familylife KIDS

Eltern stark machen

NICHT MEIN PROBLEM!

Als Eltern kann man so vieles falsch machen. Die Elternfallen lauern überall. Bei einer gewissen benötige ich meine volle Aufmerksamkeit, um nicht immer wieder reinzutappen. Ich bin Spezialistin, mir die Probleme meiner Kinder anzueignen.

Ein Kind vergisst die Klaviernoten zu Hause, das andere lässt sein Mittagessen im Kühlschrank liegen. Beide melden sich per WhatsApp: »Oh, Mama, könntest du nicht…?« Nein, ich kann und will nicht, aber schon haben sich die beiden Probleme in meinem Kopf eingenistet. Das dritte Kind verstreut seine Sachen im ganzen Haus und räumt sie am Abend nicht weg. Am nächsten Morgen löst meine Aufforderung, alles wegzuräumen, Stress und Geschimpfe aus: «Mama, jetzt komme ich wegen dir zu spät zur Schule!« Und schon klebt ein neues Problem an mir.

Wie eine Maus tappe ich von einer Falle in die nächste, kümmere mich um alle Herausforderungen meiner Kinder und lasse zu, dass sich diese wie kleine Äffchen auf meiner Schulter festklammern. Bald schon bin ich gestresst. Dann kippt meine Reaktion zu »Hast du keine Augen im Kopf« oder »Bin ich hier das Dienstmädchen?«. Beides ist pädagogischer Unsinn. Was wäre angemessen? Ich habe mir dazu grundlegende Gedanken gemacht. Über meine Ziele für meine Kinder, aber auch darüber, was bei mir passiert, wenn ich ihre Probleme zu meinen mache.

Eltern wie ich müssen lernen, dass unsere Kinder durch ihre Probleme zu reifen und mündigen Personen werden. Wir reden hier nicht über solche, die ein Kind nicht allein lösen kann oder ihm schaden, wenn wir nicht helfend eingreifen. In den obigen Situationen kann ich ihnen beibringen, dass sie vieles selbst lösen können. Es sind Lerngelegenheiten, auch wenn mir das Zuschauen und Stillhalten schwerfällt. Kinder können Verantwortung für sich selbst übernehmen – wenn man es ihnen zutraut. Natürlich nicht von Null auf Hundert und jedes in seinem Tempo und auf seine Art. Meine Kinder jedenfalls haben den Tag ohne Klaviernoten und Mittagessen überlebt. Und das andere hat die nächsten Abende seine Sachen weggeräumt.

Und ich? Ich lerne Liebe auszudrücken, indem ich ab und zu sage: »Nicht mein Problem.« Und lautlos hinzufüge: «Dein Leben gehört dir und du musst damit umgehen lernen, weil du mich irgendwann nicht mehr hast.« Wenn ich das schaffe, spüre ich förmlich, wie die kleinen Äffchen von meiner Schulter purzeln.

Kennst du diese Elternfalle auch? Wie gehst du damit um?
Hinterfrage deine eigene Motivation: Was habe ich davon, mich so zu verhalten? Zum Beispiel: «Ich brauch's, dass man mich braucht«?

Von Alexandra Kämpf,
Mitarbeiterin FAMILYLIFE, verheiratet mit Richard. Gemeinsam haben sie drei Töchter im Alter von 7 bis 18 Jahren.

NEXT LEVEL

FÜR DEINE FAMILIE:
Überlege anhand einer Situation, die du kürzlich erlebt hast, ob und was du in Bezug auf den Umgang mit den Problemen deiner Kinder anders machen könntest.