

## Hauen kommt nicht in Frage!

**Der Alltag mit Kindern kann sehr stressig sein. Wenn die oft unterschiedlichen Bedürfnisse von Eltern und Kindern aufeinander stoßen, ein Termin den anderen jagt und Ärger im Job und Streitigkeiten in der Kita die Emotionen schon vorgeglüht haben, knistert es bisweilen bedrohlich im Nervegeäst und der elterliche Kurzschluss droht. Hilfe, ich kann nicht mehr! Das soll sofort aufhören!**

**An diesem Punkt staunt man, zu welcher aggressiven Gedanken man fähig ist. Wie schwer es ist, diesen Stress auszuhalten, erst recht, wenn man in der eigenen Kindheit Schläge als Erziehungsmittel erlebte, schildert eine Leserin, die darum bat, auf dieses Thema einzugehen:**

Meine Jungs sind sieben und drei Jahre alt. Es gibt zwei verschiedene Väter dazu und – ja, ich bin alleinerziehend. Das Geld reicht nicht für eine Nanny. Seit einem halben Jahr arbeite ich endlich wieder zehn bis fünfzehn Tage im Monat, bin dann aber erst gegen 21 Uhr zu Hause. Derweil kümmert sich der Vater des Großen oder meine Freundin um beide Kinder. Die Situation zerrt an den Nerven aller Beteiligten. Am Wochenende und an den freien Tagen genießen wir die Dreisamkeit um so mehr. Letzte Woche nun erzählten mir meine Söhne, dass der Kleine am Abend Hauen von meiner Freundin bekam für drei Kleinigkeiten, die tagsüber passierten. Meiner Freundin gingen abends einfach die Nerven durch. Der Dreijährige hatte in die Hose gekackt ohne Windel, hatte den großen Bruder geärgert und etwas war noch, woran sich die beiden nicht mehr erinnerten. Als ich sie zur Rede stellte, winkte sie ab, das sei nun auch nicht so schlimm. Der Papa vom Großen meinte: Kein Wunder, bei dem Teufel. Selbst im Freundeskreis gibt es Beichten wie: Ja, wir hauen unsere Kinder und nicht nur einmal.

Das Verhältnis zu meiner Freundin ist seitdem akut gestört, mit dem Vater des Großen kann ich darüber überhaupt nicht reden und bei mir löste sich ein Trauma auf, das bis dahin weitgehend unbehelligt schlief.

Ich kann aus eigener Erfahrung sagen: Kein Kind merkt sich, warum es geschlagen wurde, sondern vielmehr, von wem es geschlagen wurde. Meine Schwester und ich wurden als Kinder sehr oft geschlagen. Vielleicht nicht täglich, aber doch mehrmals in der Woche. Es ging immer um Kleinigkeiten, meist war der Vater betrunken und die Eltern stritten sich. Für mich war klar: Schlagen gehört dazu. Es ist, weil ich böse bin. Die bloße Hand tat am meisten weh, es sei denn, ich konnte irgendwie die Hose anbehalten. Es gab noch den Teppichklopfer oder die Gürtelschnalle. Ist beides auch nicht zu empfehlen. Bei der Gürtelschnalle bleiben allerdings Abdrücke, die auch am nächsten Morgen beim Sportunterricht noch sichtbar sind.

Was aber machen diese Schläge psychisch mit den Kindern? Es entsteht eine lebenslange Abhängigkeit oder Unzulänglichkeit. Ich habe heute noch Kontakt zu meinen Eltern. Das Verhältnis ist allerdings sensibel und kippt leicht. Sie sind zu meinen Kin-

dern auch netter als zu uns. Ich verlange nach der Mutterliebe wie ein Kleinkind. Mit meinem Vater kann ich bis heute nicht über die Ängste und Übergriffe reden.

Als ich selbst Kinder bekam, war mir hundertprozentig klar: Ich werde sie niemals hauen. Niemals!

Schon mit der Geburt begannen die Bewährungen. Hier war ein Wesen, das meine bedingungslose Liebe forderte. Dieser 24-stündige Ausnahmezustand überforderte mich. Ich weinte viel, das Baby auch. Als es zum Schlafentzug kam, wurde es kritisch. Ich wollte den Sohn ins Bett legen, er wollte auf meinem Arm bleiben. Ich merkte, dass ich gleich wild werde, und verließ das Zimmer. So konnte es nicht gehen. Es war das erste Mal, dass ich merkte: Auch ich habe dieses Gefühl in mir, dieses „Jetzt raste ich gleich aus.“

Ich begann, Bücher zu lesen von tollen Pädagogen wie Rebeca Wild, Maria Montessori, Pestalozzi, Gerald Hüther. Sie alle sprechen aus der Sicht des Kindes und das half mir. Wenn es brenzlich wird, nehme ich die Position des Kindes ein.

Der Sohn wurde größer, wir schlafen noch heute in einem Bett. Das änderte die Situation damals sofort. Das zweite Baby kündigte sich an. Ein Wildfang, laut, rebellisch, zerstörerisch – und lieb, intelligent, charmant. Als der Vater des zweiten Kindes ging, war ich wieder am Ende meiner Kräfte. Aber es führte nicht dazu, dass ich Gewalt an meinen Kindern ausübte. Wenn wir uns streiten und keiner nachgibt, verlasse ich noch heute den Raum. Nach einigen Minuten geht das Reden über die Dinge viel besser. [...]

Wir sind wirklich keine Gutmenschen. Jeden Tag gibt es neue Herausforderungen: Mamas neuer Job, der Schulbeginn, das Stottern beim Großen, die Gewaltausbrüche des Kleinen. Der Morgen zum Beispiel könnte wirklich besser laufen. Egal, wie früh ich aufstehe, immer kommen wir am Ende in Zeitbedrängnis. So treibe ich die Kinder an und wir wackeln jeden Morgen zu spät und schlecht gelaunt in die Schule. Verlassen wir mal pünktlich die Wohnung, feiern wir das die ganze Fahrt über.

Was ich sagen will: Es gibt keinen Grund, ein Kind zu schlagen. Ich meine damit alle Schläge: den kleinen Klaps, die Ohrfeige, die verbale Gewalt. Wenn Sie sich im Nachhinein rechtfertigen, warum Sie Ihr Kind geschlagen haben, wird ihnen das sehr lä-

cherlich vorkommen. Ihr Kind zu schlagen, hat Auswirkungen auf sein ganzes Leben. Für das Kind sind Sie der Maßstab. Wenn Sie es hauen, wird es denken, das muss so sein.

Einige meiner Freunde meinen, sie wurden als Kinder auch gehauen und ihnen hat das nicht geschadet. Für mich ist es ein Fass ohne Boden. Mein kleiner Sohn, der nun bereits einmal von meiner Freundin und einmal vom Papa des Großen gehauen wurde, reizt neuerdings die Situationen aus. Das Leben ohne Windel muss noch warten und er wartet auf eine Gelegenheit, dass ich ihn hae. Ich sage ihm, dass ich ihm diesen Gefallen nicht tue und wir uns bitte vorher zu einigen haben. Er versteht das. Reden Sie mit Ihrem Kind!

## Erziehung - bitte ohne Gewalt!

**Seit November 2000 gilt Paragraph 1631 Absatz 2 des Bürgerlichen Gesetzbuches in geänderter Fassung: „Kinder haben ein Recht auf gewaltfreie Erziehung. Körperliche Bestrafungen, seelische Verletzungen und andere entwürdigende Maßnahmen sind unzulässig.“**

Was wird dabei als „Gewalt“ gewertet? Welche Bandbreite an Gewalt in der Erziehung gibt es?

Lena Fredebold, Dipl. Psychologin und Systemische Familientherapeutin beim BIFar, Beratungs- und Informationsdienst für Pflegeeltern, -kinder und ihre Familien im Barnim beantwortet Fragen zum Thema:

**Wo fängt Gewalt an, die vielerorts noch als Lappalie gewertet wird, jedoch längst schon keine mehr ist?**

Die Frage danach, wo Gewalt beginnt und welche Methoden noch als „probate Erziehungsmittel“ angewendet werden dürfen, wird sehr kontrovers diskutiert. In meiner Arbeit mit Kindern erlebe ich, dass sich selbst vermeintlich geringe Formen von Gewalt schädlich auf die kindliche Entwicklung auswirken. Dabei hat Gewalt viele Facetten. Schläge oder körperliche Übergriffe sind dabei nur eine Form von Gewalt, die offenkundigste, die auch am einfachsten als solche zu enttarnen ist. Gewalt gegen Kinder und Jugendliche beginnt aber schon viel früher: Angefangen bei Entwertungen wie „Du schaffst das nie!“ über verletzende Kommentare „Du bist ein richtiger Trampel!“, ständiges Missachtet- und Nicht-ernstgenommen-Werden bis hin zu Vernachlässigung der kindlichen Bedürfnisse durch die Eltern. Auch sein Kind anzuschreien, ist als Form der Gewalt zu betrachten. Manchmal wird Gewalt bewusst als Erziehungsmethode eingesetzt, beispielsweise in Form von Strafen und manchmal passiert sie aufgrund von Überforderungssituationen im anstrengenden Familienalltag. Für die Kinder bedeutet Gewalt in jeder Form ein Überschreiten der eigenen Grenzen und kann schwerwiegende Folgen für die Entwicklung haben.

**Wie viele Kinder und Jugendliche in Deutschland sind von Gewalt in der Erziehung betroffen?**

Es ist nicht leicht, zuverlässige Statistiken darüber zu erstellen, wie viele Kinder tatsächlich von welcher Art der Gewalt betroffen sind. Die meisten Studien basieren auf

Schätzwerten. Die Dunkelziffer ist hier sehr hoch. Eine Forsa-Studie aus dem Jahr 2012, die von der Zeitschrift Eltern in Auftrag gegeben wurde, gibt einen Anhaltspunkt: Hier wird beziffert, dass vier von zehn Eltern ihre Kinder mit „einem Klaps auf den Po“ bestrafen, zehn Prozent gäben hiernach eine „Ohrfeige“ und vier Prozent „versohlen den Hintern“. Schätzungen des Familienministeriums zu Folge kommt es bei zehn bis 15 Prozent der Eltern zu schwerwiegenden körperlichen Misshandlungen ihrer Kinder.

Wenn wir beziffern wollten, wie viele Eltern vermeintlich „leichtere“ Formen von Strafen und Gewalt anwenden, würde die Zahl sicherlich deutlich höher liegen und noch höher wäre wohl die Zahl derjenigen, denen schon einmal „die Hand ausgerutscht ist“ und die dies bereuen.

### **Was macht das mit den Kindern akut und was bedeutet es auf lange Sicht für ihr Leben?**

Jede Form von Gewalt bedeutet einen Angriff auf die persönliche Integrität des Kindes. Das Kind hat anders als ein Erwachsener oft nicht die Chance oder die Strategien, sich zur Wehr zu setzen. Daher bleibt ihm nur, sich entweder zu ergeben oder auf seine kindliche Weise zu rebellieren. Angst, Schuldgefühle und Misstrauen gegenüber den Eltern sind akute Folgen für die Kinder.

Anhaltende oder immer wiederkehrende Gewalt in physischer oder psychischer Form hat in den meisten Fällen langfristig schwerwiegende Auswirkungen auf das kindliche Selbstwertgefühl. Kinder mit niedrigem Selbstwert erleiden mehr psychischen Stress und haben weniger Ressourcen, mit diesem umzugehen. Sie haben mehr Schwierigkeiten im sozialen Miteinander, sind eher von Missbrauch und Übergriffen durch andere betroffen, neigen öfter zu aggressivem oder depressiv-ängstlichem Verhalten und haben insgesamt mehr Schwierigkeiten in der Entwicklung.

Ich nutze in meiner Arbeit oft das Bild vom Rucksack, den Kinder mit sich tragen. Mit jeder Gewalthandlung oder Erniedrigung gegenüber einem Kind wird ein wenig mehr Gewicht in den Rucksack gelegt. Viele Kinder sind stark genug, das Paket trotzdem zu tragen oder schaffen es als Erwachsene unter viel Anstrengung, es langsam wieder auszupacken. Einige brechen aber auch unter dem Gewicht zusammen. Je nach eigenen Ressourcen und Kompensationsmöglichkeiten der Kinder, haben sie viel damit zu tun, sich trotz und nicht wegen der gewaltvollen Erziehung gut zu entwickeln und zu eigenständigen Erwachsenen zu werden.

### **Was weiß man darüber, wie gewalttätige Erziehungsmethoden als Muster beim Kind verinnerlicht und später an die eigenen Kinder weitergegeben werde?**

Erziehung ist nicht vererbbar: Grundsätzlich hat jeder Mensch die Möglichkeit, sich als Erwachsener neu zu entscheiden, welche Erziehungsmethoden er als probat bewertet und was als schädlich und schlecht. Wenn jemand als Kind gelernt hat, dass körperliche Gewalt, Erniedrigung

und Vernachlässigungen zur Erziehung dazugehören, heißt das noch lange nicht, dass er dieses Verhaltensprogramm als Erwachsener unwillkürlich wieder abspult. Es kann genauso sein, dass er oder sie sich aufgrund der eigenen leidvollen Erfahrungen bewusst davon distanziert und eine gewaltfreie Erziehung gut gelingt. Im Einzelfall heißt dies, dass man lernen muss, welche Verhaltensalternativen zur Verfügung stehen.

Wichtig hierbei ist, dass Eltern Unterstützung durch ihr Umfeld oder auch behördliche Stellen erfahren. Gerade junge oder unerfahrene Eltern brauchen viel Rücken- und Entlastung, um im Alltag die Schwierigkeiten in der Erziehung gut bewältigen zu können und frühzeitig zu merken, wann die eigenen Grenzen erreicht sind. Anstatt mit überfordertem Gewalt handeln zu antworten, kann jeder Mensch lernen, sich eine Auszeit zu nehmen oder den Stress anderweitig abzubauen. Hier ist es wichtig, dass es Vorbilder gibt und auch im Umfeld entsprechende Werte und Handlungsoptionen vorgelebt werden.

### **Wie können sich Eltern davor schützen, Gewalt anzuwenden und wo finden sie Hilfe?**

Der erste Schritt in eine gewaltfreie Erziehung ist die Einsicht, dass Gewalt schlecht für die kindliche Entwicklung und damit abzulehnen ist. Wer dies für sich erkennt, hat die Chance, alternative Verhaltensstrategien zu erlernen, auch wenn er oder sie selbst von Gewalt betroffen war.

Grundsätzlich können sich alle Eltern, die an ihre Grenzen kommen, Hilfe bei den Erziehungs- und Familienberatungsstellen holen. Dort wird ihnen geholfen, alternative Wege für die Erziehung ihrer Kinder zu suchen, die ohne Gewalt auskommen und damit für deren Entwicklung förderlich sind. Sollte es übrigens doch einmal zu einer ungewollten Gewalthandlung gekommen sein, sollten Sie sich ganz ernst gemeint und offen bei ihrem Kind entschuldigen. So hat es die Chance, zu verstehen, dass es nicht Schuld daran ist, dass Mama oder Papa manchmal an ihre Grenzen kommen, und dass es wichtig ist, sich dies einzugestehen und den Fehler wieder gut zu machen.

Vielen Dank!