

## "Mein Kind, seine hoheitliche Eminenz, wünscht nun zu baden. SOFORT!"



**Na, auch einen kleinen Herrscher im Haus? Dann haben wir schlechte Nachrichten: "Ihr Eltern habt ihn selbst dazu gemacht. Denn kein Kind wird mit Thron geboren", sagt Familienberater und Bestsellerautor Mathias Voelchert.**

von Miriam Kühnel • [Quelle](#)

Wenn man einen Familientherapeuten um Rat fragt, sollte man darauf gefasst sein, unbequeme Antworten zu bekommen. Zum Beispiel die, dass kein Kind der Welt als Problemkind geboren wurde. Meinen Einleitungssatz "Ich habe einen Prinzen zum Sohn" quittiert Mathias Voelchert, Familienberater und Gründer der Familienwerkstatt familylab, mit einem kurzen: "Falsch!" Dann erklärt er mir: "Sie haben keinen Prinzen zum Sohn, Sie haben Ihren Sohn selbst zum Prinzen gemacht." Ich schlucke. Ob er Recht hat? Ich höre mir die Erläuterung des Experten in Sachen Kindererziehung und Familienleben an und bin mir wenige Minuten später sicher: Ja, verdammt, er hat Recht. Wir waren es. Ohne es zu merken, haben wir den kleinen Sultan selbst in den Adelstand erhoben.

### Früher gab es Prügel

Mein einziger Trost: Wir sind nicht alleine. "Früher hat man Kinder geprügelt oder in welcher Form auch immer bestraft, um sie gefügig zu machen", sagt Mathias Voelchert. Dann habe man zum Glück bemerkt, wie schädlich diese Praxis für die Kinder und für die Beziehung zwischen Erwachsenen und Kindern ist. "Die große Frage ist jetzt ja aber: Wie funktioniert Familienleben denn nun, so ganz ohne Angst vor Bestrafung?" Ich nicke. Ganz genau das ist mein Problem. Denn auch ich will nicht blöd drohen. Erst recht nicht mit sinnbefreiten Strafen. Aber ich will mich auch nicht ständig in Machtkämpfen wiederfinden. Schon gar nicht, wenn mir Dinge wirklich wichtig sind. Wie schaffe ich es, dass mein Kind in diesen mir wirklich wichtigen Dingen mit mir kooperiert?

## Vor allem Jungs werden zu jähzornigen Blaublütern erzogen

"Kinder kooperieren immer!", widerspricht mir Mathias Voelchert. Aha, denke ich und frage mich, ob er sich da so ganz sicher ist. Vielleicht müsste er meinen Sohn mal kennenlernen und würde seine Meinung dann ändern? Doch dieser Zahn wird mir schnell gezogen. Denn in der Thronfolger-Spirale, von der er mir erzählt, erkenne ich uns sofort wieder. Besonders Jungs geraten schnell hinein, sagt Mathias Voelchert, und zwar aus guten Gründen. "Um Jungs machen sich Eltern oft viel zu viele Sorgen. Da Jungs im Kleinkind- und Grundschulalter in vielen Bereichen den Mädchen ganze zwei bis vier Jahre in der Entwicklung hinterherhinken, beginnen Eltern, hochzurechnen und zu problematisieren. Sie trauen ihren Jungs weniger zu, machen sich Sorgen um ihre Zukunft und versuchen sie dann mit Lobhudelei für jede Kleinigkeit in die vermeintlich richtige Richtung zu manipulieren." Ich gehe in mich und versuche, ehrlich zu mir zu sein. Ja, es stimmt, merke ich zerknirscht. Ich liebe meinen Kleinen viel. Sehr viel. Vielleicht, weil er mir Sorgen macht. Ich dachte, das stärke ihn. "Ein echtes und ehrliches Feedback, ja. Aber ein manipulatives Lob schwächt ihn eher", sagt Mathias Voelchert. "Das zeigt ihm nämlich nur, dass Sie ihm wenig zutrauen."

## So entstehen Prinzen und Prinzessinnen

Ich weiß nun also, wie kleine Prinzen (es gibt aber natürlich auch Prinzessinnen) entstehen. Man glaubt, die Kinder in eine Richtung (er-)ziehen zu müssen. Das Kind bekommt dauernd wertendes Feedback, aber wenig wertfreien, echten Kontakt, also nur selten die Message: "Ich sehe und nehme dich genau so wie du bist."

Das frustriert die Kinder und sie beginnen, unseren Erwartungen zu entsprechen. Sie werden zu Sorgenkindern, zu Schreihälsen, Terrorzwerge und kleinen Herrschern. Sie bedienen ganz einfach unser Bild von ihnen und unsere (wenn auch unerwünschte) Erwartung an sie. Und während wir aus Furcht vor dem nächsten Wutanfall in vorauseilendem Gehorsam versuchen, es unseren Kindern auch ja recht zu machen, übernehmen die Kinder eben einfach mal die Führung. Irgendwer muss es ja schließlich tun. "Auch das ist eine Form der Kooperation", sagt Mathias Voelchert. Nun, wo er Recht hat, hat er Recht.

## Wie kommen wir da wieder raus?

Die gute Nachricht: Jeder, der ein Kind auf einen Thron gesetzt hat, kann ihm auch wieder davon runter helfen. Und das ist übrigens nicht nur für den Seelenfrieden der Eltern unerlässlich. "Kinder brauchen eine liebevolle elterliche Führung. Sie brauchen außerdem guten Kontakt und Eltern, die es nicht scheuen, sich mit Entscheidungen auch mal unbeliebt zu machen." Ich gestehe, dass mir in manchen Situationen die Nerven fehlen, mich so richtig unbeliebt zu machen und dann das darauffolgende Gewitter auszuhalten. "Aber das ist Ihr Job", sagt Mathias Voelchert sehr freundlich, aber bestimmt. "Eltern müssen sich manchmal die Hände schmutzig machen."

## Das Praxisbeispiel: Die Tür

Um sicher zu gehen, dass ich alles richtig verstanden habe, gehen wir ein Praxisbeispiel durch. DIE TÜR. Mein Sohn hält es für sein königliches Privileg, sie zu öffnen. Sobald es klingelt, brüllt er "ICH MACH AUF!" und rennt los. Seine Schwestern, mein Mann und ich erstarren und warten darauf, dass er zur Tür eilt (was manchmal wirklich dauern kann, denn sein Zimmer ist im Obergeschoss).

Wenn doch einmal einer vor ihm geöffnet hat – man weiß ja, dass zum Beispiel Postboten nicht gerade in Zeit baden können – ist die Hölle los. Was also tun mit den blaublütigen Herrschaftsansprüchen? "Machen Sie die Tür auf", rät mir Mathias Voelchert, "und halten Sie seine Frustration darüber mit ihm zusammen aus. Setzen Sie sich zu ihm, während er tobt, bis er sich beruhigt hat. Sie können ihn, wenn er so weit ist, in den Arm nehmen oder sagen: Das war jetzt sicher schwer für dich. Aber halten Sie es mit ihm gemeinsam aus. Was er daraus lernt ist: Auch wenn ich frustriert werde, kann ich mich beruhigen. Wenn ich sauer, traurig und enttäuscht bin, ist das in Ordnung. Mit der Zeit wird er das verinnerlichen und gar nicht mehr so extrem reagieren, weil seine Frustrationstoleranz wächst." Wichtig sei es, das Kind niemals falsch zu machen, also seinen Ausbruch und seine Gefühle zu kritisieren oder sogar ins Lächerliche zu ziehen. "Die Frage, die man sich stellen muss, ist immer: Beschädigt mein Verhalten mein Kind oder frustriert es mein Kind nur? Frustration ist ok. Beschädigung auf keinen Fall."

### Warum es so wichtig ist, dass Kinder Frustration kennen

Wenn Mathias Voelchert von Frustration spricht, dann meint er keine mutwilligen Spielchen auf Kosten des Kindes, damit es mal ein bisschen Demut lernt. Er meint damit die vielen kleinen Alltagssituationen, in denen sich die Welt einfach nicht um das Kind oder den Willen des Kindes dreht. "Kinder, die sich für den Nabel der Welt halten, können am Ende nur verlieren. Spätestens in der Pubertät erkennen sie ihren Irrtum nämlich und haben dann aber nicht gelernt, mit dem Frust darüber umzugehen."

Wenn wir unseren kleinen Prinzen und Prinzessinnen also wirklich etwas Gutes wollen, sollten wir aufhören, es ihnen immer recht machen zu wollen. Es wird vielleicht allen etwas weh tun, ihnen die Krone behutsam vom Kopf zu nehmen. Aber es wird sich am Ende lohnen. Denn ohne Krone auf dem Köpfchen kann man sein Kind viel besser sehen. So wie es ist, mit all seinen Fähigkeiten und Unfähigkeiten. Und genau das scheint der Schlüssel zu einer guten Beziehung zu sein.



Mathias Voelchert (1953) ist Gründer der [familylab.de](http://www.familylab.de) - die [familienwerkstatt](http://www.familienwerkstatt.de) in Deutschland / [Gründer und Leiter BimW Beziehungen im Wandel](http://www.bimw.de) • <http://www.bimw.de>  
Er ist Betriebswirt, Ausbilder, Praktischer Supervisor, Coach mit systemischer Ausbildung und diversen Weiterbildungen, Autor und seit 1983 selbstständiger Unternehmer. Mathias Voelchert berät Paare, Familien, Schulen und Unternehmer/innen zum Thema Gleichwürdigkeit und gelingende Beziehungen. Er ist Vater von zwei erwachsenen Kindern.