

# ENDLICH: WENIGER STREIT ZU HAUSE!

## Geht das überhaupt? – Ein Beitrag von Familiencoach Guido Kulikowsky

Von vielen Familien weiß ich, dass sie sich zusätzliche gemeinsame Zeit wünschen. Diese ist nun da... doch länger und intensiver als Sie es sich vorgestellt haben!?

Wer auf engem Raum zusammenleben darf, weiß spätestens jetzt, dass Konflikte untereinander kaum vermeidbar sind. Besonders Eltern fühlen sich oft in der Verantwortung, den Streit ihrer Liebsten zu regeln oder ihn zu unterbinden. Ich möchte Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, hier drei Handlungsmöglichkeiten aufzeigen, wie Sie Streits im Hause begegnen können.

### Möglichkeit 1:

Sie gehen sofort dazwischen und sagen: „Hört auf zu streiten, sonst nehme ich euch DAS (Spielzeug, Konsole..) weg!“

Damit üben Sie Druck aus, welcher den Streit verschiebt, jedoch nicht wirklich löst. Hier besteht das Risiko, dass der Konflikt in anderen Situationen wieder aufflammt (z. B. während der Mahlzeiten, bei Hausaufgaben, vor der Nachtruhe...).

Zudem demonstrieren Sie Ihre Machtposition als Elternteil gegenüber den Kindern. Mit welchem Ziel? („Respekt oder Angst einflößen“ – warum?) Dieses „Eingreifen“ wird den Konflikt gegebenenfalls verschärfen oder gar auf Sie umlenken. Dann werden Sie möglicherweise selbst zur Konfliktpartei.

### Möglichkeit 2:

Sie zeigen Interesse an der Auseinandersetzung und fragen die „Streithähne“:

- „Ist der Streit schon ernst?“
- „Kann jemand verletzt werden?“
- „Ist noch alles im grünen Bereich oder braucht ihr meine Hilfe?“

Dann liegt die Entscheidung wertschätzend bei den Kindern, ob und wie diese den Streit weiterführen können, wollen, oder lieber Ihre Hilfe annehmen. Sie fördern so auch ein unbewusstes Gemeinschaftsgefühl. Die Streitenden können solidarisch absprechen und beschließen, wie es in der Situation für sie weitergehen soll.

### Möglichkeit 3:

Sie vertrauen Ihren Schützlingen, dass diese selbst eine Lösung finden werden und kümmern sich um andere Dinge. So lassen Sie sich selbst nicht im Alltag ausbremsen und bleiben gelassen.

Schränkt hier Lautstärke und Platzanteil des Streits das Alltagsleben anderer Familienmitglieder ein, sollten diese üben, dies klar zu benennen und die Streitenden dazu auffordern, den jeweiligen Raum zu verlassen und in anderen (Kinder-)Zimmern zu debattieren, zur Not im Bad. Jeder kann dadurch individuell für sich selbst sorgen und stärkt sein Selbstvertrauen.



Mein Name ist Guido Kulikowsky. Ich bin Familiencoach in Bad Bevensen und helfe Familien friedlich durchzustarten. Meine Überzeugung ist es, dass wir uns nur mit Menschen umgeben wollen, die uns mit Respekt und Vertrauen begegnen. Mich interessiert, worin bei Ihnen und Ihrer Familie in den letzten Wochen zu Hause die größte Herausforderung lag, schreiben Sie mir gern: [DerFamiliencoach@gmail.com](mailto:DerFamiliencoach@gmail.com)

Wenn Sie weiteres Interesse an kleinen Hilfen und Perspektiven für Ihren Alltag haben, damit Sie auch in diesen ungewissen Zeiten Ihr Familienleben genießen können, lade ich Sie zu meiner täglichen Kolumne unter [#gemeinsam Ruhe bewahren](https://www.facebook.com/g.kulikowsky/) oder [www.facebook.com/g.kulikowsky/](https://www.facebook.com/g.kulikowsky/) auf Facebook ein.

Blieben Sie stabil und gesund,  
Ihr Guido Kulikowsky

[Anzeige]

## Planen Sie Ihr Gartenparadies. So funktioniert's!

Unsere pflegeleichten  
Massivholz-Elemente gibt es  
in vielen Formen und Farben

Entdecken Sie mehr in den neuen  
Katalogen! Jetzt abholen oder  
zusenden lassen: Tel. 05837 9797-0

Konfiguratoren als Planungshilfe  
finden Sie unter [scheerer.de](http://scheerer.de)



**SCH**EEERER  
ZAUNSYSTEME • CARPORTS

... mit Holz und Verstand.

Erich Scheerer GmbH  
Behrener Dorfstr. 2 · 29365 Sprakensehl

Zaunsysteme • Carports • Türen und Tore • Sichtschutz • Pergolen • Gartenelemente