Süssigkeiten und Spielsachen zu kompensieren, um das Kind kurzfristig glücklich zu stimmen. Geschenke können durchaus Liebesbeweise sein, sie reichen jedoch nicht aus, um die Grundbedürfnisse eines Kindes nach Zuwendung und Liebe zu erfüllen.

Es ist völlig in Ordnung, wenn sich Eltern mit wachsender Selbstständigkeit des Kindes auch wieder mehr Zeit für sich selber oder ihre Arbeit nehmen. Dennoch: Auch Kinder im Kindergarten- oder Schulalter brauchen trotz der grösser werdenden Selbständigkeit noch immer viel Zuneigung von ihren Eltern. Diese erleben sie zum Beispiel, wenn sie ungeteilte Aufmerksamkeit von ihren Eltern erhalten und merken, dass sich diese für ihr Tun und Wohlbefinden interessieren. Die meisten Kinder geniessen zudem körperliche Nähe und werden gerne auf den Schoss oder in den Arm genommen. Auch gemeinsame Aktivitäten vermitteln den Kindern elterliche Zuwendung.

Kinder, welche über eine starke Bindung zu ihren Eltern oder einer anderen nahestehenden Vertrauensperson verfügen, fühlen sich sicher und geborgen und vertrauen sich und ihrer Umwelt. Dies ist eine Voraussetzung, um die Welt mutig entdecken und immer wieder neue Herausforderungen anpacken und erfolgreich bewältigen zu können.



Kinder, welche über eine starke Bindung zu ihren Eltern oder einer anderen nahestehenden Vertrauensperson verfügen, fühlen sich sicher und geborgen und vertrauen sich und ihrer Umwelt.

Leistungsfähigkeit des Kindes respektieren – nicht Leistungsdruck aufbauen

Kinder sind von Natur aus wissbegierig und motiviert, zu lernen. Für erfolgreiches Lernen müssen aber die Leistungsanforderungen angemessen sein. Zu starker schulischer Druck und zu hohe elterliche Erwartungen können zu Lernblockaden, Motivationsverlust und Leistungsversagen führen. Daher ist es wichtig, die individuelle Leistungsfähigkeit des Kindes zu respektieren und auf Überforderungssignale des Kindes zu achten.

Eltern möchten, dass ihr Kind das Beste aus seinem Leistungspotenzial macht. Der Wunsch, dass das Kind einen Schulabschluss erreicht, der ihm viele berufliche Möglichkeiten offenlässt, ist verständlich. Und es ist auch wichtig und richtig, dass sich Eltern für die schulischen Belange ihres Kindes interessieren und dem Kind vermitteln, dass ihnen der Schulerfolg nicht gleichgültig ist.

Eltern, die grundsätzlich positive Erwartungen an die Leistungen ihrer Kinder haben, stärken das Vertrauen der Kinder in sein eigenes Vermögen und fördern so seine Leistungsfähigkeit. Die Erwartungen der Eltern müssen jedoch für das Kind erreichbar sein. Ein Kind, das durch unrealistische elterliche Erwartungen unter Druck gesetzt wird, verliert das Vertrauen in seine Fähigkeiten und die Lernmotivation. Es entsteht ein Teufelskreis von Druck, Angst und schulischen Misserfolgen und das kindliche Selbstwertgefühl wird beeinträchtigt. Dieser negative Prozess wird noch verstärkt, wenn Eltern ihre Kinder für Leistungen in der Schule bestrafen, welche ihrer Ansicht nach nicht genügen oder schlecht sind.

Kinder haben dann die Möglichkeit, sich ihrem Potenzial entsprechend zu entwickeln, wenn ihre natürliche Neugier gefördert wird und herausfordernde, aber erreichbare Anforderungen an sie gestellt werden. Kinder lernen jedoch nicht nur in der Schule. Auch in der Freizeit beim Spielen machen sie viele wichtige Lernerfahrungen. Daher ist es so wichtig, dass Kinder frei gestaltbare Freizeit haben, in der sie jenseits von jeglichem Leistungsdruck die Welt mit all ihren Facetten entdecken und sich auch erholen können, um für neue Herausforderungen gewappnet zu sein.

Kinder haben dann die Möglichkeit, sich ihrem Potenzial entsprechend zu entwickeln, wenn ihre natürliche Neugier gefördert wird und herausfordernde, aber erreichbare Anforderungen an sie gestellt werden.

Lernanregung – nicht unbegrenzter Medienkonsum

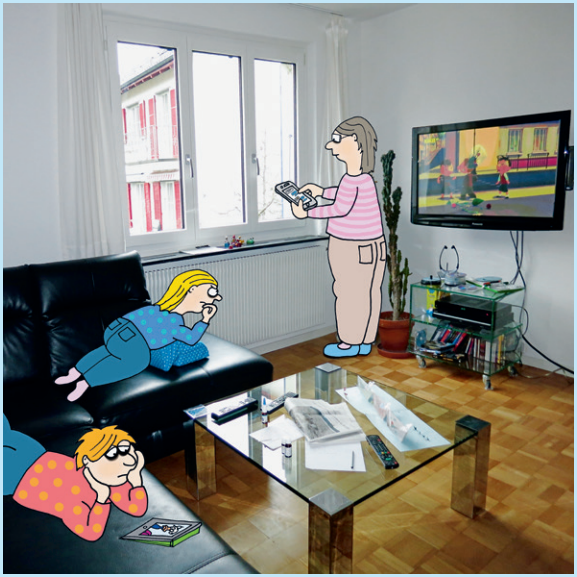
Digitale Medien gehören heute selbstverständlich zu unserem Alltag. Dennoch sollten sie nicht uneingeschränkt genutzt werden, insbesondere nicht von kleineren Kindern im Vorschul- und Grundschulalter. Denn Kinder lernen vor allem durch direkte Kommunikation und eigene Sinneserfahrungen. Ein übermässiger Bildschirmkonsum steht diesen Lernerfahrungen entgegen und wirkt sich daher negativ auf die soziale und geistige Entwicklung von Kindern aus.

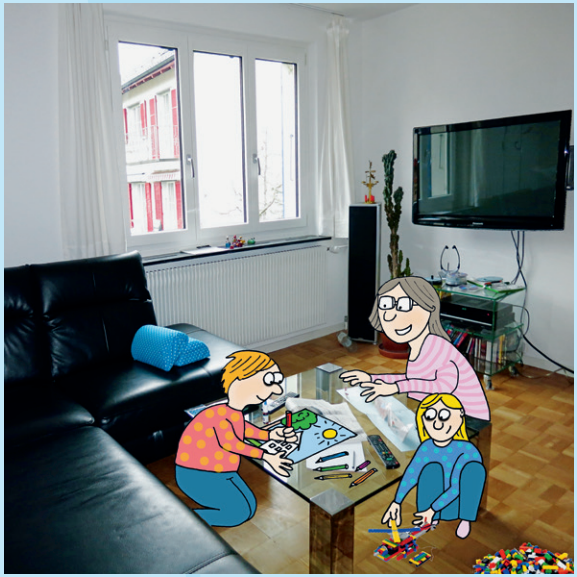
Eltern sind wichtige Vorbilder, auch wenn es um die Mediennutzung geht. Verbringen die Erziehenden selber viel Zeit vor dem Bildschirm, werden ihre Kinder es ihnen nachtun. Auch wenn die Eltern digitale Medien nur eingeschränkt konsumieren, üben die Geräte eine unwiderstehliche Faszination auf viele Kinder aus. Und wer hat nicht schon einmal diese magische Anziehungskraft eines Bildschirms genutzt, um einen dringenden Anruf in Ruhe zu erledigen?

Ein unbeaufsichtigter und unbegrenzter Konsum elektronischer Medien ist jedoch für Kinder aus verschiedenen Gründen nicht empfehlenswert. Wenn Kinder zu viel Zeit vor dem Bildschirm, Smartphone oder Tablet verbringen, wirkt sich das negativ auf ihre geistige, sprachliche und körperliche Entwicklung aus. Kinder müssen die Welt mit all ihren Sinnen erfahren, um nachhaltig zu lernen. Dazu gehören etwa Spiele mit den Eltern oder anderen Kindern, gemeinsames Geschichtenlesen, basteln und malen oder das Herumtoben in der Natur.

Gegen einen begrenzten Konsum von kindergerechten Filmen, spielerischen Apps oder das Ansehen von digitalen Büchern und Bildern ist bei Kindern ab 3 Jahren nichts einzuwenden. Primarschulkinder können auch erste Erfahrungen mit dem Computer sammeln. Eltern sollten ihre Kinder jedoch bei ihren medialen Erfahrungen begleiten, denn sie benötigen Unterstützung bei der kritischen Verarbeitung des Gesehenen und Erlebten.

Gemäss Empfehlungen von Fachpersonen soll Kindern zwischen 3 und 6 Jahren täglich nicht mehr als 30 Minuten und 6- bis 9-Jährigen täglich maximal 45 Minuten Medienzeit zur Verfügung gestellt werden, um ihre gesunde Entwicklung nicht zu gefährden.





Kinder müssen die Welt mit all ihren Sinnen erfahren, um nachhaltig zu lernen.

Sorgsamer elterlicher Umgang – nicht Paargewalt

Kinder nehmen die Art des Umgangs zwischen den Erwachsenen und die Stimmung in einer Familie sehr genau wahr. Wenn sie sehen, dass Eltern sorgsam miteinander umgehen, fühlen sie sich sicher und aufgehoben. Wenn sie jedoch miterleben müssen, dass Eltern ihre Konflikte mit Gewalt lösen, wird das bei ihnen Gefühle von Angst und Hilflosigkeit auslösen. Daher ist es wichtig, dass die Eltern auch untereinander eine gewaltfreie und möglichst respektvolle Beziehung leben.

Kindern bleibt nicht verborgen, wie Erwachsene mit anderen Erwachsenen umgehen. Sie nehmen genau wahr, wie etwa die Stimmung zwischen den Eltern ist, wie gestritten wird und ob sich die Eltern wieder versöhnen. Wenn Kinder miterleben, dass Eltern ihre Konflikte gewalttätig lösen, indem sie einander drohen, beschimpfen, demütigen, anschweigen oder gar tätlich werden und zuschlagen, ist das für sie verstörend. Kinder fühlen sich im Moment des Miterlebens oder Mithörens der Gewalt hilflos und haben grosse Angst und Sorge um den gewaltbetroffenen Elternteil. Oft zeigen sich auch langfristige negative Auswirkungen auf ihre Entwicklung. Wenn Kinder an einem Ort, an dem sie Sicherheit und Geborgenheit erfahren sollten, eine Atmosphäre von Spannung, Bedrohung und Willkür erleben, löst das in ihnen grossen Stress aus, der zu Bedrücktheit, Unruhe, Ängstlichkeit oder Aggressivität führen kann. Zudem sind Eltern auch in diesen Situationen Vorbilder. Denn Kinder lernen auch dann, wenn die Eltern dies nicht möchten.

Manchmal setzt sich die Gewalt zwischen den Eltern auch in bereits getrennten Beziehungen fort. Wenn Kinder bei Besuchskontakten erleben müssen, dass der eine Elternteil den anderen stetig abwertet und es dadurch gezwungen wird, Position für einen Elternteil zu beziehen, ist das für ein Kind äusserst belastend. Kinder haben in der Regel zu beiden Elternteilen eine enge Beziehung und möchten ihr Recht auf Kontakt wahrnehmen. Dieses Recht soll nur eingeschränkt werden, wenn die Beziehung nicht dem Wohle des Kindes dient.

Wenn Eltern ihre Konflikte konstruktiv bewältigen, zeigt das dem Kind nicht nur, wie es selber seine Probleme mit anderen lösen könnte, sondern gibt ihm auch die innere Sicherheit, die es braucht, um sich optimal zu entwickeln.

Wenn Eltern ihre Konflikte konstruktiv bewältigen, zeigt das dem Kind nicht nur, wie es selber seine Probleme mit anderen lösen könnte, sondern gibt ihm auch die innere Sicherheit, die es braucht, um sich optimal zu entwickeln.

Kinderschutz Schweiz
Seftigenstrasse 41 | 3007 Bern
Telefon +41 31 384 29 29
info@kinderschutz.ch | www.kinderschutz.ch

Kinder schützen, Kinder stärken!
Wir schützen Kinder vor Gewalt.
Und stärken ihre Rechte.

Ihre Spende unterstützt Kinderschutz Schweiz dabei.
PC-Konto 30-12478-8

Herzlichen Dank!

www.comp-act.ch