



«Eltern müssen es aushalten, sich unbeliebt zu machen»

Mathias Voelchert leitet das «familylab» in Deutschland, eine «Familienwerkstatt», die spezialisiert ist auf Vorträge und Seminare rund um Familienthemen. Im Interview spricht Voelchert über das Wesen von Konflikten, ihre Bedeutung für Familien und die Gefahr von endlosen Debatten.

Interview von Stefan Millius mit mit Mathias Voelchert

[Quelle](#)

Mathias Voelchert, wir sprechen in diesem Interview über Konflikte. Deshalb zuerst die Definition: Was ist ein Konflikt für Sie – etwas zwischen gepflegter Debatte oder lautstarkem Streit? Oder etwas völlig anderes?

Für mich liegt ein Konflikt zwischen gepflegter Debatte, lautstarkem Streit bis hin zum Zwang durch Gewaltmissbrauch. Das Gegenbeispiel wäre der Dialog, im Dialog ist mir die Meinung des anderen wichtig, ohne sie zu kommentieren. Seine Meinung zur Kenntnis nehmen und für mich verarbeiten, das ist das Ziel. Ein fruchtbarer Dialog sieht das Gegenüber als gleichwürdig an. Im Konflikt wird das Gegenüber als Objekt/Sache gesehen, die es zu manipulieren gilt. Im Dialog sind beide gleichwürdige Subjekte. Schon diese Grundhaltung macht manche Einigung leichter.

Das Wort Konflikt und erst recht der Begriff Streit ist negativ besetzt. Zu Recht?

Konflikte und Streit haben eine schlechte Presse. Weil wir nicht gelernt haben, dass sie zu allen Beziehungen dazu gehören. Wir haben nicht gelernt, konstruktiv mit Konflikten umzugehen. Wenn wir destruktiv mit Konflikten umgehen, bleiben

hinterher nur Gewinner und Verlierer. Wenn wir konstruktiv mit Konflikten umgehen, ist es die Aufgabe desjenigen, der mehr Macht hat, gut für den anderen zu sorgen. Die Mächtigen sind in der Familie die Eltern, im beruflichen Umfeld die Vorgesetzten, Leiter, Chefs. In der Politik diejenigen, die Länder mit grösserer Macht vertreten.

Man hat den Eindruck, in früheren Zeiten wurden – Ausnahmen vorbehalten – Konflikte in Familien gar nicht erst ausgetragen oder wenigstens nicht sichtbar. Denn es gab ja klare Autoritäten aufseiten der Eltern und Gehorsam aufseiten der Kinder. Kann man das so generell sagen? Und wenn ja, welche Folgen hat es, wenn Konflikte nicht gelebt werden?

Ja, das ist auch meine Erfahrung. Die Gehorsamskultur, die heute noch viel verbreiteter ist, als wir das wahrhaben wollen – denken Sie an Abhängigkeiten, ungute Hierarchien in der Wirtschaft, Filmindustrie, Autoindustrie, Politik etc. Der Wunsch nach Gehorsam steckt uns noch tief in den Knochen, es wäre ja auch so schön: Ich sage, was du tun sollst und du tust es – ohne Widerworte. So weit die Theorie. Die Praxis sieht so aus, dass Eltern heute – wie alle Führungskräfte – lernen sollten, wie gute, liebevolle Führung in der Familie geht. Wenn sie das schaffen, wird Familie immer mehr zur Freude. Die Führungskräftebildung beginnt in der Familie! Wenn Konflikte in der Familie nicht – zum Wohle aller – geheilt werden, fangen Einzelne an die Symptome dessen «auszubrüten», was nicht ans Licht kommen darf und werden im schlimmsten Fall krank und bekommen falsche Diagnosen.

Neben dem autoritären Ansatz gibt es auch Eltern, die Konflikte vermeiden, indem sie einfach alles zulassen. Was hat das für Auswirkungen?

Auch das ist keine beziehungsweise eine schlechte Führung. Mit schlimmen Folgen für die Kinder und Jugendlichen, die sehnen sich – wie alle Menschen – nach wohlwollender, klarer Führung durch die Erwachsenen. Einer Führung, der ich als Kind oder Jugendlicher vertrauen kann, weil ich weiss, dieser Vater, diese Mutter ist auf meiner Seite, auch wenn es mir grade nicht passt, was die sagen. Kinder und Jugendliche suchen geradezu das «Nein», die eindeutige Position des Erwachsenen. Erst wenn sie diese Grenze des Erwachsenen tatsächlich spüren, werden sie ruhig. Und können – wenn sie es ein paar Mal erlebt haben – die Frustration und die Trauer darüber aushalten lernen, dass sie «das Jeweilige» nicht haben können. Kinder und Jugendliche wollen, dass wir Erwachsenen ihre Frustration und ihre Trauer darüber aushalten. Eine der wichtigsten Lektionen im sozialen Leben.

Was lernt ein Kind, wenn zu Hause Konflikte – ob zwischen den Eltern, Eltern und Kindern oder zwischen den Kindern – zugelassen werden?

Das Kind lernt: Konflikte sind nicht das Ende der Welt. Wir können konstruktiv mit jedem Konflikt umgehen. Es wird nicht immer eine ideale Lösung geben, aber wir lassen unser Leben nicht von ungelösten Konflikten bestimmen, sondern bleiben im

Gespräch, auch wenn wir heute noch keine Lösung haben. Das Leben geht gut weiter, auch nach einem Konflikt.

Muss man eine Art Regelwerk für das Austragen von Konflikten aufstellen? Oder ist das eine Sache von Fall zu Fall?

Ja, eine Regel ist entscheidend: Keine Schuldzuweisungen, keine Beschämungen. Leider passieren uns Erwachsenen hier die unmöglichsten Dinge, einfach weil wir nicht gelernt haben, wie mit einem Konflikt konstruktiv umzugehen ist. Und weil wir nicht wissen, wohin mit unserer Wut. Doch das ist und bleibt unser Job als Erwachsene. Nicht die Kinder sind daran schuld, dass wir nicht gelernt haben, mit unserer Frustration umzugehen. Wenn ich das erkannt habe, sage ich genau das, und wir können zusammen eine neue Konfliktkultur in unserer Familie begründen.

Die meisten Familien kennen Konfliktklassiker: TV-Konsum, Taschengeld, Ausgangszeiten und so weiter. Gibt es weniger bekannte Konfliktfälle, auf die Sie bei Ihrer Arbeit stossen?

Nun, wir erleben im familylab, in der Familienwerkstatt, ja alle Arten von Konflikten in Familien, mit Kindergärten, Schulen und so weiter. Letztlich bleibt es dabei immer die Verantwortung der Erwachsenen. Sie tragen die Verantwortung für den Verlauf und das Ergebnis. Wenn es Beschämte gibt, haben die Erwachsenen versagt. Viele Eltern sind sich ihrer Macht gar nicht bewusst. Sie wissen nicht, was es bedeutet, wenn sie freundlich – aber bestimmt – bei ihrer Haltung bleiben. Das macht Eindruck. So fällt es Kindern und Jugendlichen leichter mitzumachen, als wenn die Eltern versuchen, durch Entgegenkommen jedem Konflikt auszuweichen. Das macht Kinder «verrückt». Wir Eltern müssen es aushalten, uns immer wieder bei unseren Kindern unbeliebt zu machen. Die Liebe unserer Kinder zu uns ist auf einer viel tieferen Ebene wirksam.

Wenn man sagt, Konflikte sollten ausgetragen werden, befürchten viele Eltern, nun über alles und jedes endlos debattieren zu müssen. Müssen sie das oder ist das dann ein falsches Verständnis des Begriffs?

Nein, endlose Debatten ruinieren gute Beziehungen, auch dafür tragen Eltern die Verantwortung. Einen Konflikt konstruktiv auszutragen, bedeutet nach meinem Verständnis, zu sagen: Nein, das will ich nicht, oder ich will es so und so. Und dann dem Kind oder Jugendlichen Zeit zu geben, um mein Statement zu verdauen. Gerne sollten wir Eltern dann weggehen und so das Kind oder den Jugendlichen mit der Botschaft in Ruhe lassen. Damit sich das Kind nicht auch noch gegen den hohen Druck wehren muss, wenn ich insistiere, sondern in Ruhe nachdenken kann. Viele Konflikte überstehen diese Phase nicht, und es kommt zu einer guten Einigung. Manchmal geht es in die nächste Runde, das bedeutet: Freundlich und bestimmt seine Meinung kundtun und dabeibleiben – oder sich korrigieren, wenn man

einsieht, dass sich was verändert hat. Und schauen, was das Kind oder der Jugendliche will.

Bei einem Konflikt mit anschliessender Entscheidung gibt es in der Regel auch einen Verlierer. Muss das so sein oder kann man aus jedem Konflikt eine «Win-win-Situation» machen?

Nein, es ist ein Märchen, dass man aus jedem Konflikt eine «Win-win-Situation» machen kann. Das wissen wir alle. Es gibt Frustration, Wut, Trauer, ausgelöst durch die Entscheidung des Mächtigeren, in dem Fall der Eltern. Situationen, an die ich hier denke, habe ich beschrieben in dem Buch «Ich geh' aber nicht mit zum Wandern». Es liegt aber auch in der Macht der Eltern, dass sich die Kinder nicht als Verlierer fühlen. Denn oft genug kommen sie zum Beispiel vom Wandern zurück und sagen: So blöd war es gar nicht.

Und wenn es einen Verlierer gibt: Wie kann man dann gewissermassen die Wunden heilen?

Zuerst durch Zuhören. Wie hast du es erlebt? Nur zuhören. Dann durch Anerkennen der Wunden. Ich sehe, das war für dich sehr schlimm, mit zum Wandern zu gehen. Das nächste Mal finden wir einen besseren Weg für dich und für mich. Ich weiss noch nicht, wie, aber ich habe dich gehört und werde in diesem Sinn handeln.

Wir alle hätten es gerne harmonisch und möchten nach einem anstrengenden Arbeitstag zu Hause eigentlich keine Konflikte austragen. Warum lohnt sich aus Ihrer Sicht eine lebendige Konfliktkultur dennoch auf lange Sicht?

Eine grosse Frage. Sie hat viel mit meiner Integrität als Vater, Mutter zu tun. Ich hatte einen anstrengenden Arbeitstag, jetzt komm ich heim und weiss genau, meine zwei Buben sind total aufgeladen und freuen sich auf mich, wollen spielen, tollen, sich raufen. Und ich will nur ein Bier und die Füsse hochlegen. Okay, wenn es so ist, dann ist es an mir, weder an mir, aber auch nicht an den Jungs, etwas falsch zu machen. Ich habe das Bedürfnis nach Ruhe, die Jungs nach Raufen. Das erst einmal klar zu kriegen, ist schon die halbe Miete. Das auszusprechen ohne Vorwurf, als Analyse, so sind wir, das hilft, das ist der erste Schritt. Zweiter Schritt: Was können wir tun? In der Familie mit der ich gearbeitet habe, kam der Vorschlag von den Jungs mit 6 und 8 Jahren: Der Papa könnte ja erst ein Bier trinken mit seinen Freunden und dann mit uns in den Garten gehen zum Fangen spielen. So haben sie's gemacht. War das die Lösung für immer? Nein, aber für den Moment.

Interview von Stefan Millius mit Mathias Voelchert

www.familylab.de