



fühlsstark« und möchte mit **»So viel Freude, so viel Wut«** (Kösel, 318 S., 20 Euro) zeigen, dass diese Mädchen und Jungen weder unnormale noch therapiebedürftig sind. Die Baby- und Kleinkindexpertin unterstützt im Buch Eltern im Umgang mit ihren scheinbar schwierigen Kindern bei Herausforderungen im Alltag und in der Familie: »Wie kann Essen nur so ein Kampf sein?«, »Jetzt hör mir doch mal zu!«, »Bist du eigentlich niemals müde?«. Eltern werden sich nach der Lektüre nicht mehr als Versager fühlen, sondern den Fokus auf die Potenziale ihres Kindes richten.

Mehr Selbstständigkeit Aus Kindern, denen nie etwas zugetraut wurde und deren ängstliche Eltern sie vor jeder vermeintlichen Gefahr geschützt haben, werden häufig lebensuntüchtige, unsichere und schwache junge Erwachsene. **»Gebt den Kindern die Verantwortung zurück«** (Knaur, 272 S., 18 Euro), fordert deshalb Felix Nattermann. Der Lehrer aus Leidenschaft ist sich sicher: Unsere Kinder können mehr, als wir glauben.



Pubertät ist, wenn ... Lange bevor der Nachwuchs »Hotel Mama« verlässt, kommt er entwicklungsbedingt in die Puber-

tät. Den meisten Eltern stehen schon bei bloßer Erwähnung dieses Wortes die Haare zu Berge. In der Tat ist die Pubertät gefürchtet, da sie auch die Erwachsenen hochgradig belastet. Der Kabarettist und Diplom-Pädagoge Matthias Jung hält mit einer gelungenen Mischung aus Infotainment und Comedy dagegen: **»Chill mal! Am Ende der Geduld ist noch viel Pubertät übrig«** (Edel, 224 S., 16,95 Euro). Der Autor, selbst Vater, steht dank der Facebook-Gruppe »Keep Cool Mama« mit mehr als 10 000 Teenagermüttern in Kontakt: ein wahrhaft lustiges Aufklärungsbuch für leidgeplagte Eltern.



Gemeinsam wachsen In den deutschsprachigen Staaten werden wieder mehr Kinder geboren, 47 Prozent der Männer finden Familie sogar wichtiger als ihre Karriere. Dementsprechend sind heutige Väter mehr für ihre Kinder da, wodurch sich die Rolle der Partnerin verändert. Margrit Stamms **»Neue Väter brauchen neue Mütter. Warum Familie nur gemeinsam gelingt«** (Piper, August, 272 S., 24 Euro) ist ein Leitfaden für gleichberechtigte Elternschaft und basiert auf neuesten Forschungsergebnissen. 



GRENZEN ZIEHEN

Sie analysiert die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern: ein Interview mit Christiane Kutik.

Warum ist der Alltag mit Kindern heutzutage so eine Herausforderung?

Kinder sind lebhaftes Wesen, die sich bewegen und ihren Forschungsdrang ausleben wollen. Aufgrund der heutigen Wohnsituation ist dies nicht mehr möglich. Kinder dürfen heute nicht mehr alleine »raus«, haben entsprechend wenig Freiraum und sollen auch noch still sein: Smartphone oder Tablet wirken da wie ein Zaubermittel, das Eltern bereits ihren Kleinkindern bewilligen. Doch das rächt sich irgendwann. Ein weiteres Problem ist die Hetze, der Kinder ständig ausgesetzt sind.

Seit mehr als 30 Jahren begleiten Sie Eltern: Gibt es einen Hauptfehler, den Eltern machen?

Eltern werden ihrer Führungsrolle oft nicht mehr gerecht. Sie ziehen kaum noch Grenzen und wollen mit ihren Kindern diskutieren, anstatt ihnen klare Ansagen zu machen.

Was kann man dagegen tun?

Jugendlichen sollte bereits während der Schulzeit vermittelt werden, wie sich Kleinkinder ideal entwickeln und was sie dazu brauchen.

Was sollten gestresste Mütter und Väter im Akutfall als Erstes tun, um gelassen zu bleiben?

Aus der Situation rausgehen. Als Nächstes ein Glas Wasser in einem Zug austrinken. Das bewahrt einen davor, im Affekt übergreifig zu werden.

Ihr persönliches Lieblingsmotto in Sachen Erziehung?

Mehr Freude mit Kindern und: Eltern sein ist Wegweiser sein.

Die zwölf Kraftquellen, die Sie in Ihrem Dauerseller »Erziehen mit Gelassenheit« nennen, lauten: Rollenklarheit, Rhythmus, Regeln, Rituale, Rückhalt,



Arbeitet als Elterncoach und Referentin: Christiane Kutik ist Autorin mehrerer erfolgreicher Erziehungsbücher

Respekt, Resonanz, Raum, Ruhe, Religion, Regeneration und Reflexion. Ist es Zufall, dass sie alle mit »R« beginnen?

Die ersten fünf hatte ich immer wieder in meinen Vorträgen genannt. Daraus ergaben sich dann die weiteren »Rs«. Die Reihe mit dem gleichen Anfangsbuchstaben funktioniert sogar auch bei meinen englischen und spanischen Lizenzausgaben.



Christiane Kutik: »Erziehen mit Gelassenheit – Zwölf Kraftquellen für das Familienleben«, Freies Geistesleben, August, 6. aktualisierte Auflage, 154 S., 19 Euro