

Ingrid Löbner:

Gelassene Eltern – Glückliche Kinder

Mit mehr Leichtigkeit und Entspannung durch die ersten sechs Lebensjahre

Verlag Fischer & Gann, Munderfing 2016

ISBN 978-903072-20-6

300 Seiten, gebundene Ausgabe, 19,99 €

Die Autorin ist Diplompädagogin und Psychoanalytische Beraterin sowie Körper- und Traumatherapeutin. Sie arbeitet an der Familienberatungsstelle Pro Familia in Tübingen und lehrt zudem seit 1991 an der Staatlichen Hebammenschule der Universität. Seit zehn Jahren ist sie außerdem Sprecherin des „Bündnis für Familien“ in Tübingen.

Auf sympathische Art und Weise erklärt die Autorin auf den ersten Seiten ihres Buches, weshalb sie bei der Vielzahl an Erziehungsratgebern nun noch einen weiteren beisteuert. Beim Lesen des Buches stellt sich heraus, dass es sich um keinen Ratgeber im eigentlichen Sinn handelt, sondern vielmehr um Gedankenanstöße für Eltern und alle Menschen, die mit Kindern und ihren Familien zu tun haben. Ingrid Löbner beschreibt sehr einfühlsam das Seelenleben von Kindern und erklärt gut nachvollziehbar ihre Entwicklungsschritte in den ersten sechs Lebensjahren. Häufige Fragen von Eltern (wie z.B. die nach der erholsamen Nachtruhe für alle Familienmitglieder) werden aufgegriffen und sie erhalten Anregungen für schwierige Situationen mit Kindern, ohne dass Lösungswege vorgegeben werden. Dabei bestärkt die Autorin Eltern darin, auf ihr „Bauchgefühl“ zu hören und ihren eigenen Weg mit ihrem Kind zu finden. Ingrid Löbners Art über diese Fragen zu schreiben, entlastet Eltern von möglichen Schuldgefühlen und führt hin zu mehr Entspannung im gemeinsamen Miteinander. Der von der Autorin vertretene Erziehungsstil steht dabei für gegenseitigen Respekt und Vertrauen zwischen Eltern und Kindern. Dieses darf auch in Konflikten und belastenden Situationen nicht beschädigt werden. Auch hier zeigt die Autorin Wege auf, die Eltern und Kinder nicht überfordern und nimmt zugleich Eltern in die Verantwortung für ein gelingendes Familienleben. Eltern mit unbeantworteten Fragen bestärkt sie darin, Beratungs- und Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen. Ihre wertschätzende Art erleichtert hoffentlich vielen überforderten Eltern den Weg in eine Beratungsstelle!

Das Buch ist in gut verständlicher Sprache geschrieben. Der Leser/ die Leserin darf vom fundierten Fachwissen und der jahrelangen beruflichen Erfahrung der Autorin profitieren. Daher ist es für Eltern, Nicht-Eltern und Fachkräfte ein sehr lesenswertes Buch. Dabei bleibt es jedem/ jeder selbst überlassen, sich anhand der vermittelten Informationen einen eigenen Standpunkt zu bilden und zu entscheiden, welche Anregungen er/ sie übernehmen möchte.

Dorothea Wagner