

urban, *f e m i n i n*, chic.

GRAZETTINA

Ausgabe **21** 2026

AUCH-
EICHEN

COCO und
re
ZIGARREN

MIT VIEL
GEDULD

Das NEUE
ERZIEHEN

Aglaia
SZYSZKOWITZ

Das ERFOLGSGEHEIMNIS
des FERNSEHSTARS



**„Gefühlsausbrüche
sind kein Fehlverhalten,
sondern ein Zeichen
der Überforderung.“**

CHRISTINA BACHNER
*Wissenschaftliche Mitarbeiterin am
Internationalen Zentrum für Professionalisierung der
Elementarpädagogik (PEP) an der Universität Graz*

Einfühlsam erziehen

„Ich verstehe dich, es ist okay, wütend zu sein.“ Wer so mit seinem Kind spricht, erzieht es bedürfnisorientiert. Eltern der Millennial-Generation favorisieren diesen Erziehungsstil. Was dahinter steckt und welche Ziele damit verbunden werden, erklären Expertinnen.

Text: VALENTINA KAUER-VOGRIN
Fotos: UNSPLASH, KK

Schauplatz Ikea Restaurant: Im Kinderbereich sitzen Eltern an den Tischen und essen. Die Kleinkinder spielen derweil in der Playarea auf den Touchdisplays. Es herrscht eine harmonische Stille. Dann kommen Jana, ihre Mama und ihre Oma. Die Eineinhalbjährige tapst in den Spielbereich und möchte partout an dem Bildschirm spielen, an dem gerade ein anderes Kind sitzt. Jana beginnt zu schreien und zu weinen. Ihre Oma versucht zu beschwichtigen: „Nimm doch diesen Platz. Der ist frei.“ Doch Jana lässt sich nicht abbringen. Dann kommt ihre Mama, kniet sich zu ihr und streichelt ihr über das blonde Haar. „Jana, ich verstehe, dass du traurig bist. Das ist OK. Wenn der Junge fertig ist, kannst du bestimmt dort spielen. In der Zwischenzeit tröste ich dich und wir können mit den Bausteinen spielen.“

Was Janas Mama in dieser Situation getan hat, nennt man bedürfnisorientierte Erziehung. Sie nimmt das Bedürfnis ihrer Tochter zu spielen wahr, reagiert mit Verständnis darauf und hilft ihr dabei mit ihrer Frustration umzugehen. Die Bedürfnisse des Kindes zu erkennen und ernst zu nehmen, seien zentrale Bausteine der bedürfnisorientierten Erziehung, sagt Professorin Martina Kalkhof vom Institut für Elementar- und

Primärpädagogik an der Pädagogischen Hochschule Steiermark. „Es ist ein reagierendes Erziehen, das dabei hilft, Vertrauen und eine starke Bindung aufzubauen. Das Kind soll darauf vertrauen können, dass es in Sicherheit ist.“ Was in Bezug auf die Versorgung von Säuglingen, die auf die Fürsorge ihrer Eltern angewiesen sind, durchaus einleuchtet. Bei älteren Kleinkindern, die ihre Bedürfnisse bereits artikulieren können, wird die Thematik komplexer. Wo die Grenze zwischen Bedürfnisorientierung und Laissez-faire-Erziehung verläuft, dafür gibt es eine einleuchtende Erklärung.

BEDÜRFNIS ODER WUNSCH

Eine gute Orientierung bietet die Grenzziehung zwischen Bedürfnis und Wunsch. Zu den physiologischen Grundbedürfnissen zählen das Stillen von Durst oder Hunger. Daneben gibt es psychische Grundbedürfnisse, wie das emotionale Bedürfnis nach Sicherheit oder Wohlbefinden oder das Bedürfnis, sich sozial zugehörig zu fühlen. Ein Wunsch hingegen ist oft etwas Kurzfristiges. Den Unterschied erklärt Martina Kalkhof so: „Das Kind hat Hunger und möchte etwas zu essen. Das ist ein Bedürfnis. Ein Wunsch wäre es, wenn es ein Eis verlangen würde.“ Diesem Wunsch muss nicht nachgegeben werden. ▶



„Bedürfnisorientierte Erziehung hilft Vertrauen und eine starke Bindung aufzubauen.“

MARTINA KALKHOF

Professorin und stellvertretende Institutsleiterin am Institut für Elementar- und Primärpädagogik der Pädagogischen Hochschule Steiermark

- ▷ Ein weiteres Bedürfnis ist das Kognitive, das es Kindern ermöglicht, Zusammenhänge zu verstehen und Neues zu erfahren. „Kinder wollen ihre Umgebung entdecken“, sagt Elisabeth Reicher-Pirchegger. Die Professorin für Elementarpädagogik weist darauf hin, dass es auch ein großes Umdenken in den elementarpädagogischen Einrichtungen gegeben hat. „Lange Zeit stand die Betreuung der Kinder im Mittelpunkt. Heute schaffen die Pädagogen einen Erfahrungsraum, in dem entdeckt und ausprobiert werden kann.“ Zwar orientiert sich das pädagogische Fachpersonal am Bildungskanon und am Jahreskreis, es werden aber Möglichkeiten geschaffen, damit die Kinder ihren individuellen Wissensdurst stillen können.

SICHERHEITSGEFÜHL FÖRDERT ENTDECKERGEIST

Was es braucht, um den Entdeckergeist bei Kindern zu wecken, ist in erster Linie ein Sicherheitsgefühl, auf das die bedürfnisorientierte Erziehung abzielt. Durch eine starke Bindung zu den Eltern wächst Vertrauen. Als Beispiel bringt Martina Kalkhof ein Gummiband, das für die emotionale Verbindung zwischen Eltern und Kind steht. Entfernt sich das Kind von den Eltern, um seine Umgebung zu erkunden, dehnt sich das Band zwar, es bleibt aber weiterhin bestehen. Kommt das Kind nach seiner Entdeckungstour zurück, hat es neue Erfahrungen gemacht und vielleicht eine Herausforderung bewältigt. „Eine gute Bindung ist die Grundlage dafür, dass sich Kinder trauen, etwas Neues kennenzulernen“, sagt Kalkhof. Dieses Sicherheitsgefühl endet aber nicht in der Familie. Auch im Kindergarten und in der Schule entwickeln Kinder ein Vertrauensverhältnis zu den Pädagogen, was dazu führt, dass sie neugierig auf das Lernangebot werden können. Für Reicher-Pirchegger bilden dieses Vertrauensverhältnis und das Wohlbefinden eine zentrale Grundlage für erfolgreiches Lernen in Bildungseinrichtungen.

GEFÜHLSAUSBRÜCHE UND CO.

„Meine Mutter versteht nicht wirklich, warum ich auf die Bedürfnisse meines Sohnes eingehe und ihn durch seine Emotionen begleite. Für sie ist es eher ein Nachgeben“, erzählt Julia. Die 37-Jährige ist Mama eines Dreijährigen. Ihre eigene Mutter hat sie nach klaren Regeln erzogen. Wer hinfällt, weint nicht, sondern steht auf und macht weiter. Wer abends nicht einschlafen kann, muss sich hinlegen und die Augen schließen, um überhaupt einschlafen zu können. Bei ihrem Sohn möchte es Julia anderes machen.

Dass Julias Sohn Gefühlsausbrüche hat, ist aus entwicklungspsychologischer Perspektive völlig erwartbar, wie Christina Bachner vom Internationalen Zentrum für Professionalisierung der Elementarpädagogik an der Universität Graz erklärt: „Der präfrontale Cortex, der unter anderem die Selbstregulation und Impulskontrolle steuert, ist noch nicht ausgereift. Tatsächlich dauert es bis ins junge Erwachsenenalter, was verdeutlicht, wie komplex der Entwicklungsprozess des Gehirns ist.“ Daher sind Gefühlsausbrüche auch kein Fehlverhalten, das bestraft werden muss. Vielmehr ist es ein Zeichen der Überforderung. Auch unangenehme Emotionen, wie Wut oder Frust, sind essenziell für die kindliche Entwicklung. Nur wer sie erlebt, kann erlernen, mit ihnen konstruktiv umzugehen.

Bachner rät dazu, Kinder feinfühlig und empathisch durch diese Situation zu begleiten. Diese Co-Regulation verlangt Eltern einig ab. Zum einen, weil sie sich selbst regulieren müssen, wenn ihr Kind schreiend am Boden liegt. Zum anderen, weil sie durch ihre Selbstregulationsfähigkeiten eine Vorbildfunktion haben, durch die das Kind unter anderem erlernt, sich selbst wieder ins Gleichgewicht zu bringen.



„Pädagogen schaffen Erfahrungsräume, in denen entdeckt und ausprobiert werden kann.“

ELISABETH REICHER-PIRCHEGGER

Professorin am Institut für Elementar- und Primärpädagogik der Pädagogischen Hochschule Steiermark

SELBSTACHTSAMKEIT

Da viele Eltern eine genaue Vorstellung davon haben, wie mit ihren Kindern umgegangen werden soll, nehmen sie wenig Unterstützung von außen an. Was bei der bedürfnisorientierten Erziehung dann aber häufig auf der Strecke bleibt, ist die Selbstachtsamkeit. Sie sind so sehr mit den Bedürfnissen ihrer Kinder beschäftigt, dass das eigene Wohl hintenangestellt wird. „Elternschaft ist enorm anstrengend. Es ist wichtig, selbst bei Kräften zu bleiben und die eigenen Grenzen wahrzunehmen“, sagt Kalkhof. An diesem Punkt können Großeltern oder andere enge Bezugspersonen zur wertvollen Stütze werden. Eltern gibt es auch mehr Freiräume, um wieder aufzutanken. Kalkhofs Appell ist es, mehr zu kommunizieren und auch das Wissen und die Erfahrung von Großeltern zu nützen. Für Kinder ist es wichtig, unterschiedliche Bezugspersonen in ihrem Leben intensiv kennen zu lernen. Was es also braucht, ist wieder mehr Vertrauen in die Großeltern-Generation, denn eines ist klar: Omas sind zum Verwöhnen da. ●



TÄGLICH
GEÖFFNET
9 - 21 UHR

JUMP25

Freaky Friday

Freitags spielen wir den ganzen Tag verrückt!

Komm freitags bei uns vorbei und schnapp dir dein Tages-Sprungticket für €13,- pro Person.

Infos: anfrage@jump25.at | +43 3135 / 53 171 | jump25.at