

# TigerPOST

## Wer – Wie – Was

Jan. 25

### Wie kann ich mein Kind im Alltag, als Eltern, unterstützen?

Als Eltern sollten Sie sich gut überlegen, welche Regeln und Grenzen es im Familienalltag geben soll. Optimalerweise sollte man sich mit dem Partner auszutauschen und die gleichen Regeln und Grenzen festlegen. Kinder schaffen es gut, sich an **Regeln und Grenzen** zu halten, wenn ein „Nein“ ein „Nein“ bleibt und nicht ständig geändert wird. Wenn Kinder die Erfahrung machen, dass sie schon mal mit Weinen, Schreien oder traurig sein ein „Nein“ in ein „Ja“ verwandelt haben, werden sie dieses Verhalten immer wieder ausprobieren, um es ein weiteres Mal zu schaffen. Wenn Sie im Kontakt mit Ihrem Kind sind, dann Seien Sie „echt“ d.h. wenn Sie schimpfen müssen, sollte die Körpersprache und das Gesicht zu der Aussage passen. Also nicht lächeln, wenn Sie Dinge ernst meinen, sondern klar Dinge benennen. Kurze und knappe Sätze helfen Kindern besser beim Verstehen, als lange Erklärungen z.B. gehe bitte hier an meiner Seite. Sie können im Alltag, Dinge positiv bei Ihrem Kind verstärken, wenn Sie Dinge gut finden oder sehen, dass

Ihr Kind Sachen alleine geschafft hat. Beschreiben Sie die Dinge einfach z.B. „ich freue mich, dass du die Hose alleine angezogen hast. Prima!“ Dadurch, dass Sie Ihr Kind positiv verstärken, wird es dieses Verhalten öfter zeigen.

Dinge, die noch nicht gut laufen, sollten in der Erziehung nicht immer wieder hervor gehoben werden und mit langen Erklärungen belegt werden. Dies führt dazu, dass Kinder in ihrem Selbstwertgefühl herab gesetzt werden und sich weniger zutrauen und verunsichert sind.

Sie, als Eltern, entscheiden die alltäglichen

Rahmenbedingungen. Das Kind sollte nicht überfordert werden, indem es in alle Entscheidungen miteinbezogen wird. Kinder brauchen eine klare Aufteilung, ich bin das Kind und das ist Mama/Papa. Unterstützen Sie Ihr Kind so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich, denn Kinder müssen Ihre Erfahrungen selber machen und selber Lösungen entwickeln, damit Sie auf das zukünftige Leben und ihre Aufgaben vorbereitet werden.

Es gibt inzwischen zahlreiche Ratgeber für Eltern, die einem

erzählen wollen, wie es gehen soll. Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl und denken Sie daran, jeder von uns ist anders und hat andere Stärken und Schwächen. Besonders in der Familie oder der Partnerschaft, kann man sich als Eltern austauschen und unterstützen z.B. der Vater ist geduldiger als die Mutter. Dann kann er Situationen übernehmen, wo Geduld gefordert ist und die Mutter hält sich zurück.

**Zum Schluss noch ein Tipp:** Das Handy ist der größte Konfliktkiller! Jedes Elternteil sollte sich selber überprüfen, was er da gerade am Handy tut und ob es genauso wichtig ist, wie zu sehen und zu hören, was das Kind beschäftigt oder was es mitteilen möchte.

Außerdem sollte sich jeder fragen, was wir damit den Kindern vermitteln – dieses kleine Gerät verdient mehr Aufmerksamkeit als das Kind selber?

**Wichtige Infos finden alle Eltern auf unserer Internet Seite:**

[www.kita-wahrenholz.de](http://www.kita-wahrenholz.de)

**Verantwortlich für Text und Layout:**  
Marion Weseloh