



# Bewusste Elternschaft

MIT KINDERN WACHSEN

**WER BIN ICH ÜBERHAUPT ALS BEGLEITPERSON FÜR KINDER?**

**WAS FÜR EINE BEZIEHUNG MÖCHTE ICH ZU MIR UND MEINEN KINDERN  
LEBEN?**

Auch wenn das Leben manchmal so kompliziert zu sein scheint,  
findest du in meinen Fachartikel **einfache und alltagstaugliche Antworten**,  
mit denen du dein Leben bewegen kannst.

In diesem Artikel geht es um:  
**VERANTWORTUNG IN DER FAMILIE: WO ÜBERNIMMST DU ZU VIEL  
ODER ZU WENIG?**

Sandra Burri | Bewusste Elternschaft | Fach-Artikel 2017-2020

[www.sandra-burri.ch](http://www.sandra-burri.ch)

# Verantwortung in der Familie: Wo übernimmst du zu viel oder zu wenig?



Sandra Burri|Allgemein|9. Oktober 2018

Wenn es mal zu Hause knallt, stellt sich die Frage, wer denn gerade die Verantwortung in der Familie hat und übernimmt...

Bei uns fangen bald die Ferien an. Dies nutzen wir in unserer Familie auch, **um gemeinsam in die Familienenergie einzutauchen und die Verantwortlichkeiten in unserer Familie zu klären.**

Ich möchte dich in diesem Artikel einladen, bei deiner Familie genauer hinzuschauen und dich inspirieren zu lassen, gemeinsam mit deiner Familie neue Lösungen zu finden. Und natürlich auch zu klären, wer in eurem Verbund welche Verantwortlichkeit übernimmt und welche Bedürfnisse hat.

Denn das bringt Entspannung in die ganze Familie.



**«Ich glaube, daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemanden empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Beziehung.» Virginia Satir**

Unsere Beziehung mit den uns anvertrauten Kindern ist ein stetiger Prozess. Wir dürfen unsere Kinder von der vollständigen Abhängigkeit (Baby) in die Eigenverantwortlichkeit und Selbstverantwortung begleiten.

Dies ist ein stetiger Wachstumsprozess von uns Eltern mit den Kindern. Es ist ein Weg. Der oft ein Innehalten braucht. Was mir am meisten hilft, ist der Perspektivenwechsel.

### **Ich wechsele wie von der Bühne ins Publikum. Dann bin ich nicht mehr die Mitspielerin, sondern die Beobachterin.**

Ich schaue mir das Ganze von oben, unten, hinten und vorne an. Ich schaue mir die Situation aus allen möglichen Perspektiven an. Zoome hin und wieder zurück. Dann kann ich mich klar fragen:

- 1. Was passiert? Was beobachte ich?**
- 2. Wenn ich es von allen Seiten betrachte, was sehe ich?**
- 3. Wie fühlt sich jeder einzelne in dieser Situation?**
- 4. Wie könnte eine neue Lösung aussehen zum Wohle von allen?**

Die schönen Worte von Virginia Satir helfen mir zu verstehen, welches Bedürfnis bei meinen Liebsten und mir zu wenig Beachtung bekommt. Wo ich ansetzen kann.

**GENAUSO KANNST DU ES MIT DEN VERANTWORTUNGEN IN DEINER FAMILIE MACHEN.**

**WO ÜBERNEHME ICH ZU WENIG ODER ZU VIEL VERANTWORTUNG FÜR MICH, MEINEN PARTNER UND MEINE KINDER?**



Wer trägt welche Verantwortung in der Familie? Darf ich mehr Verantwortung abgeben oder darf ich mehr Verantwortung übernehmen?

**Wenn wir unseren Kindern zu viel Verantwortung abnehmen, nehmen wir ihnen viele Erfahrungen ab, die sie stärker und selbstsicherer machen.**

In dem ich als Erwachsener schaue, dass die Grundbedürfnisse gedeckt sind, traue ich meinem Kind Eigenverantwortung zu. Die Kinder haben aus meiner Sicht ein Anrecht auf Vertrauensvorschuss von uns Erwachsenen. Ich traue dir das zu...

Oft kommen wir als Eltern ins Dilemma, weil wir nicht sicher sind, wessen Verantwortung in der Familie es ist. Unsere Ängste und eigenen Kindheitserlebnisse funken uns dazwischen.

Mit diesem Tool möchte ich dir eine Möglichkeit geben, damit du herauszufinden kannst, wessen Verantwortung es ist.

### **Überleg dir eine Situation, wo du unsicher bist:**

- Perspektivenwechsel/Beobachterrolle einnehmen
- Ist das Kind zu jung, um die Verantwortung zu übernehmen? Bist du dir nicht sicher, spreche dich mit anderen Eltern und Fachpersonen ab.
- Könnte jemand ernsthaft und schwerwiegend verletzt werden? (Zum Beispiel, Kleinkind springt auf die Straße, ein Kind schlägt das andere Kind mit einem gefährlichen Gegenstand)
- Wessen Problem ist es? Kann ich dieser Person diese Erfahrung zutrauen?
- Wenn ich meinem Kind diese Erfahrung nicht zutraue, vor was möchte ich mich und mein Kind schützen?



## Hier ein häufiges Beispiel aus meiner Praxis:

Das Schulkind wird am Morgen pünktlich geweckt und trödelt herum. Die Mutter ist schon ziemlich genervt, weil ihr klar ist, dass das Kind zu spät in die Schule kommt.

### **Punkt 1:**

**1: Wir wechseln als Mutter die Perspektive und fragen uns: Ist das Kind zu jung, um die Verantwortung zu übernehmen pünktlich in der Schule zu sein?**

*– Nein, es ist nicht zu jung, wenn ich als Mutter genügend früh wecke und es den Ablauf kennt, bis es Zeit ist in die Schule zu gehen.*

**2: Könnte jemand ernsthaft und schwerwiegend verletzt werden?**

*– Nein.*

**3: Wessen Problem ist es, wenn das Kind zu spät kommt? Kann ich dem Kind diese Erfahrung zutrauen?**

*– Es ist das Problem des Kindes. Ja, ich kann meinem Kind diese Erfahrung zu trauen.*

**4: Wenn bei dir ein Nein kommt, darfst du dich fragen, vor was du dich und dein Kind schützen möchtest:**

*– Ich möchte mein Kind von den Konsequenzen des Lehrers schützen. Ich möchte mich schützen vor....*



## **Wenn ich meinem Kind Verantwortung übergebe, wird es frei und selbstständig...**

**Wenn ich ihm die Verantwortung kappe, bleibt es in der Abhängigkeit und fängt sich an zu wehren oder resigniert.**

Deshalb finde ich es wichtig, von Zeit zu Zeit die Verantwortlichkeiten zu prüfen. Dies hilft auch in den Partnerschaften.

Wenn ich merke, ich habe in einem Punkt zu viel Verantwortung übernommen, hilft ein klärendes Gespräch und das gemeinsame Herausfinden von neuen Lösungen.

**Manche Verantwortungen in der Familie werden sich sofort an den richtigen Platz bewegen und andere brauchen Zeit und ein Dranbleiben.**

Im Vertrauen, dass wir alle auf dem Familienweg gemeinsam unterwegs sind.

Sonnige Grüße

Sandra Burri

Hier findest du weitere inspirierende Artikel von mir:

<https://sandra-burri.ch/artikel/>

