

Quelle:
Thüringer Allgemeine
5. Februar 2020
S. 2 / Thüringen

Tipps für eine gute Eltern-Kind-Beziehung

Geraer Kinderpsychologin: Gewalt in jeglicher Form ist ein absolutes Tabu

Von Ulrike Merkel

Gera. Die Beziehung zu den Eltern ist die erste Verbindung, die ein Mensch eingeht. Sie ist entscheidend für die seelische Entwicklung, prägt fürs Leben. Bei vielen Kindern, die durch soziales Fehlverhalten, ADHS, Angststörungen oder Depressionen auffallen, sei die Eltern-Kind-Beziehung beeinträchtigt, sagt



Martina Fröhlich-Frank

FOTO: C. ALT

Psychotherapeutin Martina Fröhlich-Frank. Sie arbeitet in der Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, die das Asklepios-Klinikum Stadtroda in Gera betreibt. Wie entwickelt man eine gute Eltern-Kind-Beziehung? Martina Fröhlich-Frank nennt fünf Punkte.

1. „Essenziell ist die bedingungslose Liebe der Eltern zu ihren Kindern“, betont sie. Es sei wichtig, die Kinder so anzunehmen und zu lieben, wie sie sind. In Kinder sollten keine überzogenen Erwartungen in Hinblick auf Talente, schuli-

sche Leistungen, Sportlichkeit oder Aussehen projiziert werden.

2. Eltern sollten sich bei der Erziehung auch auf ihre Intuition verlassen. Die meisten verfügen über ein natürliches Gespür, wie sie richtig auf die Bedürfnisse des Nachwuchses eingehen, das heißt, sie reagieren feinfühlig und altersangemessen. „Man sollte sich und die Erziehung nicht ständig in Frage stellen“, sagt Fröhlich-Frank.

3. „Ein absolutes Tabu ist Gewalt jeglicher Form“, unterstreicht sie. Laut Studien geben noch immer 40 Prozent der Eltern

zumindest manchmal „einen Klaps auf den Po“. Zehn Prozent geben Ohrfeigen, vier Prozent der Kinder müssen grobe körperliche Gewalt ertragen.

Das ist nicht nur gesetzlich verboten, sondern schädigt auch die Bindung des Kindes zu den Eltern. „Ansichten wie ‚Ein Klaps hat noch niemandem geschadet‘ sind längst wissenschaftlich widerlegt“, sagt Martina Fröhlich-Frank. Nicht weniger problematisch sei seelische Gewalt, die durch laute Beschimpfungen und Demütigungen ausgeübt werde.

4. Das Maß erzieherischer Konsequenz sollte sich möglichst am Kind orientieren. Manche Kinder, die in ihrer Selbstwahrnehmung und Selbstregulation eingeschränkter sind, benötigen klarere Regeln, Strukturen, Signale und Grenzen, sagt Fröhlich-Frank. Andere seien so sensibel, dass sie auf einen strengen Blick reagierten.

5. „Eltern sollten ihren Kindern nicht zu wenig zutrauen“, rät die Psychologin. „Kinder müssen lernen, sich durchzubeißen.“ Denn Überbehütung erziehe zu Unsicherheit und Unselbstständigkeit.