

## Väter, ran an die Kinder!

**Hier erfahren Sie mehr zum Thema:**

[Eberhard Mühlan, Bleib cool, Papa!](#)

[Guter Rat für vielbeschäftigte Väter](#)

[Ich will's richtig machen - wie gute Vaterschaft gelingt.](#)

[Vortrag 1526](#)

[Der Vater und sein Sohn / seine Tochter](#)

[Vortrag 1527](#)

Unter Vätern hat sich in den letzten Jahren viel getan! Immer mehr wollen in der Erziehung ihrer Kinder Verantwortung übernehmen und ihnen ein Gegenüber sein. Manche scheitern an ihren guten Vorsätzen, andere bewältigen den Spagat zwischen Beruf und Familie nicht, wieder andere sind einfach unbeholfen, wenn sie dann endlich einmal Zeit für ihren Nachwuchs gefunden haben. Dabei ist das gar nicht so schwer.

### Wie Kinder sich ihren Vater wünschen

Fragt man Kinder, wie sie sich einen Vater wünschen, kommen immer wieder die gleichen Antworten. Sie können mit den folgenden drei Merksätzen zusammengefaßt werden:

- Einer, der Zeit für sie hat!

Was Kindern von ihren Vätern am stärksten im Gedächtnis bleibt, ist einfach deren Anwesenheit. Zeit ist kostbar, aber Ihre Kinder sind wertvoll genug, daß Sie sich ihnen in den wichtigen Jahren ihrer Entwicklung widmen. Kinder werden nie vergessen, wie Sie miteinander erzählt, geschmust, gespielt oder gearbeitet haben.

- Einer, der Anerkennung ausspricht!

Es ist wichtig, daß die Mutter Anerkennung ausspricht, aber es reicht nicht aus. Kinder wollen unbedingt wissen, wie der Vater über sie denkt, sie müssen von ihm ermutigt und angespornt werden. Erfahren sie das nicht, kommen sie sich oftmals ihr Leben lang als Versager vor oder müssen immer beweisen, daß sie etwas leisten können.

- Einer, der seine Liebe zeigt, aber auch Grenzen setzt!

Viele Männer haben Probleme damit, Zuneigung und Zärtlichkeit auszudrücken - oftmals, weil sie es selbst nicht bei ihrem Vater erlebt haben, oder weil sie mit dem Verständnis aufgewachsen sind, daß solche Gefühlsäußerungen unmännlich seien. Machen Sie sich frei davon! Ein Kind braucht Vaterliebe: zärtliche Worte, einen liebevollen Blick, starke Arme, die es halten und schützen.

Es braucht aber auch einen Vater, der besonnen Grenzen setzt. Kinder haben ein gesundes Gespür für Ungehörigkeiten und erwarten unbewußt, daß ihnen Grenzen gesetzt werden. Eine

gerechte und angemessene Disziplinierung, die aus Zuneigung geschieht, gibt ihnen Sicherheit.

### Praktische Tips für Väter

- Übernehmen Sie die Aufgabe, die Kinder ins Bett zu bringen. Das Einschlafritual ist eine ideale Gelegenheit, mit den Kindern über den abgelaufenen Tag, schöne und unangenehme Erlebnisse zu sprechen.
- Erledigen Sie bestimmte Hausarbeiten regelmäßig zusammen mit den Kindern. Zum Beispiel Schuhe putzen oder Geschirrspüler ein- und ausräumen - nicht damit die Kinder lernen, ihren Dreck selbst wegzumachen, sondern um dabei mit Erzählen oder Singen Gemeinsamkeit zu erleben.
- Sorgen Sie ab und zu allein für die Kinder. Dabei muß Ihre Frau allerdings mitspielen, indem sie sich jede Woche einen Abend außer Haus und auch einmal einen freien Samstag oder sogar ein Wochenende gönnt.
- Nutzen Sie Ihre Rechte auf Freistellung von der Arbeit, wenn Ihre Frau krank wird und deshalb die Kinder nicht versorgen kann.
- Nehmen Sie Ihr Kind, wenn das möglich ist, hin und wieder mit zu Ihrem Arbeitsplatz und erklären Sie ihm, was Sie dort tun. Berufsbedingte Abwesenheit entfremdet Kindern ihre Väter umso mehr, je weniger sie von deren Arbeit wissen.
- Beziehen Sie Ihre Kinder in Ihre Hobbys ein, oder entdecken Sie gemeinsam mit ihnen neue Beschäftigungen, die Ihnen selbst und den Kindern Spaß machen.
- Kümmern Sie sich darum, was Ihre Kinder außerhalb der Familie erleben. Gehen Sie mit zu Anmeldegesprächen, zu Elternabenden und Festen in Kindergarten, Schule, Musikschule und Turnverein.

Eberhard Mühlan

Wenn Sie noch mehr Tipps zu Ihrer Vaterrolle suchen, dann greifen Sie nach dem altbewährten Bestseller

**Eberhard Mühlan, Bleib cool, Papa! Guter Rat für gestresste Väter.**

Unter anderem geht es um Themen wie:

Die Beziehung zum eigenen Vater – der Vater und sein Sohn / seine Tochter – Ziele, Zeit, Prioritäten – Interessenkonflikte zwischen Familie, Beruf und Gemeindefarbeit – die Ehepartnerin – die unvollständige Familie – Krisen, Wendepunkte und Veränderungen.

Paperback, 209 S., Nr. 815305, Sonderpreis € 9,95

## **Ein Wunschzettel an den Vater**

- Er soll nicht den ganzen Tag zur Arbeit gehen, sondern auch ein bißchen Zeit für mich haben.
- Mal schwimmen gehen, mal ins Kino gehen, ab und zu soll er mit mir spielen.
- Er soll Spaß verstehen können.
- Er soll mich trösten, wenn ich Kummer habe.
- Er soll für mich da sein.
- Er soll auf mich aufpassen (ein bißchen).
- Ich möchte mit ihm vernünftig reden können, und er soll mich nicht abweisen, wenn ich ein Problem oder eine Frage habe.
- Ich möchte zu meinem Vater Vertrauen haben und er auch zu mir.
- Er soll mit mir Ausflüge machen oder ab und zu ein Picknick planen und dann auch machen.
- Er soll Verständnis für mich haben.
- Er soll nicht so pingelig sein und nicht bei jeder Kleinigkeit schimpfen (wenn es nötig ist, allerdings doch).
- Aber er soll auch nicht zu schlaff sein, denn das ist auch nicht immer gut (ich würde dann immer machen, was ich will).
- Er soll mir auch mal was beibringen.
- Er sollte mir auch ein bißchen bei den Schularbeiten helfen oder - besser gesagt - mit mir ein bißchen für die Schule üben.

Stefan, 12 Jahre