

*Bin ich wirklich*  
**Mama**  
*Pinocchio?*



Einer Umfrage zufolge lügen Mütter häufiger als andere Menschen. Das kann doch nicht wahr sein, dachte FOCUS-SCHULE-Redakteurin Monika Holthoff-Stenger und verzichtete 14 Tage lang auf Flunkereien und Halbwahrheiten

**E**in Klacks!“, denke ich, als ich am Nachmittag meines ersten lügenfreien Tages ins Wohnzimmer eile, um meinen Sohn zu begrüßen. Der daddelt. „Hallo!“, rufe ich fröhlich. Keine Reaktion, das kenne ich schon. „Wie geht’s?“, frage ich leicht entnervt. Stille. Mir reicht’s: „Wusstest du, dass Computerspiele dumm machen?“, flöte ich und beiße mir beschämt auf die Lippen. Wo kommt diese plumpe Erziehungslüge her? Während ich noch um erklärende Worte



an: „Ja klar, dauernd!“ Ich schlucke. „Zum Beispiel hat Papa neulich versprochen, mich vom Basketball abzuholen“, beschwert sich Nina, „stattdessen kam die Babysitterin.“ Die Fünfjährige motzt, dass Mama Knödel zum Abendessen versprochen hatte. „Jetzt gibt’s doofe Ravioli!“ Ich lerne: Wer einmal ein Versprechen bricht, dem glaubt man nicht (auch, wenn er sonst die Wahrheit spricht).

Ich gelobe Besserung und stoße gleich am nächsten Morgen an meine elterlichen Grenzen. Der Blick auf den Terminkalender offenbart Schreckliches. Um 15 Uhr sind zwei Termine mit Anwesenheitspflicht eingetragen: mein lange vereinbarter Gesundheitscheck und die Schultheateraufführung („Kinder, ich komme auf jeden Fall!“). Zweiteilen geht nicht, also überlege ich kurz, wem ich die Schuld für die Misere in die Schuhe schieben kann. Mit welcher Ausrede könnte ich den Arzttermin absagen?

### Die gemeine Erziehungslüge: „Computerspiele machen dumm“

ringe, kontert der Sohn, den Blick fest auf die Konsole geheftet: „Ach Mama! Das ist längst widerlegt.“ Schön, dass sich der Elfjährige nicht ins Bockshorn jagen lässt. Schade, dass ich die Chance verpasst habe, ihm eine ordentliche Begrüßung abzurufen.

Typisch Mama! Laut Umfragen aus Großbritannien und Kanada lügen Mütter vor allem, um die Fassade der „perfect mom“ aufrechtzuerhalten und um Sprösslinge zu einem bestimmten Verhalten zu bewegen.

Das will ich genauer wissen. Beim Abendbrot frage ich meine Kinder: „Lügen Papa und ich eigentlich oft?“ Die drei schauen mich verständnislos

### Das gebrochene Versprechen: „Papa holt dich heute ab“

Aber ach, ich will doch die Wahrheit sagen! Widerwillig rufe ich in der Praxis an und räume ein, dass ich den Termin wegen des Theaterstücks nicht wahrnehmen kann. Stelle mich bloß, indem ich zugebe, die Familien-



organisation nicht im Griff zu haben. Harre ergeben auf Strafpredigt und Bußübung: das monatelange Warten auf einen neuen Termin.

## Die Freundschaftslüge: „Toll, deine Frisur!“

„Das kenne ich“, erwidert die Arzthelferin stattdessen verständnisvoll. „Wissen Sie, neulich ging’s mir genauso ...“ So plaudern wir entspannt über Mütterstress, und es findet sich sogar ein neuer Termin in nicht allzu ferner Zukunft. Verwundert lege ich auf: So unkompliziert fährt man mit der Wahrheit? Das probiere ich öfter!

Ohne Ausflüchte gestehe ich meinem Mann später am Tag, dass ich ihn völlig umsonst genötigt habe, sein Meeting zu Gunsten meiner Dienstreise zu verschieben – ich hatte mich im Monat geirrt. Er verzichtet netterweise auf Häme und reagiert gelassen: „Das hätte mir auch passieren können.“

## Die Wettbewerbslüge: „Meiner konnte schon mit vier lesen“

Als ich zwei Tage später abgehetzt und mit quietschenden Reifen vor dem Kinderhort halte, um meine beiden Großen abzuholen, erreicht mich am Handy ein lang ersehnter Anruf. Der Professor, den ich schon so lange interviewen will, hat endlich Zeit für ein Gespräch – aber ich nicht! In zwei Minuten schließt der Hort! Und jetzt? In meinem früheren Leben als Mama Pinocchio hätte ich ihn mit einer Notlüge („wichtiger Außentermin“) vertröstet. Das klingt professioneller als: „Ich hole gerade meine Kinder vom Hort ab.“ Doch ich oute mich als Teilzeitmami. Mein Gegenüber reagiert süffisant: „Wenn Sie dann mal wieder Zeit haben, können Sie sich ja bei mir melden.“ Trotz der verbalen Ohrfeige fühle ich mich auf ein-

mal stark und selbstbewusst. Jetzt ist es heraus: Ja, ich bin eine berufstätige Mutter – na und?

Euphorisch fasse ich den Entschluss, einer langjährigen Bekannten endlich die Wahrheit über ihre ständige Angeberei zu sagen. Als sie den üblichen Lobgesang auf ihre Kinder anstimmt („Max hat in Altgriechisch mal wieder eine Eins geschrieben, und Lisa geht jetzt ins Leistungsturnen“), sage ich ihr, dass ich ihr prahlerisches Gerede satt habe. Diesmal geht der Schuss nach hinten los: Auf einen hitzigen Streit folgt ein frostiger Abschied. Für immer?

## Die Notlüge: „Mein Kind ist krank“

Zerknirscht berichte ich abends bei einem Glas Wein meiner Freundin Steffi von meinem Wahrheitstrip. Sie ist entsetzt: „Als Mutter kannst du dir nicht leisten, immer die Wahrheit zu sagen. Wie willst du den Alltag wuppen, wenn du dich ständig rechtfertigen und spitze Bemerkungen abwehren musst?“

Sie zählt auf: Geschäftspartner anlügen? Unvermeidbar! „Die springen ab, wenn sie erfahren, dass ich wegen meines kranken Kindes im Verzug bin.“ Den Ehemann beim Sex anflunkern? Ganz wichtig! „Er bemüht sich, da will ich ihn nicht verletzen.“ Dem Sohn, einem chronischen Fünferkandidaten, Mut für die Mathe-Arbeit zusprechen? Ehrensache! „Was erreiche ich, wenn ich ihm sage, dass er höchstwahrscheinlich durchfällt?“

Nachdenklich gehe ich nach Hause: 14 lügenfreie Tage haben gutgetan. Ich gehe etwas aufrechter durchs Leben. Ich habe gelernt: Wer die Wahrheit sagt, wird oft mit der Wahrheit belohnt. Und das ist meistens gut.

Trotzdem werde ich nicht auf kleine Flunkereien verzichten. Sie erleichtern das Familienleben ungemein. Ehrlich! ● MONIKA HOLTHOFF-STENGER



### GANZ NORMAL

Monika Holthoff-Stenger, Mutter von drei Kindern, lügt höchstens zweimal pro Tag – und damit laut Forschern der Uni Regensburg genauso viel wie der bundesdeutsche Durchschnittsmensch

# 5 Fakten über das Lügen

1

**Heute schon gelogen?** Lügenforscher sagen: Wer die Unwahrheit sagt, um sein Gegenüber zu täuschen, lügt. Ins Reich der Lügen gehören deshalb auch Auslassungen und Übertreibungen, nicht aber unbeabsichtigte Falschaussagen oder Höflichkeitsfloskeln.

2

**200-mal pro Tag lügen wir angeblich.** Diese Zahl stammt von dem US-amerikanischen Psychologen John Frazer und ist nicht totzukriegen. Der Regensburger Psychologe Helmut Lukesch wollte es genauer wissen und ließ seine Studenten zählen, wie oft Menschen tatsächlich schwindeln: lediglich 1,8-mal pro Tag!

3

**Mütter lügen häufiger als andere Frauen,** fand das britische Mütterportal Netmums heraus. Um das Supermom-Image zu wahren, flunkert ein Drittel in puncto Fernsehzeit, Ernährung und Bewältigung des Familienalltags. Sinn ergibt das nicht: Die Mehrheit der Mütter geht laut Netmums davon aus, dass andere Mamas Rabenmütter sind.

4

**Harmlose Flunkereien sind erlaubt,** sagt der Heidelberger Lügenforscher Klaus Fiedler: Als Schmiermittel gesellschaftlichen Zusammenlebens schonen sie Mitmenschen und befeuern den Alltag. Betrug sollte aber aus eigenem Interesse tabu sein: Ein Lügengebäude aufrechtzuerhalten belastet enorm und kann sogar krank machen.

5

**Kleine Lügner sind schlauer.** „Fast alle Kinder lügen“, sagt Kang Lee, kanadischer Psychologe – und das ist gut so. Mini-Lügenbarone stellen mit der Flunkerei nämlich ihre Auffassungsgabe unter Beweis. Am häufigsten schwindeln Zwölfjährige, Jugendliche ab 16 Jahren nehmen es mit der Wahrheit wieder genauer.

FOCUS-SCHULE 3/2012

**NEU!**

**0% Laktose, 100% Genuss!**

**Ehrmann**

Keiner macht mich mehr an.

Cremiger Fruchtyoghurt und milde Quark-Joghurt-Creme in den Sorten Kirsche, Erdbeere, Pfirsich-Maracuja und Stracciatella. Mehr Infos unter [www.lactozero.de](http://www.lactozero.de)