



Anregungen, wie Eltern die DENK-WEGE-Arbeit zu Hause unterstützen können

Selbstwertgefühl:

Regelmässig Komplimente geben

Zeigen/aussprechen, worauf man stolz und wo man zufrieden ist (im Alltag, beim Ins-Bett-Bringen, vor dem Essen)

Und:

Eine Begabung des Kindes, ein Interessensgebiete aufnehmen und unterstützend fördern.

Gefühle:

Ihr Kind im Alltag nach seinen Gefühlen fragen – so helfen Sie ihm, sich selbst zu beobachten. Das ist auch die Grundlage dafür, dass man zusammen überlegen kann, was man angesichts der Situation sinnvollerweise tun könnte.

Dem Kind zeigen, wie Sie sich fühlen und wie Sie damit umgehen.

Denn:

Wenn Sie sich mit ihrem Kind über die Gefühle (seine und Ihre) unterhalten, stärkt dies eine ganz tiefe Beziehung zu Ihrem Kind.

Selbstkontrolle:

Wenn Sie denken, dass Ihr Kind sich fürchterlich aufregt und bald davor ist, Dummheiten zu begehen, können Sie:

- Ihr Kind an den Ballon erinnern (sobald er in der Schule eingeführt wurde)
- Ihr Kind an das rote Licht erinnern: stoppen, atmen, Problem sagen und wie man sich fühlt
- Ihr Kind loben, wenn es sich beruhigt
- Zeigen, wie Sie sich in schwierigen Situationen beruhigen

Zusätzlich:

Dem Kind Kriterien (Fairness, Regeln, Sorgfalt) geben und aufzeigen, weshalb manche Verhaltensweisen nicht in Ordnung sind.

Dem Kind aufzeigen, dass es selbst Vorteile hat, wenn es sich fair und vernünftig verhält.

Problemlösefähigkeiten:

Wenn Sie merken, dass Ihr Kind ansteht, bedrückt ist, unangenehme Gefühle hat, sprechen Sie es darauf an.

Mit ihm überlegen: Welche Handlungsmöglichkeiten gibt es? Welche sind günstig und für andere akzeptierbar?

Achtung: nicht Probleme für Kinder lösen, sondern nur unterstützend einwirken!

Dann:

Nach einer Weile nachfragen, wie es damit geht

Loben, wenn Ihr Kind verantwortungsvoll handelt

Das Kind bei Interessekonflikten oder Problemen mit einbeziehen und fragen: Hast du eine Idee? Was könnten wir tun?



Regeln und Manieren:

Bei Kindern nachfragen: Welche Regeln gelten in der Schule?

Mit den Kindern besprechen: Was kann es tun, wenn es gegen eine Regel verstossen hat?

Achtung:

Nicht für die Kinder lösen, sondern mit ihnen besprechen, welche Möglichkeiten es hat, die Sache wieder in Ordnung zu bringen.

Zudem:

Leiten Sie das Kind an, ein anständiges Verhalten an den Tag zu legen (Manieren beibringen)

Lern- und Organisationsstrategien (Selbstorganisation):

Überlegen, wo sich das Kind in den Themen Teilnehmen, Organisieren und Planen verbessern könnte.

Dann:

Gemeinsam eine Woche lang ein Ziel vornehmen (evtl. dasselbe wie in der Schule); das Kind dabei unterstützen (Abmachungen treffen, erinnern, nachfragen, loben, Hilfspartner suchen etc.)