

Kultur, Gesellschaft & Wissen

«Anstatt Nemo einen Vortrag zu halten, sind wir dem Kind zur Seite gestanden»

Nadja Schnetzler Die Mutter von ESC-Gewinner Nemo und Fotografin Ella Mettler erklärt in ihrem Buch, warum sie sich mit einem Manifest für eine Erziehungsmethode ohne sture Regeln starkmacht. Sie ist überzeugt, dass Vereinbarungen besser sind als Verbote.

Sofiya Miroshnyk

Tägliche Diskussionen um Schlafenszeiten, Hausaufgaben oder das Handy am Essisch kosten viele Eltern Nerven. Die «Hands-off-Erziehung» verspricht Entlastung – weil die Kinder von klein auf selbst entscheiden, was gut für sie ist. Eltern sollen nur eingreifen, wenn Gefahr droht. Funktioniert das wirklich? Nadja Schnetzler, Expertin für Zusammenarbeit in Organisationen, hat ein Manifest für diese Erziehungsmethode veröffentlicht. Im Interview erklärt die Mutter von Eurovision-Star Nemo und der erfolgreichen Fotografin Ella Mettler, wie sich das im Alltag umsetzen lässt und warum sie selbst heisse Erfahrungen zugelassen hat.

Frau Schnetzler, Sie machen sich für das Hands-off-Parenting stark, eine Erziehung, in der das Kind schon früh seine eigenen Entscheidungen treffen soll. Das klingt wie eine gute Anekdote für Eltern, die sich lieber auf ihre eigenen Projekte konzentrieren. Mit Abwesenheit oder Zurücklehnen hat das nichts zu tun – im Gegenteil, diese Methode verlangt einem viel ab. Hands-off-Parenting heisst für mich vor allem, dass ich mich nicht über mein Kind verwerke. Denn ein Kind ist eine eigenständige Person mit eigenen Ideen, Vorlieben, Interessen und Bedürfnissen. Als Mutter bin ich dazu da, meine Kinder dabei zu begleiten, sie selbst zu werden. Kinder sollen zu selbstbestimmten Erwachsenen heranwachsen, die für ihre eigenen Bedürfnisse eintreten und auf andere Menschen eingehen können.

Das wollen wohl die meisten Eltern. Was machen Sie anders? Wenn es um Zahnarztbesuch, Pylamas und andere unwichtige Dinge geht, versuche ich sie wenn möglich zu ignorieren. Bei uns zu Hause gab es zum Beispiel nie eine fixe Anwesenheitszeit. «Du musst um 22 Uhr zu Hause sein». Stattdessen stellen mein Partner und ich die Gegenfrage: «Wann müchtest du denn nach Hause kommen?» Die von den Kindern genannte Zeit wurde zur verbindlichen Abmachung. Auch schlechte Schulnoten haben mich nie nervös gemacht. Manchmal musste ich deshalb mit den Lehrpersonen klären reden.

Inwiefern? Ich habe mich gegenüber der Schule klar positioniert. Wenn die Lehrpersonen sich wegen Nemos schlechter Noten sorgen, sage ich: «Lassen Sie das Kind in Ruhe, es kommt aus sozialen Gründen in die Schule.»

Aus sozialen Gründen? Mir war die Schule wichtig als Ort, wo mein Kind lernen konnte, mit anderen Menschen klarzukommen. Hausaufgaben sind in diesem Zusammenhang nicht relevant. Mit Ella war die Herausforderung eine andere:



«Ich habe viele Dinge gemacht, die ich nicht mehr so machen würde»: Nadja Schnetzler. Foto: Sabina Bösel

«Schlechte Schulnoten haben mich nie nervös gemacht.»

Ich versuche, ihr im Gespräch aufzuzeigen, dass es nicht unbedingt nötig ist, jede einzelne Regel und Erwartung zu erfüllen, vor allem dann nicht, wenn sie einem nicht guttut.

Regeln sind doch notwendig, damit der Schullehrer und das Mitschüler überleben funktionieren? Abmachungen sind notwendig. Doch diese würde ich gern gemeinsam mit der Schule entwickeln und gegebenenfalls anpassen. Ich finde, das Schulsystem legt heute viel zu viel Wert auf die Förderung und Zementierung des Durchschnittsniveaus. Besser wäre es, zu schauen, welche einzigartigen Fähigkeiten ein Kind entwickelt hat und wie es diese selbst erkennen und ausbauen kann.

Wie funktioniert die Hands-off-Methode im Alltag? Ein Beispiel: Was tun, wenn das Kind keine Socken anziehen will und die Zeit drängt?

Wenn es so trotz Ihres Hands-off-Ansatzes notwendig, sich einzumischen?

Was unterscheidet Ihren Hands-off-Ansatz von jenen, denen Ihre Kinder egal sind, die sie vernachlässigen? Hands-off-Parenting ist für mich eine sehr bewusste, aktive Haltung und das Gegenteil von Vernachlässigung. Sie ist eher das, was ich eine «begleitete Autonomie» nennen würde: Mit meinen Kindern führe ich oft schwierige Gespräche und war da, wenn sie mich brauchten. Aber ich liess sie letztlich selbst entscheiden, was sie aus ihrem Leben machen wollten – bei grossen genauso wie bei kleinen Entscheidungen.

Kinder haben noch keinen grossen Erfahrungshorizont, woher sollen sie wissen, was für sie gut ist? Gegenfrage: Wissen wir mit gut für uns ist? Herausfinden, was uns guttut, bleibt ein Leben lang eine Herausforderung. Ich finde es cool, wenn man das möglichst früh begleitet ausprobieren darf.

Wie funktioniert die Hands-off-Methode im Alltag? Ein Beispiel: Was tun, wenn das Kind keine Socken anziehen will und die Zeit drängt?

Wenn Gefahr droht oder mein Bauch sich deutlich meldet. Wie ich in bestimmten Situationen handelte, hing stark davon ab, wie meine Kinder reagierten, oder was sie brauchten. Es ist nicht so, dass ich fürs Nichtstun plädiere. Im Gegenteil: Ich versuche, meinen Erziehungsansatz kontinuierlich mit der Realität abzugleichen. Jedes Kind ist anders, jeder Kontext ist anders.

Sie haben also keine Ratgebersammlung für Kindererziehung geschrieben? Nein, ich bin überzeugt, dass sich keine Erziehungsphilosophie nach einer Art Handbuch umsetzen lässt. Hands off ist eher eine Ambition, eine Haltung, an der wir uns jeden Tag messen können. Das Manifest habe ich für mich selbst verfasst, weil ich merkte, dass ich einigen anderen, mache als andere Eltern. Mein Buch könnte dazu inspirieren, den eigenen Erziehungskompass zu finden.

Wie gehen Sie mit Situationen um, in denen es unterschiedliche Wünsche gibt. Beispiel: Handy. Die Kinder wollen es auch beim Essen nutzen, die Eltern sind dagegen.

Es gab bei uns zu Hause sehr wohl Abmachungen. Die galten aber nicht, weil ich eine Autoritätsperson war, sondern weil wir in einem Haushalt zusammenlebten, in dem es unterschiedliche Bedürfnisse gab. Meistens haben wir diskutiert und Vereinbarungen gefunden, die für alle stimmten.

Mein Tipp: Ohne Socken, notfalls auch ohne Schuhe los, aber beides mitnehmen und dann anziehen, wenn es passt. Wenn es draussen eiskalt ist, dann pragmatisch handeln. Wenn das Wetter so gut ist, dass das Kind selber merken kann, wann es gern Socken und Schuhe anziehen will, dann gilt es, abzuwarten. Wenn es schneit und eisig ist, geht die Sicherheit vor. Dann ziehe ich dem Kind die Schuhe an und erkläre dabei: «Ich bin verantwortlich, dass du nicht krank wirst, darum ziehen wir die Schuhe jetzt an, und es ist okay, wenn du das nicht cool findest.»

Wie gehen Sie mit Situationen um, in denen es unterschiedliche Wünsche gibt. Beispiel: Handy. Die Kinder wollen es auch beim Essen nutzen, die Eltern sind dagegen.

Es gab bei uns zu Hause sehr wohl Abmachungen. Die galten aber nicht, weil ich eine Autoritätsperson war, sondern weil wir in einem Haushalt zusammenlebten, in dem es unterschiedliche Bedürfnisse gab. Meistens haben wir diskutiert und Vereinbarungen gefunden, die für alle stimmten.

Also ein ständiges Verhandeln mit den Kindern? Wenn ich endlos Zeit hätte, dann ja. Aber die haben wir nicht. Daher: immer, wenn es geht, und sonst pragmatisch handeln. Zentral ist, immer gut erklären zu können, warum etwas gemacht werden soll.

Wann kippt diese Mitsprache in Überforderung der Kinder? Das kann ich nur im Dialog mit meinem Kind herausfinden und mein Verhalten entsprechend anpassen. Der Dialog ist der gemeinsame Rahmen, der Orientierung schafft. Das gibt mehr Halt als stilltägliche Regeln, die ich stur durchbohe.

Wie vermeiden Sie, dass «freie Wahl» zu frühzeitigem Aufgeben führt? Ich habe das Gegenteil erlebt: Wenn Kinder ohne Druck ausprobieren können, finden sie schneller das, was sie wirklich begeistert. Aufgaben oder etwas, das ihnen gehört für mich ebenso zur Klaviatur eines erfüllten Lebens wie etwas durchzuziehen, selbst wenn es schwierig wird.

Wirklich? Ja. Nemo hat sich am Freitag vor Lehrantritt entschieden, doch keine Berufsausbildung machen zu wollen, obwohl der Lehrvertrag bereits unterzeichnet war. Anstatt Nemo einen Vortrag dazu über zu halten, dass «Wer A sagt, auch B sagen muss», sind wir dem Kind zur Seite gestanden, als es dem zukünftigen Lehrmeister sagte, dass es die Ausbildung doch nicht antreuen und sich stattdessen auf die Musik konzentrieren werde.

Ihr Kind hat vor zwei Jahren den ESC gewonnen. Also haben Sie alles richtig gemacht? Keineswegs. Ich habe unglaublich viele Dinge gemacht, die ich nicht mehr so machen würde. Heute sind sich wahrscheinlich dennoch alle einig, dass die Entscheidung gegen die Lehre richtig war. Ich finde es wichtig, Kinder selbst entscheiden zu lassen, wer sie sein wollen, und sich nicht einzumischen.

Bei anderen Kindern wäre das vielleicht nicht so gut ausgefallen. Würden Sie den Erfolg ihrer Kinder dennoch als Beleg dafür nehmen, dass Ihre Erziehungsmethode funktioniert? Nicht als Beleg, höchstens als Indiz. Ich bin froh, dass ich dazu beitragen konnte, dass meine beiden Kinder ihren Weg mit Freude und Überzeugung verfolgen. Dass dies gelungen ist, empfinde ich zu einem grossen Teil als Geschenk und nicht nur als Ergebnis einer Erziehungsmethode.

Nadja Schnetzler Hands Off Parenting

Die Elternschaft, die ich mir vornahm und die mir oft gelang, mal ehrlich AG, Zürich, 2026, 177 S., ca 24.90 Fr.

