

Meine Kinder erfüllen meine Bitten nicht. Was tun?

Kommunikation Meine Kinder hören mir nicht zu. Bitte ich sie, den Tisch zu decken oder ihre Jacken an die Garderobe zu hängen, muss ich es x-mal sagen, bis ich irgendwann laut werde. Erst dann erfüllen sie meine Bitte. Das kostet mich unnötige Energie. Wie können wir hier wieder zu gegenseitigem Respekt finden?

Welche Eltern kennen das nicht: Man bittet höflich um etwas, doch wird nicht gehört. Man wiederholt das Gesagte ein- bis zweimal. Wieder wird die Aufforderung nicht erfüllt, sondern mit einem «Ja, gleich» oder «Nein, jetzt nicht» beantwortet. Als Mutter oder Vater bekommt man so zunehmend das Gefühl, gegen eine Wand zu reden und nicht ernst genommen zu werden.

Man verliert die Geduld, wird laut, schreit und droht vielleicht sogar mit «Wenn du jetzt nicht sofort..., dann...», oder man wird gar handgreiflich. Das Ergebnis solcher Eskalationen sind weinende oder trotzig Kinder und hilflose und frustrierte Eltern.

Fazit: Wenn Eltern immer wieder in die Brüllfalle tappen, glauben Kinder, dass mit Schreien alles erreicht werden kann, ganz nach dem Motto:

Wer brüllt, gewinnt. Womit wir aggressives Verhalten unserer Kinder fördern.

Doch es geht auch anders, wie es etwa Wilfried Brüning mit «Wege aus der Brüllfalle» aufzeigt. Wichtig zu wissen ist: Kinder sind Hüllenwesen. Kinder spielen mit all ihren Sinnen, wollen experimentieren. Sie sind in ihrer Welt,

Kurzantwort

Kinder sind sogenannte Hüllenwesen, sie leben in ihrer eigenen Welt und eine Art Schutzmantel schirmt sie ab. Deshalb braucht es Nähe und am besten sogar freundlichen Körperkontakt, äussert man eine Bitte an die Kinder. Die Bitte sollte kurz und klar und freundlich geäussert werden. Suchen Sie den Blickkontakt. (sh)

umgeben von einer Art Schutzmantel, der sie abschirmt. Für Eltern sind sie dann schwer zu erreichen. Auf Zuruf reagieren sie selten sofort.

Nähe schaffen hilft

Wollen wir etwas von unseren Kindern und führt dies aus der Distanz nicht zum Erfolg, müssen wir Nähe schaffen. Worte allein überzeugen unsere Kinder nicht. Worte sind für Hüllenwesen zu schwach. Wir beeindruckt nur durch persönliches Erscheinen. Unterbrechen Sie Ihre Arbeit und zeigen Sie sich persönlich. Erst durch unsere Körpersprache spürt das Kind, dass wir unsere Aufforderung ernst meinen. Suchen Sie den Blickkontakt. Schauen Sie das Kind offen und freundlich an, denn ein drohender und bohrender Blick macht Kinder ängstlich oder aggressiv.

Drücken Sie sich kurz, klar und deutlich aus, damit die Kinder Ihre Ernsthaftigkeit spüren. Zu langes Reden verwässert Ihre Bitte und Ihre Wirkung als elterliche Autorität. Und je mehr Sie sprechen, desto weniger werden Sie vom Kind gehört. Es schaltet ab.

Bleiben Sie ruhig. Bringen wir unser Anliegen laut und hektisch vor, besteht die Gefahr, dass wir unsere Kinder einschüchtern. Sie erstarren und entfernen sich von uns. Haben Sie Ihre Aufforderung ausgesprochen, schweigen Sie gekonnt, damit der Entscheidungsdruck auf die Erfüllung Ihres Anliegens steigt.

Sich als Eltern durchzusetzen, erfordert Kraft. Gut ist, wenn wir uns immer wieder vergegenwärtigen, dass unsere Kinder uns nicht verärgern wollen, sondern den Körperkontakt benötigen, um unsere

Anliegen zu erfüllen. Nur so lassen sich nervige Momente, kräfteraubendes Brüllen, überflüssige Drohungen und Androhung von Gewalt vermeiden. Der Erfolg liegt bei Ihnen.



Lic. phil. Irène Wüest, Eich
Skill-Coach, Organisations- und
Kommunikationsberaterin
www.skillcoach.ch

Suchen Sie Rat?

Schreiben Sie an: Ratgeber LZ,
Maihofstrasse 76, 6002 Luzern.
E-Mail: ratgeber@luzernerzeitung.ch
Bitte geben Sie Ihre Abopass-Nr an.
Lesen Sie alle unsere Beiträge auf
www.luzernerzeitung.ch/ratgeber.