

Leseprobe aus »*Liebevolle, elterliche Führung*«

von Mathias Voelchert

ISBN 978-3-407-86471-0 © 2017 Beltz Verlag

hier bestellen: https://shop.famlab.de/Liebevolle_elterliche_Fuehrung



INHALT

Vorwort von Jesper Juul 10

Einleitung: Gute Aussichten 13

🐾 Kapitel 1

Erziehung braucht Vertrauen, aber Vertrauen braucht keine
Erziehung 16

🐾 Kapitel 2

Nie mehr Servicepersonal 39

🐾 Kapitel 3

Warum sollen Eltern die Familie führen? 49

🐾 Kapitel 4

Familienglück – wenn Eltern sich mit ihren Kindern
entwickeln 84

🐾 Kapitel 5

Wenn der Kragen platzt – Gefühlsausbrüche von Kindern ...
und Eltern 94

🐾 Kapitel 6

Als Eltern das Steuer übernehmen, wie geht das? 121

🐾 Kapitel 7

Gute Beziehungen heilen mich und dich – schlechte
Beziehungen machen krank! 158

🐾 Kapitel 8

Wie schaffen wir die Schule, bevor sie uns schafft? 171

🐾 Kapitel 9

Pubertät – vertrauen Sie der Kraft Ihrer Familie 195

🐾 Kapitel 10

Wenn die Kinder die Stimmung in der Familie machen, ist es
Zeit, etwas zu ändern – für Väter geschrieben 210

🐾 Kapitel 11

Vom ICH zum WIR wachsen – so hält eine gute Partnerschaft
Familie zusammen 225

🐾 Kapitel 12

Trennung – wie bleiben wir trotzdem gute Väter und gute
Mütter? 243

🐾 Kapitel 13

»Lassen« lernen – und Gelassenheit gewinnen 257

Nachwort: Dankbarkeit ist Zufriedenheit 261

Anmerkungen 264

Bücher und DVDs 266

Dank 268

Über Mathias Voelchert 269

familylab – die Familienwerkstatt 270

Vorwort von Jesper Juul

Ich habe Mathias Voelcherts neues Buch mit einem stillen Lächeln gelesen – und jeden einzelnen Satz genossen. Mathias Voelchert gehört zu meinen besonders engagierten Partnern bei familylab – die Familienwerkstatt – und hat sich von Anfang an als eigenständiger Autor einen Namen gemacht. Mit seinen frühen persönlichen Erfahrungen als Vater, geschiedener Vater und Bonusvater regte er viele von uns an, dem Blickwinkel, aus dem wir Familienleben betrachten, eine neue Dimension hinzuzufügen. Selbst nach einer Trennung oder Scheidung bleiben Eltern und Kinder als Ursprungsfamilie verbunden, auch wenn die Eltern kein Paar mehr sind. Die große Frage in jeder Familie ist es nun, wie Eltern ihre Führungsrolle in der Familie verstehen und ausüben. Und ob sie bereit sind, ihre Perspektive und ihr Verhalten in einer Weise zu ändern, die neue Möglichkeiten für die persönliche Entwicklung eines jeden in der Familie schafft.

Mathias Voelchert zeigt, dass vor allem »Vertrauen« von zentraler Bedeutung für Kinder wie für Erwachsene im Familienverbund ist. Wenn ein Kind nicht darauf vertrauen kann, dass die Eltern seine grundlegenden emotionalen und sozialen Bedürfnisse in Betracht ziehen, wird es vereinsamen; und wenn Eltern nicht darauf vertrauen, dass sie beide, das Kind und die Eltern, ihr Bestes tun, werden alle vereinsamen und unfähig sein, auch nur ein Mindestmaß an Stabilität zu schaffen. Deshalb ist es für alle Beteiligten wichtig, dass sich die Eltern gründlich und aufrichtig mit ihren eigenen Stärken, Grenzen und Möglichkeiten auseinandersetzen. Tun Sie es für sich selbst, um Ihre Lebensqualität zu verbessern, dann werden die Menschen in Ihrem Umfeld ebenfalls davon profitieren. In 20 Jahren werden

Ihre Kinder Ihnen Achtung und Bewunderung zollen, weil es Ihr Anliegen und Bestreben war, dem Weg der persönlichen Integrität zu folgen. Dieser Prozess ist emotional immer schmerzhaft, aber auf einer tieferen Ebene fügt er Ihrem Leben Beständigkeit und Festigkeit hinzu und beugt der Wiederholung Ihrer alten, eingeschliffenen Verhaltensmuster vor.

In unserer heutigen Welt erleben die meisten Kinder und Erwachsenen Beginn und Ende mehrerer Beziehungen, die auf Liebe basieren, und zweifellos werden wir Mittel und Wege finden, weniger zerstörerisch damit umzugehen als in den vergangenen Jahren, in denen die Scheidungsraten um 50 Prozent gestiegen sind – und in denen viel zu viele Beziehungen zwischen Eltern und ihren Kindern gestört waren. Dieser kollektive Reifeprozess wird aus den Strategien erwachsen, die Eltern anwenden, um ihrer Führungsrolle im Erziehungs- und im Partnerschaftsalltag gerecht zu werden. Abgesehen vom Vertrauen, das sich aus verschiedenen Quellen speist, wird der Dialog auf der Grundlage gleichwertiger Achtung zwischen Eltern und Kindern von zentraler Bedeutung für das Wohlbefinden aller Familienmitglieder sein.

Dieser Dialog, der vielen Erwachsenen heute noch unrealistisch und möglicherweise als unerwünscht erscheinen mag, wird sich als Rückgrat der elterlichen Führung erweisen. In diesem Sinn ist dieses Buch ein wertvoller Begleiter für Eltern, die den Mut haben, zuträglichere Wege für sich selbst und somit auch für den Partner und die Kinder zu erkunden. In dieser Suche werden Mütter und Väter zugleich Vorbilder für ihre Söhne und Töchter sein, die das Streben nach Vertrauen und Dialog in ihre eigenen, kindlichen Beziehungen mit Freunden, Lehrern, Großeltern usw. – und später dann in ihre eigenen Erwachsenenbeziehungen – hineintragen werden. Und es damit leichter haben werden, in ihren eigenen Familien die Führungsrolle zu übernehmen.

Mathias Voelcherts Buch lebt wie seine Arbeit im familylab von dem Vertrauen, das er in die Kraft der Familie setzt, und dem Respekt, den er Müttern, Vätern und vor allem den Kindern zollt. Die vielen praktischen Tipps, die tiefen Gespräche und die lebensnahen Beobachtungen in diesem Buch werden Eltern helfen, sich selbst, ihre Bedürfnisse und Wünsche sowie ihre Grenzen besser kennenzulernen und ein gelasseneres Miteinander im Familienalltag zu schaffen.

Ihr Jesper Juul

Einleitung: Gute Aussichten

»Sagen Sie mal: Ist Eltern sein nicht der schwierigste Beruf auf der Welt?« Die Frage einer Seminarteilnehmerin war für mich deshalb interessant, weil Erziehung und Elternschaft als Beruf ausgewiesen wurden. In der Tat, Kinder auf ihrem Weg ins Leben zu begleiten ist eine Herausforderung und eine der größten Herzensangelegenheiten, die man sich vorstellen kann. Mit unseren Kleinkindern, Kindern, Jugendlichen würdevoll umzugehen und zur gleichen Zeit die Führung und die Verantwortung als Erwachsene zu übernehmen ist die Kunst des Elternseins. Und darum soll es in diesem Buch gehen.

Denn Kinder kommen nicht als unbeschriebenes Blatt auf die Welt, das Eltern je nach Belieben mithilfe von Erziehung beschreiben können. Statt zu erziehen, können Eltern für ihre Kinder einen Garten von Möglichkeiten anlegen, in dem sie wachsen und ihre Persönlichkeit ausbilden können. Dazu brauchen Kinder keine Einbahnstraßenerziehung: *Ich sag dir, was du tun sollst*, sondern sie brauchen respektvoll geführte Beziehungen: *Ich sag dir, was ich will, und du sagst mir, was du geben kannst* – und danach geht's (wenn nötig) in die nächste Verhandlungsrunde.

Erziehung wird überschätzt, ich halte sie – in der aktuell praktizierten Form – sogar für schädlich.

Was unterschätzt wird, sind die Selbstreflexion und die Stärkung des Zusammenspiels als Paar *und* als Eltern. Je besser es dem Paar geht, desto besser geht es den Kindern. Was Kinder wie Eltern brauchen, sind gute Beziehungen miteinander. Nicht nur als Paar, sondern auch getrennt lebend können Eltern Verbündete bleiben. Vielleicht ist der Beziehungsstanz zwischen Eltern und Kindern, über die gesamte Lebenszeit, die

tiefste Verbindung, die wir haben können. Die Familie begleitet einen Menschen durchs Leben.

Liebevolle elterliche Führung macht die Eltern-Kind-Beziehung stabil, sicher und stark. In einer Zeit wie heute, in der sich die Beziehungen zwischen Kindern und Erwachsenen verändern, ist es umso wichtiger, dass Eltern ihren Kindern Zugehörigkeit, Geborgenheit und Wachstumsmöglichkeiten geben und sie vor körperlichem und seelischem Schaden beschützen. So verhelfen sie ihren Kindern zu der seelischen Stabilität, die sie für ihr weiteres Leben brauchen.

Natürlich haben Eltern einen Einfluss auf ihre Kinder, aber der ist nicht so groß, wie ihn die meisten gern hätten. Und Eltern, die meinen, mehr erziehen hilft mehr, oder die der Idee anhängen, Kinder mit Druck verwandeln zu können, erreichen sogar selten, was sie beabsichtigen – und die Eltern-Kind-Beziehung leidet.

Ich bin überzeugt, dass der Umgang der Erwachsenen miteinander wesentlich mehr »erzieht«, als den meisten bewusst, ja lieb ist. Ich denke da speziell an konfliktreiche Trennungen mit anhaltendem Streit um die Kinder. Wenn wir von Beeinflussung der Kinder reden, »erzieht« der Umgang mit dem Partner mehr, als es maßregelnde Erziehungsworte je könnten.

Mein Ziel ist es, nach 18, 20, 22 gemeinsamen Jahren einen jungen Menschen in sein Leben gehen zu sehen, der sich selbst so gut wie möglich kennt, ziemlich genau weiß, was er nicht will, langsam herausfindet, was er will, sowie eigene Entscheidungen trifft. Der gut für sich und später auch für andere sorgen kann und der mit seinen Niederlagen zurechtkommt. Das schaffe ich nicht mit Erziehung, sondern mit gutem Kontakt und guter Führung. Dann bin ich als Mutter oder Vater ruhig und voller Zuversicht, weil ich weiß, ich habe alles gegeben, was ich konnte – jetzt ist das Kind selbst an der Reihe.

Wenn aber nun Erziehen gar nicht so viel leistet, was sol-

len Eltern dann tun? Ich empfehle Ihnen: Sorgen Sie gut für sich selbst, dann für Ihre Partnerschaft und schließlich für Ihre Kinder. In dieser Reihenfolge! Freuen Sie sich an Ihrem Partner, freuen Sie sich über Ihre Kinder und genießen Sie Ihr Leben – jeden Tag, jede Stunde, jetzt. Geben Sie Ihrem Stress jeden Tag etwas weniger Raum in Ihrem Leben. Ihr Stress kann Sie nicht besitzen, aber Sie besitzen ihn. Machen Sie damit, was *Sie* wollen. Das sind doch gute Aussichten!


Ich wünsche Ihnen die größtmögliche Freude im Leben mit Ihren Kindern!





Ihr Mathias Voelchert

Kapitel 1

Erziehung braucht Vertrauen, aber Vertrauen braucht keine Erziehung

»Das Wort Erziehung sollte man austreichen, das Wort Vorbild sollte man dafür hinsetzen.« Peter Rosegger, 1880¹

 Auch Eltern, die bereit sind, in ihrer Familie die Führung zu übernehmen, fallen mitunter in alte Muster der Gehorsamskultur oder in überholtes autoritäres Gehabe zurück. Bevor wir uns im Folgenden Beispiele konkreter Familiensituationen anschauen, sei diese grundlegende Frage vorangestellt: Warum ist autoritäre Erziehung nicht gut für Kinder? Die Antwort ist eindeutig: Kinder, junge Menschen verlieren den Glauben an sich selbst, werden geschwächt durch verbale, psychische Unterdrückung. Gehorsam verletzt kleine wie große Menschen. Dabei wird auch der in uns grundgelegte Wille zur Kooperation beschädigt. Die wichtige Frage ist also, wie wir als Eltern gute Führung schaffen können. Dies ist auch Thema im folgenden Beratungsgespräch.




 Julia, Mutter von Elias (3) und Arno (fast 6), kommt beim ersten Mal mit ihren beiden Kindern, aber ohne ihren Mann Oliver zur Beratung.

Julia: Schon auf dem Weg hierher, die Fahrt dauert nur 30 Minuten, musste ich zweimal anhalten, weil so ein Lärm, Geschrei und Durcheinander im Auto waren. Ich hätte fast einen Unfall

gebaut. Mir kommt es vor, als ob ein Filter in den Kindern ist, der alles, was ich sage, rausfiltert. Hier sitzen jetzt beide ganz ruhig auf dem Stuhl, das ist unüblich, normalerweise tanzen sie herum und stellen die Bude auf den Kopf. Ich bin anders erzogen worden, mit ganz anderen Maßnahmen, diese Maßnahmen möchte ich bei meinen Kindern nicht wiederholen. Aber manchmal weiß ich mir einfach nicht anders zu helfen.

Mathias: Mit Maßnahmen meinen Sie strafen und auch schlagen?.

Julia: Ja ... ich möchte aber lieber ein gutes Miteinander haben, natürlich auch mit allen Höhen und Tiefen.

Mathias: Ich sehe Ihre beiden Jungen hier ruhig sitzen und zuhören. Das zeigt mir, dass Sie das, was Sie gern von ihnen wollen, nämlich dass sie Ruhe geben, auch haben könnten. Jetzt wäre die Frage, warum Sie es nicht bekommen? Gibt es einen Vater?

Julia: Ja, aber mein Mann ist von montags bis freitags auf Reisen im In- und Ausland. Im Grunde bin ich alleinerziehend. Bis auf die Wochenenden, da ist Oliver, obwohl müde von der Arbeitswoche, viel mit den Kindern zusammen.

Mathias: Wir haben diesen Termin sehr kurzfristig vereinbart, deshalb konnte Ihr Mann heute nicht mitkommen. Es wäre aber wichtig, dass er das nächste Mal dabei ist. Wir können uns auch an einem Samstag treffen. – Aber jetzt gern zurück zu dem, was Sie beschrieben haben: Sie sagen, wenn ich es richtig verstehe, Ihre Jungen wachsen Ihnen über den Kopf, Sie haben z. B. beim Autofahren nicht die Ruhe, die Sie brauchen. Und ich habe verstanden, dass Sie von Ihren Söhnen gern ein Entgegenkommen hätten, wenn Sie wünschen, dass sie beispielsweise leiser sein sollen, und zwar ohne lange Verhandlungen.

Julia: Genau! Komischerweise funktioniert das bei meinem Pferd Lucky ohne Probleme, den schau ich nur einmal schief an, dann weiß der genau, was Sache ist. Bei Lucky funktioniert das, warum bei meinen Kindern nicht?

Mathias: Das ist die spannende Frage, die kann ich Ihnen hier und jetzt auf der Stelle nicht umfassend beantworten. Ich weiß nur, dass man Kinder nicht mit Druck verwandeln kann. Was wir aber schon beide wissen: Sie können sich so ausdrücken, dass Ihr Pferd mitmacht. Ich bin absolut sicher, dass Sie im Umgang mit Ihren Kindern etwas tun, was diese aufgedrehten Reaktionen Ihrer Kinder mit hervorbringt. Und darum geht es, wir müssen etwas anderes in den Wald hineinrufen als bisher, wenn etwas anderes – als Echo sozusagen – herauskommen soll. Ihr Pferd reagiert auf gute Autorität, auf einen Menschen, der es nicht bedroht, der eine Klarheit in der Ansprache, in der Körperhaltung hat, dem es sich anvertraut, dem es Führung über sich erlaubt.

Julia: Wenn ich Lucky saddle, lege ich den Führstrick einfach auf dem Boden ab, er bewegt sich dann trotzdem nicht von der Stelle, sondern bleibt stehen. Mein Mann sagt immer: »Wahnsinn, wie der dir folgt.« Wenn ein Hund käme oder ein Traktor vorbeifahren würde, wäre es natürlich sicherer, das Pferd anzuleinen.

Mathias: Was glauben Sie, warum Ihr Pferd Ihnen folgt?

Julia: Weil ich in dem Moment, wenn ich auf der Koppel bin, der Herdenführer bin. Bin ich nicht da, ist ein anderer Chef.

Mathias: Das haben Sie Ihren Kindern noch nicht klargemacht. Das weiß ich deshalb, weil die Situation, die Sie im Auto beschreiben, zeigt, dass Sie all das, was Sie mit dem Pferd tun, mit Ihren Kindern nur teilweise oder noch nicht getan haben, sonst würden sich die Kinder anders verhalten. Die gute Nachricht ist: Sie können mit dem Pferd die nötige Führung übernehmen, das schaffen Sie auch mit den Kindern. Und das wird es Ihren Kindern auch leichter machen, weil sie eine Mutter erleben, die nicht grenzenlos ist, sondern sagt: »Halt, hier ist meine Grenze, bitte Ruhe.« Es gibt keinen Grund, warum Kinder das nicht respektieren sollten, nur den: Wir Eltern haben

noch nicht unmissverständlich klargemacht, was wir wollen. Da gibt es dann auch nichts zu verhandeln, es muss allen klar sein: Das ist es, was Sie wollen.

Julia: Aber ich habe es nun ja bei Arno schon fast sechs und bei Elias drei Jahre lang anders gemacht. Da werde ich sicher nicht sofort Ruhe bekommen.

Mathias: Es hilft, sich mit den Kindern hinzusetzen und zu sagen: Lieber Arno, lieber Elias, ich habe Fehler gemacht, die dazu geführt haben, dass ihr wie zwei ungestüme Fohlen herumhüpft und ein großes Tohuwabohu veranstaltet. Ich habe zu spät Halt gesagt, das ändere ich jetzt. Ich bitte euch zum Beispiel, bei der Autofahrt ruhig zu sein und auch, wenn ihr im Wohnzimmer und der Küche seid. Draußen und in eurem Zimmer könnt ihr toben.

Die beiden Jungs setzen sich bei diesen Worten auf und schauen zuerst mich an, dann die Mutter.

Mathias (an die Jungen gewandt): Was haltet ihr beiden davon?

Arno (fast 6): Wenn ich toben will, kann ich in den Garten gehen.

Elias (3): Mir ist es oft zu laut.

Mathias (an Julia gewandt): Haben Sie gehört, dass Sie das, was Sie wollen, nicht bekommen können?

Julia: Nein, aber glauben Sie wirklich, dass es jetzt sofort anders werden wird?

Mathias: Dies hier ist ein Anfang. Wenn Sie drei, zusammen mit dem Vater, dranbleiben, gibt es keinen Grund, warum Sie bestimmte Situationen nicht in Ruhe miteinander gestalten können. Sie wollen die Jungen ja auch nicht »abschalten«, Sie freuen sich ja über ihre Lebendigkeit. Was Sie wollen, sind Ruhezeiten, in denen Sie zu dritt (oder zu viert) ungestört miteinander zusammen sein können, um zum Beispiel mit dem Auto von A nach B zu fahren. Kinder fühlen sich wohl, wenn

sie klare Ansagen bekommen und wissen, woran sie sind. Kinder sind keine kleinen Monster, die nicht zu bändigen sind. Sie brauchen unsere Steuerung, bis sie in der Lage sind, sich selbst zu steuern. Ich habe noch keine Familie getroffen, die es nicht geschafft hat, wenn sie es wirklich gewollt hat, Zeiten für Ruhe in der Familie zu schaffen. Es braucht nur unsere Beharrlichkeit, das macht den größten Eindruck auf unsere Kinder, darauf reagieren sie – immer.

Julia: Es geht ja oft auch schon – im Kindergarten beispielsweise können sie wunderbar ruhig arbeiten, und wenn ich mit den Kindern auf der großen Pferdekoppel bin, läuft es auch gut, da machen sie mit.

Mathias: Ich bin sicher, wenn Sie mit den Jungen auf der Pferdekoppel sind, verwenden Sie klare Worte und haben eine eindeutige Körpersprache, denn Sie wollen Ihr Pferd steuern. Auf diese Klarheit reagieren auch Ihre Kinder. Wenn wir Eltern nicht klar sagen, was wir wollen, und freundlich dafür sorgen, dass es geschieht, machen Kinder, was sie wollen. Kinder sind keine Pferde, sie sollen nicht »funktionieren«, doch sie sollen mitmachen können, diese Kooperationsfähigkeit ist in jedem Mensch von Geburt an grundgelegt. Und es kann ja nicht sein, dass Eltern ihr eigenes Leben für gut 15 Jahre an den Nagel hängen, nur weil sie Kinder haben.

Bei der zweiten Beratung, zusammen mit ihrem Mann Oliver, berichtet Julia davon, wie erstaunt sie ist, wie sich ihre Kinder verändert haben. – »Nein, Mama, du hast dich verändert«, sagt der ältere Sohn Arno daraufhin.



Kinder brauchen gute, liebevolle Führung durch ihre Eltern. Bekommen sie diese klare, liebevolle Art von ihren Eltern nicht vorgelebt, geht es drunter und drüber. Dann erscheinen die

Kinder plötzlich als unmöglich, maßlos, frech und vieles Unerwünschte mehr. Dabei drücken sie in den allermeisten Situationen nur aus, was unter der Spitze des Eisbergs nicht stimmt. *Kinder wollen ihre Eltern groß, nicht gleich.*

Die Heilung der Eltern-Kind-Beziehung geschieht, um bei dem Bild zu bleiben, in dem Teil des Eisbergs, der unter Wasser liegt. Denn Heilung kann nicht auf der Symptomebene stattfinden. Und nicht mit Sätzen wie: »Ich habe dir schon tausendmal gesagt ...«, sondern indem sich der Erwachsene als ebensolcher in das Kind, in seine Welt, das, was es hört, denkt und fühlt, hineinversetzt und den Gefühlen des Kindes durch seine Worte Ausdruck verleiht. So gehe ich als Erwachsener auf die Eigenart unserer Beziehung ein.

Es gibt keine richtigen und falschen Kinder



Maike kommt mit Tochter Finnia (4) zur Beratung.

Maike: Als Mutter bin ich tagtäglich mit Neinsagen konfrontiert, und da fällt es mir richtig schwer. In meinem Beruf als Therapeutin kann ich gut Nein sagen und Führung übernehmen. Wie kann ich meiner Tochter das Nein so vermitteln, dass sie es auch akzeptiert?

Mathias: Ich glaube, die Kernfrage ist, warum schaffen Sie es leichter im Beruf als zu Hause, eine klare und deutliche Position zu beziehen. Das höre und erlebe ich immer wieder: Berufstätige Väter und Mütter beschreiben dasselbe Phänomen, manche führen seit Jahren erfolgreich einen Betrieb mit zig Angestellten, aber zu Hause mit ihren Kindern herrschen Chaos und Streit. »Was ist da los?«, fragen sie mich dann. Nach meiner Erfahrung meinen viele, zu Hause nicht führen, son-

dern erziehen zu müssen. Die Führung, die diese Männer und Frauen in ihrem Betrieb vielleicht innehaben, wird gestützt durch Hierarchie und Fachkompetenz, durch die Aufgabe, ein Produktionsziel zu erreichen, und durch ein professionelles Setting. Es besteht ein zielgerichtetes gemeinsames Interesse zwischen Chef und Mitarbeitern, zum Beispiel Geld zu verdienen, ein Produkt zu schaffen, Freude an der Arbeit zu haben. Als Therapeutin unterstützen Sie Ihren Klienten bei seinem Wunsch, Erleichterung in seiner Situation zu finden, und sorgen durch Ihre Berufserfahrung und Kenntnisse für eine entsprechende Qualität der Arbeitsbeziehung.

Zu Hause fallen viele dieser persönlichkeitsstärkenden Unterstützungsmomente weg. Da sind wir Papa und Mama und tragen die Verantwortung für die Art und Weise, wie wir miteinander umgehen. Wenn wir versuchen, auf ähnliche Art und Weise mit unseren Kindern zu reden wie im Betrieb, geht es schief, das wissen wir, und tun es auch nicht. Aber was machen wir dann? Ich erlebe, dass Eltern heutzutage immer noch auf autoritäre Anweisungen zurückgreifen, wenn es eng wird. Wir erhöhen den Druck und meinen damit bessere Ergebnisse erzielen zu können.

Gute Führung ist das jedoch nicht, und es funktioniert auch nicht auf Dauer.

Maïke: Stimmt, das passiert mir auch immer wieder ... Aber was funktioniert denn dann?

Mathias: Gegenseitiges Vertrauen funktioniert. Gute Beziehungen funktionieren. Gleichwürdigkeit funktioniert. Eltern und Kinder sind von gleicher Würde, aber nicht gleich. Die Eltern tragen die Verantwortung, mit der Idee, diese Verantwortung Stück für Stück an die Kinder zu übertragen, bis diese »flügge« sind. – So kann die Situation »Mein Nein funktioniert zu Hause nicht« der Start für einen neuen Umgang zwischen Ihnen und Ihrer Tochter werden.

Es gibt sicherlich mehrere Gründe, warum Ihr Nein bei Finnia nicht ankommt. Mögliche Hypothesen wären: Sie sind selbst nicht so richtig von dem überzeugt, was Sie *nicht* wollen. Ihre Tochter braucht vielleicht häufiger ein Ja als ein Nein von Ihnen. Vielleicht empfindet Ihre Tochter, dass sie schon zu oft mitgemacht hat, und sagt jetzt zu Situationen Nein, die in der Sache unvernünftig sind, ihre Ablehnung bezieht sich aber eigentlich auf das viele Ja sagen zuvor. Es geht aber vielleicht auch gar nicht um das Nein, sondern es dient Ihrer Tochter dazu, Kontakt zu Ihnen herzustellen. Es könnte auch sein, dass Ihr Nein nicht klar und eindeutig ist. All diese verschiedenen möglichen Antworten treffen den Kern von Beziehung und die Fragen: Wie wollen wir miteinander umgehen? Und wie übernehmen wir gute, liebevolle Führung als Eltern? Vertrauen braucht keine Erziehung.

Maïke: Ja, dem kann ich folgen, aber was bedeutet das konkret?
Mathias: Schaffen Sie Vertrauen! Ich wiederhole es, weil ich es so wichtig finde: Dafür braucht es keine Erziehung! Zumindest mit dem, was wir heute meinen, bei der Erziehung unserer Kinder tun zu müssen. Erziehung heute bedeutet zu oft: Ich weiß, wie du zu werden hast. Ich mach was aus dir, ich weiß, wer du werden kannst. Ich bestimme, wer du bist, was du wirst, wer du wirst, mach dies, mach das ... Das ist keine gute elterliche Führung, das ist Gängelnd ohne Ende, und das macht unsere Kinder und auch uns Eltern verrückt. Es bringt die Kinder unter furchtbaren Stress. Kinder müssen dazugehören dürfen, sie lieben ihre Eltern bedingungslos. Sie opponieren nur dann gegen sie, wenn es ihnen um Lebenswichtiges geht: um ihre eigene Integrität und Würde. Achten Sie daher sowohl auf Ihre Gefühle und Bedürfnisse als auch auf die Ihrer Tochter. Achten Sie auch auf die Art, wie Sie beide miteinander sprechen und welche Körpersprache Ihr Reden begleitet. Formulieren Sie Anweisungen in klaren Sätzen. Sagen Sie ohne Umschweife

Nein, wenn es nötig ist. Wenn Sie unsicher sind, sagen Sie Ihrer Tochter, dass Sie erst nachdenken müssen und ihr später eine Antwort geben.



Wir Eltern klagen immer mal wieder, wie gestresst alle – Erwachsene wie Kinder – vom Familienalltag mit Beruf, Schule, Kita usw. sind. Es hört sich dann so an, als käme der Stress von außen und kann nur ertragen werden. Doch gestresste Eltern sind auch die Folge eines schädigenden Umgangs miteinander – Erziehung genannt. Ich behaupte, gestresste Kinder in der heutigen Zeit sind das Produkt von zu viel Überfürsorglichkeit, meist vonseiten der Mutter, und zu wenig väterlicher Anteilnahme. Ich weiß, dass das Müttern nicht gefällt, die jeden Tag über sich hinauswachsen und Übermenschliches leisten, die ihr Bestes geben zwischen Familie und Beruf. Ich will auch diesen Einsatz nicht kritisieren, im Gegenteil, ich habe größte Hochachtung davor! Doch umso trauriger sind die Ergebnisse – und ich weise auf die Folgen hin: Kinder, die überwiegend in einer überstimulierten Atmosphäre leben, in der Rückzug, allein spielen wollen, herumrasen, sich schubsen, beißen und Ähnliches schon als unsozial gebrandmarkt wird, drehen durch. Diesen Schuh müssen auch wir Väter uns anziehen, wir fehlen unseren Kindern. Unsere Art, Mann zu sein, fehlt unseren Jungen und Mädchen. Ein Drittel der Väter hat das bereits verstanden: Meine Kinder brauchen mich auch zu Hause, ich nehme Väterzeit, ich bin für meine Frau und mein Kind verfügbar. Nicht als Mamakopie, sondern als Vater und Mann, der sich selbst, auf seine Art, einbringt. Es tut sich also schon viel Gutes für die Kinder und für die Eltern, doch es gibt auch noch viel zu tun.

Wir haben diese Idee gekauft: Die richtige Art von Erziehung produziert das richtige Kind, und daraus folgt dann ein

erfolgreicher Erwachsener. Leider falsch! Unsere Kinder entwickeln sich im Wesentlichen aus sich selbst heraus. Kinder brauchen keine Erziehung, sie brauchen Geborgenheit, stabile, verlässliche, freundliche Beziehung zu ein paar Menschen, die sie lieb haben. Erziehung braucht Vertrauen. Und Kinder brauchen liebevolle elterliche Führung.

Jetzt könnten Sie denken: Dann ersetzen wir einfach »Erziehung« durch »gute Führung« und machen dasselbe weiter. Nein, dadurch wird es nicht besser! *Gute Führung ist zuerst gute Selbstführung.* Erwachsene beziehen sich so in den Lernprozess in einer Familie selbst mit ein. Gute Führung geht nicht von oben herab, sondern ist ein gemeinsamer Lernprozess. Kinder brauchen deshalb gute Führung, weil sie den Überblick noch nicht haben: Sie wissen, was sie wollen, aber nicht, was sie brauchen, weil sie erst noch Erfahrungen machen müssen, die wir Erwachsenen meist schon gemacht haben. Eltern, die gut führen, fragen sich und das Kind nach einer Situation, in der das Kind zum Beispiel laut oder aggressiv wurde: »Was können wir beide tun, dass es das nächste Mal besser geht?« Sie sagen zum Kind nicht: »Ab in dein Zimmer!« Wenn ich den Anspruch habe, meine Familie gut und liebevoll zu führen, dann bleibe ich beim Kind und behaupte nicht, es sei falsch. Ich übernehme einen Teil der Verantwortung, gerade dann, wenn etwas nicht gut gelaufen ist. Genau dann braucht jeder Mensch Unterstützung und keine Besserwisserei, schon gar keine Strafe. So entwickelt sich bedingungsloses Vertrauen in die Eltern. Dieses Vertrauen braucht eine Menge Geduld, aber keine Erziehung!