

Top-Job Eltern: Kindern ein Fundament fürs Leben mit auf den Weg geben

Neben den biologischen Eltern kümmern sich immer häufiger „soziale Eltern“ um den Nachwuchs: Manche Kinder leben nach der Scheidung oder Trennung ihrer Eltern mit Stiefeltern zusammen, andere wachsen bei gleichgeschlechtlichen Paaren, bei Pflege- oder Adoptiveltern auf. Eins eint aber alle Eltern: Ihr Job. Denn die Kernaufgabe besteht nach wie vor darin, Kinder fit für das spätere eigenständige Leben zu machen.

Im Artikel 6, Absatz 2 unseres guten alten Grundgesetzes heißt es dazu: „Das Elternrecht muss im Interesse des Kindes ausgeübt werden.“ Klingt vernünftig. Experten sind sich einig, dass es für verantwortungsvolle Eltern vor allem darauf ankommt, die Persönlichkeit ihrer Kinder dahingehend zu unterstützen, dass sie später ein selbstbestimmtes Leben führen können, glückliche Beziehungen eingehen und dabei körperlich und seelisch möglichst gesund bleiben. Wie man das erreicht, hat die Kölner Hochschulprofessorin Sigrid Tschöpe-Scheffler im Rahmen der von ihr geleiteten Forschungsarbeit „Fünf Säulen der Erziehung“ herausgefunden. Die Eckpfeiler hören sich einfach an, sie konsequent umzusetzen fällt aber im Alltag nicht immer leicht.

Hier sind sie: Liebe und emotionale Wärme, Achtung und Respekt, Kooperation, Struktur und Verbindlichkeit sowie eine allseitige Förderung. Konkret bedeutet das, dass wir Erwachsenen uns Kindern stets in einer wohlwollenden Atmosphäre zuwenden. Anerkennen, dass das Kind anders ist als wir selbst und genau diese Individualität wertschätzen. Ganz wichtig ist der Baustein Kooperation, bei dem Eltern ihren Kindern das Miteinander vermitteln. Es geht um das

wechselseitige Verstehen und das „Um-Verständnis-Ringen“. Das ist anstrengend und braucht viele Gespräche, aber das Invest lohnt sich, wie ich als Vater einer wunderbaren erwachsenen Tochter bestätigen kann.

Ganz wichtig, waren, sind und bleiben sauber kommunizierte Grenzen. Die müssen allen Beteiligten bekannt sein und bei abgesprochenen Regeln muss es bei Nichteinhaltung auch Konsequenzen geben. Nur so entstehen Orientierung und Klarheit, das gilt übrigens auch 1:1 für die Arbeitswelt. Und last but not least sollten Eltern ihren Nachwuchs fördern, ihn mit Anregungen füttern und Fragen beantworten. Auch das ist oft anstrengend, denn Kinder haben naturgemäß viele Fragen. Zum Glück kann man da auch auf Profis wie Checker Tobi zurückgreifen. Der amerikanische Psychologe und Nobelpreisträger Dr. Daniel Kahneman hat noch einen weiteren Tipp parat: „Würde Ihnen das Schicksal einen Wunsch für Ihr Kind gewähren: Wünschen Sie ihm Optimismus.“

Denn Optimisten, so erklärte der Forscher, gehen mit Niederlagen besser um, haben ein stärkeres Immunsystem, haben mehr Erfolg und leben sogar länger. Nun herrscht in allen Familien nicht immer eitel Sonnenschein. Schimpfen gehört auch zum Alltag, aber auch da geht es um das „wie“. Am Ende verhält es sich auch hier wie bei einer guten Führungskraft im Job, die sorgsam auf die Wahl ihrer Worte achtet. Der amerikanische Psychologe und Glücksforscher Dr. Martin E. Seligman hat herausgefunden, dass Worte wie „nie“ und „immer“ in der Erziehung das Fundament einer späteren pessimistischen Grundhaltung zementieren.

Grund: Diese Worte festigen den Eindruck, Dinge seien unabänderlich. Sein stets gern präsentiertes Beispiel unterstreicht das: Den Satz „Immer bist Du so frech“, den wahrscheinlich alle Eltern schon mal mit saurer Miene ausgesprochen haben, ist als Feststellung nicht optimal. Die Relativierung: „Heute bist Du aber frech“ drückt etwas anderes aus: Nicht das Kind wird an sich kritisiert, sondern sein

temporäres Verhalten. Und das lässt sich ändern. Wie so vieles in der Welt. Eltern, die trotz Problemen optimistisch bleiben, übertragen diese Einstellung übrigens auch auf ihre Kinder.

Finnische Sozialwissenschaftler stellten fest, dass Kinder in Familien, die sich für andere engagieren, am glücklichsten sind. Eine glückliche Optimistin traf ich vor ziemlich genau fünf Jahren: Die frisch gebackene Unternehmensgründerin Tijen Onaran. Wir verstanden uns auf Anhieb und tun es heute noch. Die Gründerin des Netzwerkes „Global Digital Women“, der kürzlich sogar als Anerkennung für ihren unermüdlichen Einsatz in Sachen Vielfalt eine eigene Barbie-Puppe gewidmet wurde, hat nie vergessen, wem sie ihren Erfolg zu verdanken hat. Bei einem Auftritt in der NDR-Talkshow vergass sie nicht, ihre Eltern lobend zu erwähnen, die sie immer mit Rat und Tat unterstützt haben. Mama und Papa Onaran, ihr habt alles richtig gemacht. Eure Tochter ist zu einer Persönlichkeit geworden, die ein ganz wunderbares Beispiel für einen selbstbewußten, selbstbestimmten, erfolgreichen und inspirierenden Menschen ist.