

# Was braucht Familie?

## Wie jedes Familienmitglied bekommt, was es braucht

- „Familie“ ist das, was zwischen deren Mitgliedern passiert.
  - Dabei geht es um den Inhalt und den Prozess
- Die Familie fühlt sich genau so, wie die Qualität des Umgangs miteinander ist.

Unser aller Grundbedürfnis:  
Gesehen, gehört und geliebt zu  
werden

Das Verhalten eines Kindes macht  
aus seiner Sicht immer Sinn!

Wenn es uns Erwachsenen gut geht,  
geht es unseren Kindern gut!

# Unterschied zwischen Bedürfnis und Wunsch erkennen lernen

Bei mir selbst

Bei meinem Kind

## DER „GESUNDE“ KONFLIKT:

WUNSCH > „NEIN“ > KAMPF > TRAUER  
> RUHE

WUNSCH > „JA“ > RUHE

Sprecht MITEINANDER  
Anstatt über einander!

ICH-BOTSCHAFTEN verinnerlichen

- Sehen Sie jedes schwierige Verhalten als eine Einladung an, sich in die Wirklichkeit Ihres Kindes hineinzusetzen.

## Bedenken Sie stets, dass

- Erziehung, bzw. persönliche Entwicklung gegenseitige Prozesse sind, bei denen der Beitrag beider Parteien gleichsam bedeutend und wertvoll ist.



## Selbstwert / Selbstgefühl

- Mein Selbst
- Mein Kern
- Mein Zentrum
- Mein innerer Maßstab

Mein Selbstgefühl handelt darüber

- WER ich bin ...
- WIE gut ich mich selbst kenne ...
- WIE ich mich mir selbst gegenüber verhalte ...

Das Selbstgefühl aller Beteiligten steigt,  
wenn ...

... die Eltern eine persönliche Sprache  
verwenden.

Ich will, will nicht ...

Ich mag, mag nicht ...

Ich möchte mit dabei sein, nicht mit dabei sein ...

Sie sich nicht mit anderen vergleichen, sondern sich  
an sich selbst orientieren

## Selbstgefühl stärken:

Persönlich sind und offen mit sich umgehen können.

Sich sowohl dafür interessieren, wer Ihr Kind ist als auch, was es tut.

Neues, das Ihnen an Ihrem Kind auffällt, würdigen.

Ihrem Kind eine persönliche Sprache geben und nicht Ihre erwachsene Definitionsmacht gebrauchen.

Den Selbstwert Ihres Kindes nicht zu Ihrem Projekt machen

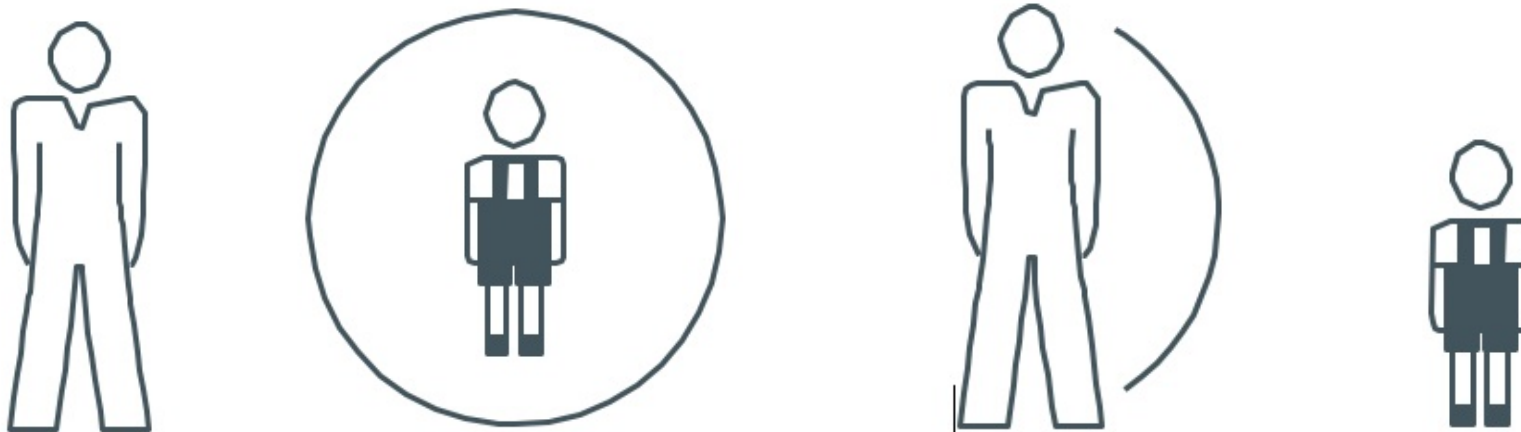
## Ein gesundes Selbstgefühl

- begünstigt soziales, gefühlsmäßiges, motorisches und intellektuelles Lernen.
- schützt gegen Traumatisierung, bei z.B.: Scheidung, Umzug, Mobbing, Unfällen, Todesfällen und anderen Verlusten.

## Lebensvorsatz:

Sag Nein, wenn Du „Nein“ meinst  
> sag „Ja“ zu Dir selbst!

# Sind Grenzen wichtig?...



Wichtig und entwicklungsfördernd ist es: Eigene Grenzen ausdrücken, anstatt das Kind einzugrenzen

- Ich kann sehr wohl sehen, dass du es lustig findest, das Essen auf den Boden zu werfen, aber mir gefällt das nicht.
- Ich sehe, dass es dir schwer fällt zu warten, aber ich will noch die Seite fertig lesen.
- Ich bin traurig über den Brief von der Schule. Wie denkst du selbst darüber?

- Ich kann gut erkennen, dass du versuchst, mir etwas mitzuteilen, aber ich kann nicht herausfinden, was es ist. Kannst du mir helfen?
- Ich habe allmählich gelernt, dass du es morgens gerne langsam angehen lässt. Heute habe ich es eilig und brauche daher deine Hilfe.
- Ich will nicht, dass du mit meinem PC spielst!



## Die Kooperation der Kinder

Richtig herum: Sie handeln wie die Erwachsenen und ahmen sie nach

Spiegelbildlich: Sie kämpfen gegen das, was Erwachsene unterdrücken, oder sprechen es aus.  
Bsp.: Mache ich ein freundliches Gesicht und mir geht es nicht gut, so wird sich mein Kind schlecht gelaunt zeigen.

## Elterliche Führung

Bedürfnissen, Wünschen, Reaktionen, Gedanken, Individualität/Einmaligkeit und Träumen Aufmerksamkeit schenken.

Alle Beteiligten ernst nehmen.

Kinder in die Familie einzubeziehen entsprechend Ihrer eigenen Erfahrung und Weisheit.

## Was Kinder lieben ...

Eltern, die nicht perfekt sind und Fehler machen – mindestens 20 pro Tag!

## Was Kinder lieben ...

Eltern, die Verantwortung übernehmen, sich ihrer Führungsrolle bewusst sind.

## Was Kinder lieben ...

Eltern, die sich nicht immer einig sind, sondern Unterschiede zu schätzen wissen.

## Was Kinder lieben ...

Eltern, die Bedürfnisse erkennen  
und nicht jeden Wunsch erfüllen.

## Was Kinder lieben ...

Eltern, die ihren Kindern das Gefühl vermitteln geliebt, gehört und gesehen zu werden. Für sie wertvoll zu sein ...

# Von liebevollen Gefühlen zu liebevollem Handeln



***d.h. Handeln, das der Andere als  
liebevoll empfindet***