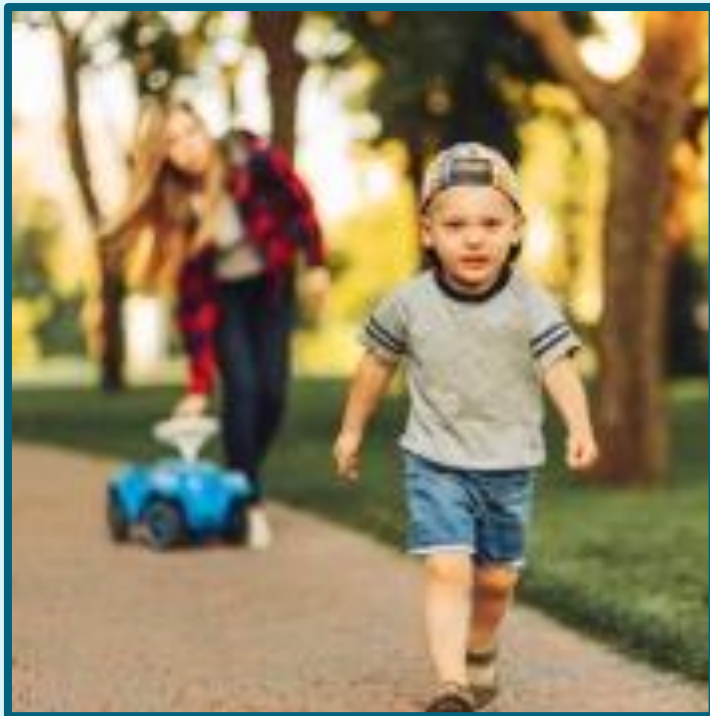


„Nein!“ – oder was sonst???



Handout aus
dem Online-
Elterntreff
am 28. Juli 2022



Karlsruhe
gemeinnützige GmbH

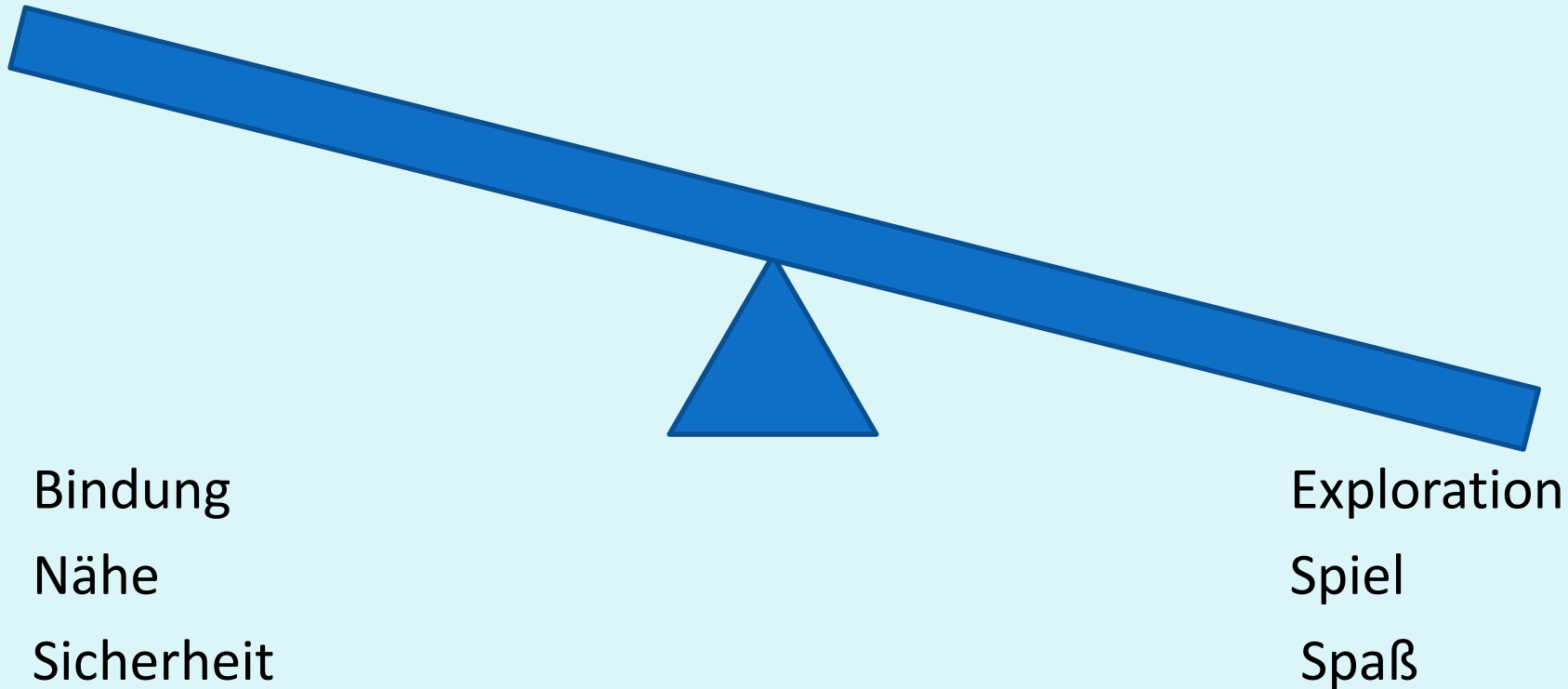
Dies ist ein Beitrag des KiFaZ Explorateurs der AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH

Nein – wann muss das sein?



- Um mein Kind vor Verletzungen zu stützen
- Um für die Gesundheit meines Kindes zu sorgen
- Um Menschen / Dinge vor meinem Kind zu schützen
- Um meine persönliche Grenze zu wahren
- Um für meine Werte einzustehen
- Um für meine Bedürfnisse zu sorgen

Häufiger Anlass: Exploration



Nur wenn Kinder sich sicher fühlen, können sie die Welt entdecken. Eine sichere Bindung ist das wertvollste Gut in der Frühen Kindheit! Kindern, die fleißig explorieren, geht es sehr gut!!!!

Anlass: Eigene Grenzen



- Müssen unbedingt deutlich gezeigt werden
- Für Fakten sorgen
- Authentisch reagieren
- Rechtzeitig reagieren
- Für sich selbst sorgen (sich selbst beruhigen)
- Nachbesprechen, wenn sich alle beruhigt haben

Ist das Nein notwendig?



- Wie wichtig ist das Nein für mich? Warum?
- Was würde im schlimmsten Fall passieren, wenn ich doch „Ja“ sage?
- Kann ich es später erlauben?
- Kann ich es anders erlauben?
- Geht es um meine Überzeugung oder eher darum, was andere Menschen denken?
- Habe ich ein „eigentlich“ im Kopf? Warum?

Nur kurz begründen



- Auch ältere Kinder schalten sehr schnell ab, wenn Eltern sie mit guten Gründen zutexten
- Alternativ: Das entscheide ich als deine Mutter/dein Vater
- ...,weil du (deine Gesundheit....) mir wichtig ist.
- ...,weil ich mich um dich kümmere.

Ein Nein nicht wiederholen



- Ein wiederholtes Nein verliert an Wert (Inflation)
- Alternative: Schweigen
- Alternativ: Den Namen sagen und Blickkontakt halten
- Abwarten und atmen

Fakten schaffen – Nein sparen!



- Dinge in Sicherheit bringen
- Für Sicherheit sorgen
- Türen schließen
- Aus den Augen aus dem Sinn
- Umwege gehen
- Etwas nicht zu Hause haben

Verständnis vermitteln



- Authentisch
- Ausgiebig
- Gemeinsam nach Wegen suchen, wie das Bedürfnis auch erfüllt werden kann

Worauf wir verzichten können



- Nein!
- Nicht! (können, dürfen...)
- Aber
- Müssen
- Auf Bitten und Fragen, wenn das Kind sie nicht ablehnen darf
- Bestechungen
- „mir zuliebe“
- Drohungen (sonst..., wenn, dann...)

Wie teilen wir uns mit



- Augenhöhe
- Blickkontakt
- Körperkontakt
- Freundlicher, aber klarer Tonfall
- Sagen, was kommt und wie es gemacht wird

Ja-Umgebung



- Sagen, **WAS** sie tun dürfen und **WIE**
- Sagen, was sie **STATTDESSEN** tun dürfen
- Sagen, **WANN** sie es tun dürfen

Beispiel:

- „Du möchtest gerade.... Schau mal, so darfst du es tun!“
- „...., schau mal, hier darfst du es tun!“
- „...., nach dem Essen darfst du es tun!“

Stopp!



- Heißt: „Egal was – jetzt aufhören!“
- Universell einsetzbar
- Schnell
- Klar
- Schafft Zeit zu reagieren
- Erst üben
- dann übertragen (Straßenverkehr, Toben, Konflikte, Wutausbrüche, Gefahrensituationen...)

Für Klarheit sorgen



So ist es – immer!



**Kinder brauchen
Führung und
Klarheit!**

Lieber gleich „Ja“ sagen (als später nachgeben!)



- Wenn es nicht wirklich wichtig ist
- Wenn meine Kraft nicht ausreicht um es durchzuhalten
- Wenn genau jetzt ein Wutanfall keine Option ist
- Überprüfen, wenn ich ein „eigentlich“ im Kopf habe

Ausnahmen kenntlich machen



- Nur heute ist es so!
- Ggf. eine kurze Begründung
- Morgen ist es wieder so wie immer!
- Ausnahmen werden teuer bezahlt von Eltern und Kindern

„Was“ entscheiden Eltern „Wie“ wird gemeinsam entschieden



Ich entscheide als Mutter und Vater, was getan wird.

Darüber, wie es getan wird, darf mein Kind altersentsprechend mitentscheiden

Neue Regeln einführen



- Dosieren: Nicht mehr neue Regeln einführen, als ich gleichzeitig durchhalten kann
- Mit meinen Nerven und der Kooperationsbereitschaft meines Kindes achtsam umgehen
- Neue Regeln ankündigen
- Mit nicht zu anspruchsvollen Regeln „üben“ und Erfolge sammeln
- Wer kann mich bei der Einführung unterstützen? (Partner, Kita, Oma,....)
- Erfolge gemeinsam feiern und dem Partner berichten
- Ggf. noch einmal nachjustieren