

Tipps vom Experten: Das Kind im Elternbett

Jürgen Plass, Diplompsychologe

Frau Britta schrieb:

Bei dem Thema Grenzen in der Erziehung fiel mir ein, dass Eltern bestimmte Dinge auch alleine zu tun haben, ob sie dabei reden oder nicht: Ihre Sexualität. Die Grenze um das Elternbett ist in vielen Familien eine heiße Frage, welche wir als Eltern entschieden vor den Kindern vertreten müssen. Zu meinem großen Erstaunen erlebe ich viele Eltern in meinem Umfeld, deren größer werdende Kinder die Mittelposition im Elternbett mit Klauen und Zähnen fast wie ein Naturrecht verteidigen. Auch in unserem Bekanntenkreis gibt es Eltern, die sich dann nicht trauen, die Grenze selbst zu ziehen. Allerdings gibt es auch wieder Eltern, die vom Familienbett schwärmen, auf die Wärme eines Kindes nicht verzichten möchten. Was ist denn dabei der richtige Weg?

Meine Antwort:

Liebe Frau Britta,

sicher ist es richtig, dass Eltern auch für sich einen intimen Raum einfordern und das sollte ganz naturgemäß der Raum für die elterliche Sexualität sein. Hinzu kommt, dass man als Eltern meist dann besonders unruhig schläft, wenn ein Kind neben einem ist, es entspricht unserem eingeschliffenen Programm des Ammenschlafs, der uns sofort wach werden lässt, sobald sich ein Kind in unserer Nähe muckst, wir aber den Lastwagen draußen auf der Straße gut überhören können. Als Eltern haben sie also ab einem bestimmten Alter ihres Kindes auch ein Recht auf einen ungestörten Schlaf. Von Kinder, denen ich tagsüber ausreichend Zuwendung, Zeit, Zärtlichkeit und Aufmerksamkeit habe zukommen lassen, kann ich mit gutem Gewissen verlangen, dass sie die Nacht alleine verbringen. Auch fördert es ihre Selbstsicherheit und Autonomieentwicklung, wenn sie sich abends quasi von uns verabschieden müssen und morgens wieder begrüßen können. Die Erfahrung, allein abends einschlafen zu können hilft ihnen auch, nachts wieder einzuschlafen, falls sie zwischendurch mal aufwachen sollten. Haben sie also die Traute, die Grenze selbst zu ziehen, Eltern brauchen Orte und Zeiten, wo sie bestimmte Dinge alleine tun oder zu bereden haben.

(Fuldaer Zeitung, 14.06.2013)