

4 häufige Wert- vorstellungen

Ich muss die Kontrolle haben.

Menschen, die diese Überzeugung hegen, versuchen auf verschiedene Art und Weise die Kontrolle zu übernehmen. Sie benutzen Logik oder Tränen, werden ausfallend oder sind charmant. Sie sind bockig und vermeiden es, Gefühle zu zeigen — denn Gefühle zu zeigen, kann den Verlust der Kontrolle bedeuten. Auch von anderen abhängig zu sein, ist eine Möglichkeit die Kontrolle zu haben: man ist ihnen zu Diensten. Menschen, die die Kontrolle haben müssen, versuchen Peinlichkeiten zu vermeiden. Sie mögen keine Überraschungen. Sie wollen Ordnung um jeden Preis. Sie wehren sich dagegen kontrolliert zu werden. Menschen, die zu diesem Verhalten neigen, fördern möglicherweise Rebellion in Kindern, die nicht kontrolliert werden wollen. Abhängigkeit wird ebenfalls dadurch gefördert. Das Kind wird dann keine Entscheidung treffen, ohne dass ihm jemand gesagt hat, was es tun soll. Wenn es älter wird, gerät es leichter unter den negativen Einfluss von Gleichaltrigen. Eltern, die die Kontrolle haben müssen, sagen oft: „Du machst besser, was ich dir sage.“ oder „Tu’ was ich dir sage.“

Die Kehrseite: Menschen, die die Kontrolle haben müssen, können lernen, die Situation, nicht das Kind zu kontrollieren. Da sie gut sind im Organisieren, können sie Richtlinien aufstellen und dem Kind die Entscheidung innerhalb dieser Richtlinien überlassen. Sie brauchen dem Kind nicht ihren Willen aufzuzwingen, sondern sie können ihm die Möglichkeit geben, aus den Konsequenzen zu lernen.

Ich muss perfekt sein.

Perfektionisten tolerieren keine Fehler – weder bei sich noch bei ihren Kindern. Alles, was nicht perfekt ist, sehen sie als schlecht an. Von Kindern Perfektionismus zu erwarten, ist entmutigend. Perfektionisten sagen zum Beispiel: 'Du hast nicht dein Bestes gegeben/getan.'

Die Kehrseite: Perfektionisten können lernen, den Mut zu haben, nicht perfekt zu sein. Keiner ist perfekt. Sinnvollerweise müssen wir das als eine der Realitäten des Lebens betrachten. Perfektionisten müssen lernen, ihre Fehler offen zuzugeben und einen Sinn für Humor zu entwickeln, was ihre eigenen Schwachen betrifft. Sie können sich auf ihre eigenen und die Bemühungen und Fortschritte ihrer Kinder konzentrieren. Es ist nicht nötig, perfektes Verhalten zu erwarten.

Ich muss überlegen sein.

Dem Perfektionisten sehr ähnlich sind Menschen, die überlegen sein müssen. Sie müssen nicht perfekt sein, nur besser! Diese Eltern betonen Wettbewerb und Nützlichkeit. Sie sind oft kreativ. All dies sind gute Eigenschaften. Menschen, für die Überlegenheit wichtig ist, fühlen sich überfordert und haben keine Zeit. Sie fühlen sich oft schuldig, weil sie nicht alles erledigen können, was sie erledigen wollten. Möglicherweise rufen sie Gefühle der Unterlegenheit in ihren Kindern hervor oder sie fördern ebenfalls ein Streben nach Überlegenheit in ihnen. Eltern, für die Überlegenheit wichtig ist sagen: „Das kannst du besser machen.“

Die Kehrseite: Sie können ihre Kreativität benutzen, um ihren Kindern zu helfen, ihre Stärken zu entwickeln. Sie können Situationen schaffen, in denen die Kinder ihre Stärken unter Beweis stellen können. Außerdem können sie lernen, die totale Selbstaufopferung zu vermeiden, indem sie sich Zeit für sich selbst nehmen.

Ich muss es anderen recht machen.

Diese Eltern würden fast alles tun, um es ihren Kindern recht zu machen. Sogar dann, wenn es nicht im Interesse der Kinder wäre. Sie verwöhnen ihre Kinder oder übernehmen, was in deren Verantwortungsbereich fällt. Vielleicht versuchen sie sogar die Liebe ihrer Kinder zu 'kaufen'. Die Kinder lernen daraus, selbstüchtig zu sein. Diese Eltern würden sagen: "Die Bedürfnisse meiner Kinder sind wichtiger als meine." „Wenn mein Kind etwas nicht mag, was ich tue, ist es meine Schuld.“

Die Kehrseite: Diese Eltern können lernen, sich selbst etwas Gutes zu tun. Sie können sich Gedanken machen, über ihre Rechte als Eltern. Sie können ihrem Kind die Möglichkeit geben, für seine Belange Verantwortung zu übernehmen. Sie können lernen, entschieden und freundlich zu sein. Außerdem können sie ihre Kinder ermutigen, nicht nur zu nehmen, sondern auch zu geben.