

# Erziehungsschwierigkeiten

## Erste Schritte von der Bestandsaufnahme zur Problemlösung

Dipl.-Psych. Andrea Richter

Was mag Sie veranlasst haben, auf dieser Seite nachzuschlagen? Hat Ihr Schulkind gestohlen? Oder verzweifeln Sie über Essgewohnheiten und Bekleidungsform? Bringt Sie eher der Fernsehkonsum, das nasse Bett oder die Lüge auf die Palme? Keine Hilfe im Haushalt, heimliches Rauchen oder Unpünktlichkeit? Sind Sie ratlos, wie Sie sich bei Trotz, Streitereien zwischen den Geschwistern, beim Schuleschwänzen verhalten sollten?

Es mag Sie ein wenig erleichtern: Diese oder ähnliche Sorgen bewegen irgendwann einmal jede Mutter und jeden Vater – ob alleinerziehend oder als Elternpaar. Alle Erziehenden kennen die zeitweilig auftretenden Gefühle von Ohnmacht, Hilflosigkeit oder Resignation über das eigene Kind – ob es nun 1 Jahr oder 17 Jahre alt ist. Und die meisten Eltern wissen aus eigener Erfahrung, wie weit weg die harmonische Werbewelt mit den wundersam funktionierenden, glücklichen Familien von der Realität sein kann. Deshalb sollten Sie sich nach dieser – manchmal schmerzhaften – Erkenntnis nicht gleich zur unfähigen Mutter/Vater degradieren. Im Gegenteil! Denn Sie begeben sich auf die Suche nach Veränderung für eine belastende Situation – eine Verantwortung, die nicht jede/r zu übernehmen bereit ist.

## Vorab

Vielleicht erwarten Sie auf dieser Seite eine schnelle und probate Lösung für Ihre Schwierigkeit nach dem Prinzip: Bei Problem X sollte man dies oder jenes tun, dann verschwindet das Problem sehr zügig. Übrigens: Viele Probleme verschwinden im Laufe der Zeit wirklich von selbst, weil ihr Auftreten zwangsläufig an die Entwicklung Ihres Kindes gekoppelt ist. Denken Sie nur an die anstrengende Phase des ersten

Begreifens im Kleinstkindalter! Die Zeit, in der Ihr Kind im wahrsten Sinne des Wortes alles be-greifen wollte – um es anschließend wieder fallen zu lassen. Nein, universelle Ratschläge können Sie im Folgenden nicht lesen. Weil: Sie leben mit Ihrem Kind in einer ganz eigenen, in Ihrer Umwelt, die sich aus sehr speziellen Bedingungen und Beziehungen zusammensetzt, die möglicherweise Teil des Problems darstellen und damit auch zur Fundgrube für Ihre Lösung sein werden.

Allgemeine Ratschläge lassen zwangsläufig diese familienspezifischen Faktoren außer acht. Außerdem vermag auch manch gesprochener oder geschriebener Ratschlag eines vermeintlichen Profis – wie von Verwandten, Lehrern, Erziehern oder andere professionellen Beratern – nicht nur bei Erziehungsproblemen erschlagend wirken. Deshalb betrachten Sie das Folgende eher als allgemeinen unterstützenden Denkanstoß für **Ihre** individuelle Suche nach Lösungen und Veränderungsschritten. Die anschließenden Fragen können hier nur als Anregung dienen. Vielleicht gelangen Sie über deren Beantwortung zu neuen Zusammenhängen und Sichtweisen, die es Ihnen dann ermöglichen, etwas Neues auszuprobieren und zugleich Bewährtes beizubehalten. Eine richtige oder falsche Antwort kann es dabei nicht geben, entscheidend ist, dass Sie **Ihre** Antwort entdecken.

## Der Ist-Stand

Nehmen Sie sich in einem ungestörten Augenblick Zeit und finden Sie ein treffendes Wort oder eine „Schlagzeile“, um das leidliche Problem aus Ihrer Sicht zu beschreiben, z.B. Trotz, Lügen, Unordnung, Leistungsabfall. Das ist der Ausgangspunkt und Ist-Zustand, den **Sie** verändern möchten. Dieses ‚Sie‘ ist hervorgehoben. Denn es kann sein, dass Sie dieses Problem mehr als andere Familienmitglieder beschäftigt, vielleicht weil Sie auf besondere Weise von den Folgen betroffen sind.

Ein genauer Blick auf das leidliche Problem kann hilfreich sein. In welchen Situationen tritt es zum Beispiel nicht auf? Gibt es Tageszeiten, Orte oder Personen, die das unliebsame Verhalten zeitweise verschwinden lassen? Es mag sein, dass es in verschiedenen Konstellationen schlicht weg nicht vorkommt. Was ist dann anders, was machen **Sie** in dieser Situation anders? Auch der Zeitpunkt des ersten

Auftretens kann interessante Informationen geben. Seit wann besteht dieses Problem? Veränderten sich in letzter Zeit für Sie und Ihr Kind vertraute Abläufe? Welche Funktion könnte die Schwierigkeit haben?

Die berühmte Wunderfrage sei noch gestellt: Was würde sich verändern, wäre das Problem schlagartig verschwunden? Sagen Sie nicht sofort aufseufzend: Das wäre wunderbar! Woran würden Sie zuallererst spüren, das sich das Problem in Luft auflöste?

## **Der Soll-Zustand**

Es könnte sinnvoll sein, wenn Sie sich detailliert vor Augen führen, was künftig anders sein soll bzw. was **Ihr** ganz persönliches Ziel ist, das **Sie** erreichen wollen. Wünschen Sie mehr Ordnung, berechenbare Pünktlichkeit, Diskussionen in normaler Zimmerlautstärke? Wie erstrebenswert findet überhaupt Ihr Partner, Ihr Kind oder XY dieses Ziel? Unabhängig von Ihrer hypothetischen Antwort in diesem Augenblick ist es ratsam, wenn Sie Ihren Partner, Ihr Kind und XY konkret danach fragen, sozusagen Ihr Anliegen abgleichen.

Wie realistisch ist das von Ihnen ersehnte Ziel? Versuchen Sie, sich auf einer Skala von 1 (für unrealistisch) bis 10 (für absolut realistisch) festzulegen. Anhand dieser Skala können Sie ab und zu sichtbar überprüfen, wo Sie gerade bezüglich Ihres favorisierten Ziels stehen. Wie lange sollte es dauern, bis Sie dieses Ziel erreicht haben wollen? Wer könnte Sie dabei unterstützen? Was ist Ihr erster kleiner Schritt auf dem Weg zu diesem Ziel? Woran würden Sie, Ihr Kind, Ihr Partner oder XY merken, dass Sie dem Ziel ein Stück näher gekommen sind?

## **Der Weg vom Ist zum Soll**

Veränderung dauert, erfordert Geduld und Konsequenz. Die Einführung neuer oder Veränderung von bestehenden Regeln als notwendige Orientierung für alle, bringt einen für alle Familienmitglieder vertrauten Ablauf zuallererst aus dem Takt. Ein gewohntes und berechenbares Gefüge in Ihrer Familie muss sich neu sortieren. Rückschläge in „die Steinzeit“ als Test gehören deshalb mit dazu. Es ist in gewisser Weise die Überprüfung, ob sich eine familienspezifische Neuheit auch als wirkungs-

und sinnvoll erweist. Deshalb könnte es auch hilfreich sein, dass Sie Ihren Wunsch und Ihre Absicht, etwas verändern zu wollen, veröffentlichen.

Gönnen Sie sich außerdem sehr bewusst **konkrete** Gedanken darüber, was gut funktioniert – schon immer oder neuerdings zeitweise. Ihnen fällt garantiert etwas ein! Unterschätzen Sie nicht die berühmten Kleinigkeiten, die in angespannten Zeiten als Selbstverständlichkeiten erhalten müssen und nicht mehr beachtet werden! Machen Sie mehr davon. Es hat eine zwingende Logik, dass automatisch dem Nichtfunktionierenden die Zeit beschnitten wird.

Die allerletzte Frage soll gleichzeitig ein Anfang sein: Wann haben Sie Ihr Kind zum letzten Mal für was gelobt? Und Sie sich selbst?...

### **Vertiefende und weiterführende Literatur:**

Hargens J (2002). Kinder, Kinder... oder: wer erzieht wen... und wie. Verlag borgmann publishing. (<http://www.verlag-modernes-lernen.de>)

Eder R (2002). Dauernd ist sie beleidigt - Wie Töchter und Mütter gut durch die Pubertät kommen. Herder Verlag. (<http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3451053047/drmedmichaungero>)

Dreikurs R, Soltz V (2001). Kinder fordern uns heraus - Wie erziehen wir sie zeitgemäß? Klett-Cotta. (<http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3608942777/drmedmichaungero>)

Dreikurs R, Grey L (2000). Kinder lernen aus den Folgen - Wie man sich Schimpfen und Strafen sparen kann. Herder Verlag. (<http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3451048841/drmedmichaungero>)

Weitere Literaturhinweise finden Sie auf unserer **Literaturseite "Kinder, Erziehung, Familie"** (<http://www.ipsis.de/literatur/litkinder.htm>).