

# Rems-Murr-Rundschau Statt schimpfen: Familienkonferenz

Wie in einer Familie demokratische Entscheidungen gelingen können / Marion Uhse: Familienrat als „Handwerkszeug“

ZVW





Bild 1 von 2

**Schorndorf. Ohne Kompromisse geht's nicht. Leichter lebt sich's mit Kindern, sofern alle in der Familie mitreden dürfen. Wie das gelingen und wie Familien ihre Kommunikation verbessern können, erklärt Diplom-Pädagogin Marion Uhse.**

Familienkonferenzen beschreibt Marion Uhse als ein „Handwerkszeug“, mit dessen Hilfe sich viel erreichen lasse: Kinder machen die Erfahrung, sie können etwas bewirken, und es gibt Regeln, an die sich alle halten sollen. Ansonsten gilt's einen Vorschlag zwecks Wiedergutmachung zu präsentieren. Welche Regeln für die Familie passen und wie bei Verstößen zu verfahren ist - das gilt's auszudiskutieren. In Familienratssitzungen geht's idealerweise um beides, Erfreuliches und Schwieriges. Welchen Ausflug planen wir für kommenden Sonntag? Was fand ich vergangene Woche alles gut in der Familie? Wohin fahren wir in Urlaub? Wer schrubbt wann das Klo - und was geschieht, wenn's nicht gemacht wird?

## An die Planung halten, auch bei knapper Zeit

Gleich vorweg: Es braucht Geduld, damit diese Sitzungen wirklich was bringen. Konsequenterweise durchziehen, was alle zusammen zuvor vereinbart haben, die Konferenzen auch wirklich wie beschlossen regelmäßig abhalten, selbst bei knapper Zeit, sich an die Regeln halten - das erfordert Zeit und Mühe. Am Anfang dürfte sich das Familienklima verschlechtern, warnt Marion Uhse: Die Kinder testen aus, ob das alles wirklich ernst gemeint ist.

Die wichtigsten Regeln für regelmäßigen Familienrat zählt Marion Uhse auf: Es braucht dafür einen festen Turnus; einmal in der Woche oder einmal im Monat, das muss jede Familie für sich herausfinden. Der Vorsitz wechselt, so dass auch die Kinder regelmäßig die Runde moderieren. Sie werden ihren Spaß dran haben, wenn ihre Eltern sich melden müssen, bevor sie was sagen dürfen.

Jede Runde soll positiv beginnen, rät Marion Uhse: Zuerst sagt jeder jedem, was alles gut läuft aus seiner Sicht. Im Anschluss arbeitet die Familie die Themen ab, die für diese Konferenz geplant sind: Ein Zettel am Kühlschrank bewährt sich für die Themensammlung. Wer dort zuerst was draufschreibt, dessen Anliegen wird zuerst behandelt. Wie kriegen wir's hin, dass nicht mehr jeder seine Schuhe im Flur liegen- lässt? Ganz einfach: Jeder räumt auf. Wer's vergisst, dessen Schuhe verschwinden leider ganz. Wie sich das anfühlt, weiß Marion Uhse: Sie vermisste ihre Treter als Erste.

Eltern müssen genauso mit Konsequenzen rechnen wie Kinder. Denn es geht beim Familienrat eben nicht darum, „den elterlichen Willen durchzusetzen“, betont Marion Uhse. Es geht drum, dass Kinder was fürs Leben lernen: Wie finde ich die richtige Balance zwischen Rechten und Pflichten, wie komme ich im Team klar, wie kann ich mich sinnvoll einbringen, mich durchsetzen, aber auch mal zurückstecken, wie kann

man auf gute Weise miteinander reden und Konflikte klären. In einer Familie treffen - wie in jeder Gruppe - verschiedene Bedürfnisse ihrer Mitglieder aufeinander. Wer gelernt hat, das auszutarieren und größtmögliche Zufriedenheit für alle zu erreichen - der kann was, das ihm immer helfen wird.

Eltern vermitteln Schlüsselqualifikationen, das ist ihre ureigene Aufgabe. „Ein Nest, Geborgenheit, Bindung, Liebe, Sicherheit - das ist, was Eltern geben können“, sagt Marion Uhse. Zu den „Eckpfeilern der Erziehung“ zählt sie außerdem klare Regeln und Grenzen sowie das Ziel, Selbstständigkeit und Autonomie der Kinder zu fördern. Familienkonferenzen stabilisieren aus Sicht der selbstständigen Trainerin und Fachfrau für Coaching diese Eckpfeiler. Und sie schärfen das Bewusstsein für die „Grundbedürfnisse“ eines jeden Menschen: Beachtung und Zugehörigkeit - wer wünscht sich das nicht.

Mit eigenen Bedürfnissen zu argumentieren bringt jedenfalls viel mehr, als andere mit Vorwürfen zu überziehen. Und Vorsicht: In der Kommunikation zählt weniger das, was gesagt wird, als vielmehr das, was etwa über Körpersprache sonst noch so alles zum Vorschein kommt. Kinder besitzen dafür allerfeinste Spürnasen. Sie spüren es, wenn Worte nicht übereinstimmen mit dem, was eigentlich gemeint ist.

Eine gute Familienratssitzung erspart jedenfalls zwei Stunden Schimpfen in der Woche, sagt Marion Uhse, und rät: Vergnügliches gehört in jede Sitzung; „Blödsinn lockert auf.“