

«Begleiten und loslassen - Eigenverantwortung bei Kindern fördern»

Maya Risch
Familienberaterin und Familylab Seminarleiterin

Elternbildungsabend vom 30.3.22, online



Die elterliche Verantwortung

Wenn ein Kind zur Welt kommt, müssen die Eltern die Bedürfnisse ihrer Babies zeitnah befriedigen und deren Integrität schützen. Sie übernehmen also zu Beginn die gesamte Verantwortung für ihr Kind.

Nach und nach dürfen die Eltern für einzelne Bereiche im Leben des Kindes die Verantwortung abgeben und dem Kind überlassen. So lernt das Kind schrittweise, diese zu übernehmen. Dieses Abgeben und Loslassen ist dabei oft eine grosse Herausforderung für viele Eltern.

Wofür können Eltern ihrem Kind nach und nach die Verantwortung überlassen? Hier einige Beispiele:

- Essen: Wann ist es satt? Wann hat es Durst?
- Ausscheidung: Wann muss es zur Toilette?
- Kleidung: Was will es anziehen?
- Frisur: Wann will das Kind wie die Haare schneiden? Wie?
- Schlaf: Wann ist das Kind müde? Wieviel Schlaf braucht es?
- Freunde: Mit wem will es gerne spielen? Mit wem fühlt es sich wohl?
- Hausaufgaben: Wann will es die Aufgaben machen?
- Taschengeld: Wofür gibt es das Geld aus?

Für die Atmosphäre, den Umgangston und die Qualität der Beziehungen in der Familie bleiben jederzeit nur die Eltern verantwortlich. Diese Verantwortung können und sollen die Kinder *nie* übernehmen. Damit ist vor allem gemeint, dass die Eltern die Verantwortung übernehmen für Konflikte die nicht konstruktiv verlaufen und für eigene Fehler geradestehen. Sich Hilfe zu holen, damit das gelingt, ist keine Schwäche, sondern zeugt von verantwortungsvollem Handeln.

Maya Risch, Beraterin SGfB , Familylab Seminarleiterin, Familienberaterin,
Erwachsenenbildnerin SVEB1, Rosmarinweg 3, 8057 Zürich, Tel: +41 76 428 99 84,
[Email: kontakt@mayarisch.ch](mailto:kontakt@mayarisch.ch), www.mayarisch.ch

Wann können wir dem Kind Verantwortung überlassen – Zeitpunkt

familylab.ch



- Kind will von sich aus
- Ich als Mutter/Vater will die Verantwortung überlassen
- Konflikte deuten darauf hin, dass es Zeit ist

Soziale Verantwortung und Eigenverantwortung

Verantwortung ist ein zentraler Begriff, wenn Eltern und Pädagogen über Kindererziehung sprechen. Von Verantwortung wird in so vielen Zusammenhängen gesprochen, dass ich hier zwei Formen unterscheiden will:

familylab.ch



Soziale Verantwortung	Persönliche Verantwortung
<ul style="list-style-type: none">• Für eine Gruppe• Für die Familie• Für die Gesellschaft• Kann delegiert werden• Ist nötig und wichtig damit das Zusammenleben funktioniert	<ul style="list-style-type: none">• Für die eigenen Bedürfnisse• Für die eigenen Gefühle• Für die eigenen Grenzen• Für die verschiedenen Lebensbereiche• Kann nicht delegiert werden• Schutz der eigenen Integrität

Warum ist es so wichtig persönliche Verantwortung als Eltern zu übernehmen?

Wenn die Verantwortung für unsere Gefühle, Grenzen und Bedürfnisse nicht übernehmen, fühlen sich die Kinder schuldig, weil wir sie dann, ohne es manchmal bewusst zu wollen, für unseren Unmut etc. verantwortlich machen und dafür, dass unsere Grenzen nicht eingehalten und Bedürfnisse nicht erfüllt werden. Und das ist nicht die Aufgabe unserer Kinder, dafür zu sorgen.

Beispiel: Wenn ich Kindern nicht rechtzeitig (proaktiv) handle und dann in Zeitnot gerate, weil wir zu lange auf dem Spielplatz geblieben sind und ich dann frustriert bin:

Reaktion ohne Verantwortung zu übernehmen

- fluchen, Kinder antreiben, Aussagen wie «Nie macht ihr» oder «Immer tut ihr» «Könnt ihr nicht mal wenigstens...»

Reaktion mit Übernahme persönlicher Verantwortung

- Ou, jetzt habe ich die Zeit vergessen, wir sind zu spät dran und ich bin frustriert, hungrig
- Was mache ich fürs nächste Mal anders, damit es mir besser geht und ich nicht mehr in Zeitnot und Frust gerate?

Übernehme ich keine Eigenverantwortung, übernimmt oft jemand anderer diese für mich und „bestimmt“ so über mich.

Wenn ich für meine Gefühle keine Verantwortung übernehme, d.h. sie nicht ausspreche sind diese trotzdem im Raum „heimatlos“ spürbar und beeinflussen die Stimmung. Das ist dann spürbar durch dicke Luft, Spannung im Raum, Unsicherheit. Diese nehmen die Kinder sehr gut wahr, können sie aber oft nicht einordnen und es besteht die Gefahr, dass die Kinder dann denken, sie machen etwas nicht gut, lieb, richtig und sind Schuld an dieser Stimmung.

Wie übernehme ich persönliche Verantwortung?

Zur Eigenverantwortung sind die wenigsten von uns erzogen worden, doch ist sie die grösste Kraft die wir kennen, um das eigene Wohlbefinden und Selbstwertgefühl zu fördern und den Gruppen, denen wir angehören, kreative Energie zuzuführen.

- Ich nehme meine Gefühle wahr und drücke sie in einer persönlichen Sprache aus.
- Ich setze meine Grenzen früh genug, ruhig und klar.
- Ich bin mir klar über meine Wertvorstellungen und Gedanken.
- Ich gebe niemandem die Schuld für meine Gefühle wie z.B. Frustration, Wut, Unlust.

Persönliche Sprache

- „Jetzt werde ich wirklich ungeduldig.“
- „Ich bleibe jetzt hier, bis.....“
- „Ich will nicht länger warten.“
- „Ich werde unruhig und mache mich jetzt bereit, warte draussen“
- „Gerade jetzt, weiss ich auch nicht...“
- „Es tut mir leid, dass... kannst du bitte mithelfen...“

Maya Risch, Beraterin SGfB , Familylab Seminarleiterin, Familienberaterin, Erwachsenenbildnerin SVEB1, Rosmarinweg 3, 8057 Zürich, Tel: +41 76 428 99 84, Email: kontakt@mayarisch.ch, www.mayarisch.ch

Eigenverantwortliches Handeln fördern



- Vorleben, indem sie selber Verantwortung für ihre Gefühle etc. übernehmen
- Grenzen der Kinder respektieren, z.B. beim Essen, wenn es satt ist
- Kinder müssen «Nein» sagen dürfen
- Erfahrungen machen lassen (nass, kalt)
- Lernprozesse begleiten (was könnte dir helfen, das selber zu machen?)

Persönliche Verantwortung übernehmen

Damit das gelingt, brauchen Kinder Eltern, die

- ihnen etwas zutrauen und ihnen vertrauen
- sie eigne Erfahrungen selber machen lassen
- fehlerfreundlich sind und die Kinder auffangen, wenn etwas noch nicht gelingt
- sie begleiten, ermutigen und loslassen
- damit umgehen können, wenn Kinder für sich einstehen und auch mal «Nein» sagen
- Persönliche Verantwortung für ihre Fehler übernehmen

Wenn es nicht klappt und das Kind die Verantwortung nicht übernimmt

Dann kann es sein, dass nur die Aufgabe, nicht aber die Verantwortung ans Kind übertragen wurde. Möglicherweise kann das Kind die Verantwortung auch nicht übernehmen und dann muss ich sie nochmals zu mir als Elternteil zurückholen und dies auch so kommunizieren oder klären, was das Kind noch braucht, um sie zu übernehmen und den Lernprozess enger begleiten.

Unterschied

Verantwortung übernehmen

- Ich entscheide, wann und wie ich eine Aufgabe mache
- Ich denke selbständig an die Aufgabe
- Ich koordiniere, kontrolliere, bewahre die Übersicht.
- Ich stehe gerade, wenn etwas nicht gelingt.

Aufgaben übernehmen

- Jemand sagt mir, wie und wann ich die Aufgabe machen soll.
- Ich führe aus.
- Ich muss nicht dran denken.
- Ich kann Aufgaben übernehmen, ohne dafür verantwortlich zu sein.
→entlastet

**„Es gibt keinen anderen Menschen, der genauso ist wie ich,
und auch niemanden, der mich besser kennt als ich selbst,
deshalb muss ich selbst die Verantwortung
für mein Leben übernehmen.“**

Jesper Juul

Einen Artikel von mir zum Thema Verantwortung überlassen findet ihr hier:
<https://mayarisch.ch/eigenverantwortliche-kinder-verflixt-schwierig-auszuhalten/>

Wenn du gern weitere Artikel von mir bekommen willst und informiert sein willst, wann Kurse und Referate stattfinden, dann trage dich hier ein. Voraussichtlich im September erscheint ein Interview mit mir zum Thema «Persönliche Verantwortung» oder ähnlichem Titel im Magazin FritzundFränzi.

<https://mayarisch.ch/newsletter/>

Literatur:

Jesper Juul: Vom Gehorsam zur Verantwortung

Jesper Juul: Leitwolf sein, liebevolle Führung in der Familie