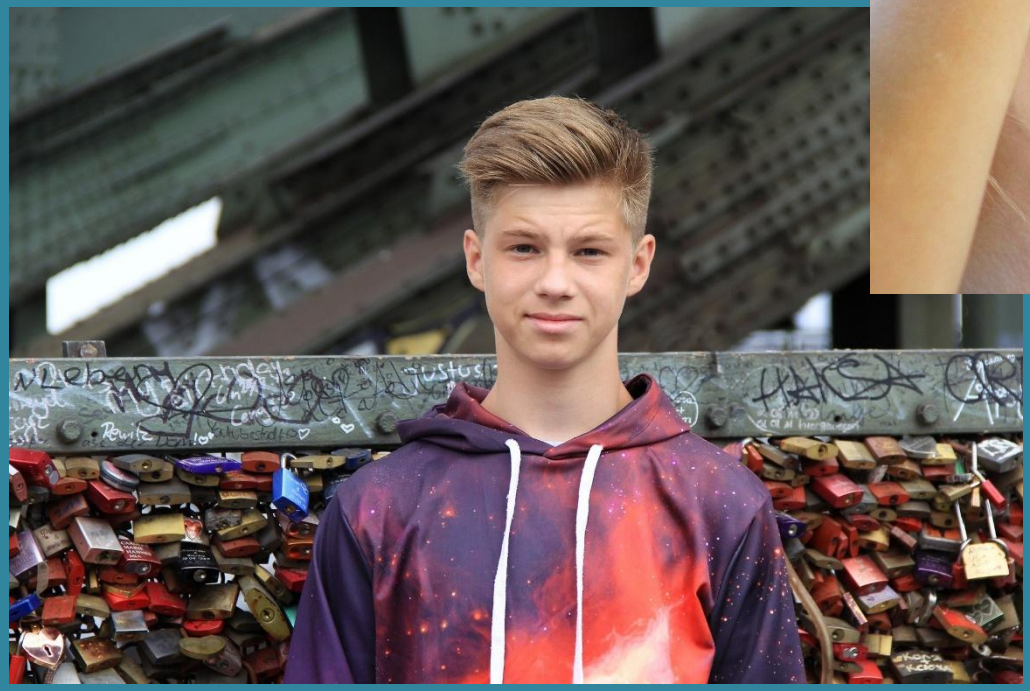
„Wenn Kinder nicht tun, was Erwachsene wollen -





müssen sie das denn immer?“





MAYA RISCH

BERATUNG & KURSE
FÜR ELTERN & FAMILIEN





www.mayarisch.ch

Meine pädagogische Grundhaltung





Liebevolle Führung durch Beziehung

Werte von
Jesper Juul
Nora Imlau





family/lab.ch



Was verändert sich für Eltern, wenn ihr Kind zum Teenager wird

Erziehung und Beziehung Kinder

In den ersten Jahren der Kinder war es wichtig, dass Eltern

- Führung übernehmen,
  kurze, liebevolle und klare Anweisungen geben
- Klare Grenzen und Regeln vorgeben
- verlässlich und verantwortungsvoll sind

Was wichtig bleibt

- verlässlich und verantwortungsvoll bleiben
- Respektvoll bleiben
- Weiterhin Verantwortung für die Atmosphäre und den Ton in Gesprächen und eigene Fehler übernehmen
- körperlich, geistig, seelisch präsent bleiben

Was zunehmend wichtig wird, wenn Kinder Jugendliche und junge Erwachsene werden

- Jugendliche dabei unterstützen, sich zu orientieren
- Sich Zeit nehmen für den Teenager, wenn er/sie das braucht (Bsp: 23.00 Uhr)
- ehrliche Aussagen machen
- eine eigene Meinung vertreten, ohne überzeugen zu wollen oder Druck zu machen
- Sich mehr um das eigene Leben als Paar/Einzelperson kümmern



Als das Kind klein war sind wir mit dem Kind ins Wasser gegangen, um es sicher zu begleiten.

Jetzt schauen wir vom Ufer her auf das den Teenager.





„Kinder und Jugendliche müssen wissen, woran sie mit ihren Eltern sind, was sie denken und wofür sie einstehen“

Jesper Juul

kontakt@mayarisch.ch, www.mayarisch.ch

Auseinandersetzungen haben einen Sinn

- Diese Themen zeigen „Das ist mir wichtig!“
- Ringen um die beste, eigene Lösung
- Prüfung des eigenen Standpunkts
- Demonstration von Eigenständigkeit
- Prüfung der Stichhaltigkeit von Argumenten
- Erlangen eines fundieren Ergebnisses als Basis für das eigene Handeln

family/lab.ch





0_____18

Verantwortung Jugendliche

Mit der Zeit, so ca.14 J sollte jede/jeder Jugendliche in der Lage sein, selbständig:

- einzukaufen und für sich selbst zu kochen
- für die persönliche Hygiene zu sorgen
- selbständig ins Bett zu gehen
- Sich morgens selber zu wecken, aufzustehen und rechtzeitig in der Schule zu sein



family/lab.ch

Verantwortung Jugendliche



- für die Schule / Arbeit verantwortlich zu sein
- den eigenen Transport zu regeln
- die eigenen Kleider zu waschen und zu bügeln
- die eigene Freizeit zu gestalten
- Taschengeld oder Jugendlohn verwalten

family/lab.ch

Persönliche Verantwortung übernehmen

Damit das gelingt, brauchen Kinder Eltern, die

- ihnen etwas zutrauen und ihnen vertrauen
- sie eigene Erfahrungen machen lassen
- fehlerfreundlich sind und die Kinder auffangen, wenn etwas noch nicht gelingt
- sie begleiten, ermutigen und loslassen
- damit umgehen können, wenn Kinder für sich einstehen und auch mal «Nein» sagen
- Persönliche Verantwortung für eigene Fehler als Eltern übernehmen
- Frustration des Kindes aushalten



Darum tun Kinder nicht (immer), was Erwachsene sagen

Warum Kinder/Jugendliche Grenzen überschreiten

- Um zu experimentieren
- Um Grenzen zu erweitern, eigene und andere
- Weil es zur Entwicklung dazugehört
- Reibung schafft Nähe – sie suchen Kontakt oder Aufmerksamkeit, Verbindung, Haltung
- Grenzen sind zu eng
- Eltern respektieren die Grenze des Jugendlichen nicht
- Eltern sagen zu oft «NEIN»

Warum Kinder/Jugendliche Grenzen überschreiten

- Kind wehrt sich gegen das WIE (Tonalität…)
- Eltern respektieren die Grenzen des Kindes nicht
- Eltern sagen zu oft «NEIN»
- Missverständnis oder Kind hat die Abmachung vergessen oder nicht verstanden
- Kind hat andere Prioritäten (eigene Bedürfnisse)
- Reibung schafft Nähe – Kind sucht Kontakt/deine Präsenz/Beziehung: «Wer bist du, wofür stehst du?»

Darum tun Kinder nicht immer, was Erwachsene wollen

Das Kind tut das was es tut FÜR sich und nicht gegen uns.

Das Kind will uns nicht angreifen oder provozieren mit seinem Verhalten sondern seine Grenzen erweitern, sich entwickeln.

UND

Trotzdem kann es sich für Erwachsene manchmal provokativ anfühlen.



Das können Erwachsene tun, wenn Kinder nicht mitmachen

Das haben Erwachsene früher getan

- Körperstrafen
- Liebesentzug
- Schimpfen
- Abwe… …ng/Kränkung
- …aussprechen - unter Druck setzen
- Angst machen

Machtmissbrauch – verletzt das Kind und schadet der Beziehung

Das macht Machtmissbrauch mit dem Kind (und Eltern)

- Kind fühlt sich schuldig evtl. gedemütigt, verletzt
- Selbstwert leidet
- Kind lernt Gefühle zu unterdrücken, statt mit ihnen umzugehen, kann nicht mehr sich selber sein, muss sich verbiegen
- Eltern fühlen sich zum Teil ebenfalls schlecht

Das macht Machtmissbrauch mit der Beziehung

- Vertrauen ist beschädigt
- Atmosphäre ist von Verunsicherung geprägt
- Nähe wird vermieden – Rückzug findet statt
- Die Beziehung ist belastet durch Anspannung und „Angst“ vor dem „Schmerz“
- Machtmissbrauch führt dazu, dass das Kind lernt, Dinge heimlich zu tun, weil es Schmerz vermeiden will
- Das Kind lernt: „Der Mächtigere darf verletzen“
- Die Respektlosigkeit kommt zurück

Konstruktiver Umgang mit Konflikten

- „Bitte denk das nächste Mal daran, dass…..“
- Perspektive wechseln
- Bedürfnisse wahrnehmen und anerkennen (mir und dir)
- Den eigenen Frust wahrnehmen und Gefühle regulieren lernen - eigenes Kühlsystem einschalten
- Konflikt nicht persönlich nehmen, sie gehören zum Familienleben dazu, sind ok
- „Das ist nicht ok so für mich – ich weiss noch nicht, was ich damit tun soll“ – dann darauf zurückkommen
- Loslassen – akzeptieren, dass es gerade jetzt nicht so geht wie ich als Erwachsene/r es will

Dialog als Werkzeug, was ist das?

- Wechselseitiges Gespräch
- Interesse am Gegenüber
- NICHT bewerten oder verändern
- Ziel: mehr über den anderen und sich selber erfahren.

Im Dialog bleiben – konstruktive Auseinandersetzungen erzielen

Die Eltern….

…hören zuerst einmal zu, ohne zu unterbrechen

… fragen nach anstatt gleich loszuschimpfen

…zeigen echtes Interesse daran, wer das Kind gerad jetzt ist, was beschäftigt

… zeigen sich selber (Persönliche Sprache) und beziehen klar Stellung, was ihnen wichtig ist, ohne Druck zu machen

t

…bleiben freundlich und zugewandt

… übernehmen die Verantwortung für ihre eigenen Gefühle und Fehler

Persönliche Sprache

- «Ich will, dass……/Ich will nicht, dass….»
- «Ich bin müde und mein Geduldsfaden ist heute kurz.
  Ich brauche deine Hilfe. Bitte…..»
- «Ich bin für deine Gesundheit verantwortlich, deshalb…»
- «Mir ist es wichtig, dass…. «
- «Mir ist es zu laut…, ich brauche….»
- « Ich lasse nicht zu, dass…/Ich sorge dafür, dass…..»

Kooperationspausen



Eigenen Plan/Erwartungen für den Moment loslassen, anpassen
(anstatt in einen Machtkampf geraten)

Konstruktiver Umgang mit Konflikten

- Verantwortung klären (wer wofür)
- Situation unterbrechen (wenn die Emotionen zu heiss sind)
- mit Humor nehmen
- Eine Alternative anbieten
- Präventiv: Für eigene Bedürfnisse sorgen bevor diese Situationen passieren (Pausen, Übergänge)
- Mehr fragen: «Wie hast du vor, das anzugehen?» «Was hast dudier überlegt?

Ausgehzeiten einhalten lernen



Klare Vereinbarungen treffen im Vorfeld

Wie reagieren,
wenn der/die Jugendliche
zu spät kommt?



Arbeiten im Haushalt übernehmen



t

Ideen: Arbeiten im Haushalt übernehmen

Mithilfe im Haushalt – Wir sind eine Gemeinschaft und helfen einander

To Do's	Wer?
Abwaschen am Freitagabend	
Dessert für Sonntag zubereiten	
Einkaufen am Samstag	
Glas und Büchsen entsorgen	
Wäsche abhängen	
Wäsche zusammenlegen	
Küchenboden staubsaugen oder wischen (am WE)	
…	
…	
…	



Ideen zu Arbeiten im Haushalt übernehmen

- „Welche 2 Arbeiten übernimmst du?“
- „Wann hast du vor, das zu erledigen?“
- Freundlich daran erinnern, wenn die Aufgabe noch aussteht
- Ärger konstruktiv ausdrücken, wenn die Aufgabe noch immer aussteht
- Aushalten….. Folgen tragen lassen (Bsp. Spülmaschine)



tW



Konflikte rund um Bildschirme

- Klare Vereinbarungen treffen, bevor das Kind ein Gerät bekommt
- Vor der Nutzung besprechen, was das Kind danach tun darf (Leere)
- Abstellen üben
- „Schalte ich aus oder du?“
- Vorbild sein und in Beziehung bleiben

Murmelgruppe (ca. 5min)

- Wie reagierst du, wenn das Kind nicht tut, was du willst oder ihm sagt?
- Was hilft?
- Was ist herausfordernd?
- Was ist dir beim zuhören bewusst geworden?
- Was nimmst du mit in den Alltag und willst es ausprobieren, umsetzen?



»Tut Wut gut?«



Umgang mit Wut und Aggression

24.11. und 8.12.2026
2×2 Stunden Workshop „Tut Wut gut?“
20.15 – 22.15 Uhr online via Zoom



„Die besten Eltern machen 20 Fehler am Tag!“

Jesper Juul

kontakt@mayarisch.ch, www.mayarisch.ch