

Lebensratgeber

## Alle andern dürfen!



Rita Steiner\*

«Du bist die strengste, unnachgiebigste Mutter. Alle aus meiner Klasse dürfen mit dem letzten Zug nach Hause kommen. Nur ich nicht. Kannst du nicht einfach mal Ja sagen?» Türeknlend verlässt der Sohn den Esstisch.

Jede Mutter, jeder Vater kennt den Spruch «Alle andern dürfen», insbesondere während der Pubertät ihrer Kinder. Er löst Fragen und Unsicherheit aus: Bin ich zu ängstlich? Traue ich ihm zu wenig zu? Stehe ich gar seinem Glück im Weg? Habe ich als Jugendliche nicht auch meine Eltern bearbeitet, um bei einer Kollegin zu übernachten, bei der man länger TV schauen konnte als zu Hause? Mein Sohn hat doch sein Zimmer aufgeräumt. Es gibt keinen Grund, ihn nicht gehen zu lassen.

Es ist gut, wenn solche inneren Dialoge stattfinden. Man sucht sie nicht freiwillig. Man sollte sich jedoch nicht aus der Ruhe bringen lassen und die eigene Person in Frage stellen. Endlosdiskussionen und Vergleiche sollten vermieden werden. Vergleiche machen unglücklich. Denn jedes Kind ist einzigartig, auch wenn es das im Moment nicht so sehen will. Macht das erste Nein unsicher, sollte man sich Zeit nehmen und sich mit andern Eltern austauschen. Man braucht nicht 100 Argumente, um ein Nein zu rechtfertigen. Wichtig ist, dass man nicht aus schlechter Laune Nein sagt und bei sich bleibt. Dabei tut es gut zu wissen, dass das Nein dem Kind Halt und Sicherheit gibt. Ruhig und bestimmt sollte man die Gründe für die Forderung erklären und nicht vorschnell von den Regeln abweichen. Mit der Zeit wird das Kind die Werthaltung und das schützende Umfeld seiner Familie schätzen lernen.

In einer liebevollen Umgebung Grenzen setzen heisst, dem Kind Orientierung zu geben. Gerade weil Kinder stark bedürfnisorientiert sind, brauchen sie die Erfahrung, dass nicht alle Wünsche erfüllt werden. Sie müssen lernen, mit Frustrationen und Zurückweisungen umzugehen. Das macht sie stark.

Und das Schwierigste für Mutter oder Vater: In diesem Moment werden sie von ihrem Sohn oder ihrer Tochter nicht geliebt. Dies auszuhalten, lohnt sich.

\* Rita Steiner ist Mitarbeiterin im Samowar, Jugendberatung Bezirk Meilen, [www.samowar.ch/meilen](http://www.samowar.ch/meilen), Telefon 044 924 40 10, [steiner@samowar.ch](mailto:steiner@samowar.ch). Buchtipp: Klaus Hurrelmann und Gerlinde Unverzagt (2008): «Kinder stark machen für das Leben – Herzenswärme, Freiräume und klare Regeln». Herder. ISBN 978-3-451-05891-2. Fr. 18.90.