

Herbert Renz-Polster



AUF DIE FLÜGEL KOMMT ES AN

**SPIEGEL
Bestseller-
Autor**



Wie Eltern
Orientierung
geben und Kinder
selbstständig
werden

BELTZ

Preis: 20 €

Erscheinungstermin: 26.02. 2026

208 Seiten, Paperback

ISBN 978-3-407-86921-0

BELTZ

Auf die Flügel kommt es an

Wie Eltern Orientierung geben und Kinder selbstständig werden

Inhalt

Dem Kind Flügel geben, beflügelt auch das Familienleben

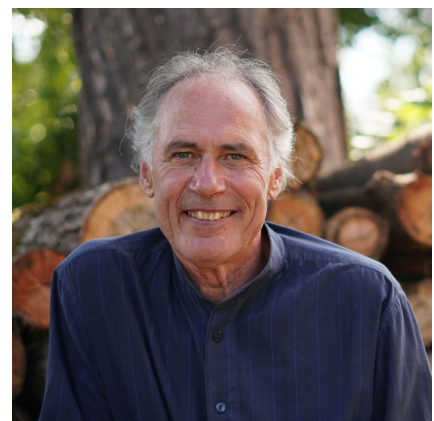
Wie sieht eine bedürfnisorientierte und zugleich befähigende Erziehung aus? Wie können wir Kinder begleiten, damit sie sicher gebunden sind und gleichzeitig selbstständig und kompetent im sozialen Miteinander werden? Wie unterstützen wir die Selbstregulation und emotionale Reifung unseres Kindes? Und wie können Kooperation und der Umgang mit Autonomiekonflikten besser gelingen?

Der Kinderarzt Herbert Renz-Polster zeigt mit Blick auf die kindliche Entwicklung, dass Kinder beides brauchen: viel Freiraum – und viel Orientierung. Denn Fliegen können ist Übungssache und hat mit Vertrauen zu tun. Auch mit dem Selbstvertrauen der Kinder, dass sie vieles schaffen, selbst wenn wir uns nicht immer um sie drehen.

In seinem bisher persönlichsten Buch gibt Renz-Polster zahlreiche orientierende Impulse für den Alltag. So können die frühen Jahre zu echten Flügeljahren werden, für die Kinder und die ganze Familie.

Der Author

Dr. med. Herbert Renz-Polster ist Kinderarzt, Wissenschaftler und Publizist. Mit seinen erfolgreichen Elternratgebern, Vorträgen und Kommentaren in den Medien gilt er als eine der wichtigsten Stimmen im Bereich kindliche Entwicklung und Erziehung. www.kinder-verstehen.de



Herbert Renz-Polster über sein neues Buch »Auf die Flügel kommt es an«

Lieber Herbert Renz-Polster, in Ihrem neuen Buch geht es um die »Flügel« in der Begleitung von Kindern. Was meinen Sie damit?

Es gibt ja dieses Bild, nach dem die Kinder für ihre Entwicklung Wurzeln, aber auch Flügel brauchen. Beides wirkt zusammen, das eine führt ohne das andere nicht zum Ziel. Wir haben in den letzten 20 Jahren einen starken Fokus auf die Wurzeln gelegt, gerade in der bedürfnisorientierten Elternschaft – also auf Bindung, achtsame Beziehungen und die Nähe-Bedürfnisse der Kinder. Das war gut, aber ich glaube, dabei sind die »Flügel« zu kurz gekommen. Damit meine ich die Unterstützung der kindlichen Selbstständigkeit.

Warum sind die Flügel so wichtig?

Ein Kind hat im Lauf seiner Entwicklung so viele Erfahrungen zu sammeln und Lernschritte zu tun! Es will die warme Kuhle des Lebens erfahren, es will aber auch seine Fähigkeiten aufbauen, immer besser mit sich selbst klar zu kommen, und mit den anderen auch. Schlüsselbegriffe heißen hier Selbstregulation und soziale Kompetenz. Und das ergibt sich nicht einfach daraus, dass wir lieb zu unseren Kleinen sind (daraus, dass wir sie triezen wie früher übrigens auch nicht :). Kinder müssen sich ausprobieren, tun und machen, aber in einem Rahmen, der sie nicht überfordert und zu ihrem Entwicklungsstand passt. Dazu suchen sie auf Schritt und Tritt nach Orientierung.

Warum fällt es Eltern oft schwer, eine Balance zwischen Orientierung und Freiheit zu finden?

Ich finde, die Eltern heute sind Held:innen. Sie haben aber viele Helfer verloren. Das eigenständige Spiel unter Kindern etwa – was für ein Booster für die Entwicklung von Selbstregulation! Das Thema heißt ja auch: Raus aus der Komfortzone! Sich was zutrauen, Ängste bewältigen, die anderen mitdenken – ein einziges Stärkungsprogramm! Kein Wunder, dass kleine Kinder mit so großen Augen auf die anderen Kinder gucken, gerade auf die älteren! Heute ist das in weiten Teilen durch Animation durch Erwachsene ersetzt. Supergut gemeint natürlich, aber oft eben leere Kalorien, wenn es um die »Flügel« geht.

Haben Sie konkrete Situationen aus dem Familienalltag, in denen Eltern die Selbstständigkeit ihrer Kinder fördern können?

Lass sie raus zu den anderen Kindern und dann verkrümle dich so gut es geht. Such dir einen Kindergarten mit viel Wärme, aber wenig Animation. Lass sie im Haushalt mitmachen, auf einladende Art, nicht mit Zwang – da passen hundert »Abenteuerspielplätze« für kleine Kinder rein. Versteh dich nicht als Servicepersonal. Vergiss nicht, dass DU die »großen« Entscheidungen triffst, nicht die kleinen Kinder, sie lernen ja erst, die Folgen zu überblicken. Und vergiss die eigene Freude nicht.