Wer trägt die Verantwortung in der Familie?

Infothek für Eltern

Kinder brauchen Freiheit – aber auch Klarheit. Sie wollen mitbestimmen – aber nicht alles entscheiden. Dieser Beitrag hilft, Alltagssituationen besser einzuordnen und einen gesunden Weg zwischen Fürsorge und Mitbestimmung zu finden. Sandy Kinnigkeit

1. Parentifizierung

Wenn Kinder zu viel Verantwortung übernehmen müssen – etwa für die Stimmung zu Hause, das Wohlbefinden der Eltern oder Entscheidungen, die sie nicht überblicken können –, entsteht eine sogenannte «Parentifizierung». Das bedeutet: Das Kind wird zu früh in eine Erwachsenenrolle gedrängt. Lina ist vier Jahre alt. Ihre Mutter holt sie nach der Arbeit aus der Kita ab und sagt: «Ich bin so müde von der Arbeit – sag du, was wir kochen sollen.» Was harmlos klingt, ist für das Kind eine Überforderung.

2. Entlastung statt Einbindung

Oft entstehen solche Situationen, weil Eltern erschöpft sind oder weil sie gut gemeint die Kinder einbinden möchten. Doch wenn das Kind immer wieder spürt: «Ich muss für Mama oder Papa denken», entsteht Druck. Es wird in die Rolle gedrängt, fürsorglich zu handeln, obwohl es Sicherheit braucht. Ein Satz wie dieser kann helfen: «Du musst das nicht entscheiden – das mache ich.» Es entlastet Kinder, wenn sie spüren, dass die Erwachsenen angemessen für sie sorgen.

3. Mitbestimmen – aber altersgerecht

Ja, Kinder wollen mitbestimmen – und das ist gut so! Aber: Ein dreijähriges Kind kann nicht entscheiden, ob es heute in die Spielgruppe geht oder nicht. Hingegen kann es bestimmen, ob es die rote oder blaue Jacke trägt oder am Nachmittag lieber auf den Spielplatz geht oder zu Hause bleibt. Altersgerechte Beteiligung stärkt die Selbstwirksamkeit.

4. Eltern sind keine besten Freund:innen

Eltern müssen erwachsene Entscheidungen treffen, das Kind darf kindlich sein. Es ist völlig in Ordnung, wenn es die Entscheidungen der Eltern für «nicht in Ordnung» empfindet und dies durch Emotionen zeigt. Beziehungen entstehen nicht durch Dauerharmonie, sondern durch Klarheit in der Rollenverteilung und den Verantwortungsbereichen sowie durch Gleichwürdigkeit, Präsenz und Verlässlichkeit.

5. Eltern mit Herz und Haltung

Kinder lernen durch das, was sie beobachten und um sich herum wahrnehmen. Wenn Eltern zu ihren Entscheidungen stehen, sich Fehler eingestehen und umsichtig handeln, lernen Kinder: «So geht Verantwortung.» Das stärkt die innere Orientierung – nicht durch Druck, sondern durch erlebte Haltung.

6. Vertrauen statt Kontrolle

«Kinder brauchen Gelegenheiten, über sich hinauszuwachsen – und Erwachsene, die ihnen das zutrauen.» *(Zitat: Prof. Dr. Gerald Hüther)* Wer einem Kind immer alles abnimmt oder es ständig kontrolliert, verhindert, dass es Selbstvertrauen entwickelt. Es braucht Eltern, die ihm etwas zutrauen, zum Beispiel den Rucksack selbst zu packen und bei Entscheidungen mitzudenken. Vertrauen bedeutet: Ich traue dir etwas zu. Fehler gehören dazu. Und ich bleibe da, wenn es schwierig ist.

Hier finden Sie die Infothek zum Kopieren und Verteilen an die Eltern online: