



dazu nutzen, mit ihnen den Schulweg gemeinsam abzugehen

FOTOLIA

**LANGSCHLÄFER****Früher wecken**

Manche Kinder kommen gerade nach den Sommerferien früh morgens schlecht aus dem Bett. Jedes Kind hat seinen eigenen Biorhythmus. Eltern müssen daher die Eigenschaften ihres Kindes einschätzen und darauf eingehen. Langschläfer sollten früher geweckt werden, damit der Körper genug Zeit zum „Hochfahren“ hat, meint Verkehrspsychologin Seidenberger: „Drängt man solche Kinder zu schnell auf den Schulweg, kann die Reaktionsfähigkeit eingeschränkt sein.“

**KLEIDUNG****Sichtbar machen**

Gerade wenn es dämmt, regnet oder es in der Früh noch dunkel und neblig ist, sind Kinder für andere Verkehrsteilnehmer noch schwieriger zu sehen. Daher müssen Eltern ihre Schützlinge gut sichtbar machen. ÖAMTC-Verkehrspsychologin Seidenberger rät zu heller Kleidung und reflektierenden Aufhängern am Gewand, am wirkungsvollsten an Armen und Beinen sowie an der Schultasche. „Diese Vorkehrungen erhöhen die Sicherheit des Kindes auf dem Schulweg enorm.“

**BEZIEHUNGSCOACH****Sie will mich umerziehen**

**DER FALL.** Meine Frau ist so pingelig, sie beschwert sich über jede Minute, die ich zu spät komme. Sie verlangt von mir Pünktlichkeit und will mich richtig umerziehen. Ich bin schon total allergisch darauf und sehe keinen Ausweg.

(Richard B.)

Sabine und Roland Bösel  
Beziehungsberater**Lieber Richard!**

Es gibt da einen Satz: „Erwachsen ist man dann, wenn man das tut, was man will, selbst wenn es das ist, was die Eltern wollen.“ Genau dasselbe gilt auch zwischen Paaren. Und es ist die Frage, ob die Pingeligkeit Ihrer Frau ein Zwang ist oder eher ein Ruf nach mehr Wertschätzung, weil sie Ihr Zuspätkommen so interpretiert, dass Sie mit ihr und ihrer Zeit sorglos umgehen.

Ein Blick hinter die Kulissen könnte Ihnen Aufschluss geben, warum es Ihnen einerseits so wichtig ist, sich diese Freiheit zu nehmen, und andererseits, warum Ihre Frau sich damit so schwertut. Kommen Sie regelmäßig zu spät, weil es wirklich triftige Gründe dafür gibt? Oder steckt da nicht ein großer Brocken Trotz dahinter? Trotz hält Sie in einem Verhalten gefangen, für das Sie sich irgendwann einmal entschieden haben. Brauchen Sie den wirklich?

Wirkliche Freiheit sieht anders aus, zum Beispiel so: „Schatz, ich weiß, dass dir Pünktlichkeit wichtig ist. Deshalb werde ich heute wirklich pünktlich kommen.“ Und wenn es an einem anderen Tag für Sie wichtig ist, in Ihrer Zeiteinteilung so flexibel wie möglich zu sein, kommunizieren Sie es ebenfalls. Freiheit ist, wenn man sich nicht immer unbewusst nur für ein und dasselbe Verhalten entscheidet, sondern wenn man ein ganzes Repertoire zur Verfügung hat, das man so einsetzt, wie es für Sie und für Ihre Frau gut passt!

**Sabine und Roland Bösel** beraten gemeinsam seit Jahrzehnten Paare. Bücher der beiden: „Leih mir dein Ohr und ich schenk dir mein Herz“ und „Warum haben Eltern keinen Beipackzettel?“

[www.boesels.at](http://www.boesels.at)