

<https://youtu.be/FiiLPFsnvC0>

V 204



## Sei nicht kindisch!

### Ist das RICHTIG oder FALSCH? – 5 Tipps

Sagt jemand zu Ihnen „Sei nicht kindisch“ oder „Sei nicht kleinlich“ so ist das in 90% der Fälle falsch. Da hat der andere ein Problem und will es bei Ihnen abladen.

Diese 5 Tipps tun gut und machen sicherer. Bleiben Sie ein paar Minuten dran. Sie werden künftig souverän mit dem Satz um gehen. Sie kennen gute Entgegnungen und Abwehrstrategien und Sie wissen, wo der Satz Ihr Leben bereichert.

#### **Tipp 1: Lassen Sie den Vorwurf unbeantwortet**

Wenn jemand zu Ihnen sagt: „Jetzt sei doch nicht kindisch, kleinlich, egoistisch...“ dann ist das ein Vorwurf. Sagen Sie zuerst nichts und stellen Sie nur in Ihrem Inneren fest: Aha, da hat jetzt jemand ein Problem und will es bei mir abladen, will mich dafür verantwortlich machen. Er/sie fühlt sich irgendwie gestört und will, dass ich mich ändere.

#### **Tipp 2: Entscheiden Sie, ob Sie in ein Gespräch einsteigen oder sich abgrenzen**

Liegt Ihnen etwas an dieser Person, an dieser Beziehung, dann steigen Sie recht gelassen in das Gespräch hinein. Z.B. mit einer Frage: „Was meinst du, was da nicht vernünftig überlegt und nicht erwachsen-gemäß ist?“ Jetzt wird klar, was der Andere anders sieht und anders möchte. Meist fühlt sich ja der andere in seinen Wünschen und Bedürfnissen gestört und meint bzw. denkt: „Wenn du dich änderst, also nicht mehr kleinlich, kindisch... bist, dann geht es mir wieder gut.“ Oft steckt klar dahinter: „Also tu nicht das, was dir wichtig ist, sondern tu du das, was für mich bequem ist.“

Vielleicht kennen Sie Ähnliches aus Ihrer Kindheit: Sie sind die größere/der größere und sie sollen mit dem kleineren Geschwister vernünftig, nachgebend und jedenfalls so umgehen, dass die Eltern nicht gestört werden.

#### **Tipp 3: ...und SO steigen Sie aus**

Beschließen Sie, jetzt kein ernsthaftes Gespräch zu führen, dann steigen Sie aus. Da gilt es, etwas „drüben“ zu lassen. So etwas kennen Sie vielleicht schon vom Video: *Schütz dich gekonnt vor Belehrungen!* oder vom Video *Reagiere auf KRITIK souverän und sicher!* Ich verlinke diese Videos.

A) Drüben lassen kann man die Sache, indem man den Satz einfach überhört und überhaupt nicht reagiert. Ich habe für Situationen, wo ich etwas weit drüben lassen möchte, den Satz/Gedanken parat: „Was macht's dem Mond, wenn der Hund bellt!“ Und als Ehepartner weiß man ja, wie wichtig es ist, manches NICHT zu hören. Bei einer Wiederholung des Vorwurfs gibt es bei uns auch den Satz: „Ich höre heute auf dem Ohr ganz schlecht/überhaupt nicht!“

B) Eine dezente Möglichkeit der Abgrenzung besteht darin, dass Sie sagen: Lassen wir das gut sein.

C) Nicht mehr so dezent ist es, wenn ihre Antwort lautet. Du wirst es aushalten/Sie werden es aushalten, dass ich das SO mache, SO sehe, SO erledige...

D) Noch deutlicher ist die Abgrenzung mit dem Satz: Ich habe das sehr wohl überlegt. Ich habe es ganz bewusst so gemacht und habe vor, es auch weiterhin so zu machen.

#### **Tipp 4: In 10% der Fälle steckt eine gute Absicht dahinter**

Sagt jemand „Sei nicht kleinlich!“ und meint eigentlich, „Sei großzügig! Bleib in deiner Stärke, in deiner Größe!“ dann möchte er oder sie Ihnen Mut machen. Er/sie möchte SIE stärken die Sache anzugehen und sich die Sache zuzutrauen. Vermuten Sie diese gute Absicht, dann fragen Sie nach. „Wie meinst du das?“ „Wie meinst du, kann ich die Sache gut lösen?“ „Wie würdest du in dieser Situation agieren?“ Auch hier kommt es zu einem längeren Gespräch. Mit der Antwort hören Sie, warum der andere meint, dass Sie großzügig sein sollen und er/sie Ihnen auch die Größe zuspricht, die da jetzt notwendig ist um sich nicht zu ärgern, um es gelassen zu sehen, um souverän zu bleiben, souverän zu entscheiden und souverän zu handeln. Am Ende eines solchen Gesprächs, bedanken Sie sich, dass der andere mit Ihnen eine Sache in Ruhe überlegt hat.

#### **Tipp 5: „...werdet wie die Kinder!“**

In unserer so geschäftigen, manchmal so hektischen Welt ist einiges sehr selten geworden: die kindliche Freude, die Unbekümmertheit des Augenblicks, die Leichtigkeit des Seins und die Schönheit des Moments, das sich Vertiefen in ein Spiel, die Seele baumeln lassen, das Tagträumen... Das Zitat „...wenn ihr nicht werdet wie die Kinder, werdet ihr nicht in das Himmelreich eingehen“ stammt aus der Bibel. – Exkurs: Wussten Sie, dass die Bibel das meistgedruckte, meistverkaufte, meistgelesene und meistgenutzte Lebens-Beratungs-Buch der Weltgeschichte ist! So gesehen sollte es auch zu Ihrer Lebenskunst gehören, manchmal den Satz „Sei nicht kindisch!“ ganz bewusst umzudrehen und zu sagen „Ich will kindisch sein! Ich will wieder einmal wie ein Kind fröhlich, lustig, verspielt, unbekümmert... sein!“

Und genau beides wünsche ich: A) Grenzen Sie sich gut ab gegen vorwurfvolle Zurufe „Sei nicht kindisch!“ und B) Gönnen Sie sich selbst immer wieder Momente und Augenblicke der Leichtigkeit, wie es glückliche Kinder vorleben. Auch das gehört zu einem erfüllten und glücklichen Leben.