familylife KIDS

Eltern stark machen

CHOOSE YOUR BATTLES

In unserer Familie läuft es gerade rund. Die ersten Uni-Prüfungen sind bestanden, der Fernunterricht für die Mittlere läuft und die Jüngste hat Präsenzunterricht. Ich bin dankbar. Aber ich weiß aus langjähriger Erfahrung, dass sich dieser Zustand über Nacht ändern kann. Familie ist manchmal auch wie die Sommerzeit. Wohin ich auch gehe, begegnet mir eine Baustelle: Straßengräben hier, eingepackte Häuser da und der omnipräsente Baulärm schmälert den Genuss einer Tasse Kaffee auf der Terrasse im Lieblingscafé erheblich.

Baustellen sind eine Investition in die Zukunft und ich freue mich natürlich auf den schönen Platz oder das sanierte Altstadthaus. Aber akut sind sie ärgerlich. Seit wir einmal unsere Küche im Alleingang sanierten und dabei schlechte Erfahrungen machten, gehören für mich drei Dinge zu einem Bauprojekt: Ein Architekt, eine präsente Projektbegleitung durch uns und fähige Handwerker.

Mit den familiären Baustellen verhält es sich ähnlich. Plötzlich und bei schönstem Wetter sind sie da und mit ihnen ist Einsatz und Arbeit gefragt. Bei dieser Investition in die Zukunft kann es auch mal laut sein. Für solche Zeiten habe ich mir ein Überlebensmotto zugelegt. Als jemand, der gerne alles im Griff, aber nicht unbegrenzte Energiereserven hat, hilft mir dieser eine Satz, mich auf das Wichtige zu fokussieren: *Choose your Battles*! Was heißt das? Hier zwei mögliche Situationen:

- Das Kind hört nicht zu und macht, was es will? Überlege, was dir wirklich wichtig ist und interveniere nur dort, dafür aber konsequent. Deine restliche Energie darfst du dafür einsetzen, deinem Kind zu zeigen, dass es geliebt ist.
- Dir sind Tischmanieren wichtig? Dann geh das Thema an. Vergiss dabei nicht, deinem Kind zu sagen, dass ein angenehmes Verhalten bei Tisch Ausdruck von Wertschätzung ist. Und macht ab und zu einen Pippi Langstrumpf-Tag, an dem ihr mit dem Nachtisch beginnt oder es erlaubt ist, mit den Fingern zu essen.

Choose your Battles bedeutet für meine Familie auch, unsere Energie nicht in Machtkämpfe zu verlieren, sondern lösungsorientiert zu handeln. Wie auf einer richtigen Baustelle hilft es, sich an den Architekten unserer Familie zu wenden. Dann kann ich den wichtigen Baustellen eine hohe Priorität geben und das Kind in seinen Herausforderungen begleiten. Und weil ich keine Alleskönnerin bin, muss ich auch immer wieder um Rat fragen oder etwas nachlesen, bevor ich mich als Familienhandwerkerin respektive Mutter ans Werk mache. Dieses Überlebensmotto hat sich bis heute bewährt. Und eine weitere Zutat im Familienleben ist Humor. Baustellenzeiten lassen sich damit viel leichter bewältigen.

Von Alexandra Kämpf,
Mitarbeiterin FAMILYLIFE, verheiratet mit Richard. Gemeinsam haben sie drei Töchter im Alter von 8 bis 18 Jahren.

NEXT LEVEL

FÜR DEINE FAMILIE:

Wie geht es euch als Familie gerade?

Wenn es euch gut geht: Genieße diese Zeit ganz bewusst.

In eurer Familie habt ihr viele Baustellen? Sprich mit Gott darüber und überlege dir, in welche du investieren willst.