



Petermann

**THERAPIE-TOOLS** // ? ↗ ☰ ⌂

# Eltern- und Familienarbeit



E-BOOK INSIDE +  
ARBEITSMATERIAL

BELTZ

Leseprobe aus: Petermann, Eltern- und Familienarbeit  
ISBN 978-3-621-28502-5, © 2017 Beltz Verlag, Weinheim Basel  
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-621-28502-5>

# Einführung

Ansätze und Methoden der Eltern- und Familienarbeit bilden einen festen Bestandteil jeder Kinderpsychotherapie. Die Formen, der zeitliche Umfang und die Arbeitsweise im Detail unterscheiden sich in der Praxis. Oftmals entscheidet auch die Finanzierungsform (Krankenkasse versus Kinder- und Jugendhilfe), wie sich die Ziele und Möglichkeiten einer Eltern- und Familienarbeit konkret ausgestalten. In manchen Fällen, besonders bei sehr jungen Kindern oder in der eher präventiv orientierten Arbeit, beschränkt man sich auf eine auf kurze Dauer angelegte Elternberatung. Steht die Förderung der Erziehungskompetenz der Eltern im Mittelpunkt, dann kann Elternberatung (Elterncoaching) auch in Gruppen (= Elterngruppentrainings) angeboten werden. Oftmals sind – auf den zweiten Blick – die Ziele dieser sehr unterschiedlichen Angebote doch ähnlicher, als man zunächst vermuten würde.

## Inhalte des Tools-Buches

Mit der Materialsammlung in diesem Tools-Buch wollte ich möglichst viele Varianten der praktischen Arbeit mit Eltern und Familien einbeziehen. So wurden die verschiedenen Altersgruppen (Kinder, Jugendliche) ebenso berücksichtigt wie die Abfolge wichtiger Schritte im therapeutischen Prozess, von der Familiendiagnostik und bis zum Einsatz von Materialien zur Qualitätssicherung, die sowohl der Selbstevaluation als auch einer globalen Effektpfprüfung dienen.

### Inhalte des Tools-Buches

- (1) Familiendiagnostik
- (2) Gesprächsführung mit Eltern und Familien
- (3) Psychoedukation
- (4) Erziehungskompetenz der Eltern
- (5) Jugendliche und ihre Familien
- (6) Neue Medien, Kinder und Familien
- (7) Familienwünsche und Familienstress
- (8) Familienregeln und Familienrituale
- (9) Familie und Gefühle
- (10) Angstfamilien
- (11) Ressourcen in Familien und Selbstfürsorge der Eltern
- (12) Familiennetzwerke und soziale Unterstützung
- (13) Familiäre Belastungen durch Krankheiten
- (14) Qualitätssicherung in der Eltern- und Familienarbeit

Die in der Übersicht zusammengestellten 14 Inhaltsbereiche des Tools-Buches umfassen sehr unterschiedliche Methoden, die aus verschiedenen therapeutischen Richtungen kommen und auch vielfältig einsetzbar sind. Von großer Bedeutung ist, die Einstellungen von Eltern und deren Kinder im Therapieprozess anhand von strukturierten Gesprächsangeboten und Arbeitsmaterialien herauszuarbeiten. Oftmals stehen auch ungünstige emotionale Prozesse (Angst, Schuldgefühle etc.) oder die allgemeine Stressbelastetheit der Familie einer Problembehandlung und Ressourcenaktivierung in Familien im Wege. Aus diesem Grund setzen viele Arbeitsmaterialien an der Bewusstmachung emotionaler und stressbedingter Belastungen an. Die Eltern und Familien sollen dann unter Anleitung der Therapeuten die jeweiligen Verhaltenszusammenhänge erarbeiten und in einem weiteren Schritt neues Verhalten im Familienalltag erproben.

**Gestaltung und Einsatz der Tools.** Um sich in den Arbeitsblättern schneller zurechtzufinden, sind alle mit verschiedenen Icons versehen. Anhand dieser können Sie sofort erfassen, für wen das vorliegende Arbeitsblatt gedacht ist und wie die Handhabung erfolgen sollte. Folgende Icons werden Ihnen auf den Arbeitsblättern begegnen:



**Therapeut/in:** Dieses Icon verdeutlicht, dass das Arbeitsblatt von den Therapeuten selbst verwendet werden soll.



**Eltern:** Mit diesem Icon ausgezeichnete Arbeitsblätter werden den Eltern zur Bearbeitung ausgehändigt. Häufig sollen beide Elternteile (unabhängig voneinander) die Arbeitsblätter bearbeiten und Lösungen für sich und die Familie finden.



**Familie:** Mit diesem Icon gekennzeichnete Arbeitsblätter sollen von der Familie insgesamt bearbeitet werden.



**Ran an den Stift:** Dieses Icon fordert dazu auf, einen Stift in die Hand zu nehmen und sich Antworten bzw. sich Überlegungen auf dem Arbeitsblatt zu notieren.



**Hier passiert was:** An diesen Stellen werden Handlungsanweisungen gegeben.



**Ganz Ohr:** Dieses Icon signalisiert, dass der Therapeut den Patienten die Fragen des jeweiligen Arbeitsblattes vorliest und deren Antworten notiert.

Beim Durcharbeiten des Tools-Buches werden Sie merken, dass sehr viele Arbeitsblätter nur für die Eltern vorgesehen sind; eine beachtliche, jedoch etwas geringere Anzahl der Arbeitsblätter kann sowohl von den Eltern als auch von der Familie gemeinsam (unter Anwesenheit der Therapeuten) bearbeitet werden. Bitte betrachten Sie diese Empfehlung, die jeweils zu Beginn des Arbeitsblattes am äußeren Rand vermerkt ist, als Hinweis, der als Vorschlag für die Rahmenbedingungen der praktischen Arbeit aufzufassen ist. Gerade bei älteren Kindern (ab ca. 11 Jahren) ist es denkbar, fast alle Arbeitsblätter in einer Familiensitzung zu bearbeiten; dies erscheint selbst dann sinnvoll, wenn zunächst im zeitlichen Ablauf der Sitzung nur die Eltern oder nur ein Elternteil um eine Einschätzung gebeten wird. Die auf diese Weise erzielten Ergebnisse können dann mit der Familie insgesamt diskutiert und vertieft werden.

### Zur Begriffswahl »Beratung« oder »Therapie«

In der Regel werden die Interventionsvorschläge in diesem Tools-Buch als »Eltern- und Familienarbeit« bezeichnet. Ich verzichte auf die Begriffe »Berater/Beraterin«, da sie keine klar definierte Berufsgruppe kennzeichnen und als Titel nicht geschützt sind (im Gegensatz zu »Ärztlicher Psychotherapeut« oder »Psychologische Psychotherapeutin«). Aus diesem Grund habe ich in erster Linie den allgemeinen Begriff »Eltern- und Familienarbeit« gewählt, da die Materialien bewusst so gestaltet wurden, dass sie in sehr unterschiedlichen Kontexten und von verschiedenen Berufsgruppen angewandt werden können. Einige Materialien (Arbeitsblätter) könnte man sicherlich auch im Rahmen von Elterngruppentrainings einsetzen.

Ich empfehle für die »Familienarbeit«, vor allem wenn dieses Angebot als Hausbesuch realisiert wird, die Anwesenheit zweier Therapeuten. Als unverbindliche Empfehlung gebe ich den Anwendern/Anwenderinnen auf den Weg, Familiensitzungen im Rahmen der Kinderpsychotherapie zu zweit durchzuführen. Elterngruppentrainings müssen immer zu zweit realisiert werden.

**Setting.** Abschließend noch ein Hinweis zum Setting der Eltern- und Familienarbeit. In der Regel wird das Angebot in einer Ambulanz, einer Klinik oder einer Einrichtung der Kinder- und Jugendhilfe durchgeführt. Dennoch sollte unser Wunsch aus den 1970er-Jahren, den wir im Rahmen unseres Therapieprogrammes *Training mit aggressiven Kindern* (Petermann & Petermann, 1978, aktuelle Auflage 2012) propagierten, nämlich einen besonderen Zugang zu Familien durch Hausbesuche zu gestalten, nicht in Vergessenheit geraten. In manchen Bereichen (z.B. der tagesklinischen Arbeit) kann ein solches Angebot als Hausbesuch angemessen sein (vgl. Büttner, 2013).

### **Zum Störungsverständnis in der Eltern- und Familienarbeit**

Da wir bereits vor einigen Jahren in der Tools-Buch-Reihe eine Materialsammlung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie vorlegten (vgl. Petermann & Petermann, 2015b), klammere ich in dem vorliegenden Tools-Buch einige Materialien aus, die in diesem Buch bereits veröffentlicht wurden. In der damaligen Veröffentlichung sind viele Materialien zur Kinderpsychotherapie und auch der begleitenden Elternarbeit abgedruckt (z.B. Elternarbeit bei aggressiven Kindern, Materialien zur Interaktionsanalyse, Familienrat).

Der Verzicht auf kindbezogene Materialien in dem vorliegenden Buch soll jedoch nicht in der Weise interpretiert werden, dass eine Kinderpsychotherapie durch Eltern- und Familienarbeit ersetzt werden kann. Die Ansätze sind unverändert aktuell und vielfach muss man, vor allem wenn es um die Behandlung von Jugendlichen ab 15 Jahren geht (vgl. Petermann & Petermann, 2017), auf die Eltern- und Familienarbeit weitgehend verzichten.

Die Behandlung einiger psychischer Störungen, vor allem solche, die man als Interaktionsstörungen definieren könnte (vgl. unten stehenden Kasten), profitiert von einer materialiengestützten Eltern- und Familienarbeit immens. So ist die auf die Familie beschränkte Störung des Sozialverhaltens, in der harsche Disziplinierungsmaßnahmen transgenerational entscheidend vermittelt werden (vgl. Conger et al., 2012; Neppl et al., 2009; Stadler et al., 2013), eher durch eine strukturierte Eltern- und Familienarbeit erfolgreich zu verändern als durch eine Kinderpsychotherapie. Auch Methoden des Elterntrainings, vor allem bezogen auf das Vorschul- und Grundschulalter, zeigen bei externalisierenden Verhaltensstörungen meistens gute Erfolge.

### **Interaktionsstörungen als Argument für eine familienorientierte Sichtweise**

Nach Schmidt (2013) lassen sich eine größere Anzahl psychischer Auffälligkeiten von Kindern und Jugendlichen als Interaktionsstörung begreifen.

#### **Beispiele für Interaktionsstörungen (modifiziert nach Schmidt, 2013, S. 500)**

- ▶ Fütterstörungen
- ▶ induzierte Schlafstörungen
- ▶ reaktive Bindungsstörungen im Kindesalter
- ▶ emotionale Vernachlässigung und Misshandlung
- ▶ Geschwisterrivalität
- ▶ Störung mit Trennungsangst
- ▶ sexuelle Misshandlung
- ▶ Scheidungsfolgenkonflikt-Syndrom
- ▶ schulbezogene Angststörung (angstmotivierte Schulverweigerung)
- ▶ auf die Familie beschränkte Störung des Sozialverhaltens

Ein wesentliches Merkmal einer Interaktionsstörung ergibt sich aus der Tatsache, dass solche Auffälligkeiten, Probleme oder Störungen nur lösbar erscheinen, wenn man alle Beteiligten in die Veränderungsbemühungen mit einbezieht, die für die Bearbeitung der Probleme und Störungen nötig sind. Immer wird es dabei darum gehen, die zwischenmenschlichen Beziehungen und familiären Interaktionsformen zu verändern.

## Therapieziel: Verbesserung der Emotions- und Stressregulation

Der Zusammenhang zwischen Stress und Depression bei Eltern und dem Auftreten von psychischen Problemen bei Kindern wird seit vielen Jahren diskutiert und ist gut belegt (vgl. Cina & Bodenmann, 2009; Kötter et al., 2010; Wiegand-Grefe et al., 2013). Ebenso interessant sind Studien, die zeigen, dass auch schon die emotionale Dysregulation eines Elternteils genügt, um die Entwicklung eines Kindes aus der Bahn zu werfen (vgl. Morris et al., 2007; Ulrich & Petermann, 2017). Aus diesem Grund fokussieren viele Materialien (Arbeitsblätter) dieses Tools-Buches auf die Bedeutung von Emotionen im Kontext psychischer Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter. Bei der Behandlung dieser Störungen kommt dem Emotionsmanagement der Eltern eine große Bedeutung zu. So ist es präventiv und therapeutisch zentral, Eltern ein verbessertes Emotions- und Stressmanagement im Rahmen einer Eltern- und Familienarbeit zu vermitteln. Im Kapitel *Angstfamilien* wird der emotionale Austausch am Beispiel der Angststörungen von Kindern bearbeitet. Neuere Übersichten verdeutlichen anhand der Angststörungen im Kindes- und Jugendalter, wie stark familiäre Prozesse problemverursachend und zumindest problemverstärkend wirken (vgl. Schneider & Weisz, 2017; Yap & Jorm, 2015).

## Methodenauswahl im Rahmen des Tools-Buches

Dieses Tools-Buch enthält keine klassisch-verhaltenstherapeutischen Techniken, die Eltern an die Hand gegeben werden können, um ihr Kind besser zu steuern (= Tokenpläne, Punkte-Liste, Time-out-Verfahren). Solche Techniken sind zwar wirksam, können jedoch vielfach nicht gut in den Familienalltag integriert werden. Zudem sind einige Ansätze, wie die Time-out-Technik, an sehr viele Voraussetzungen in der Familie gekoppelt, die selten ideal gegeben sind (vgl. Morawska & Sanders, 2011, für die Time-out-Technik).

Ausgewählt wurden für das vorliegende Tools-Buch folgende Methoden:

- ▶ Tagebuch- und Protokoll-Methode (z. B. AB 4–6)
- ▶ Psychoedukation (z. B. AB 14–18, 32, 34–39)
- ▶ Hinweise zur Einführung von Regeln und Rituale für Familien (z. B. AB 58–62)
- ▶ Problematisierung bisheriger Überzeugungen mit Hilfe der Methode der Satzergänzung (s. dazu unten stehenden Kasten)
- ▶ Hinweise zur Einübung angemessener Erziehungspraktiken (z. B. AB 22–26, 28–29, 75, 76)
- ▶ Hinweise zur Emotions- und Stressregulation (z. B. AB 49–53, 67, 72)
- ▶ Hinweise auf die elterliche Selbstfürsorge (AB 84)
- ▶ Checklisten zur Problemklärung (AB 50, 61)
- ▶ Checklisten zur Qualitätssicherung (AB 93–95)

### Arbeitsblätter des Tool-Buchs zur Problematisierung bisheriger Überzeugungen mit Hilfe der Methode der Satzergänzung

**AB 20** / Schule: Wer ist verantwortlich?

**AB 29** / Kein Mensch ist ohne Fehler!

**AB 64** / Der Familienausflug

**AB 66** / Die gelungene Familienfeier

**AB 68** / Mein Kind und die Zukunft!

**AB 81** / Hilfe annehmen kann schwer sein

**AB 87** / Elternhaus und Schule

**AB 88** / Mein Kind und seine Freunde

**AB 89** / Familiengeheimnisse

## KAPITEL 4 /

### Erziehungskompetenz der Eltern

Erziehungskompetenz basiert auf dem Bemühen der Eltern, eine angemessene Familieninteraktion zu ermöglichen, vor allem soll inkonsistentes (widersprüchliches) und strafendes Elternverhalten verhindert werden (Petermann & Petermann, 2006). Mangelnde Erziehungskompetenz bewirkt vor allem, dass in Familien

- ▶ Regeln nicht abgesprochen werden;
- ▶ Absprachen und Vereinbarungen nicht befolgt oder nicht eingehalten werden;
- ▶ die Eltern über den Alltag ihrer Kinder schlecht informiert sind und dies als Ausdruck einer mangelnden Beaufsichtigung des Kindes oder gar als Desinteresse ihm gegenüber angesehen werden kann;
- ▶ Kinder keine gezielte Zuwendung oder Unterstützung von ihren Eltern (aus Überforderung, Desinteresse, eigener psychischer Krankheit u. Ä.) erfahren und
- ▶ eine geringe Fähigkeit besteht, Probleme innerhalb der Familie selbstständig zu lösen.

Selbstverständlich ändern sich die Erziehungsanforderungen an die Eltern, und zwar in Abhängigkeit vom Alter der Kinder. Erziehungskompetenz dient demnach auch dazu, eine optimale Passform zwischen den altersgemäßen Bedürfnissen des Kindes und der Gestaltung der kindlichen Umwelt durch die Eltern herzustellen.

Eine wesentliche Aufgabe von Erziehung besteht darin, Kindern einerseits durch ein positives Vorbild und andererseits durch klare Regeln und verlässliche Absprachen eine Orientierung zu ermöglichen. So fördert ein eindeutig Grenzen setzendes Erziehungsverhalten die Übernahme von sozialen Normen und die Entwicklung eines angemessenen Sozialverhaltens. Kindern wird es dadurch möglich, ihr Verhalten eigenständig zu regulieren.

Differenzierte positive und negative Rückmeldungen, die kontingent mit dem gezeigten Verhalten eines Kindes verknüpft sind, kennzeichnen einen Grenzen setzenden Erziehungsstil und tragen entscheidend zur Erziehungskompetenz der Eltern bei.

---

#### Ungünstige Erziehungshaltungen

In den Erziehungshaltungen von Eltern spiegeln sich oft die eigenen Kindheitserlebnisse oder Wünsche der Eltern wieder (z. B. »Ich hatte keine schöne Kindheit, mein Kind soll es einmal besser haben!«). Der Versuch, einen bestimmten Fehler aus dem eigenen Leben zu vermeiden, führt oft zu ungünstigen Erziehungshaltungen. Ein Merkmal solcher Erziehungshaltungen ist, dass sie vom Prinzip nicht falsch, aber in einer überzeichneten, unreflektierten oder unbewussten Anwendung folgenschwer sind. Beispiele für solche Erziehungshaltungen sind:

- ▶ »Alle Kinder sind schon 'mal schwierig, das legt sich auch von allein wieder!«
- ▶ »Ich hatte früher für mein Kind wenig Zeit, das mache ich jetzt wieder gut!«
- ▶ »Mein Partner war früher gegenüber den Kindern brutal, daran kann man nichts mehr ändern!«
- ▶ »Mein Kind hat viel durchgemacht (z. B. durch Krankheit, Trennung, Scheidung) und braucht deshalb jetzt viel Zuwendung und Liebe von mir!«
- ▶ »Wenn es mir selbst schlecht geht, dann kann ich meinem Kind gegenüber auch nicht konsequent sein – mir fehlt dazu die Kraft!«
- ▶ »Gerade wenn mein Kind so verzweifelt ist, braucht es mich uneingeschränkt!«
- ▶ »Wir halten als Familie immer zusammen!«
- ▶ »Eigentlich lehnen wir Regeln ab, weil jeder Mensch anders ist!«
- ▶ »Disziplin lernt man im Leben noch früh genug!«
- ▶ »Unser Kind weiß am besten, was gut für es ist!«
- ▶ »Wenn man als Kind im Leben schon auf Dinge verzichten muss, wird man sein ganzes Leben unglücklich sein!«
- ▶ »Alle wollen meinem Kind etwas Böses!«
- ▶ »Wir gehen mit unserem Kind behutsam um, das spätere Leben wird noch hart genug!«

Solche prägnant verinnerlichten Überzeugungen der Eltern drücken ein Lebens- oder Familienmotto aus, das viele Lebensbereiche durchdringt und sich vor allem im Rahmen der Kindererziehung oder in Kooperation mit Kindergarten und Schule ungünstig auswirkt. Aus solchen Überzeugungen und Erziehungshaltungen resultieren Nachgiebigkeit, Inkonsistenz oder unangemessene Strenge einem Kind gegenüber. Falsch verstandene Sorge und Unterstützung kann zur materiellen oder emotionalen Verwöhnung eines Kindes führen und ihm die Notwendigkeit von Verzicht, ein ausgewogenes Verhältnis von Pflichten und Rechten sowie das Einfühlungsvermögen gegenüber anderen überflüssig erscheinen lassen.

Werden einem Kind die Wünsche von den Augen abgelesen, dann braucht es sich nicht mehr anzustrengen. Die Anstrengungsbereitschaft sinkt ebenso wie die Fähigkeit, eigenverantwortlich und sozial kompetent zu handeln (s. AB 27 *Sich Mühe geben: Anstrengungsbereitschaft und Anstrengungsvermeidung*).

Übermäßige Strenge kann hingegen Angst oder Wut bei einem Kind hervorrufen; in diesen Fällen wirkt das Elternverhalten auf ein Kind als problematisches Modell für aggressives Verhalten.

Die angesprochenen ungünstigen Erziehungshaltungen werden im Gespräch thematisiert und auf ihre negativen Folgen für die Entwicklung eines Kindes überprüft.

**AB 22 /**

**E**

## Wann gelingt Beziehung?



Eine gute Beziehung zu einem Kind ist **die Voraussetzung**, dass Erziehungsbemühungen erfolgreich sind. Fünf Punkte sollten Sie immer beachten:

### **(1) Hinreichend verfügbare Zeit**

Wesentlich ist es, dass Sie Zeit einplanen, in der Sie für Ihr Kind verfügbar sind. Diese Zeit erstreckt sich sowohl auf die Befriedigung der sozialen und emotionalen Bedürfnisse (z. B. Schmusen, Fürsorge, Zuhören) als auch auf Zeit für das Schaffen einer anregenden Lernumwelt. Ebenso kommt bei Schulkindern Zeit für die Unterstützung und Kontrolle der Hausaufgaben hinzu.

### **(2) Positive Familienatmosphäre**

Ermutigung und positive Aufmerksamkeit können dazu beitragen, Kinder zu motivieren. Besonders wichtig ist es, ein Kind gezielt zu loben, sich mit ihm zugewandt und kindgerecht zu unterhalten. Wesentlich dabei ist, einfühlsam und feinfühlig (zärtlich) auf die Bedürfnisse des Kindes einzugehen.

### **(3) Positive Disziplin**

Auf das Problemverhalten eines Kindes muss konsequent und entschieden reagiert werden. Dies setzt Regeln im Umgang mit dem Problemverhalten und von Seiten der Eltern Selbstdisziplin voraus. Mit der Erziehung überforderte Eltern reagieren willkürlich, schreien, drohen und schlagen ihr Kind.

### **(4) Realistische Erwartungen**

Viele Erziehungsprobleme entstehen dadurch, dass Eltern zu viel von ihrem Kind erwarten. Häufig wünschen sich Eltern ein perfektes Kind und scheitern schon früh an dieser Illusion.

### **(5) Eigeninteresse der Eltern**

Eltern können auf die Bedürfnisse ihres Kindes besser eingehen, wenn sie die eigenen Wünsche, zum Beispiel nach partnerschaftlicher Nähe, Erholung und Alleinsein, nicht vernachlässigen.

**AB 23 /**

**E F**

## Wo bin ich Vorbild für mein Kind?

1/2



Man ist oft für die eigenen Kinder ein Vorbild, ohne es zu wissen. Bitte tragen Sie (als Mutter und Vater getrennt) in die folgende Tabelle ein, wo Sie anhand von jeweils vier Beispielen glauben, dass Sie ein günstiges oder ungünstiges Vorbild für Ihre Kinder sind. Bitte schreiben Sie die Beispiele spontan auf und diskutieren Sie diese untereinander und mit dem Therapeuten.

<b>Als Mutter bin ich für mein Kind/meine Kinder ein gutes Vorbild bei:</b>	<b>Als Vater bin ich für mein Kind/meine Kinder ein gutes Vorbild bei:</b>
(1) .....	(1) .....
.....	.....
(2) .....	(2) .....
.....	.....
(3) .....	(3) .....
.....	.....
(4) .....	(4) .....
.....	.....
<b>Als Mutter bin ich für mein Kind/meine Kinder ein schlechtes Vorbild bei:</b>	<b>Als Vater bin ich für mein Kind/meine Kinder ein schlechtes Vorbild bei:</b>
(1) .....	(1) .....
.....	.....
(2) .....	(2) .....
.....	.....
(3) .....	(3) .....
.....	.....
(4) .....	(4) .....
.....	.....

**AB 23 /**

**E F**

## Wo bin ich Vorbild für mein Kind?

2/2

Bitte prüfen Sie mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin gemeinsam, ob Sie in denselben Themengebieten als gutes und schlechtes Vorbild für Ihr Kind/Ihre Kinder wirken, und entscheiden Sie gemeinsam mit dem Therapeuten, welche Verhaltensweisen Sie bei sich ändern können oder wollen.



## Überforderung und angemessene Forderungen



Für ein Kind ist es sehr belastend, wenn mehr Selbstständigkeit von ihm gefordert wird, als es zu erbringen in der Lage ist. Hierzu einige Beispiele:

- »Räum bitte dein Zimmer auf!«

Ein vierjähriges Kind kann sein Zimmer nicht ohne Hilfe so aufräumen, dass es der Ordnung Erwachsener entspricht.

- »Lauf nicht einfach auf die Straße!«

Ein sechsjähriges Kind ist nicht in der Lage, gefahrlos an einer Straße zu spielen.

- »Schneide dir nicht in den Finger!«

Ein achtjähriges Kind kann gefährliche Werkzeuge noch nicht sicher handhaben.

- »Pass bitte einen Moment auf, dass deine Schwester keinen Unsinn macht! Ich möchte eben kurz die Geschirrspülmaschine ausräumen!«

Ein zehnjähriges Kind kann ein kleineres Geschwisterkind noch nicht verlässlich betreuen.

### Anforderungen angemessen abverlangen

Ein Kind sollte neue Anforderungen mit seinen eigenen Kompetenzen erfolgreich meistern können. Hierzu einige Beispiele:

- »Gibst du mir den Karton für meine Bauklötze?«

Das vierjährige Kind möchte die Bauklötze beisammen halten, es hält Ordnung in einem für ihn überschaubaren Bereich.

- »Darf ich auf den Spielplatz (hinter dem Haus) gehen?«

Das sechsjährige Kind sucht die Möglichkeit, von den Gefahren des Straßenverkehrs unbelastet zu spielen.

- »Kannst du mir beim Schnitzen helfen?«

Das achtjährige Kind möchte seine Eltern beobachten und lernen, wie es mit dem Werkzeug gefahrlos umgehen kann.

- »Ich spiele gerne einen Moment mit meiner Schwester. Aber wie soll ich richtig auf sie aufpassen, sie läuft immer aus dem Zimmer und klettert auf den Schrank?«

Das zehnjährige Kind formuliert, worin seine Überforderung besteht.

Sie können die Anforderungen aus den vier Beispielen wie folgt altersgerecht vermitteln:

- **Vierjähriges Kind:** »Gut, dann räume du die Bauklötze in die Kiste, und ich sammle die Papierschnipsel vom Boden auf. Dann haben wir das Zimmer wieder aufgeräumt.«

Das Kind erlebt, dass es beim Aufräumen helfen kann.

- **Sechsjähriges Kind:** »Gute Idee! Ja, geh bitte auf den Spielplatz, das ist mir lieber. Geh aber nirgendwo anders hin, sondern komme nach dem Spielen bitte direkt nach Hause!«

Das Kind erlebt, dass es sich durch eigene Ideen Handlungsspielräume verschaffen kann.

- **Achtjähriges Kind:** »Ich zeige es dir: Du hältst die Schneide des Messers immer von dir entfernt und schnitzt immer vom Körper weg. Schau her, ich zeige es dir! So, jetzt versuche du es einmal.«

Das Kind erlebt, dass es in seinem Streben nach Selbstständigkeit bei gefährlichen Tätigkeiten praktische Unterstützung findet.

- **Zehnjähriges Kind:** »Du hast recht, deine Schwester ist wirklich ein Wirbelwind! Kannst du dann bitte die Geschirrspülmaschine ausräumen? Ich ziehe in der Zwischenzeit deine Schwester an, und dann gehen wir zusammen auf den Markt.«

Das Kind erlebt, dass seine Nöte ernst genommen werden und es dennoch einen wichtigen Beitrag zum Familiengeschehen leisten kann.

## AB 25 /

E

### Anweisungen im Alltag – Wie Erziehung klappt!



#### Einige Hinweise vorab

- Anweisungen dienen dazu, dass Ihr Kind eine eindeutige Orientierung erfährt. Es lernt damit, angemessenes und unangemessenes Verhalten zu unterscheiden.
- Anweisungen sind Aufträge an Ihr Kind, deren Umsetzung und Erfolge Sie überwachen müssen.
- Anweisungen dürfen nur ausgesprochen werden, wenn Sie selbst ruhig und sicher wirken.

#### Schritte, die nötig sind, Anweisungen erfolgreich umzusetzen

- (1) Bitte sprechen Sie nur **eine** Anweisung auf einmal aus.
- (2) Formulieren Sie die Anweisung **genau** (Ort, Zeit, Dauer, beteiligte Personen).
- (3) Geben Sie das **Ziel** an, was mit der Anweisung erreicht werden soll.
- (4) Beachten Sie dabei, dass Anweisungen in **kurzen Sätzen** und altersangemessen formuliert werden.
- (5) Bei der Umsetzung einer neuen Anweisung sollten Sie in der **Nähe Ihres Kindes** bleiben.
- (6) Prüfen Sie sofort, wie die Anweisung umgesetzt wurde, und **loben Sie Positives** bei Ihrem Kind sofort.
- (7) Klappt die Umsetzung nicht, geben Sie bitte Ihrem Kind eine **Hilfestellung**.

