

## TIPPS DES EXPERTEN

### Man soll versöhnt den Tag beschließen

Manchmal gelingt es nicht, einen Streit zwischen Eltern und Kind an einem Tag zu beenden. Die Erledigung der Hausaufgaben klappte nicht, der Sprössling war frech zu den Großeltern, das Zimmer ist immer noch nicht aufgeräumt... Es droht die Verschleppung des Konflikts in den nächsten Tag. Aber am Abend muss der Tag in irgendeiner Weise abgeschlossen werden. Soll der Ärger mitgenommen werden? Wie gehen Eltern damit um, dass es nicht zur Klärung kam? Sind die Eltern so enttäuscht, dass es ihnen schwer fällt, abends noch die übliche Schmusestunde einzulegen?

### Bei dieser Entscheidung sind drei Gedanken hilfreich sein:

**1.** Manchmal hilft es, aus seiner Verhärtung herauszukommen, wenn man sich überlegt, dass man ja nicht das Kind, sondern dessen Verhalten kritisieren sollte (also nicht: „Du bist unordentlich“, sondern: „Dein Zimmer ist heute noch nicht aufgeräumt“). Mit dieser Überlegung könnte es dann für Eltern wieder leichter sein, die abendliche Gute-Nacht-Routine mit vorlesen, erzählen, kuscheln durchzuführen. Fühlt man sich aber absolut zum Kuscheln nicht in der Lage, so kann man das dem Kind sagen und darauf verweisen, dass morgen ein neuer Tag ist und der eigene Ärger dann veräuscht sein kann.

**2.** Die Kinder sollten nicht auf ihrem Ärger, ihren Ängsten und

Sorgen sitzen bleiben. Wenn sie am nächsten Morgen mit den Gedanken an den Konflikt des Vortages nicht wissen, wie sie mit Mama und Papa wieder ins Gespräch kommen können, dann bleibt ihnen manchmal



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

Foto: Ralph Leupolt

nur der Weg, wieder Unsinn zu machen: Dann erhalten sie nämlich auf jeden Fall die Aufmerksamkeit der Eltern – wenn auch in negativer Form. Auch bei allem begründeten Ärger auf ein Kind, muss dem Kind die Sicherheit bleiben, dass es in überschaubarer Zeit Beziehung zu den Eltern aufnehmen kann.

**3.** Die Eltern sind die Brückenbauer zur Versöhnung: Sie sollten den ersten Schritt machen, ohne dabei den Kindern die Verantwortung für ihr Problemverhalten abzunehmen. Helfen Sie also nach einem Konflikt Ihren Kindern, wieder in guten Kontakt mit Ihnen zu kommen, am besten noch am Abend – oder aber zumindest mit Aussicht auf den nächsten Tag.

[www.erziehungsberatung-fulda.de](http://www.erziehungsberatung-fulda.de)