



Erziehungsfragen



- **Was heisst „gute Erziehung“?**
- **Elternbildung: Impulse für die Erziehungsarbeit**
- **Beratung in Erziehungsfragen: Experten helfen weiter**
- **Eltern werden, Eltern sein- ein Paar bleiben**
- **Vater sein**
- **Umgang mit neuen Medien:**
- **Fernsehen**
- **Computer**
- **Nur mit klaren Regeln: Surfen und Chatten im Netz**

Was heisst «gute Erziehung»?

Die Basis einer guten Erziehung ist die liebevolle und wertschätzende Haltung dem Kind gegenüber. Die Kampagne «Stark durch Erziehung» des Schweizerischen Bundes für Elternbildung (SBE) nennt folgende acht Grundsätze:

- Erziehung ist ... Liebe schenken.
- Erziehung ist ... Zeit haben.
- Erziehung ist ... Gefühle zeigen.
- Erziehung ist ... streiten dürfen.
- Erziehung ist ... zuhören können.
- Erziehung ist ... Freiraum geben.
- Erziehung ist ... Grenzen setzen.
- Erziehung ist ... Mut machen.

Weitere Infos finden Sie auf der Webseite des Vereins Elternbildung CH

www.elternbildung.ch



Elternbildung: Impulse für die Erziehungsarbeit

Elternbildung geht uns alle etwas an. Sie bedeutet Erwachsenenbildung und Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen und politischen Themen und beschäftigt sich mit der Erziehung und dem familiären Zusammenleben. Angebote der Elternbildung unterstützen Mütter und Väter in ihrer Erziehungsaufgabe. In Kursen, Vorträgen und offenen Treffen wird die Erziehungsarbeit hinterfragt und überdacht: Die Eltern erhalten neue Impulse.

Elternbildung wird von vielen Trägerschaften angeboten – von Frauenvereinen, Institutionen der Kirche, Elternvereinen, Familienclubs. Alle Kantone der Region Nordwestschweiz haben eine Fachstelle zur Elternbildung.

Der Schweizerische Bund für Elternbildung (SBE) bietet eine Datenbank an, mit der Sie die Elternbildungsangebote in allen Regionen der Schweiz ausfindig machen können.

Beratung in Erziehungsfragen: Experten helfen weiter

Die Mütter- und Väterberatung bietet Antworten zu Fragen der körperlichen, seelischen und geistigen Entwicklung Ihres Säuglings und Kleinkinds. Die Beratung und Unterstützung erleichtert den Alltag vom Stillen, der Ernährung, der Pflege und Erziehung bis zu Ihrer Rolle als Mutter oder Vater. Die Beratungen sind in der Regel unentgeltlich; einzelne Gemeinden verlangen eine Einschreibegebühr.

Wenn Sie sich bei der Betreuung und Erziehung Ihrer Kinder überlastet fühlen und/oder eine Unterstützung in schwierigen Familiensituationen wünschen, können Sie sich an die Jugend- und Familienberatungsstellen oder die sozialpädagogische Familienbegleitung ihres Kantons wenden. Im Anhang dieses Kapitels finden Sie weitere Stellen, wo Sie Ratschläge und Hilfe bei Erziehungsfragen bekommen können.

Eltern werden, Eltern sein – ein Paar bleiben

Das gemeinsame Kind ist da – und plötzlich ist nichts mehr, wie es war:

- Jetzt dreht sich alles nur noch um das Kind
- jetzt vermisse ich die Unterstützung meines Partners
- jetzt sind wir ständig müde und gereizt
- jetzt ist für Zärtlichkeiten kein Platz mehr...

Mit der Geburt des ersten Kindes wird man in die Elternrolle hineingeboren. Aus Paaren werden Eltern – und in der ersten Zeit eben «nur» Eltern. Mutter oder Vater bleibt man ein Leben lang. Dass die Beziehung ebenso lange hält, ist heute nicht mehr selbstverständlich. Vieles verändert sich: Blieben Ehepartner früher häufig aus wirtschaftlichen Gründen ein Leben lang zusammen, so zählen heute die Liebe bzw. eine intakte Beziehung als hauptsächliches Kriterium für die Partnerschaft.

Zwischen Windeln, Fläschchen und Lätzchen – oder später nach Fahrdiensten zwischen Schule, Musikunterricht und Sporttraining – auch noch Musse für den



Partner / die Partnerin zu haben: Wie schafft man das?

Alles dreht sich um die Kinder – auch die Gespräche. Ob das der erste Zahn ist, die Wahl der Spielgruppe oder die Hausaufgabenbetreuung: Rund um die Kinder gibt es viel zu erzählen und viele Probleme zu lösen. Oft bestimmen die Kinderthemen auch die wenigen ruhigen Abendstunden, und die eigenen Gefühle und Erlebnisse sind kein Thema mehr. In dieser schwierigen Phase einer Partnerschaft taucht oftmals die Befürchtung auf, dass die Liebe auf der Strecke bleibe. Sich Zeit nehmen und Zeit haben sind für eine Partnerschaft wesentlich: Die Beziehung will gepflegt sein, und dafür braucht es gemeinsame Zeit. So banal diese Erkenntnis klingt, so wichtig ist sie.

Jedes Paar versucht auf seine Weise, sich Freiräume zu schaffen, in denen es nicht (nur) Eltern ist. Je nach persönlicher Situation gelingt dies besser oder schlechter. Häufig sind dafür auch viele äussere Umstände mitverantwortlich: Arbeitssituation, Betreuungsmöglichkeiten (beispielsweise Verwandte oder Babysitter).

Freiräume oder kinderfreie Zeit sollen nicht immer nur als Paar genutzt werden: Vater wie Mutter möchte auch eigene Freunde treffen, einem Hobby nachgehen, Sport treiben und Ähnliches mehr. Dafür bleibt gerade bei mehreren Kindern nicht viel Zeit übrig. Um sich die nötigen Freiräume schaffen zu können, ist eine Diskussion über die Aufgabenteilung – Kinderbetreuung, Haushalt, Erwerbsarbeit – unumgänglich. Eltern müssen planen – das unterscheidet ihr Leben grundlegend

vom Leben als Paar ohne Kinder. Einmal Zeit ohne Kinder zu verbringen ist wunderbar – auch wenn man sich fast wieder daran gewöhnen muss.

Vater sein

Das Vatersein hat sich stark gewandelt. Heute wollen viele Väter bei ihren Kindern körperlich und seelisch präsent sein. Sie wollen nicht nur die Ernährerrolle einnehmen und ihr Geld weitergeben, sondern sich selbst als Mensch, als Mann in die Familie einbringen. Das bedingt ein Umdenken, aber auch einen gesellschaftlichen Wandel.

Obwohl der Vater, der sein Arbeitspensum reduziert, Hausarbeiten übernimmt und die Kinder teilweise betreut, noch eine Ausnahme ist, zeigen Umfragen, dass der Wunsch, die Familie und den Beruf zu leben, heute beide Geschlechter erfüllt.

Umgang mit neuen Medien

Fernsehen

Vom Fernsehen können Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene eine Menge lernen. Es bietet Abwechslung, Spannung, Abenteuer, aber auch Informationen und Wissen. Viele Eltern stellen sich die berechtigte Frage nach dem richtigen Mass und Zeitpunkt des Fernsehkonsums. Kleinkinder gehören nicht vor den Fernseher – selbst wenn einige Sender für sie inzwischen spezielle Angebote ausstrahlen. Der Fernseher ist kein Babysitter!

Folgende Zeitangaben sollen lediglich als Richtlinie und nicht als Dogma angesehen werden:



- 3- bis 5-Jährige sollten nicht länger als eine halbe Stunde täglich,
- 6- bis 9-Jährige höchstens eine Stunde pro Tag und
- 10- bis 13-Jährige nicht mehr als 90 Minuten vor dem Fernseher sitzen.

Die Eltern bestimmen die Dauer des Fernsehkonsums. Die Kinder werden sich mit zunehmendem Alter an der Auswahl der Sendungen beteiligen oder sogar selbst auswählen wollen. Nicht immer einfach ist es, wenn ältere Sprösslinge etwas auswählen, was die Eltern nicht gut oder ungeeignet finden. Dann machen sich Eltern mit Vorteil vorgängig über den Inhalt der Sendung schlau und sehen sich allenfalls den Film gemeinsam mit den Kindern bzw. Jugendlichen an.

Es ist durchaus eine Option, die Kinder ganz ohne Fernseher aufwachsen zu lassen.

Computer

Vor einem grossen, grauen Computer sitzt ein Kind oder ein Jugendlicher und schießt am Bildschirm Flugzeuge ab. Seine Augen sind starr auf das Spiel gerichtet... Solche Bilder machen Eltern auf die Computer-Sucht ihrer Sprösslinge aufmerksam. Es braucht wenig, und schon verbringen Kinder und Jugendliche ihre Freizeit nicht mehr gemeinsam mit ihren Kolleginnen und Kollegen. Bewegung und Sport im Freien lässt sie kalt, und der Computer wird zu ihrer wichtigsten Freizeitbeschäftigung.

Für andere Eltern kann die Begegnung mit dem Computer nicht früh genug stattfinden. Sie vertreten die Meinung, dass eigens für Babys und Kleinkinder

entwickelte Programme ihre Zöglinge am besten auf die Leistungsgesellschaft der Zukunft vorbereiten. Selbst Experten sind uneins, ab welchem Alter ein Kind mit einem Computer spielerisch umgehen kann.

Die Sorge vieler Eltern, dass ihr Kind süchtig wird, sobald es mit dieser Technologie in Berührung kommt, ist verständlich – jedoch unbegründet: Trotz Computer und der Neugier auf die Möglichkeiten der neuen Medien treiben die meisten Kinder und Jugendlichen heute aktiv Sport und pflegen Freundschaften im realen, nicht (nur) im virtuellen Raum. Wichtig ist vor allem, dem Kind einen verantwortungs- und sinnvollen Mediengebrauch vorzuleben.

Nur mit klaren Regeln: Surfen und Chatten im Netz

Nebst jugendgefährdenden Websites können auch ungesicherte Chaträume und Social-Media- Accounts (zum Beispiel Facebook, Twitter, Snapchat, Instagram) auf dem Computer oder dem Smartphone eine Gefahr darstellen. Ein eigener Computer oder ein eigenes Smartphone zur freien Verfügung sollte möglichst spät im Zimmer des Kindes Einzug halten. Denn die Inhalte und die Verhaltensweisen in den aufgesuchten Chat-Räumen oder auf Facebook und anderen Social-Media-Accounts zu kontrollieren ist den Eltern kaum möglich. Ratsam ist eher ein Familien-Computer mit eigener Benutzeroberfläche und zugeteilten Benutzerzeiten. Damit ist auch der Zugriff auf das Internet klar geregelt und zeitlich beschränkt. Auch das Verwenden der (meist) vorinstallierten Kinderschutz-einstellungen bei Tablets,



Smartphones, Laptops oder Computern ist sinnvoll. Wenn das System keine bietet, so ist der Download einer einfachen Kinderschutz-Software zu prüfen.

Falls Sie selbst noch keine Erfahrung damit haben, lassen Sie sich von Ihrem Kind zeigen, wie man «chattet», und probieren Sie es selbst aus! Am besten lassen Sie sich in die Chat-Liste oder die Freundesliste des Kindes aufnehmen, so sehen Sie zugleich immer, wann es online ist!

Bleiben Sie mit Ihrem Kind im Gespräch, was gut und unbedenklich, was schlecht und gefährlich und was überhaupt im Netz vorhanden ist. Früher oder später wird Ihr Kind nämlich auf jugendgefährdende Inhalte (Gewalt, Rassismus, Pornografie usw.) stossen und sollte dann darüber aufgeklärt sein. Sinn macht eine gemeinsam erstellte «Positiv-Liste» von Websites, die Ihr Kind besuchen darf. Im Anhang finden Sie eine Reihe von Webseiten, welche Tipps und Tricks zur Medienbildung von Kindern liefern.



Erziehungsfragen: Adressen und Links

Hinweis: Angebote, die neben Deutsch explizit auch in weiteren Sprachen angeboten werden, sind mit einem * gekennzeichnet.

Schweiz	Aargau	Basel-Landschaft	Basel-Stadt	Solothurn
„Was heisst gute Erziehung?“				
Elternbildung Schweiz * www.elternbildung.ch				
Elternbildung				
Elternbildung Schweiz * www.elternbildung.ch Erfreuliche Konfliktlösung- Gordon Training http://www.gordon-training.ch Schweizerische Vereinigung der Elternorganisationen * www.sveo.ch	www.elternbildung-aargau.ch	http://www.elternbildung-baselland.ch/	http://www.jfs.bs.ch/fuer-familien/elternbildung.html	http://www.kompass-so.ch/elternbildung.html
Beratung in Erziehungsfragen- Experten helfen weiter				
Pro Familia * www.profamilia.ch Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz: http://www.spf-fachverband.ch	http://www.muetterberatung-aargau.ch/ Sozialpädagogische Familienbegleitung Zürich/Aargau: http://www.spfplus.ch/ Aufsuchende Familienarbeit: www.hota.ch Elternnotruf:	www.muetterberatung-bl-bs.ch Sozialpädagogische Familienbegleitung Baselland http://www.spf-baselland.ch Familien-, Erziehungs- und Jugendberatungsstellen beider Basel: http://www.fejb.ch/	www.muetterberatung-bl-bs.ch Sozialpädagogische Familienbegleitung Basel: http://www.help-for-families.ch/ Familien-, Erziehungs- und Jugendberatungsstellen beider Basel: http://www.fejb.ch/	http://www.muetterberatung-so.ch/ http://www.elpos-agso.ch/ http://www.velso.ch/?id=solothurn.html http://www.arkadis.ch/de/familienberatung-content---1--



	www.elternnotruf.ch	Die Familien-, Paar- und Erziehungsberatung Basel-Stadt hat auch mit einigen Gemeinden im Baselbiet eine Leistungsvereinbarung: http://www.fabe.ch/ Elternhilfe beider Basel: http://www.elternhilfe.ch	Familien-, Paar- und Erziehungsberatung Basel-Stadt: http://www.fabe.ch/ Elternhilfe beider Basel: http://www.elternhilfe.ch	1055.html http://www.beratungsstelle-scala.ch/ Sozialpädagogische Familienbegleitung Solothurn: http://www.kompass-so.ch/seiten/02familienbegleitung.html
Eltern werden, Eltern sein – ein Paar bleiben				
Elterntraining- Onlinetraining für Eltern, die Stress besser bewältigen wollen (kostenlos und unverbindlich) * www.elterntraining.ch				
Vater sein				
Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen: www.maenner.ch Verein für verantwortungsvoll erziehende Väter und Mütter (VEV): www.vev.ch www.vaeter.ch	Vater-Kind Frühstück im Familienzentrum Karussell in Baden: http://www.karussell-baden.ch/vaeter-kinder-fruehstueck/ Männer-/Väterhaus für gewaltbetroffene Männer: http://www.zwueschehalt.ch/	Selbsthilfegruppe für schwule Väter aus Basel/Baselland: http://www.selbsthilfeschweiz.ch/shch/de/selbsthilfe-gesucht/themenliste.detail.618f0d5b-4ec6-49f0-9b85-f31cfa2de804.html	Selbsthilfegruppe für schwule Väter aus Basel/Baselland: http://www.selbsthilfeschweiz.ch/shch/de/selbsthilfe-gesucht/themenliste.detail.618f0d5b-4ec6-49f0-9b85-f31cfa2de804.html	



Schweiz

Umgang mit neuen Medien: Fernsehen und Computer / Surfen und Chatten im Netz: Nur mit klaren Regeln!

- Nationales Programm zur Förderung von Medienkompetenzen *:
<http://www.jugendundmedien.ch>
- Der Verein zischtig.ch setzt sich dafür ein, dass Kinder und Jugendliche beste Medienbildung und Prävention erfahren:
<https://zischtig.ch/>
- Schweizerische Kriminalprävention: Tipps zur Online-Sicherheit (Computerspiele, Internet, Chatroom etc.) *:
<http://skppsc.ch/>
- Infos von Pro Juventute zur Medienkompetenz von Kindern und Jugendlichen*:
<http://www.projuventute.ch/Medienkompetenz.2092.0.html>

Literaturtipps

Zum Thema „ Was heisst gute Erziehung“

Broschüre «**Acht Sachen ... die Erziehung stark machen**», zu bestellen beim Schweizerischen Bund für Elternbildung, Tel. 044 253 60 60,
info@elternbildung.ch

"Autorität ohne Gewalt. Elterliche Präsenz als systemisches Konzept"

Von Haim Omer und Arist von Schlippe, Vandenhoeck & Ruprecht, 2014.

„ Autorität durch Beziehung. Die Praxis des gewaltlosen Widerstands in der Erziehung“

Von Haim Omer und Arist von Schlippe, Vandenhoeck & Ruprecht, 2015.



„Familienkonferenz: Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind“

Von Thomas Gordon, Heyne Verlag, 2012.

„Kleine Helden in Not: Jungen auf der Suche nach Männlichkeit“

Von Dieter Schnack und Rainer Neutzling, Rororo Verlag, 2011.

„Kompetente Erzieher haben kompetente Kinder“

Hansheini Fontanive www.sveo.ch> Publikationen> Brochüre, 2008.

Zum Thema Eltern werden, Eltern sein- Ein Paar bleiben

"Eltern werden – Partner bleiben. Ein Überlebenshandbuch für Paare mit Nachwuchs"

Von Eva Tillmetz, Peter Themessl und Johann Mayr, Mabuse Verlag, 2012.

Zum Thema Vater sein

"Vater werden ist nicht schwer? Zur neuen Rolle des Vaters rund um die Geburt"

Von Eberhard Schäfer und Michael Abou-Dakn, Psychosozial-Verlag, 2008

"Wie Väter ticken. 111 Fakten, die aus Söhnen & Töchtern Väter-Versteher machen"

Von Maximilian Brost, Schwarzkopf & Schwarzkopf, 2009.

Zum Thema Umgang mit neuen Medien

„Medien-Kids“ bewusst umgehen mit allen Medien – von Anfang an

Von Eveline Hipeli, Beobachter Verlag, 2014.