

30. April: Tag der gewaltfreien Erziehung

Im Elternkurs üben bei Stress respektvoll zu bleiben

April 2018. Petra K. (35) ist mal wieder die Hand ausgerutscht. Leon (8) läuft mit roter Wange weinend in sein Zimmer.

Das ist kein Einzelfall in Deutschland. Studien gehen davon aus, dass etwa 10 bis 15 Prozent der Eltern „schwerwiegende und relativ häufige Körperstrafen“ bei ihren Kindern anwenden. Mütter und Väter, in allen Schichten der Gesellschaft. So die Veröffentlichungen der polizeilichen Kriminalprävention der Länder und des Bundes sowie des BMFSJ.

Neben physischer Gewalt gibt es auch psychische Gewalt in Familien. Stress, Hilflosigkeit und Überforderung sind häufige Gründe dafür: Die Eltern werden laut, drohen, demütigen ihre Kinder mit verletzenden Worten. Schuldgefühle kommen auf, die Beziehung ist angespannt – trotzdem passiert es wieder, weil alternative Handlungsmöglichkeiten fehlen. Dabei wollen eigentlich alle Eltern nur das Beste für ihre Kinder.

Die Folgen der unangemessenen Reaktionen der Eltern sind bekannt: Kinder entwickeln Verhaltensstörungen, Schulschwierigkeiten, Ängste, Depressionen und neigen häufig auch selbst zu Gewalt. Den Zusammenhang von Erlebnissen in der Kindheit und späteren psychischen Erkrankungen sowie kriminellen `Karrieren´ betonen Fachleuten immer wieder. Er ist durch zahlreiche Forschungsergebnisse belegt. Das Muster der Gewaltanwendung setzt sich häufig fort. Dies bestätigt eine aktuelle Erhebung des Landeskriminalamts NRW: 2017 haben Körperverletzungen an Schulen um elf Prozent zugenommen.

Geht es auch anders?

Eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Verhalten beim Umgang mit den Kindern kann Grundlegendes verändern. Petra K. hat sich für einen STEP Elternkurs entschieden, um neue Möglichkeiten des Umgangs mit Stress und Überforderung im täglichen Miteinander kennenzulernen und zu üben. Heute sagt sie: „Der Elternkurs hat unser Leben verändert. Ich kann jetzt viel gelassener bleiben. Wenn´s stressig wird, schreie ich Leon und seinen Bruder nicht gleich an und die Hand ist mir seitdem nicht mehr ausgerutscht.“

In einem STEP Elternkurs werden Handlungsmöglichkeiten für eine liebevoll-konsequente Erziehung vermittelt: Klare, auf die Familie zugeschnittene Regeln und Grenzen, die Orientierung und Halt geben, sowie Ermutigung und eine respektvolle Kommunikation bewirken ein positives, kooperatives Familienklima. Die wissenschaftliche Evaluation von Prof. Klaus Hurrelmann, Sozial-, Bildungs- und Gesundheitswissenschaftler, bestätigt, dass u.a. Überreaktionen deutlich reduziert werden. Er empfiehlt die STEP Elternkurse, da sie nachweislich die Erziehungskompetenz stärken und den Stress im Alltag reduzieren.

Fazit: Erziehung ohne Gewalt ist möglich!

Literatur:

STEP Elternbücher, die ersten 6 Jahre, ab 6 Jahre, Leben mit Teenagern, Beltz Verlag

Weitere Informationen unter www.instep-online.de.

InSTEP Weiterbildungsinstitut
Anne Ehrensberger
T. 0211 - 405 40 23
M. 0173 - 765 22 33

anne.ehrensberger@instep-online.de
www.instep-online.de