

Erziehungsgeheimnisse für eine glückliche Kindheit

Folgende Zusammenfassung wurde entnommen aus

https://www.focus.de/familie/erziehung/erziehung-daenische-kinder-sind-gluecklicher-das-machen-ihre-eltern-anders_id_10909415.html, 10. Juli 2019: „Warum dänische Kinder glücklicher und ausgeglichener sind: Die Erziehungsgeheimnisse des glücklichsten Volks der Welt“ von Jessica Joelle Alexander, Iben Dissing Sandahl.

Seit fast vierzig Jahren wird Dänemark regelmässig von der OECD (Organisation für wirtschaftliche Entwicklung und Zusammenarbeit) zu dem Land mit den glücklichsten Menschen gewählt. Auch der World Happiness Report der UN und ähnliche Auswertungen sehen das kleine Land immer wieder an der Spitze des Rankings. Aber warum sind die Dänen eigentlich so glücklich? Die beiden Autorinnen kommen zum Schluss, dass die Kindererziehung ihrer Ansicht nach der Grund für ihr andauerndes Glück ist.

Was genau machen dänische Eltern anders, um diese Ziele zu erreichen?

Dänische Eltern bringen ihren Kindern ein hohes Mass an Vertrauen entgegen und erlauben ihnen, Probleme aus eigener Kraft zu lösen und Hindernisse eigenständig zu überwinden. Dänische Kinder sind deshalb mehr als andere mit sich selbst im Reinen, folgen selbstgesteckten Zielen, können besser mit Stress und Belastungen umgehen und sind resilienter.

Sie wissen, wie wichtig das freie Spiel für Kinder ist und fördern es.	Die dänischen Eltern versuchen sich so wenig wie möglich in das freie Spiel einzumischen. Jede Bewertung, jedes unnötige Eingreifen von aussen kann den Spielfluss behindern. Häufig wird den Kindern die Möglichkeit genommen, selbst Lösungen für jegliche Probleme zu finden, die in den Spielsituationen auftauchen.	Spiel hat in Dänemark eine so grosse Bedeutung, dass es sogar von den Schulen gefördert wird. Lange Zeit durften dänische Kinder erst mit sieben Jahren eingeschult werden. Bis heute endet der reguläre Unterricht in Dänemark um 14h. Danach können die Kinder in die sogenannte Freizeitschule gehen, wo sie in erster Linie zum Spielen angeregt werden.	„Das völlig absichtslose Spielen sorgt für die besten Vernetzungen im Gehirn“ (Gerhald Hüther).
Sie wissen, wie sie ein Kind loben sollten, damit es Selbstvertrauen entwickelt. Sie möchten nicht in erster Linie erfolgreiche Kinder grossziehen, sondern resiliente Menschen, die einen eigenen inneren Kompass	Viel überschwängliches Lob schränkt das Selbstwertgefühl eher ein. Werden viel gelobte Kinder mit Schwierigkeiten konfrontiert, schrecken sie häufiger vor denen zurück, den sie haben eine fixierte Geisteshaltung entwickelt. Ihnen ist es in erster Linie wichtig, wie sie beurteilt werden – als intelligent oder nicht	Was Kinder wirklich brauchen, ist schlichtes, ehrliches und prozessbezogenes Lob: Sie sollten nicht für ihre Intelligenz oder ein Talent gelobt werden, sondern für ihre Arbeit, ihr Engagement, ihre Ausdauer, ihre Lernerfolge. Auf diese Art entwickeln sie eine lernorientierte Geisteshaltung. Sie	Die dänische Art zu loben zeichnet sich insbesondere durch Bescheidenheit aus. Ziel ist, dass das Kind keine Anerkennung von anderen Menschen braucht, um sich wertvoll zu fühlen. Anstatt immer nur zu sagen, dass ein Bild oder eine Arbeit „toll“ ist, sprechen dänische Eltern mit ihren Kindern über

besitzen, der sie durch Leben führt. Sie möchten ihnen v.a. Lebens-kompetenzen vermitteln, sodass die Kinder selbst in der Lage sind, sich im Leben zurechtzufinden, glückliche Beziehungen einzugehen & ein hohes Mass an Zufriedenheit zu erlangen. • Fast alle dänischen Eltern halten die Konzentration auf die Leistung der Kinder und der Druck, der dadurch auf ihnen lastet, für den falschen Weg.	intelligent. Müssen diese Kinder sich dann einmal anstrengen, macht ihnen das oft Angst, denn diese Anstrengung gibt ihnen das Gefühl, dumm zu sein. Sie glauben, dass man sich nur anstrengen muss, wenn man nicht intelligent genug ist. Hat man ihnen jedoch immer gesagt, dass sie besonders schlau sind, fürchten sie, hinter den Erwartungen zurückzu-bleiben und ihren Status zu verlieren.	wissen, dass es ihre Bemühungen sind, die wirklich zählen und sie verstehen ihr Gehirn als einen Muskel, der stärker wird, je mehr man ihn trainiert. Anstrengungen empfinden sie daher als etwas Positives. Diese Kinder lassen sich nach einer Niederlage nicht so sehr herunterziehen und anstatt aufzugeben, verstärken sie ihre Bemühungen.	ihre Arbeiten und stellen ihnen Fragen. Sie sagen genau, was ihnen an der Arbeit ihrer Kinder gefällt und weisen sie darauf hin, dass ihre Entwicklung ein fortlaufender Prozess ist.
Sie bleiben locker • Dänen betrachten Kinder als grundsätzlich gut. • Sie wissen, dass sie zuerst ihr eigenes Verhalten kontrollieren müssen, wenn sie sich dasselbe von ihren Kinder wünschen. • Sie begegnen ihnen mit Respekt.	Der dänische Erziehungsstil basiert auf den Grundprinzipien der Demokratie. Das bedeutet, dass dänische Eltern Regeln für das Familienleben aufstellen und auch von ihren Kindern erwarten, diese einzuhalten. Doch sie gehen sehr auf ihre Kinder ein, wenn sie diese Regeln „austesten“ wollen.	Das hat viel damit zu tun, dass die Dänen ein grundsätzlich positives Bild von ihren Kindern haben. Anstatt zum Beispiel die Autonomiephase von Kleinkindern zwischen zwei und drei als schrecklich zu betrachten, begrüßen sie sie als wichtigen Entwicklungsschritt, der vollkommen normal ist.	In dänischen Familien wird weder viel geschrien noch geschlagen. Die Dänen wollen nämlich, dass ihre Kinder ihnen mit Respekt begegnen. Anstatt ihre Kinder also mit Angst zu erziehen, begegnen sie ihnen mit freundlicher Bestimmtheit. So verhindern sie unnötige Machtkämpfe und Wutausbrüche und stärken die Bindung zu ihren Kindern. Das ist der Grund, warum dänische Kinder auch im Erwachsenenalter noch gerne Zeit mit ihrer Eltern und Familien verbringen und ihr berühmtes Hygge – kuschelige Familienzeit – praktizieren.