

# Eltern nehmen kein Blatt vor den Mund

Suchen Eltern im Netz Rat, finden sie meist nur Spott und Häme. Sara und Peter Michalik aus Erlinsbach haben Eltern jammern lassen – und aus ihren Kniffs und Tricks ein Buch geschrieben.

VON KATJA SCHLEGEL

Flaute im Bett? Schweigen im Walde. Kinder, die einem den letzten Nerv rauben, Eltern am Rande ihrer Kräfte? Darüber spricht man nicht. Tut man es doch, ist es mit dem Verständnis oft nicht weit her. Das Resultat sind Frust, Ohnmacht, Einsamkeit.

Dem wollen Sara und Peter Michalik aus Erlinsbach entgegenwirken. Das Familienberater-Ehepaar mit drei Kindern hat online Fragen in den Raum gestellt und so viele Antworten erhalten, dass aus dem gesammelten Material ein Ratgeber entstanden ist. Der Titel: «Überraschung – 150 Eltern packen aus».

Eine Überraschung, die keine ist. Die meisten befragten Elternpaare sagen das Gleiche: «Niemand erzählt, wie es wirklich ist.» Tatsächlich? Sara Michalik nickt. «Wir hören von anderen Eltern und sehen in den Medien nur, dass Kinder das Grossartigste sind, was einem passieren kann. Dass Kinder einem aber auch an den Rand der Verzweiflung bringen, darüber schweigt man.»



Sara und Peter Michalik in ihrer Praxis in der Aarauer Altstadt.

MARIO HELLER

Die Erwartung der Umwelt, als Eltern im Glück zu schwimmen, mache in schwierigen Momenten umso unglücklicher. Dass man sich als Eltern übermüdet und überfordert fühlt, dass die Beziehung zu kurz kommt und der Sex sowieso, das behält man für sich. «Wenn diese Schwierigkeiten auftreten, meinen viele, sie hätten versagt», sagt Sara Michalik. «Und Schwäche zeigt man ungern.»

Wie emotional und kontrovers auf ehrliche Aussagen von Eltern über Herausforderungen mit Kindern reagiert wird, zeigt sich in der öffentlichen Diskussion. «Äussert sich jemand in Medien oder Online-Foren über seine Probleme mit dem Kind, sind die Reaktionen oft bitterböse», sagt Peter Michalik. «Dabei geht es doch nicht darum, Kinder schlechtzumachen, sondern einzig und allein um die Möglichkeit, sich of-

fen und ehrlich über die Schwierigkeiten und die Herausforderungen des Elternseins auszutauschen.»

## Die Probleme ähneln sich

Auch wenn die meisten Eltern an den gleichen Problemen kauen, sei es doch wichtig, diese zu thematisieren: «Die Leute wollen sich rückversichern», sagt Peter Michalik. «Sie wollen wissen, ob ihre Schwierigkeiten und das Verhalten

## «Was haben Sie so nicht erwartet?»

«Was hat sich durch Ihre Kinder in Ihrem Leben verändert? Was haben Sie so nicht erwartet? Was sollten werdende Eltern unbedingt wissen?» Drei Fragen, Hunderte Antworten, ein Buch. Am 16. September feiern Sara und Peter Michalik mit ihrem Ratgeber «Überraschung – 150 Eltern packen aus» Vernissage, und zwar um 19.30 Uhr im Bullingerhaus an der Jurastrasse 13 in Aarau.

ihres Kindes in der Norm sind.» Es gehe nicht ums Jammern, sondern darum, offen zu kommunizieren, dass man an seine Grenzen kommt. «Zu hören, dass es anderen genau gleich geht, hilft enorm», sagt Peter Michalik. Deshalb fließen die Aussagen der Eltern in Zitatform in das Buch ein. Zudem enthält jedes Kapitel Strategien, um den Familienalltag zu meistern. «Die Eltern dürfen darauf vertrauen, dass sie etwas zur Lösung beitragen können.»

Die Eltern im Buch nehmen kein Blatt vor den Mund. Manche sind so grundehrlich, dass es werdende Eltern schon etwas erschrecken kann. «Eine Leserin, die gerne ein Kind haben möchte, hat uns geschrieben, sie frage sich, ob sie das wirklich jetzt schon wissen möchte», sagt Sara Michalik und lacht. Vom Kinderhaben abhalten solle das Buch keinesfalls. «Es soll ermutigen, die Herausforderung anzunehmen und alle Facetten des Elternseins zu geniessen – ohne Überraschungen.»