

RAT VOM EXPERTEN

„Ach, mach doch, was du willst!“

Zehn Mal ist es jetzt schon gesagt: „Räum dein Zimmer auf!“, „Putz dir die Zähne!“ oder „Füttere die Hasen!“ – und der Nachwuchs hat immer Ausreden wie „gleich“ oder „nachher“ parat. Und passieren tut nichts. Schließlich kommt das „Mach doch was du willst!“ des Vaters. Genervt wendet er sich ab und überlässt seinen Filius sich selbst – aber sicher in der Hoffnung, dass dieser jetzt doch endlich das macht, was er als Vater möchte.

Das Kind freut sich zunächst, kann es doch jetzt eigentlich machen, was es will. Aber so richtig genießen kann es die Situation auch nicht: Zurück bleibt ein Unbehagen, ein schlechtes Gewissen oder der Eindruck: „Meinen Eltern ist egal, was ich mache.“



Der Autor Jürgen Plass ist Diplom-Psychologe und Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche.

Foto: Ralph Leupolt

Bei der Botschaft „Mach doch, was du willst“ sitzt das Kind in Wirklichkeit in einer Falle: Egal, was das Kind macht, es ist verkehrt. Denn klar ist: Eigentlich meint der Vater mit seiner resignierenden Aussage nicht „Mach doch, was du willst“, sondern „Mach doch endlich das, was ich dir eben gesagt habe“. Also: Tut das Kind im Wortsinne das, was Papa gesagt hat, nämlich, das, was das Kind will, dann tut es nicht das, was Papa eigentlich gemeint hat. Und tut es das, was der Papa gemeint hat, dann tut es nicht das, was Papa gesagt hat. Das nennen Experten eine Doppelbotschaft. Sie schafft Unwohlsein, Unsicherheit und Desorientierung.

Was ist besser?

- Verzichten Sie auf Doppelbotschaften. Sagen Sie klar, was Sie erwarten. Aussage, Gedanken, Körperhaltung und Mimik sollten zusammen passen.
 - Seien Sie sparsam mit den Anweisungen. Kinder können nicht alle Dinge auf einmal umsetzen.
 - Wenn Sie jedoch eine Bitte, Anweisung, Aufforderung geäußert haben, dann sollten Sie dran bleiben und sich erst zurückziehen, wenn das Kind das getan hat, was von ihm erwartet wurde.
- Auf diese Weise weiß es, woran es mit Ihnen ist, was den Eltern wichtig ist, was von ihm erwartet wird. Das hilft dem Kind, sich klar zu orientieren und zu überprüfen, wann es unbedingt sein muss, auch nicht so gern gemachte Dinge auszuführen und wo doch noch Verhandlungsspielraum besteht.