



# Für eine Kindheit ohne Krippe

Nestbau-Werte für Eltern



**Nestbau e.V.**  
Begeistert Familie Leben

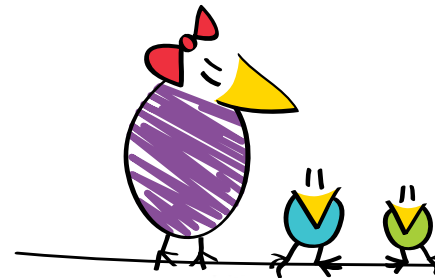
Gemeinsam für Familie. Damit das Leben gelingt. Von Anfang an.

In diesem Heft erkläre ich, warum wir Nestbauerinnen unsere Jüngsten in den ersten 3 Jahren zu Hause betreuen.



*» Es reicht nicht, wenn Eltern das Beste für ihre Kinder wollen. Sie müssen auch wissen, was das Beste ist und sich dafür entscheiden. Das unterstützen wir von Nestbau e.V. gern. «*

Romy Richter, Mitgründerin von Nestbau e.V.




**Familie ist ein Abenteuer...** Eltern zu werden bedeutet neues, unbekanntes Land zu betreten und einzunehmen – eine Reise ins Ungewisse zu starten und erst nach und nach zu entdecken, was uns dabei wichtig und wertvoll ist, was uns hilft und was wir loslassen dürfen.

**Familie ist Leben pur...** Jede Familie ist als eine bunte Mischung einzigartiger Persönlichkeiten zusammengestellt – jede(r) mit ganz verschiedenen Gaben, Fähigkeiten und Befindlichkeiten, denen es gilt, gerecht zu werden.

**Familie ist wie ein Garten...** Die Pflanzen im Garten gedeihen gut, wenn die Rahmenbedingungen stimmen. Sie brauchen Licht, Wärme und ausreichend Nährstoffe. Mit uns Menschen ist es nicht anders. Wir entwickeln und entfalten unser ganzes persönliches Potenzial erst dann, wenn unsere Grundbedürfnisse befriedigt sind.

**Familie als Chance...** Als Eltern haben wir die einmalige Gelegenheit, unsere Familie nach unseren Vorstellungen und Idealen zu leben – dazu gehört es, hin und wieder innezuhalten und die aktuelle Kursrichtung zu prüfen. Wir dürfen die Freiheit in Anspruch nehmen, unseren Familienalltag so zu gestalten, dass er uns entspricht und gefällt.



„Das  
größte  
Vergnügen  
im Leben ist,  
etwas zu tun,  
was man nach  
Ansicht der  
Leute nicht  
schaffen  
kann.“

Walter Bagehot



## 06 DIE ATMOSPHERE: LIEBE

Wir wollen möglichst alles vermeiden, was unserer Liebe zueinander im Weg steht.

## 13 DER SCHATZ: GEMEINSAME ZEIT

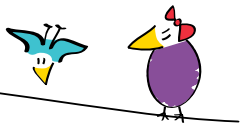
Wir sind uns so kostbar, dass wir gern Zeit miteinander verbringen und dadurch einen besonderen Schatz an wertvollen, verbindenden Erinnerungen anhäufen.

## 16 DER SCHLÜSSEL: BINDUNG

Weil die Bedeutung einer stabilen Bindung zum Kind so weitreichend ist, wollen wir Eltern gern persönlich präsent und primäre Bezugspersonen für sie sein.

## 27 DAS FUNDAMENT: EHE

Wir brauchen einander, um unser Nest zu bauen.



# LIEBE

Die größte Sehnsucht und das tragfähigste Fundament zwischenmenschlicher Beziehungen ist die Liebe. Unser Familienklima soll von gegenseitiger Wertschätzung und Rücksichtnahme geprägt sein – wir freuen uns aneinander und sind füreinander dankbar. Wir teilen alles miteinander und helfen uns.

Der größte Liebeskiller ist Stress. Alltagsstress entsteht, sobald wir uns zu viel vorgenommen haben oder Unerwartetes uns überrascht. Schnell befinden wir uns dann im "Funktionsmodus" und laufen Gefahr, persönliche Grenzen und Kräfte zu überschreiten.

**Eine Möglichkeit, Stress zu reduzieren, sehen wir darin, die Berufstätigkeit während der Kleinkindphase zurückzuschrauben bzw. eine Zeit lang auszusetzen.**

» Streicht alles, was ihr als eine Last empfindet oder was euch stresst! Denn wenn es euch stresst, dann stresst es auch eure Kinder. Also lasst es sein! «  
*Jesper Juul, Familientherapeut und Autor „Wem gehören unsere Kinder?“ S.32*

» Eltern hören und lesen allerorten die Botschaft der Vereinbarkeit. Doch sie erfahren in ihrem eigenen Leben, dass es zwar irgendwie funktioniert – aber nur um den Preis der Vernachlässigung der wichtigsten Menschen in ihrem Leben: der Kinder und des Partners. «  
*Ferdinand Knauß, Journalist*

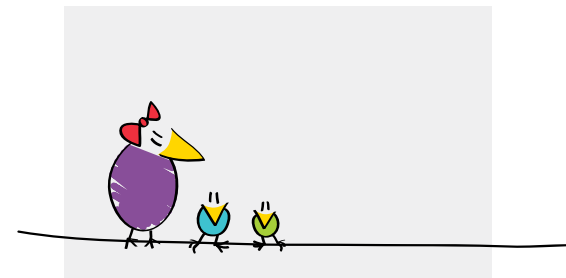
» Bevor wir Kinder bekommen, leben die meisten von uns gefangen in einer Schale des Selbst. Wir sind vollauf mit uns und unseren eigenen Bedürfnissen beschäftigt. Das Elternsein aber zeigt uns eine neue Dimension der Liebe – wo wir uns selbst, zumindest vorübergehend, an zweite Stelle setzen und über einen viel längeren Zeitraum damit belohnt werden, ein anderes Leben wachsen zu sehen. « *Steve Biddulph, Familientherapeut „Wer erzieht ihr Kind?“ S.68*

# VEREINBARKEIT UND STRESS

Eine dauerhafte Doppelbelastung von Berufstätigkeit und Familienmanagement führt zwangsweise zu Stress – vor allem, wenn die Kinder noch klein und in besonderer Weise bedürftig sind.

Für viele Eltern ist zu dieser Zeit der "normale" Familienalltag schon turbulent genug – denken wir an schlaflose Nächte, lange Stillphasen, Entwicklungsschübe, Bauch- und Zahnungsschmerzen, veränderte Schlaf-Wachrhythmen...

Wir können dann am besten für unsere Kinder sorgen, wenn es uns selbst gutgeht. Dazu brauchen wir Eltern ausreichend Pausen und Gelegenheiten, um unseren eigenen Liebestank aufzufüllen und nicht gereizt oder bitter zu werden. Indem wir die Berufstätigkeit auf ein Mindestmaß zurückschrauben, schaffen wir uns notwendige, persönliche Freiräume für Hobbys, Auszeiten, unsere Ehe, Freunde, etc.



**Wir wollen unsere Kräfte möglichst gut einteilen und schonen – auch zugunsten unseres eigenen Wohlbefindens und unserer Gesundheit.**

## DIE ANGST, ZU VERWÖHNEN

Die Angst, ein Kind in ungueter Weise zu verwöhnen wurde zu einer Zeit geschürt, in der es generationsübergreifend Programm war, Kinder emotional abzurichten, um sie ideologisch leichter beeinflussen zu können. Mit diesem Erbe leben wir:

*„Um sie zu guten Soldaten und Mitläufern zu machen, forderte das NS-Regime Mütter dazu auf, die Bedürfnisse ihrer Babys gezielt zu ignorieren. Sie sollten emotions- und bindungsarm werden.“ (1)*

Unser Fokus heute ist ein anderer: Weil wir wissen, dass ein Baby davon abhängig ist, dass seine Eltern als vertrauteste Bezugspersonen seine Bedürfnisse wahr- und ernstnehmen und unmittelbar darauf reagieren, stellen wir unser Verhalten und unsere Lebensplanung gern darauf ein.

**Durch unsere bedingungslose Liebe wollen wir unseren Kindern Sicherheit und Geborgenheit vermitteln.**



### VON HERZ ZU HERZ

Deinen Herzschlag spüren.  
Erkennen, wer du bist.  
Zeit und Raum vergessen  
in der Nähe zu dir.

Dich halten und  
schützen bis wir für  
immer tief verbunden sind.  
Ich lass dich Wurzeln  
schlagen und blicke  
deinem Flug entgegen.

Kleiner Mensch,  
du bist mir anvertraut.  
So schenke ich mich dir!

## STRESS MACHT KRANK

**Kinder mit einer stabilen Eltern-Kind-Bindung wachsen Studien zu Folge körperlich und seelisch gesünder auf, weil ihnen viel emotionaler Stress erspart bleibt.**

Ihre Grunderfahrung, dass jemand da ist, der sich zuverlässig kümmert und sie beschützt, hilft ihnen körperlich zu entspannen und Ressourcen bereitzustellen – z.B. für körperliches Wachstum oder die Ausreifung des Immunsystems. Ein kleiner Körper im Dauerstress hingegen fährt sein Immunsystem zugunsten der Stressbewältigung zurück. Als Folge davon ist das Kind häufiger krank und stellt zudem möglicherweise das Wachstum von Organen und Knochen ein. Für Krippenkinder wurden im Vergleich zu „Hauskindern“ folgende Risikowerte ermittelt:

- **Epidemische Erkrankungen:** 83% Krankheitshäufigkeit bei Krippenkindern gegenüber 5% bei Hauskindern,
- **Lungenerkrankungen:** 11% Krankheitshäufigkeit bei Krippenkindern gegenüber 1,5% bei Hauskindern,
- **Mittelohrentzündungen:** 22% Krankheitshäufigkeit bei Krippenkindern gegenüber 3,6% bei Hauskindern,
- **Grippe:** 60% Krankheits-häufigkeit bei Krippenkindern gegenüber 20% bei Haus-kindern. (2)

» Es scheint, dass Babys am besten gedeihen, wenn sie in den ersten 3 Jahren reichlich Zuwendung und Aufmerksamkeit bekommen. Wenn man in diese Zeit investiert, macht es das ganze Leben für das Kind leichter. « Steve Biddulph, „Wer erzieht ihr Kind?“ S.132

## STRESS IN DER KRIPPE

Aus Liebe zu unserem Kind wollen wir ihm unnötigen Stress ersparen, der durch eine zu frühe Fremdbetreuung auf es einwirken würde.

### DIE TRENNUNG BEREITET STRESS

Der größte Stressfaktor für ein Kleinkind ist die Trennung von der Mutter. Sie ruft das intensivste Schreien hervor und versetzt das Kleine in einen absoluten Ausnahmezustand.

» Babys haben kein Zeitgefühl, sie können noch nicht wissen, dass in einer Stunde oder in sechs Stunden ihre Mama wieder da ist. Sie sind so programmiert, dass sie sich in Todesgefahr wähnen, wenn ihre geliebte Bezugsperson sie verlässt. « Steve Biddulph, "Wer erzieht ihr Kind?" S.147

### ANGST MACHT STRESS

Krippenkinder erleiden viele verschiedene Ängste: Angst, für immer verlassen zu sein, Angst vor Fremden, Angst vor dem Alleinsein, Angst aus Hilflosigkeit und Orientierungslosigkeit, Angst vor Ungewissheit...

### LÄRM MACHT STRESS

Selbst wenn alle Kinder einer Kita-Gruppe friedlich spielen, so ist der Geräuschpegel zu keiner Zeit mit dem aus dem häuslichen Umfeld zu vergleichen. Kinder sind nie leise. Hinzu kommen Ermahnungen und Erklärungen der Erzieher/innen, lautes Rufen und häufig auch ansteckendes Schreien und Weinen der anderen...

### REIZÜBERFLUTUNG MACHT STRESS

Wechselnde Bezugspersonen, viele große unübersichtliche Räume, Beschäftigungsangebote, eine Fülle an Spielzeug, Tagesprogramme etc. wirken belastend. Es gibt kaum Rückzugsmöglichkeiten, keinen Ort, den man als Kind für sich allein beanspruchen könnte...

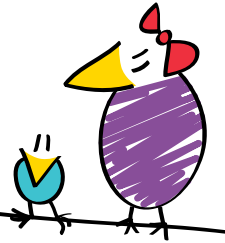
### STRESS DURCH KONKURRENZ UND RIVALITÄT

Alle Krippenkinder einer Gruppe haben dieselben aufmerksamkeitsfordernden Grundbedürfnisse nach direkter Zuwendung, Nähe, Sicherheit etc., dazu (noch) ähnlich schwach ausgeprägte körperliche und

### UNNATÜRLICHES MACHT STRESS

Kinder im Krippenalter haben einen sehr individuellen Tagesrhythmus. Es gibt Kinder, die am liebsten noch zweimal am Tag schlafen würden, vor allem dann, wenn sie früh schon sehr zeitig geweckt werden. Ebenso verhält es sich mit ihren Essgewohnheiten und dem Hunger- bzw. Appetitgefühl...

emotionale Fähigkeiten. Sie können ihre Bedürfnisse noch nicht selbst äußern oder stillen und sind unmittelbar auf ihr Gegenüber angewiesen – stehen also in ständiger Konkurrenz zueinander und bemühen sich um die Aufmerksamkeit, Hilfe und Nähe der Erzieherin.

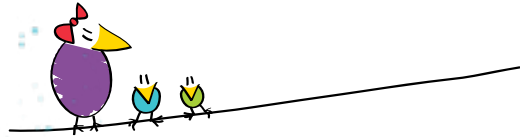




Die Stille ernährt,  
der Lärm verbraucht.



Reinhold Schneider



» Die Kinder müssen mit Krippeneintritt ihren individuellen Lebens- und Bedürfnisrhythmus an die Einrichtungsverhältnisse sowie den Arbeitsrhythmus und die Sachwänge der Eltern anpassen (...)  
Frühe Fremdbetreuung bedeutet Berufsalltag und -stress von der Wiege an. «

*Hanne K. Götzte: "Kinder brauchen Mütter" S.94/95*

» Eine erste Studie zum Cortisol-Tagesprofil von Krippenkindern wurde Ende der 1990er Jahre durchgeführt. Die Ergebnisse konnten zeigen, dass die Stressbelastung für ein ganztags betreutes Krippenkind durchschnittlich höher liegt als für einen erwerbstätigen Erwachsenen. «

*Dr. Rainer Böhm, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin*

## GEMEINSAME ZEIT

*Kennen Sie jemanden, der es rückblickend bedauert, zu viel Zeit mit der Familie verbracht und zu wenig gearbeitet zu haben?*

Gelebte Liebe und vertraute Beziehungen untereinander benötigen Zeit zur Pflege. Das betrifft sowohl unsere Partnerschaft als auch die Verbindung zu jedem einzelnen Kind. Mit jedem weiteren Familienmitglied wächst die Herausforderung, allen und jedem gerecht zu werden. Wir sind keine Maschinen, die auf Knopfdruck funktionieren. Wir wollen die Einzigartigkeit eines jeden entdecken und mittragen. Was der Einzelne für seine individuelle Entwicklung und Entfaltung braucht, soll er nach Möglichkeit bekommen.

Wir wollen den ganz gewöhnlichen Alltag miteinander teilen und gestalten. Wir wollen Gelegenheiten für tiefgreifende Gespräche beim Schopfe packen und möglichst keinen



**Der Trend zur „Quality Time“ zielt darauf ab, einmalige Familienmomente zugunsten anderer Aktivitäten auf ein Minimum zu reduzieren. Das ist uns zu wenig.**

Entwicklungsschritt der Kinder verpassen. Wir wollen ihnen unsere Werte mitgeben und verfügbar sein, sobald sie unsere Hilfe brauchen oder Kummer haben. Wir wollen keine teuren Familienevents aus dem Boden stampfen, sondern einfach füreinander da sein.

## ZEIT IST UNS JETZT MEHR WERT ALS GELD

Anstatt aufwendig und teuer in Äußerlichkeiten zu investieren, verschenken wir uns lieber aneinander – wohlwissend, dass es sich um einen begrenzten Zeitraum handelt.

Aus Sicht der Kinder werden wir Eltern zu Beginn ihres Lebens am intensivsten gebraucht – zu einer Zeit, da sie selbst schutzlos und bedürftig sind, in der sie gern von uns lernen wollen und uns nachahmen.

Diese Zeit kommt nie wieder und lässt sich auch nicht nachholen. Deshalb wollen wir sie ganz bewusst nutzen und verzichten auf eine doppelte Berufstätigkeit. Denn wenn Mama zu Hause ist, bleibt uns allen insgesamt mehr Zeit für Familie.

» Die Zeit mit unseren Kindern erscheint am Anfang so endlos. Aber die Jahre, in denen sie in irgendeiner Weise auf uns angewiesen sind, sind sehr schnell vorbei. «  
*Jana Badstübner, 5-fache Mutter, Team F Sachsen*

» Liebe Eltern, ich mache mir manchmal solche Sorgen, dass aus euch nichts Ge-scheites werden könnte! Wie schnell ist ein Erwachsenenleben mit dem Ernst des Lebens verplempert, mit Terminkalendern und Taschenrechnern, mit Abwasch und Aufräumen. Viel zu oft wird doch von euch vernachlässigt, was wirklich wichtig ist im Leben: im Bach Kaulquappen fangen, auf Bäume klettern, zum Baggersee fahren... « *Jochen Mariss, Autor*



## EINE PRIORITÄT ZUGUNSTEN GESUNDER HERZEN

Dass uns bei der Entscheidung über die geeignete Betreuungsform unseres Kindes aus finanzieller Sicht keine Wahl gelassen, sondern nur die Inanspruchnahme eines Kitaplatzes subventioniert wird, lässt uns ahnen, dass es dabei nicht allein um das Wohl der Kinder gehen kann, sondern noch ganz andere Interessen im Vordergrund stehen.

**Da unsere Kinder weder wirtschaftlichen noch politischen oder ideologischen Interessen zum Opfer fallen sollen, betreuen wir sie in den ersten 3 Jahren selbst.**

» Es geht um das politische Interesse des jeweiligen Landes, ökonomisch mit anderen Ländern Schritt zu halten und konkurrieren zu können. Weshalb es notwendig ist, dass Eltern bereits kurze Zeit nach der Geburt wieder produktiv arbeiten können und wir deshalb die Kinderbetreuung am besten in eine fünfjährige Vorschulzeit umwandeln. « *Jesper Juul, Familientherapeut: Wem gehören unsere Kinder? S.6*



» Krippen sind Einrichtungen von Erwachsenen zugunsten von Erwachsenen. Die Kinder brauchen die Krippen jedenfalls nachweislich nicht. Im Gegenteil, sie würden sie sich selber nie ausdenken. «  
*Zdenek Matejcek, tschechischer Kinderpsychologe*



# BINDUNG



Nahezu alle Wünsche, die wir Eltern für unsere Kinder hegen, können später ihre Erfüllung auf der Basis einer sicheren Bindungsbeziehung finden:

## SELBSTWERTGEFÜHL

Kinder, deren individuelle Bedürfnisse zu jeder Zeit erkannt, geachtet und befriedigt werden, bekommen das gute Gefühl vermittelt, für die Bindungsperson bedeutsam zu sein. Die Botschaft, die wir Eltern an der Stelle vermitteln können, ist:

*„Du bist mir so wertvoll, dass ich mein Leben danach ausrichte, dass es dir rundum gut geht.“*

## URVERTRAUEN

Kinder, die sich darauf verlassen können, dass ihre Eltern persönlich für

sie sorgen, lernen zu vertrauen. Sie bekommen vermittelt:

*„Egal was ist, ich bin für dich da. Ich achte auf dich, ich schütze dich und vertrete deine Interessen, solange du es noch nicht selbst kannst.“*

## RÜCKSICHTNAHME & SOZIALVERHALTEN

Kinder, die am eigenen Leib erfahren haben, dass eine geliebte Person auf sie Rücksicht nimmt, erleben dieses Verhalten als wohltuend und lassen es folglich auch anderen gegenüber walten. Sie fühlen sich durch Gleichaltrige nicht in der Weise bedroht, als dass sie sich ihnen gegenüber verteidigen und andere klein machen müssten.

So wie auf ihre Bedürfnisse eingegangen wurde, können auch sie (ab einem Alter von ca. 3 Jahren) Bedürfnisse im anderen sehen und achten:

*„Ich weiß, wie es ist, wenn man traurig ist – darum tröste ich dich gern.“*

*Ich freue mich, wenn du dich freust. Wenn du Hilfe brauchst, überlege ich, was ich für dich tun kann.“*

## 1. Trugschluss: "Kinder brauchen Kinder, um Sozialverhalten zu lernen"

Um „Sozialverhalten“ zu lernen, brauchen Kleinkinder erwachsene Vorbilder. Bis zu einem Alter von mindestens 2 Jahren sind sie derart egozentrisch fixiert, dass es ihnen entwicklungsbedingt noch nicht möglich ist, auf ihr Gegenüber Rücksicht zu nehmen und dessen Befindlichkeiten wahrzunehmen.

Interessenkonflikte mit Gleichaltrigen, wie zum Beispiel der Streit um ein geliebtes Spielzeug, führen deshalb unweigerlich zum Kampf oder zu Resignation – von einvernehmlichem Übereinkommen oder Kompromissfindungen ("Sozialverhalten") kann noch keine Rede sein. Um das zu lernen braucht es noch einige Zeit,

Erfahrung, Hilfe und einfühlsame Begleitung (oft auch "Übersetzung") durch Erwachsene.

» Dass psychische Entwicklung von sozialer Kompetenz nicht am gleichaltrigen Gegenüber funktioniert, ist eine entwicklungspsychologische Binsenweisheit. « *Dr. med. Michael Winterhoff, Kinder- und Jugendpsychiater*



## BILDUNG DURCH BINDUNG

Kinder, die mit solch einem tiefen Grundvertrauen aufwachsen, können in sich ruhen und entspannen. Ihnen droht keine Gefahr. Dieses Gefühl von Sicherheit befähigt sie, für eine nächste Entwicklungsstufe: sie können ihre unmittelbare Umwelt ungehindert erforschen, entdecken und spielen – die beste und einzige Voraussetzung für jedes spätere Lernen...

*„Du kannst dich getrost und nach deiner eigenen Art und deinem Tempo entfalten. Ich unterstütze deinen Forscherdrang und freue mich an deiner Entwicklung. Du brauchst keine Angst zu haben, dass dich jemand stört.“*

### 2. Trugschluss: "Kinder brauchen die Kita zum Lernen"

Viele Eltern und Erzieher sind stolz, was die Kleinen in der Einrichtung lernen. Was sie dazu allerdings vordergründig antreibt ist Angst: Sie müssen lernen zu laufen, um sich in Sicherheit

bringen zu können. Sie müssen lernen, selbstständig zu essen, weil keine Zeit bleibt, gefüttert zu werden. Sie müssen lernen, verlassen einzuschlafen, weil einfach niemand da ist. Mit einer Eigenmotivation zum Lernen, die aus Neugierde ganz natürlich vom Kind ausgeht, hat das nichts zu tun. Alles, was ein Kind erzwungener Maßen in der Kita lernt, lernt es auch von selbst zu Hause.



» Sie werden sich schon von ganz alleine entwickeln, wenn man ihnen den „Luxus“ lässt, es ganz nach ihrer eigenen Art zu tun, mit der ihnen eigenen Geschwindigkeit und nach ihrem eigenen Entscheidungsvermögen.«  
*Jesper Juul, Familientherapeut: "Wem gehören unsere Kinder?" S.29*

## Was bedeutet eigentlich „Frühkindliche Bildung“ ?

Kinder lernen von Geburt an. In den ersten 3 Lebensjahren sind das vor allem Grundfertigkeiten wie Sprechen, Essen, Sauberkeitstraining, Anziehen, Wertschätzung, Urvertrauen und Selbstbewusstsein. Was sie für ein erfolgreiches Lernen in dieser Zeit brauchen, sind ein geschützter Rahmen und eine geliebte, erwachsene Bezugsperson.

» Die grundlegenden sozialen, aber auch geistigen Fähigkeiten der Kinder, die dann in einem hochdifferenzierten Schulwesen weiterentwickelt werden sollen, stammen primär aus der elterlichen Nähe, aus der nur durch Nähe und Verfügbarkeit entstehenden Erfahrung von Bindung und Zuverlässigkeit. «  
*Dr. med. Michael Winterhoff, Kinder- und Jugendpsychiater*



**Gefühle regen das Denken an. Denken ist Fühlen in der nächsten Dimension.**

Steve Biddulph



## ERFAHRUNGSBERICHT EINER ERZIEHERIN:

„Der Versuch, die Bedürfnisse jedes Kindes zu bemerken und auch noch zu erfüllen, hat uns angetrieben – aber täglich frustriert und erschöpft nach Hause gehen lassen. Haben Sie schon mal 12 Kinder in diesem Alter innerhalb von 20 Minuten mit Mittagessen versorgt? Dann allen gleichzeitig die verschmierten Hände und Gesichter gewaschen und sie mit frischen Windeln für den Mittagsschlaf ausgestattet? Dazwischen natürlich noch erste Versuche auf dem Töpfchen angebahnt und entsprechende Erfolge gewürdigt. Das alles in 10 bis 15 Minuten.

Die zweite Kollegin stellt inzwischen wieder Ordnung im Zimmer her, wo Reiskörner, Grießbrei oder ähnliches großzügig verteilt wurden, räumt das Mittagessen weg. Und nebenbei nimmt sie die gewaschenen Kinder in Empfang und zieht sie zum Mittagsschlaf um. Dann ab ins Bettchen – da liegen die Kinder und wollen alle gleichzeitig beim Einschlafen begleitet werden, vom lauten Brabbeln und herum

klettern abgehalten (denn das stört ja die anderen) und liebevoll getröstet, denn die Mama ist ja nicht da und fehlt jetzt besonders. Oder haben Sie schon mal 12-14 Kinder innerhalb einer Viertelstunde in Schneeanzug, Stiefel, Mütze, Schal und Handschuhe gehüllt? Während man den Dritten anzieht, hat sich der Erste wieder ausgezogen und der wartende Fünfte seinen Nachbarn gebissen oder seine Handschuhe hinter die Heizung geworfen.

**Der Wunsch, die Kinder geduldig, liebevoll, selbstständigkeitsfördernd und wertschätzend durch den Tag zu begleiten ist Maxime in der Krippe – in der Realität aber schlichtweg Utopie.**

Oft werden junge Familien auch zur Krippenbetreuung verführt mit dem Argument, dass ihr Kleines dort "bessere Bildungsangebote" erhält und sein Sozialverhalten entwickelt. Das halte ich für Hohn. Der Weg, auf dem Kinder in den ersten Lebensjahren Neues lernen, geht über den direkten Kontakt zur Bindungsperson.

## DER KINDERGARTEN ALS ERGÄNZUNG ZUR ELTERLICHEN ERZIEHUNG

**Weil niemand unser Kind so liebt und kennt wie wir, wollen wir es in seiner sensibelsten ersten Lebensphase gern selbst betreuen und umsorgen.**

Qualität, Rahmenbedingungen und tatsächliche Personalschlüssel in den Einrichtungen werden unseren Ansprüchen einer liebevollen und individuellen Kinderbetreuung nicht gerecht. Wir unterscheiden klar zwischen den Bedürfnissen eines Kindes im „Krippenalter“ (0-3 Jahre) und denen im eigentlichen Kindergartenalter (4 Jahre - Schuleintritt). Für den Start ins Kindergartenleben ist die nötige Reife unseres Kindes für uns vordergründig ausschlaggebend.

» Eltern sind leicht zu verunsichern und erkennen die Fachkräfte viel zu schnell als Autoritäten an, was für alle Beteiligten meistens sehr ungünstig ist.

Denn die meisten Erzieher in Tageseinrichtungen kennen sich zwar mehr oder weniger gut mit ihrem Beruf und mit Kindern aus, aber sie sind keine Experten fürs Familienleben und für die Kindererziehung im familiären Umfeld.

Die institutionalisierte Kindertagesbetreuung und Erziehung sind dem familiären Umfeld in keinster Weise überlegen. « Jesper Juul, Familientherapeut „Wem gehören unsere Kinder?“ S. 24

» Eltern sind die wichtigsten Personen im Leben der Kinder. Sie sind die ersten Kommunikationspartner und die Menschen, zu denen die Kinder die intensivste Beziehung aufbauen. Diese Bindung gibt den Kindern Sicherheit und Schutz.

Nur auf dieser Grundlage können sie vom ersten Lebenstag an lernen und die Erfahrungen sammeln, die sie später in die Kindertageseinrichtung mitbringen und kontinuierlich erweitern. Kindertagesstätten und Kindertagespflegestellen (...) sollen die Bildung und Erziehung im Elternhaus begleiten, unterstützen und ergänzen, jedoch nicht ersetzen «

- Auszug aus dem sächsischen Bildungsplan -

## Voraussetzungen für eine stabile Bindung zum Kind:

Bindung baut sich innerhalb der ersten 3-4 Lebensjahre eines Kindes auf. In dieser Zeit braucht es seine Bezugsperson unmittelbar – sie muss möglichst jederzeit verfügbar sein. Bindung entsteht durch körperliche Nähe (beim Stillen, Schlafen, Tragen, Kuscheln etc.), Blickkontakt und sprachliche Begleitung. Die vertraute Stimme der Mutter kann das Kleine beruhigen und ihm seine eigenen Befindlichkeiten spiegeln. Dadurch lernt es, dass es in seinen Empfindungen ernstgenommen und verstanden wird. Die Bindungsperson wird so zum Beschützer und „Vermittler“ des Kindes und seiner Umwelt und ist solange wichtig, wie das Kind noch nicht selbst für sich sprechen und sorgen kann.

Bindung erfordert Einfühlungsvermögen und ungeteilte Aufmerksamkeit – zudem die Bereitschaft sowie wachsende Fähigkeit, alle Signale des Kindes wahrzunehmen, richtig zu interpretieren und sensibel darauf einzugehen. Um das zu lernen, brauchen wir vor allem viel Zeit miteinander und reichlich Gelegenheiten zum „Üben“.

Je weniger Zeit Eltern mit ihren Kindern verbringen, umso weniger Erziehungskompetenz entwickeln sie. Die Langzeitstudie NLSCY von 1990 in Quebec/Kanada lieferte folgende Ergebnisse bei Eltern von Krippenkindern:

- Verschlechterung aller Eltern-Kind-Interaktionsbarometer
- Schlechtere, psychische Gesundheit (vermehrte mütterliche Depression)
- Eine Zunahme feindseliger und inkonsistenter Erziehung
- Geringere Beziehungszufriedenheit der Frauen

Quelle: Bildung braucht Bindung - Fachportal Bildung und seelische Gesundheit



## DER TAG DER EWÖHNUNG

Ist es geplant, ein Kind schon früh in einer Einrichtung betreuen zu lassen, verkürzt sich der Zeitraum zum Bindungsaufbau extrem. Der gesamte „Nestbau“ ist von Anfang an darauf ausgerichtet, die bevorstehende Trennung vorzubereiten. Wie ein großer Schatten legt sich der Termin zur Eingewöhnung des Kindes auf die ganze Familie. Eltern sind (teils unbewusst) schon vor-geburtlich damit beschäftigt, sich sowohl auf die Ankunft als auch den Abschied ihres Kindes vorzubereiten – eine innerliche Zerreißprobe, die schließlich Trennung anstatt Bindung fokussiert.

Jeder Entwicklungsschritt des Kindes wird möglicherweise an der notwendigen „Krippenreife“ gemessen, jede emotionale Hinwendung zum Kind baut zugleich Ängste auf, es später nicht „termingerecht“ loszukriegen. Stillen und Schlafen beispielsweise müssen gelenkt werden, damit das Kind „abgabetauglich“ wird. In der Gruppe muss es funktionieren und sich unterordnen, obwohl sein eigentliches Bedürfnis ist, einfach zu sein.

**Weil uns bewusst ist, dass unser Kind sich am liebsten an uns Eltern binden möchte, vermeiden wir alles, was uns voneinander trennt und stellen uns ihm persönlich zur Verfügung.**



Ich  
schaue weg  
von mir  
- hin zu dir.  
Meine Liebe  
lässt dich  
sein.

## SYMBIOSE ZWISCHEN MUTTER UND KIND

Die symbiotische Beziehung ist sowohl für das Baby als auch seine Mutter von großer Bedeutung: beide sind voneinander abhängig und nützen einander – der eine kann nicht ohne den anderen sein. Die Mutter hat das natürliche (hormonell-gesteuerte) Bedürfnis, sich umfassend und liebevoll um ihr Baby zu kümmern und empfindet dabei Freude und Erfüllung. Das Baby braucht diese Fürsorge, Nahrung, Schutz und bedingungslose Liebe für sein Überleben. Das treue Umsorgt-Sein erfährt es als Ermutigung zum Leben, als Aufforderung, groß und stark zu werden. Diese besondere Tiefe in der Beziehung zueinander lässt uns auch verstehen, warum der Trennungsschmerz auf beiden Seiten so groß ist.

### KANN SICH EIN KIND AUCH AN ANDERE BINDEN ?

Grundsätzlich kann sich ein Kind auch an andere (sogar an mehrere) Personen binden. Je mehr Bindungen es eingeht, umso flüchtiger sind sie jeweils und umso weniger Sicherheit und Geborgenheit können sie ihm vermitteln. Das Kind benötigt die Bindungsperson existenziell sobald es Angst bekommt oder Gefahr droht. Hat es zu ihr Vertrauen gefasst, wird es sich schließlich an ihr orientieren – die Bezugsperson ist dann die prägende Person für das Kind.

**Weil wir Eltern unser Kind gern selbst mit unseren Werten prägen wollen, investieren wir in eine stabile Bindung zu ihm.**

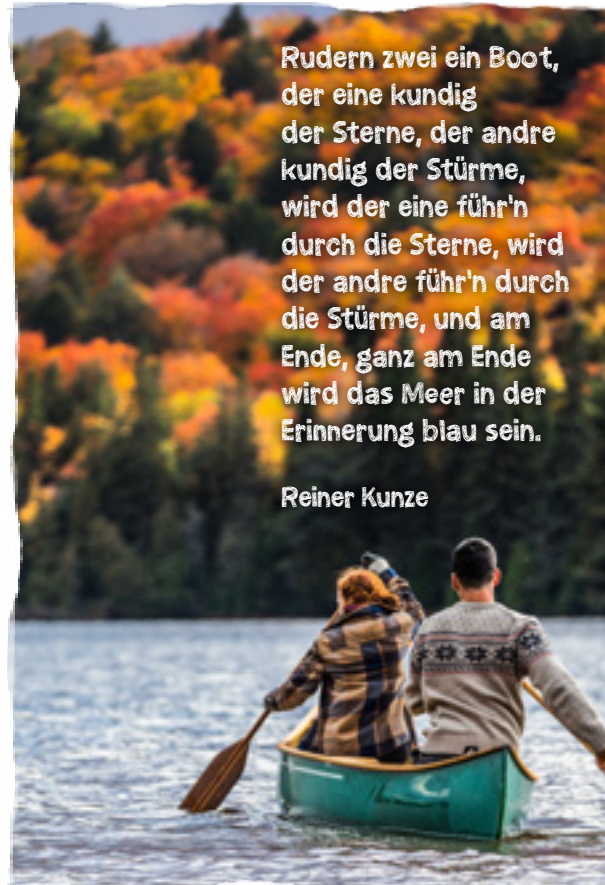
## PROBLEME BEI DER BINDUNG AN ANDERE

In der Kita hat das Kind seine Bindungsperson nie für sich allein. Die Erzieherin oder Tagesmutter ist durch Urlaub, Krankheit, Vertretung in anderen Gruppen etc. erfahrungsgemäß nicht immer verfügbar. Mit dieser Enttäuschung (manchmal auch Überraschung) muss das Kind dann klarkommen.

Ist kein kontinuierliches, erwachsenes Gegenüber als Bindungspartner da, besteht zudem die Gefahr der „Gleichaltrigenorientierung“: Das Kind wendet seine Aufmerksamkeit anderen Kindern zu, sie werden zum Vorbild, ihnen eifert es nach. Die Orientierung an Gleichaltrigen kann wiederum dazu führen, dass Erwachsene später als Autoritäten generell nicht wahrgenommen bzw. abgelehnt werden. Verhaltensauffälligkeiten und schulische Probleme zum Beispiel sind dann vorprogrammiert.

» Gleichzeitig steht die Gleichaltrigenorientierung der kindlichen Selbstfindung im Weg. Kinder wagen es oft nicht, ihren Bedürfnissen und Leidenschaften nachzugehen und entwickeln sich folglich nicht zu eigenmotivierten, eigenständigen Menschen, sondern zu kollektivistischen Herdentieren, denen ihr Leben lang eine Richtung vorgegeben werden müssen – sei es bei der Arbeit oder dem Konsum, der Freizeitgestaltung oder in Fragen der Weltanschauung und der Politik ... «

Quelle: <https://ef-magazin.de/2017/04/25/10896-gleichaltrigenorientierung-unsere-kinder-brauchen-uns>



Rudern zwei ein Boot,  
der eine kundig  
der Sterne, der andre  
kundig der Stürme,  
wird der eine führ'n  
durch die Sterne, wird  
der andre führ'n durch  
die Stürme, und am  
Ende, ganz am Ende  
wird das Meer in der  
Erinnerung blau sein.

Reiner Kunze

## EHE

Weil unsere Familie ein Zuhause braucht, investieren wir nicht nur in das Wohl unserer Kinder, sondern auch in unsere Paar-beziehung – auch dazu braucht es Zeit. Unser Anspruch ist es, zusammen alt zu werden und unsere Kinder gemeinsam aufwachsen zu sehen.

## GEMEINSAM ELTERN SEIN

Ein verbindliches Miteinander macht es uns erst möglich, unsere Kräfte und Gaben untereinander aufzuteilen und an einem Strang zu ziehen. Wir unterstützen uns vorbehaltlos, weil wir uns darauf verlassen können, dass uns allen jede „Investition“ auf Dauer zu Gute kommt. Dabei spielt es keine Rolle, ob Mann beruflich oder Frau zu Hause arbeitet. Wir schätzen wert, was jeder in unseren Familienalltag einbringt und an anderer Stelle dafür entbehrt.

Eine gabenorientierte Aufgabenteilung reduziert wiederum den Stress und lässt uns mehr Zeit für Schönes.

## Wir widerstehen bewusst allen Trends, Muttersein und Vatersein gegeneinander auszuspielen oder zu versuchen, einander zu ersetzen.

Jedes Kind braucht die Mütterlichkeit seiner Mutter und die Väterlichkeit seines Vaters. Beides muss sich von Anfang an im Zusammen-sein mit dem Kind entfalten dürfen.

### FAMILIENFINANZEN

Familie zu sein, bedeutet für uns auch, aus *einer* gemeinsamen Kasse zu wirtschaften. Das nimmt Mama die Last, für die Dauer der Elternzeit zusätzlich auch noch Geld verdienen zu müssen.

Die Lebensphase mit Kleinkindern ist nicht der richtige Zeitpunkt für eine berufliche Selbstverwirklichung oder gegenseitigen Konkurrenzkampf. Wir brauchen uns.

» Zweifelst du? Ich glaube für dich. Zweifle ich, glaubst du für mich. Schlaf! Ich wache. Wach! Ich ruh. Tröstlich der Schimmer: Einer von uns, ob ich oder du, einer bläst immer in die Glut. Das zu wissen, tut gut. «

*Gudrun Pausewang*

» Ich möchte daran erinnern, dass die Eltern die einzigen Menschen sind, die von Natur aus so ausgestattet sind, dass sie ihre Kinder beziehungs-dynamisch-hormonell – ohne Wenn und Aber – lieben können. «

*Hans Joachim Maaz, Psychiater, Psychoanalytiker und Autor*



**Weitere Tipps, Erfahrungsberichte und umfassende Informationen zum Nestbau-Alltag unter:** [www.nestbau-familie.de](http://www.nestbau-familie.de)

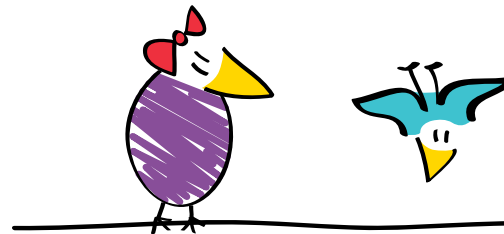
**Beratung:** Finanzberatung, Eingewöhnungs-Notruf, Paarberatung, Familientherapie, Lebensberatung/ Mentoring/ Coaching

**Kontakte:** regelmäßige Gerne-Mütter-Treffen, Spielplatztreffen, stadtweite Mütter-Vernetzung, Mutti-Kind-Kreise

**Vorträge & Seminare** zu Themen wie Bindung, Vereinbarkeit, Erziehung, Muttersein

**Praktische Unterstützung:** im Haushalt, durch Gebet, Vermittlung von Familienpaten

**Kontakt:** [kontakt@nestbau-familie.de](mailto:kontakt@nestbau-familie.de), Tel. 037209 81744





### Literaturempfehlungen:

**Geborgene Babys** von Julia Dibbern | **Menschenkinder** - Plädoyer für eine artgerechte Erziehung von Herbert Renz-Polster | **Geheimnis Gehirn** von Christa Meves | **Kinder brauchen Mütter** Die Risiken der Krippenbetreuung – Was Kinder wirklich stark macht von Hanne K. Götzte  
**Muttertier** – Eine Ansage von Birgit Kelle | **Heim will!** Argumente für die ungekürzte Elternschaft von Ralf Felix Siebler | **Mama, Papa oder Krippe?** Erziehungsexperten über die Risiken der Fremdbetreuung von Eva Hermann und Maria Steuer | **Wem gehören unsere Kinder?** Dem Staat, den Eltern oder sich selbst? Ansichten zur Frühbetreuung von Jesper Juul | **Schadet die Kinderkrippe meinem Kind?** Worauf Eltern und ErzieherInnen achten und was sie tun können, Herausgeber: Serge K. D. Sulz, Alfred Walter, Florian Sedlacek | **Vater, Mutter, Staat: Das Märchen vom Segen der Ganztagsbetreuung** – Wie Politik und Wirtschaft die Familie zerstören von Rainer Stadler | **Verstaatlichung der Erziehung** Auf dem Weg zum neuen Gender-Menschen von Gabriele Kuby | **Ohne Familie ist kein Staat zu machen** Zeit zum Umdenken – Karl-Heinz B. van Lier | **Die Alles ist möglich-Lüge** Wieso Familie und Beruf nicht zu vereinbaren sind von Susanne Garsoffky und Britta Sembach | **Geht alles gar nicht** Warum wir Kinder, Liebe und Karriere nicht vereinbaren können von Marc Brost und Heinrich Wefing

Satz und Layout: [www.bumblebee-media.de](http://www.bumblebee-media.de)



Die Zeiten, in denen kleine Kinder am Vormittag  
vergnügt mit ihren Müttern spazieren oder zum  
Spielplatz gehen, scheinen vorbei zu sein.

Stattdessen wird schon vorgeburtlich über einen  
der heiß begehrten Kita-Plätze diskutiert und  
die bevorstehende Eingewöhnung gefürchtet.

Das muss nicht sein.

