

Bin ich eine Helikopter-Mutter, ein Helikopter-Vater? Machen Sie den Selbsttest!

1 Starke Förderung des Kindes

Hat Ihr Kind mehr als drei institutionalisierte Termine (Sport, Musik, Vereine, Nachhilfe usw.) pro Woche?

Ja Nein

Fühlen Sie sich oft wie eine Hilfslehrperson, wenn Sie Ihrem Kind bei den Hausaufgaben helfen?

Ja Nein

Haben Sie Ihrem Kind schon einmal Nachhilfeunterricht bezahlt, nicht weil es überfordert war oder eine Klassenwiederholung drohte, sondern um Schulnoten zu verbessern oder im Hinblick auf (Gymi-)Prüfungen?

Ja Nein

Überlegen Sie sich oft, ob andere Kinder und ihre Eltern zu Ihnen und Ihrem Nachwuchs passen?

Ja Nein

Sind Sie schon wegen Ihrer Kinder umgezogen?

Ja Nein

Verzichten Sie häufig auf etwas, um Ihre Kinder optimal fördern und versorgen zu können (z. B. aus finanziellen Gründen)?

Ja Nein

2 Jeglicher Wunsch des Kindes wird erfüllt

Haben die meisten Kinderschuhe vor Ihrer Wohnungstür einen Klettverschluss?

Ja Nein

Kommt es vor, dass Sie verschiedene Menüs kochen, damit alle am gemeinsamen Familientisch zufrieden sind?

Ja Nein

Erledigen Sie oft Kleinigkeiten für Ihr Kind (z. B. Reißverschluss der Jacke schliessen, Schuhe binden, Tisch decken), weil es schnell gehen muss oder damit Ruhe ist?

Ja Nein

Loben Sie Ihr Kind wiederholt auch für selbstverständliche oder banale Leistungen?

Ja Nein

Wenn Sie Ihrem Kind geholfen haben: Erachtet Ihr Kind dies als selbstverständlich (d. h. bedankt es sich nicht)?

Ja Nein

Lassen Sie sich oft auf Diskussionen wie diese ein:
Bei Lehrerin Y machen wir das auch so, dürfen wir ...

Ja Nein

3 Angst um die Sicherheit des Kindes

Halten Sie folgende Dinge für zu gefährlich?

Klettergerüste? Ja Nein

Hohe Bäume? Ja Nein

Radfahren? Ja Nein

Strassen? Ja Nein

Fahren Sie Ihr Kind immer mal wieder zur Schule?

Ja Nein

Ihr Kind fährt ins Klassenlager. Werden Sie es auf dem Handy anrufen?

Ja Nein

Auswertung (total 18 Fragen)

Je öfter Sie Ja angekreuzt haben, desto eher gehören Sie zur Kategorie der Helikopter-Eltern. Sind es drei oder mehr Fragen, die Sie mit Ja beantwortet haben, sollten Sie sich Gedanken zu Ihrem Verhalten machen (Warum tun Sie das? Gibt es Alternativen?). Haben Sie sechs oder mehr Kreuze bei Ja gesetzt, ist ein Austausch mit anderen Eltern oder die Besprechung mit einer Fachperson angebracht.

Wichtiger als ein Vergleich mit Zahlen ist jedoch, was Sie aus dem Ergebnis machen. Denken Sie über die Fragen nach, bei denen Sie mit Ja geantwortet haben, und hinterfragen Sie, warum Sie das getan haben. Manchmal gibt es Gründe, warum Sie Ihr Kind fördern, sich um es sorgen oder ihm Dinge abnehmen. Problematisch wird es, wenn dies systematisch getan wird. Das Nachdenken und Reflektieren über die Fragen sowie das Besprechen mit anderen könnten Ihnen Erkenntnisse bieten, wo Sie Ihre Verwöhn- und Förderanteile reduzieren könnten.

Dieser Selbsttest entstand auf Basis der Definition von «Eltern, die perfekt sein wollen» von Erziehungswissenschaftlerin Margrit Stamm (siehe Haupttext) und in Zusammenarbeit mit dem Psychologen Prof. Dr. Jürg Frick. Mehrere Fragen wurden aus seinem Buch «Die Droge Verwöhnung» übernommen.