

## Zuwendung



Manchmal sind Kinder "nicht ansprechbar", sie sind so mit sich und ihren Gefühlen beschäftigt, dass sie nicht zuhören können. Lange Erklärungen helfen da gar nicht. Durch ihre Anwesenheit und einfache Gesten können Erwachsene eine schwierige Situation enorm entschärfen.

Zeigt ein Kind gefährliches oder zerstörendes Verhalten, dann ist Zuwendung nicht sinnvoll. Oft zeigt es dadurch, dass es nach Orientierung sucht. Bleiben Sie stehen und bei Ihrem klaren Nein.

## Körperkontakt



Manche Kinder verlieren in ihrer Wut den Kontakt zu ihrem Körper. Körperkontakt kann ihnen helfen sich wieder besser zu spüren. Ob ein Kind in diesen Situationen Körperkontakt verträgt oder lieber auf Distanz geht, zeigt es mit seiner Körpersprache.

Wenn Erwachsene selbst sehr wütend oder gestresst sind, sollten sie das Kind nicht berühren und besser etwas Abstand halten.

## Aggression



Eltern, die ihre eigene Wut spüren und wissen, dass sie in diesen Situationen aufpassen müssen, dass sie keine Gewalt ausüben, können zu guten Vorbildern für ihre Kinder werden.

Wenn Wut in gewalttätigen Handlungen gegenüber den Kindern oder gegenüber anderen Personen ausgelebt wird, ist das sehr belastend für die Kinder und schadet ihrer Entwicklung.

In Österreich ist jegliche Gewalt gegen Kinder absolut verboten und strafbar.

## Erklärung



Kinder möchten die Welt verstehen und deshalb ist es wichtig ihnen die Verbote und Regeln zu erklären. Je älter sie werden, umso mehr hinterfragen sie die Erklärungen der Erwachsenen und wollen verhandeln.

Wenn Eltern zu lange oder immer wieder andere Erklärungen abgeben, dann schalten die Kinder auf „Durchzug“.

Das erzeugt Ärger und Enttäuschung bei den Eltern.

## Belohnung



Manchmal ist es für Kinder sehr mühsam sich zu beherrschen, etwas fertig zu machen oder einen Auftrag auszuführen. Da kann ab und zu eine kleine Belohnung motivieren.

Eltern, die die Wut und Enttäuschung der Kinder nicht aushalten und durch Süßigkeiten oder Geschenke das Kind zu beruhigen versuchen, verstärken auf lange Sicht die Gefühlsausbrüche der Kinder, weil diese die Erfahrung machen „Es lohnt sich“.

## Ablenkung



Manchmal tut es gut als erste Reaktion von einer schwierigen Situation abzulenken – das heißt die Aufmerksamkeit auf etwas anders zu lenken. Das bringt ein bisschen Abstand und danach lässt sich oft vieles einfacher und ruhiger klären.

Wenn Ablenkung zur Routine oder zur einzigen Lösung wird, dann lernt das Kind nicht mit frustrierenden Gefühlen selbst klar zu kommen.

## Abstand nehmen



Wenn ein Konflikt zu eskalieren droht, ist es für Erwachsene und Kinder manchmal wichtig etwas Abstand zu finden, damit sich alle wieder beruhigen können. Danach ist ein Gespräch meist wieder möglich. Einfacher ist es, wenn der Erwachsene sich zurückzieht.

Für Kinder kann die räumliche Trennung starke Gefühle der Angst und des Verlassenwerdens auslösen. Kinder sollten nie in einem Zimmer eingesperrt oder in der Wohnung alleine gelassen werden. Blickkontakt sollte möglich sein.

## Ein klares NEIN



Kinder brauchen Eltern, die ein klares Stopp sagen, wenn das Kind wichtige Grenzen überschreitet. Hilfreich ist für Kinder, wenn sie eine Alternative angeboten bekommen Z.B die Wand anzumalen ist verboten, aber hier hast du ein großes Papier.

Bei zu vielen Grenzen und Verboten wird das Kind in seiner freien Entfaltung eingeengt und es entstehen übermäßig viele Konflikte, weil das Kind ständig an eine Grenze stößt. Grenzen müssen immer wieder überdacht werden und der Entwicklung des Kindes angepasst sein.

## Ermahnung



Oft brauchen Kinder nach einem klaren Nein eine Ermahnung um zu erkennen, dass es „ernst“ gemeint ist. Dabei wird eine passende und durchführbare Konsequenz angekündigt. So kennt sich das Kind aus und weiß, was passiert, wenn es die Grenze nicht einhält.

„Wehe wenn du...“ Drohungen machen Kindern Angst, vor allem wenn mit harten Strafen oder Alleinlassen gedroht wird. „Leere Drohungen“ dagegen verlieren sehr schnell an Wirkungskraft und bringen Unsicherheit in die Beziehung.

**Eltern sind Experten für ihre Kinder, aber auch Experten dürfen sich beraten lassen.**