

Familie

## Die Grenzen der Manscherei

Z+ EXKLUSIV FÜR ABONNENTEN



Mit dem Essen spielt man nicht? Kann man so kategorisch auch nicht sagen. © Robijn Page/imagoe images

**Ständig schimpfen beim Essen? Nicht schön. Schmatzen und schlürfen auch nicht. Wie wichtig sollten Eltern die Manieren der Kinder sein? Es gibt Wege zum Tischfrieden. Von Lisa Seelig**

23. DEZEMBER 2022, 12:05 UHR

Ist womöglich die größte Sauerei die eleganteste Lösung? Im Advent war ich zu einem Abendessen mit zehn Gästen eingeladen. Die Gastgeberin ist alleinerziehend, hat zwei kleine Kinder, eine Vollzeitstelle und keine Zeit. Wir plauderten in der Küche, sie wirbelte, es brutzelte, dampfte und klapperte. Nebenbei schüttete sie ihrem Zweijährigen, der sich nölend an einen Küchenstuhl klammerte, direkt aus der Dose eine ordentliche Ladung tropfnasser Maiskörner auf die Sitzfläche eines Stuhls. Das Kind versenkte hocheifrig Hände und Spielzeugauto darin. "Choose your battles", erklärte die Gastgeberin. Sie sagt das immer dann, wenn sie das Gefühl hat, dass mal wieder jemand komisch guckt, sie aber einfach keine Energie und Zeit hat, es auszufechten.

Sie hätte auch sagen können: "Das Essen ist in fünf Minuten fertig, und dann essen wir alle gemeinsam." Oder: "Dann hast du gleich keinen Hunger mehr, wenn du jetzt schon so viel isst." Oder: "Gegessen wird nur im Sitzen und mit Löffel." Typische Sätze von Eltern, die das Gefühl haben, die Sache mit den Tischmanieren nicht wirklich im Griff zu haben. Dann hätte es Gebrüll gegeben.

Mit Blick auf gemeinsame Mahlzeiten und die Tischkultur der Familie stellen sich wohl jede Menge Eltern täglich, und besonders an den Feiertagen, genau diese Frage: Welche Konflikte lohnen sich? Ist es wirklich wichtig, dass Kinder wissen, "was sich bei Tisch gehört"? Was "gesittetes Essen" ist? Und winden sie sich hier nicht schon längst, weil das so sehr nach Konventionen von gestern klingt? Also: Soll man den krumm wie ein Pfeifenputzer am Tisch lungernenden Teenager ermahnen, sich gerade hinzusetzen? Oder kann man froh sein darüber, dass sich das Kind überhaupt bei Tageslicht in einem gemeinsam genutzten Raum blicken lässt? Müsste man nicht die Dreijährige anweisen, die Finger aus dem Ketchup-Mayo-Kartoffelbrei-Gemisch zu nehmen – oder darf man einfach aufatmen, weil es kurz mal beschaulich ist am Tisch? Lohnt es sich, den Zehnjährigen zum tausendsten Mal damit zu behelligen, die Gabel in Richtung Mund zu bewegen und nicht umgekehrt – oder lässt man es einfach sein, weil das Kind ohnehin nur noch wahlweise abgestumpft oder genervt reagiert?

### "Kannst du mir mein Schnitzel schneiden?"

"Es ist schon von Vorteil, wenn Kinder ab einem gewissen Alter wissen, wie man Gabel und Messer benutzt", sagt dazu Katrin Künzle. Sie ist lizenzierte Knigge-Trainerin mit Büro nahe Zürich und hält seit bald 20 Jahren Benimmkurse für Kinder. Mehr als 80 Prozent der Kinder, die heute ihre Kurse besuchen, könnten nicht richtig mit Besteck umgehen, sagt sie. Die Frage ist: Warum ist es ein Problem, wenn Achtjährige ihren Eltern im Restaurant den Teller rüberschieben, damit sie ihnen das Schnitzel in mundgerechte Stücke zerteilen?

Katrin Künzle sagt, dass vieles, was bei Tisch früher selbstverständlich gewesen sei, heute vernachlässigt werde, etwa gerade zu sitzen, die Ellenbogen vom Tisch zu nehmen und eine Serviette korrekt zu benutzen. Sie erklärt das mit dem Wandel des Familienalltags: "Bei so vielen Familien sind die Tage beschleunigt und durchgetaktet, beide Eltern arbeiten, Schule, Kita, Termine, Stress – wenn dann alle abends zusammen am Tisch sitzen, dann hat man vielleicht einfach keine Energie oder Lust mehr, groß auf Tischmanieren zu achten."

Oder, das als Ergänzung: Wer schon dünnhäutig nach einem stressigen Tag am Tisch sitzt, dem gelingt es womöglich nicht, liebe- und respektvoll mit den Kindern über deren Verhalten am Tisch zu sprechen. Abfällig geraunzte Hinweise wie "Kannst du endlich mal aufhören so zu schmatzen!" sollten sich Eltern aber besser sparen, sagt auch Künzle. Eine verpestete Stimmung am Tisch bringe niemandem etwas, und einsickern würden die Ermahnungen dann erst recht nicht. Sie muss über den Dosenmais auf der Sitzfläche lachen. "Na gut, es gibt solche Tage. In dem Moment war es entlastend, an anderen Tagen wird sie es anders machen."

Taniesha Burkes Sicht ist da etwas strenger. Burke, die als Elterncoach in Berlin arbeitet, sagt zwar, dass es tatsächlich wichtig sei, sich zu fragen, welche Konflikte sich lohnen, gibt aber auch zu bedenken: "Am Ende bringt es Eltern nichts, bei wichtigen Verhaltensregeln nachgiebig zu sein. Je länger Eltern damit warten, ein bestimmtes Verhalten einzufordern, desto schwieriger wird es. Wenn sich mal eine Gewohnheit eingeschliffen hat, ist es mühsam, etwas zu ändern." Burke sagt, Eltern sollten ein festes Gerüst aus Regeln und Erwartungen setzen. Je konsequenter sie dranblieben, desto einfacher werde es mit der Zeit. Dabei sollten Eltern darauf achten, was schon klappen kann und was nicht. "Für Kleinkinder mit starkem Bewegungsdrang kann es unmöglich sein, eine längere Zeit ruhig am Tisch zu sitzen. Das müssen sie dann auch nicht."

Das gilt auch für die Frage nach den Werkzeugen: Mit einem oder eineinhalb Jahren können Kinder anfangen, einen Löffel zu benutzen, grob mit drei Jahren kann man ihnen ein Kinderbesteck anvertrauen. Und von Schulkindern darf man dann in der Regel erwarten, dass sie routiniert mit Messer und Gabel umgehen – es spricht ja trotzdem nichts dagegen, jüngeren Kindern mal zu helfen, bevor ein besonders widerspenstiges Schnitzel vom Teller segelt. Grundsätzlich sieht Katrin Künzle es ähnlich wie Taniesha Burke: Bei wichtigen Regeln, etwa nicht zu schmatzen, andere nicht zu unterbrechen und nicht mit vollem Mund zu sprechen, tun auch ihrer Meinung nach Eltern ihren Kindern keinen Gefallen mit Laissez-faire. Bestimmte Höflichkeitsregeln beim Essen einzuhalten, gehöre einfach zu einem rücksichtsvollen und respektvollen Miteinander dazu.

Tischmanieren sind also ganz einfach eine von vielen sozialen Kompetenzen – und die sind wichtig fürs Zusammenleben. Besonders beim Thema Besteck ist Künzle hartnäckig: "Das ist ganz einfach eine Sache, die man als Kind durch Üben sehr gut lernen kann, und es wird außerhalb der eigenen Familie mit steigendem Alter immer öfter Gelegenheiten geben, bei denen es womöglich Nachteile hat, wenn man diese grundlegende Technik nicht beherrscht."

Viele Eltern plagt beim Thema Tischmanieren, wie so oft, wenn es um die Erziehung ihrer Kinder geht, das schlechte Gewissen. Sie fürchten, in Sachen elterliche Pflichten schon wieder etwas versäumt zu haben, wollen aber keinesfalls so verbissen und autoritär agieren wie frühere Generationen. Denn womöglich haben die eigenen Eltern die Regel "Ellenbogen an den Körper" noch durch zwei links und rechts unter den Achseln eingeklemmte Bücher verinnerlicht. Und unter Garantie sind Menschen, die ihre Tischmanieren auf die harte Tour gelernt haben und schnell mal pikiert dreinblicken, genau dann zu Gast, wenn das eigene Kind mit der Nasenspitze in der Beilage versinkt, um Fleisch mit Soße in den Mund zu schaufeln. Immerhin kleckert es dann nicht!

Künzles Rat für solche Momente: entspannt bleiben. "Sagen Sie den Großeltern höflich, dass Sie dran sind am Thema, und dass so ein großes Festessen für alle womöglich ein bisschen stressig ist. Gehen Sie nicht auf Konfrontation, das spüren Kinder sofort, und die Stimmung wird noch angespannter." Das Allerwichtigste, sagen Künzle und Burke: selbst ein Vorbild sein (das gilt im Leben mit Kindern ja eigentlich immer): "Ich sehe so oft Familien im Restaurant zusammen am Tisch sitzen, aber sie essen gar nicht gemeinsam", sagt Künzle. Die Teenager hingen am Handy, die Erwachsenen schrieben schnell noch eine Mail: "Wenn ich selbst nicht vorlebe, wie ich mir das Beisammensein am Tisch wünsche, dann kann ich es von meinen Kindern nicht erwarten."

### **Ist das noch kreativ oder schon Gematsche?**

Die ersten Versuche von kleinen Kindern, eigenständig zu essen, sind natürlich immer eine Riesensauerei, das sollte allen klar sein. Mit Essen mantschen ist allerdings auch eine Leidenschaft vieler bereits älterer Kinder. Auf einem [Onlineportal für pädagogische Fachkräfte](https://www.kinderzeit.de/news-detail-ernaehrung/zu-tisch-bitte.html) [https://www.kinderzeit.de/news-detail-ernaehrung/zu-tisch-bitte.html] findet sich dieser schöne Satz: "Versuchen Sie zwischen kreativem Spiel und unangenehmen Matschen zu unterscheiden!" Aus Erbsen Ketten zu bilden, den Kartoffelbrei zu einem Vulkan zu formen oder das Gemüse nach Farben zu ordnen, sei absolut in Ordnung, einschreiten müsse man nur, wenn das Gematsche über den Tellerrand trete, ungenießbar werde oder sich Sitznachbarn offensichtlich gestört fühlten.

Wer keine Energie hat, auf Feinheiten zu achten, dem rät Katrin Künzle, sich auf wenige Minimalanforderungen zu fokussieren, sodass sich alle am Tisch zumindest wohlfühlen. Vielleicht gelingt es ja, humorvoll darauf hinzuweisen, dass es für die Mitessenden nicht so lecker ist, wenn sie den Speisebrei im Mund sehen können, die altbackene Regel "Mit vollem Mund spricht man nicht" also durchaus einen Sinn hat? Taniesha Burke ist auch noch da wichtig: "Ermutigen Sie die Kinder, loben Sie, wenn Sie sehen, dass sie sich bemühen und Fortschritte machen. Kinder benehmen sich am ehesten daneben, wenn die Stimmung am Tisch angespannt und ablehnend ist. Die Wahrscheinlichkeit steigt, dass sie sich gern an die Regeln halten, wenn sie sich am Tisch wohl und geborgen fühlen."

Künzle sagt, manches könne man schon kleineren Kindern spielerisch beibringen, etwa: Zwischen Rücken und Stuhllehne müsse eine kleine Maus durchschlüpfen können, und auf dem Schoß müsste eine Katze Platz haben – schon klappe die richtige Sitzhaltung und die korrekte Entfernung von der Tischkante. Allerdings: Die Meinungen gehen sicher auseinander, wie wichtig die Einhaltung des korrekten Körper-Tischkante-Abstands ist. Womöglich ist das der wichtigste Rat für Eltern: zu entscheiden, welche Regeln in die verstaubte "Das gehört sich so"-Schublade gehören und welche ihnen wirklich wichtig sind.

### **Die Rettung fürs Leinentischtuch**

Eine Mischung aus Pragmatismus und Konzentration auf den kleinsten gemeinsamen Nenner könnte dann etwa zu folgender Sicht führen: Speisebrei, der aus plappernden Kindermündern fällt oder durch die Gegend fliegt, Schmatzen, Schlürfen, Furzen, Herumschreien und anderen über den Teller greifen, um an die Püreeschüssel zu kommen, sind Dinge, die andere Menschen stören oder sogar ekeln können. Ein freundlicher Hinweis an die Kinder, dass Leute am Tisch sitzen, für die das nicht so schön ist, ist also auf jeden Fall angebracht. Und weil er hier so gut passt, sei dieser klassische Elternsatz erwähnt, den Eltern unbedingt auf sich selbst anwenden sollten: "Der Ton macht die Musik."

Katrin Künzle rät außerdem unbedingt dazu, es sich gerade an den Feiertagen nicht unnötig schwer zu machen: "Vielleicht sind die Kinder an einem eigenen Tisch etwas abseits am besten platziert?" Und womöglich spart man sich einfach den gedonnerten Hinweis "Sitzen bleiben, bis alle fertig sind!", sobald die Kinder nach dem letzten reingeschaufelten Bissen kommentarlos verschwinden wollen – sehen Sie es so: Wer vor der Spielkonsole sitzt, kann am Leinentischtuch keinen Schaden mehr anrichten.





