

VATER, MUTTER, KIND



Lecker, Mambi!

Das Kind kann auf sehr verschiedene Art und Weise „Nein“ sagen. Es gibt das klare und bestimmte „Nein!“ – eines, das keine Diskussionen mehr zulässt und bei dem Hopfen und Malz verloren scheint. Dann gibt es ein „Neel!“, dem erst ein kritischer Blick vorangeht, bei dem man sich als Elternteil schon so fühlt, als würde gleich die Supernanny um die Ecke kommen und auf alle Kleinigkeiten hinweisen, die man in der Elternschaft bisher falsch gemacht hat. Und dann gibt es das „Nein!“, zu dem ein dramatischer Wurf auf den Boden gehört und bei dem man erst wieder aufstehen kann, wenn die kleine Welt sich vermeintlich wieder eingerechnet hat. Ach, ich habe mich so darauf gefreut, mit dem Kind mehr als „Dudu-du“ und „Ist das dein kleiner Fuß?“ auszutauschen, und schon jetzt wünsche ich mir, dass das Wort „nein“ niemals in seinen Sprachschatz gewandert wäre.

Aber ich lerne auch dazu. Das Kind erklärt inzwischen uns die Welt, und wir müssen eigentlich nur zuhören und freundlich nicken. „Wahwah!“, rief es letztens erfreut, als ich ihm einen Becher Leitungswasser zum Mittagessen auf den Tisch stellte. „Ja, Wasser, genau, guten Appetit!“, antwortete ich. „Appetit!“, kam als Antwort zurück, doch statt mit dem Essen anzufangen, schaute es mich sehr ernst an, zeigte auf den Becher und wiederholte mit einem Unterton, der keine Widerworte zuließ: „Wahwah!“ „Ja“, wiederholte ich, „danke, dass du es mir noch mal erklärst.“ Es nickte wissend und begann, sich den Grillwürstchen auf dem Teller zu widmen. Dann gibt es Dinge, für die wir Erwachsenen zwar Namen haben, die dem Kind aber nicht zu gefallen scheinen. Deshalb erfindet es neue Namen: Bei uns gibt es seit Neuestem keine Bananen mehr, sondern nur noch Mambis! Mmhh, lecker, Mambi! Und Nudeln kocht man nicht in einem Topf, sondern in einem Poppy. Klingt zwar nicht logisch, aber zumindest fröhlicher, oder?

Nur die Omas warten noch darauf, dass sie auch als diese angesprochen werden. „Mpa!“ ist gerade der Sammelbegriff für alle Großeltern. Eine Oma hat schon die Os aus den Buchstabenkeksen aussortiert, um beim nächsten Mal mit korrumpierenden Maßnahmen zu üben. Na, ob das funktioniert? Ich rechne eher mit einem abschätzigen „Neel!“ und freudigem Kauen.

Info Ninia LaGrande ist Bloggerin, Poetry-Slammerin und Moderatorin. An dieser Stelle schreibt sie regelmäßig über die herausfordernden Momente des Mutterdaseins.

RATE MAL



Welcher Schal gehört zum Pinguin?
GRAFIK: PATAN



Kein Junge wie jeder andere: Laurenz (links) hat das Asperger-Syndrom. Trotzdem unterscheidet sich sein Alltag nicht groß von dem anderer Familien.

FOTO: @TAGAUSTAGEIN

„Mama, wie findet man Freunde?“

Der achtjährige Laurenz ist Autist. Ordnung und Struktur geben ihm Sicherheit. Dabei bringt er den Familienalltag mit seiner ganz besonderen Sicht auf die Dinge selbst manchmal durcheinander

Von Alena Hecker

Bei Familie Bienzle in Stuttgart beginnt fast jeder Tag gleich: Aufstehen um kurz vor sechs, Frühstück vorbereiten, fertig machen für Arbeit, Schule, Kindergarten. „Unser Leben ist eigentlich langweilig“, sagt Kerstin Bienzle. Für ihren achtjährigen Sohn Laurenz ist es so jedoch genau richtig. Er hat eine Autismus-Spektrum-Störung, auch Asperger-Syndrom genannt, und tut sich mit Veränderungen schwer.

Mehr als harmlose Macken

Vor gut fünf Jahren, nicht lange nach seiner Eingewöhnung in den Kindergarten, werden die Eltern zum Gespräch gebeten. Laurenz reagiert nicht auf Ansprache, nehme keinen Kontakt zu anderen Kindern auf, zöge sich zurück und beobachte nur. Als die Erzieherinnen unter anderem ihren Verdacht auf Autismus äußern, wehrt die Mutter zunächst ab: „Im ersten Moment dachte ich, die spinnen ja, mein Kind ist doch kein Autist“, erinnert sich Kerstin Bienzle. Doch dann beginnt sie selbst im Internet zu recherchieren und findet schlüssige Erklärungen

für manche Verhaltensweisen, die seine Eltern bislang als harmlose Macken abgetan hatten. Einige Tests und Untersuchungen später steht die Diagnose fest.

„Der Alltag mit einem autistischen Kind ist anstrengend“, gibt die Mutter zu. „Laurenz braucht viel Unterstützung bei alltäglichen Dingen, man muss ihm Schritt für Schritt sagen, was zu tun ist.“ Doch mit der Zeit gewöhnt sich die Familie daran, Routinen einzuhalten und Änderungen im Alltag behutsam einzuführen. Auf den ersten Blick ist Laurenz ein Junge wie jeder andere. Ihn faszinieren Computer und andere technische Geräte und er liebt Besuche im Freizeitpark. Seine

Eltern staunen oft darüber, was er alles weiß und kann. „Erst wenn man längere Zeit mit ihm zusammen ist, merkt man, dass er besonders ist“, sagt Kerstin Bienzle.

Abends plagt den Achtjährigen die Angst vor Geistern und Einbrechern, einschlafen kann er nur, wenn ein Elternteil bei ihm ist.

Und dann ist da noch seine ganz eigene Sicht auf bestimmte Dinge: Als einmal der Gang zu einer Beredigung ansteht, nimmt die Mutter ihren Sohn vorher beiseite, erklärt die Situation und bittet ihn, keine Witze zu machen. Laurenz begreift das nicht: „Warum? Die Menschen sind doch traurig und Witze bringen sie zum Lachen.“

„Mama, wie bekommt man Freunde?“, fragt er seine Mutter einmal. In solchen Situationen schmerzt es Kerstin Bienzle, dass ihr Sohn anders ist als andere. Er kann Nähe nicht gut ertragen und ist eigentlich auch ganz gern allein. Umarmungen weicht er nach Möglichkeit aus oder macht sich dabei steif wie ein Brett.

Es braucht dieselben Abläufe

Dass Laurenz seinen Weg gehen wird, davon sind seine Eltern überzeugt. „Er braucht einfach mehr Zeit als andere“, sagt Kerstin Bienzle. Nach dem Kindergarten wechselt er in die zugehörige Sonderschule, die ein spezielles Profil für Kinder mit der Diagnose Autismus-Spektrum-Störung oder Asperger-Syndrom anbietet. Von der ersten bis zur vierten Klasse werden alle zusammen unterrichtet und behandeln neben den sonst üblichen Schulfächern auch Themen wie Kontaktfähigkeit und Kommunikation, Selbstständigkeit sowie Selbst- und Fremdwahrnehmung. Für Laurenz genau das Richtige: „Er hat einen festen Rahmen, immer die gleichen Abläufe und sogar die gleichen Farben, die für ihn einen Wiedererkennungswert darstellen.“

Seit dem Ende ihrer Elternzeit mit dem jüngeren Sohn Ludwig widmet sich die 47-Jährige vorrangig der Organisation des Familienalltags und schreibt nebenbei regelmäßig auf ihrem Blog Tagaus Tagein (www.tagaustagein.org) – über Alltagsorgen und Familienausflüge, Kochrezepte und Dekoideen, aber auch über das Leben mit ihrem autistischen Sohn. „Darüber kann ich was sagen, und ich merke, dass andere sich dafür interessieren.“ Viele Leser ihres Blogs hätten Fragen zur passenden Schulform, zum Alltag mit Autismus, zur Urlaubsgestaltung oder wie das mit dem Babysitter funktionieren.

Denn Auszeiten für sich und ihren Mann hält Kerstin Bienzle für unabdingbar: „Wir machen das als Paar alle paar Monate. Wir gönnen uns einen Babysitter. Dann gehen wir schön essen, treffen uns mit Freunden oder besuchen ein Konzert. Das ist ganz wichtig für die Beziehung, da sich im Alltag doch sehr viel um die Kinder dreht.“

Für Laurenz wünscht sich die 47-Jährige nicht mehr, als dass er in seinem Leben auch weiterhin Menschen findet, die ihn so akzeptieren, wie er ist. Alles andere, davon ist sie überzeugt, werde sich schon fügen.

Was ist Autismus?

Autismus-Spektrum-Störungen gelten als tief greifende Entwicklungsstörungen. Unterschiede werden zwischen frühkindlichem Autismus, atypischem Autismus und dem Asperger-Syndrom. Menschen mit Autismus haben Schwierigkeiten damit,

soziale und emotionale Signale einzuschätzen oder auszusenden. Reaktionen auf Gefühle anderer Menschen oder Verhaltensweisen in bestimmten sozialen Situationen sind häufig nicht angemessen.

Charakteristisch bei

Menschen mit Autismus sind sich wiederholende Verhaltensmuster, Interessen und Aktivitäten. Weitere Informationen zum Thema gibt es bei Autismus Deutschland e. V., dem Bundesverband zur Förderung von Menschen mit Autismus (www.autismus.de).

Wie motiviert man Teenager zum Lernen?

Druck ist kontraproduktiv – Experten empfehlen, Vorteile aufzuzeigen und auf den Lerntyp einzugehen

Von Claudia Wittke-Gaida

Sie stecken mitten in der Pubertät, fühlen sich antriebslos und haben nach einer miesen Note noch weniger Bock zu lernen. Eltern machen häufig die Erfahrung: Man kann Teenager nur schwer zum Lernen motivieren. Kira Liebmann hält Vorträge zum Thema und zeigt ratlosen Eltern, mit welchen Tricks man Heranwachsende doch packen kann.

„Zuerst sollte man den Druck herausnehmen und sich bewusst machen, dass die üblichen Tipps für Erwachsene nicht bei Jugendlichen funktionieren – schon gar nicht in der Pubertät“, stellt Liebmann klar.

Erwachsene motivieren sich in der Regel mit Willenskraft und Einsicht zum Lernen. „Doch Schüler fragen immer zuerst: Was habe ich davon, dass ich das lerne?“ Also sollte man ihnen konkrete Vorteile vor Augen führen. „Für Französisch könnte man sagen: Wäre das nicht cool, wenn du mal in Frankreich bist und Freunde kennenlernst, wenn



„Was hab ich davon, wenn ich das lerne?“: Pubertierende brauchen einen konkreten Grund, für den sie lernen sollen.

FOTO: FOTOLIA

du die dann auch verstehen könntest?“

Um das Kind dazu zu bringen, sich selbst zu motivieren, helfe die Fünf-Minuten-Regel. „Man vereinbart mit dem Kind, dass es sich wenigstens fünf Minuten mit dem Stoff beschäftigt – das aber mit höchster Konzentration.“ Danach dürfe es

aufhören. Damit mache man sich den Trick zunutze, dass man nach fünf Minuten „in den Flow kommt“. Dieser Trick funktioniert in 80 Prozent aller Fälle. So überliste man das Gehirn, und das Kind bringe die Sache zu Ende, was natürlich länger als fünf Minuten dauert.

Wichtig sei auch, den Lerntyp

seines Kindes zu kennen. Nicht alle Kinder lernen, indem sie vom Blatt ablesen.

Und wie finde ich heraus, was für ein Lerntyp mein Kind ist? „Eltern können konkret fragen: Wie hast du dir das gemerkt?“ Wenn das Kind erst spät am Abend mit dem Lernen loslegt, heißt es: Bloß nicht meckern. „Eltern sollten wissen, dass ihr Kind eine andere innere Uhr hat“, erklärt Liebmann. Denn der Biorhythmus sei um zwei Stunden nach hinten verschoben. „20 Uhr Teenagerzeit ist 18 Uhr Erwachsenenzeit.“ Das hänge mit der Zirbeldrüse zusammen, die die innere Uhr steuert und das Schlafhormon Melatonin produziert. Die Zirbeldrüse arbeite bei Jugendlichen anders, weiß die zweifache Mutter. Diese Verschiebung reguliere sich erst ungefähr im 18. Lebensjahr. „Man sagt auch, man ist dann erwachsen, wenn man freiwillig früher ins Bett geht“, meint Liebmann. Zudem hemme Displaylicht von Tablet oder Handy die Melatoninproduktion.

FÜR UNS

Mein Freund, der Baum

Ferien im Forsthaus? Davon träumt nicht nur mancher Städter, sondern auch so manches Kind. Kein Wunder also, dass Leo und Carolina begeistert sind, als sie am letzten Schultag zu Onkel Paul fahren. Der ist Förster und wohnt im Wald. Timm, ihr Cousin, zeigt Leo und Carolina auf einer Lichtung seinen Lieblingsbaum: eine riesengroße Eiche. Immer wieder laufen die Kinder dorthin, klettern auf den Baum, bauen Buden oder beobachten die Tiere, die hier rundherum ihren Lebensraum haben. „Unser Baum“ von Gerda Müller ist mehr als nur ein toll illustriertes Waldbuch für Kinder: Auch Erwachsene können nochwas lernen. Wer weiß schließlich noch, wie Dachse sich bewegen?



hil

Info Gerda Müller: „Der Baum“. Moritz-Verlag. 40 Seiten, 14 Euro, ab fünf Jahren.