

<https://www.tagesanzeiger.ch/eltern-suchen-den-fehler-oft-bei-sich-421109526378> (nur mit TA-Abo)

Abo Mamablog: Interview zum Elternnotruf

«Eltern suchen den Fehler oft bei sich»

Yvonne Müller, Co-Leiterin des Elternnotrufs, erzählt von Elternsorgen und sagt, wie sich die Pandemie auf ihre Arbeit auswirkt.

Sabine Sommer
Publiziert: 19.01.2021, 06:00

1 Kommentar 



Ob trotztender Dreijähriger oder kiffende Jugendliche: Ein aufmerksamer Zuhörer kann helfen, die eigenen Gedanken zu ordnen.

Foto: Getty Images

Frau Müller, Sie haben im Juli 2020 die Co-Leitung des [Elternnotrufs](#) übernommen. Warum liegt Ihnen die Not von Eltern am Herzen?

Wenig bringt Menschen so an ihre persönlichen Grenzen wie das Elternsein. Das erlebe auch ich selbst als Mutter. Darum setze ich mich dafür ein, dass Eltern in ihren Fragen und Sorgen unterstützt werden.

Nehmen wir mal an, eine Mutter sei am Anschlag. Das Baby schreit, die Zweijährige trotzt, mit dem Mann streitet sie. Als dann auch noch die Lehrerin des Achtjährigen anruft, weil dieser Mist gebaut hat, fällt ihr Blick auf den Wäscheberg und sie bricht in

Tränen aus. Sie hat keine Ahnung, wie sie das alles weiter stemmen soll. Was könnte ihr in diesem Moment ein Anruf beim Elternnotruf bringen?

Ihre eigene Situation einem Gegenüber zu schildern, das sich voll auf ihre Seite stellt und ihre grosse Aufgabe wertschätzt, kann sie bereits entlasten. Danach könnte man gemeinsam versuchen, den unüberwindbar scheinenden Berg in kleine Teilaufgaben zu strukturieren, so dass sie wieder Licht am Ende des Tunnels sieht.

«Es gibt wenige Ratschläge, die für alle Eltern passen, doch alle Eltern brauchen Wertschätzung.»

Würdet ihr dieser Mutter Ratschläge erteilen oder ihr einfach zuhören?

Nicht immer steht die Lösung im Vordergrund. Manchmal genügt die Unterstützung, die Situation auszuhalten, um zuversichtlich zu bleiben. Mit Ratschlägen sind wir zurückhaltend, da jede Situation anders ist, jede Mutter und jeder Vater andere Hintergründe hat. Lieber arbeiten wir mit Fragen wie: Was ist wirklich wichtig, und was kann auch mal in den Hintergrund rücken? Was wurde bereits versucht, was hat gut funktioniert? Und ganz wichtig: Was könnte sich die Mutter jetzt, heute, Gutes tun, obwohl die Situation erst einmal schwierig bleibt? Wenn ein Ratschlag erwünscht ist und eine neue Perspektive ermöglicht, geben wir aber durchaus auch mal einen solchen ab.

Was sind die häufigsten Themen, mit denen Eltern zu euch gelangen?

Hilflosigkeit und Ohnmachtsgefühle. Eltern wissen nicht, wie sie auf das Verhalten ihrer Kinder reagieren sollen – sei das Geschwistereifersucht bei Kleinkindern oder ein Teenager, der macht, was er will. Hier geht es darum, den Eltern eine Gesprächspartnerin zu sein, mit ihnen die Situation genau anzuschauen und gemeinsam neue Handlungsmöglichkeiten zu erarbeiten.



«Wir sind für alle da»: Yvonne Müller, Co-Leiterin des Elternnotrufs Schweiz.

Foto: PD

Elternsein scheint heute immer verbunden zu sein mit dem Anspruch, alles richtig zu machen. Und mit Scham und Versagensgefühlen, wenn das eben nicht gelingt. Verhindert Selbstverurteilung, dass sich Eltern Hilfe holen?

Tatsächlich stellen heutige Eltern hohe Erwartungen an sich selbst, nehmen sich Misserfolge sehr zu Herzen und suchen den Fehler bei sich. Doch die Anonymität der Anrufe hilft Eltern auch, darüber zu sprechen. Und wir stützen sie in ihrer Erziehungshaltung, sofern diese nicht von Gewalt oder Abwertungen geprägt ist. So können sie sich von allgemeinen Wertungen lösen und gestärkt ihren eigenen Weg gehen.

Nehmen wir mal an, besagte Mutter hat den Zweijährigen gehauen, was sie euch nun erschüttert erzählt. Muss sie fürchten, dass ihr das an eine amtliche Stelle meldet? Wie weit wird das, was euch anvertraut wird, geschützt?

Die Daten der Anrufenden beim Elternnotruf sind vertraulich, man kann sich auch anonym melden. Der Elternnotruf macht keine Meldungen an amtliche Stellen. Einzige Ausnahme wäre eine akute Kindeswohlgefährdung und Eltern, die Hilfe verweigern. Dem wirken wir entgegen, indem wir mit ihnen im Dialog bleiben und helfen, die passende fachliche Unterstützung zu finden. In den letzten zehn Jahren gab es von unserer Seite nur eine einzige Kontaktaufnahme mit einer Behörde.

Was sind Ihrer Meinung nach die speziellen Herausforderungen des Elternseins in der heutigen Zeit?

Der Anspruch, ein erfülltes Berufs- und ein hingebungsvolles Familienleben unter einen Hut zu bringen, sowie die neuen Medien. Es ist eine sehr anspruchsvolle Aufgabe, Kinder schon von klein auf so zu begleiten, dass der Medienkonsum nicht engleitet. Die Entwicklung ist in diesem Bereich so rasant, dass Jugendschutz, Ratgeber und damit auch die Unterstützung der Eltern laufend hinterherhinken.

«Eine erneute Schliessung der Schulen hätte fatale Folgen für Kinder, Jugendliche und ihre Familien.»

Die Corona-Krise konfrontiert insbesondere auch Familien mit neuen Schwierigkeiten. Wie zeigen sich diese?

Was vor Corona schon schwierig war, hat sich in den letzten Monaten verschärft. Wo bereits Spannungen waren, haben diese durch die räumliche Nähe zugenommen. Jugendliche, die vorher schon zum Rückzug neigten, haben nun eine Legitimation, nicht mehr nach draussen zu gehen. Kindern fehlt die wichtige Erfahrung des freien Austauschs mit Gleichaltrigen. Eine erneute Schliessung der Schulen hätte fatale Folgen für Kinder, Jugendliche und ihre Familien.

Von vielen Eltern hören ich: «Aber eigentlich sind das ja nur Luxusprobleme». Als gäbe es keine Berechtigung für Überforderung, solange der materielle und strukturelle Rahmen stimmt. Sehe ich das richtig, dass jeder bei Euch anrufen darf, ohne dass ihr dieses Bedürfnis wertet?

Das ist richtig. Wir gewichten die Not der Eltern nicht. Wir sind für jedes Thema da, ob es sich nun um den trotzen Dreijährigen oder die kiffende Jugendliche handelt.

Was kann es also bringen, sich von Fachpersonen Hilfe zu holen, statt einfach auszuharren und auf bessere Zeiten zu hoffen?

Wenn Eltern mit ihren Problemen alleine sind, haben sie oft das Gefühl, alles falsch zu machen. Ein Gespräch mit einer Fachperson hilft, solche Selbstzweifel in Relation zu bringen, sodass Eltern ihre Ressourcen wieder wahrnehmen und nutzen können. Die Stärken des Elternnotrufs sind Niederschwelligkeit, Erreichbarkeit rund um die Uhr und Anonymität. Und unserer Beraterinnen haben nicht nur ein fundiertes, fachliches Wissen, sondern sind alle auch Eltern, die Überforderungssituationen aus ihrem eigenen Leben kennen.

Der Elternnotruf ist rund um die Uhr unter der Nummer [0848 35 45 55](tel:0848354555) zu erreichen.

Sabine Sommer



Sabine Sommer lebt mit Mann und zwei Kindern in Zürich, arbeitet als Sachbearbeiterin und schreibt an ihrem Roman, wann immer es der ganz normale Wahnsinn zulässt.

Publiziert: 19.01.2021, 06:00