

Ich liebe dich, so wie du bist

Rezension: Detlef Träbert

Es gibt Bücher, die sind tausendmal mehr wert als der Betrag, den sie im Buchhandel kosten. Dazu gehört unbedingt auch „Ich liebe dich, so wie du bist“. Dass es dabei nicht um Partnerliebe, sondern um den Umgang mit unseren Kindern geht, verrät der Untertitel. Geschrieben haben es die Züricher Psychologen Fabian Grolimund und Stefanie Rietzler. Sie sind nicht nur Lerntherapeuten mit eigener Praxis, sondern seit vielen Jahren schon erfolgreiche Autoren zahlloser Artikel und Bücher für Kindergartenkinder, SchülerInnen, Jugendliche, Eltern und Coaches. Einige Titel der Beiden habe ich bereits besprechen dürfen, aber dieser hier hat mich begeistert wie noch keiner zuvor.

Wer ein Kind oder gar mehrere erzieht, der wird schon beim simplen Durchblättern des Buches an den verschiedensten Stellen hängenbleiben, denn es geht um die Alltagsthemen, die restlos alle Eltern kennen: Kinderwut (und versteckte Wutverstärker), Angst und was gegen sie hilft, Trauer, Grenzen und Regeln, Auszeiten (und Auswege), Scham, Umgehen mit Schulleistung, Stress und Sorgen und noch viel mehr. Stefanie und Fabian, die beiden Autoren, sind mit ihren LeserInnen auf Du und Du und erzeugen durch ihren Schreibstil eine Atmosphäre wie beim gemeinsamen Kaffeetrinken. Dass sie ExpertInnen sind, tritt allenfalls dann in Erscheinung, wenn sie aus der Fachliteratur zitieren oder zu kleinen Übungen einladen, an denen man sich in Form von Notizen oder einfachem Mitdenken beteiligen kann, sofern man das möchte.

Das Buch bietet in jedem seiner 22 Kapitel praktischen Rat und ganz konkrete Ideen für das Umgehen mit schwierigen Erziehungssituationen an. Doch das geschieht in aller Zurückhaltung und mit großer Offenheit. „Fühl dich eingeladen, die folgenden Texte auf dich wirken zu lassen und einzelne Übungen auszuwählen, die dich ansprechen“, empfiehlt das Vor-

wort auf S. 8. Einladend sind sämtliche Texte, die ursprünglich im Schweizer Elternmagazin „Fritz + Fränzi“ erschienen sind und für das Buch überarbeitet und erweitert wurden.



Wenn man „Ich liebe dich, so wie du bist“ aufmerksam liest, erschließt sich einem gegen Ende der zentrale Grundgedanke des Buches: Ich muss mich selber lieben und annehmen und ich sollte die Liebe in meiner Partnerschaft pflegen, um mein Kind lieben zu können. Ich muss mir meiner Werte bewusst sein und meinen Selbstwert kennen, dann kann ich eine gute Beziehung zu ihm gestalten. Und ich sollte gelegentlich mal aus der Perspektive des Kindes reflektieren, wie mein Erziehungsverhalten auf es wirkt.

Das Buch ist leicht zu lesen und sogar als Bettlektüre geeignet, wie ich feststellen konnte. Die Reihenfolge der Kapitel kann man frei wählen. Inhaltlich decken sie alles ab, was im Alltag mit Kindern bedeutsam ist. Schließlich haben Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund in ihrer psychologischen Praxis mit vielfältigsten Erziehungsfragen zu tun. Da sie beide zudem selber Eltern sind, geben sie nur praxisorientierte, sehr fundierte Anregungen. Und was mich an diesem Buch ganz besonders angesprochen hat, ist die pädagogische Grundhaltung: immer am Kind orientiert, aber nicht vom Kind dominiert. Wie gesagt, das Buch hat mich wahrlich begeistert.



Über den Autor

Detlef Träbert, Diplom-Pädagoge, war 18 Jahre lang Lehrer und arbeitet jetzt als Vortragsreferent, freier Journalist und Autor in Köln (<http://www.schulberatungsservice.de>). Er war bis Oktober 2012 Bundesvorsitzender der »Aktion Humane Schule«, hat den Vorsitz 2012 aus beruflichen Gründen niedergelegt. Seit 2016 ist er Ehrenvorsitzender der AHS.

Veröffentlichungen:

- Konzentration - der Schlüssel zum Schulerfolg (MEDU Verlag)
 - Das Jahr vor dem Schulstart (MEDU Verlag)
- Rechtschreibtraining mit der Schubs-Methode (MEDU Verlag)
- Mehr Freude am Lernen - So motivieren Sie Ihr Kind (MEDU Verlag)
 - Das 1x1 des Schulerfolgs (Beltz)
- "Ist das mein Kind oder Ihres!?" Erziehungsgeschichten um Kinder von null bis sechs Jahren (MEDU Verlag)
 - Schulerfolg ist lernbar. Erziehungsgeschichten und Sachtexte für gute Noten (MEDU Verlag)

Kontakt

www.schubs.info

info@schulberatungsservice.de