



Kanton Zürich
Bildungsdirektion



Elternbildung

Amt für Jugend und Berufsberatung

Herzlich willkommen zum Workshop:

«Achte auf die positiven
Seiten deines Kindes»
Patrizia Luger





Kantonaler Elternbildungstag 2021

patrizialuger

Elternbildung | Beratung | Seminare

www.patrizialuger.ch





Starke Eltern – Starke Kinder®

Kursangebot

- 0-3 Jahre
- 3-10 Jahre
- Pubertät
- Grosseltern
- Fachpersonen
- Referate
- Workshops





Kursaufbau 3-10 Jahre

Basiskurs

- Werte und Ressourcen
- Bedürfnisse
- Selbstkenntnis und Ich-Botschaften
- Feedback und Ermutigung

Aufbaukurs

- Fördernde Erziehung
- Gefühle/Wut
- Grenzen und Vereinbarungen/Macht/Ohnmacht
- Problem und Konfliktlösung





Anleitende Erziehung

Eltern nehmen eine liebevolle, warmherzige und aufmerksame Haltung gegenüber ihren Kindern ein, vermitteln ihnen aber gleichzeitig auch klare Regeln, Werte und Normen. Er bietet keine Patentrezepte, sondern zeigt Handlungsalternativen («Werkzeuge») auf, mit deren Hilfe die Eltern in verfahrenen und eskalierenden Situationen anders reagieren können.





Motto



Achte auf die positiven
Seiten deines Kindes!





Ziele

- Die TN werden aufmerksamer gegenüber den positiven Seiten und Stärken der Kinder
- Die TN richten den Blick auch auf sich selber





Mein Bild der Familie





Die Nörgelbrille



- Jetzt hast du schon wieder nicht die Hände gewaschen, obwohl du weisst
- Ich habe schon hundertmal gerufen und du reagierst einfach nicht. Du sollst jetzt endlich deine Zähne putzen!
- Warum hast du deine Schuhe immer noch nicht angezogen?
- Du hast die Tasche schon wieder nicht im Zimmer versorgt.
- Die Gamezeit hast du schon wieder nicht eingehalten!
- Ständig streitet ihr... jetzt hört endlich auf.
- Jetzt kommst du schon wieder zu spät nach Hause...das Essen ist schon kalt.
- Ach, in deinem Zimmer ist eine solche Unordnung
- Jetzt hast du schon wieder die Jacke verloren, kannst du nicht acht geben auf deine Sachen!





Die Negativspirale

Ich bin Ok-Du bist nicht Ok (+-)

Schwächung der Persönlichkeit

Machtspiele beginnen

Konflikte innerhalb der
Familie nehmen zu

Kommunikation ist nicht
mehr wertschätzend

Eltern sind häufig am schimpfen



Gefühle der Kinder werden verletzt

Selbstwert und Selbstvertrauen
der Kinder wird geschwächt

Eine Konzentration auf Probleme
schwächt das Vertrauen in die eigenen
Fähigkeiten und verhindert,
sich auf selbstreflektierende Weise
entwickeln zu können



Auswirkungen auf das Kind



- trotzig
- auflehnend
- frustriert
- traurig
- schlecht gelaunt
- gekränkt
- hat die Idee ich bin nicht Ok
- hat das Gefühl es nie recht machen zu können
- resigniert



Raus aus der Negativspirale

Beziehung schaffen

Stärken erkennen

empathisches,
einfühlsames reagieren

aktives Zuhören, volle
Aufmerksamkeit
schenken Handy, Zeitung
etc. weg

Ich-Botschaften

Werteklarheit



Authentisches Feedback statt
schimpfen

Respektvoller Umgang pflegen

Das positive im Fokus haben

Ok-Ok Haltung:
Ich bin Ok – Du bist Ok (++)





Auswirkungen auf das Kind



- Hat das Gefühl „Ich bin OK“!
- Stärkt den Selbstwert und das Selbstvertrauen
- Es fühlt sich ermutigt
- Es fühlt sich angenommen und geliebt
- Freude, Kreativität, Spiel
- Freies Kind = sich-selber-Sein
- In einer positiven Atmosphäre macht das Kind die Sachen eher die ihm gesagt werden





Den Blick auf das Positive richten





Aufgabe der Eltern

Innehalten und überlegen

Hat mein Kind heute :

- Jacke selbständig aufgehängt?
- Hände selbständig gewaschen?
- Thek eigenverantwortlich versorgt?
- Gamezeiten eingehalten?
- Tisch abgeräumt?
- Pyjama selbständig angezogen?
- Zähne geputzt?

Habe ich es:

bemerkt und kommentiert?
gelobt?
ermutigt?
konstruktives Feedback gegeben?
ein Kompliment ausgesprochen?
das Positive im Blick gehabt?
ein Lächeln geschenkt?
bin ich grundsätzlich in der Ok-Ok Haltung
(++)
habe ich gesagt, dass ich es liebe?





Auswirkungen des positiven Blick's

- Eltern lernen ihre Kinder noch einmal aus einem anderen Blickwinkel kennen und „verstehen“
- Durch das Erkennen und Weiterentwickeln von Stärken kann kontinuierliches Wachstum entstehen





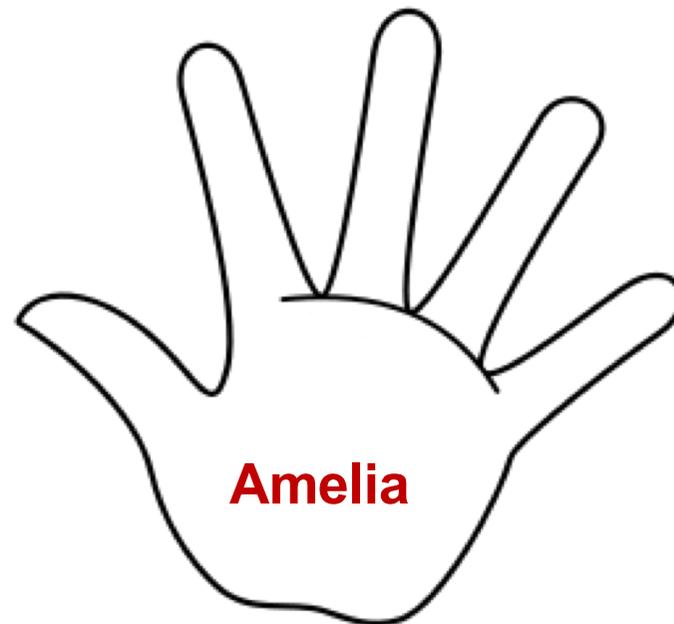
Feedback geben

Häufig gehen wir davon aus, dass wir Anerkennung nicht „extra“ ausdrücken müssen. Das merkt man doch einfach! Trotzdem ist es schön, zu erfahren, zu hören und zu sehen, was die anderen Personen an einem schätzen.

Schreibe für dich ein Feedback auf, dass du heute oder morgen jemanden mitteilen möchtest.



Fünf Finger Methode



Der Blick auf sich selbst



- Liebevoll den Blick auf sich selber richten
- Sich loben für die Sachen die gut laufen
- Aktiv positives Feedback einholen





Abschluss

- Was ist mein persönliches Aha-Erlebins?

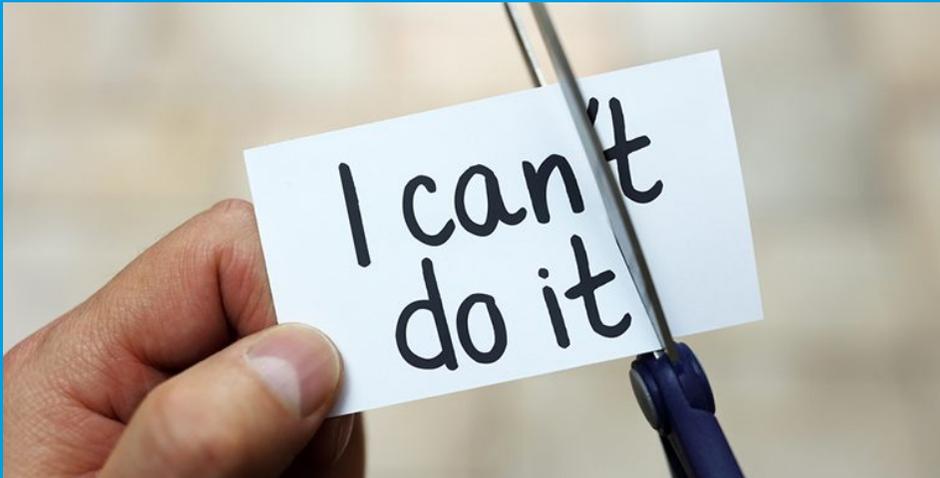




Kanton Zürich
Bildungsdirektion

■ **Elternbildung**
Amt für Jugend und Berufsberatung

Herzlichen Dank



Denken müssen wir ja sowieso. Warum dann nicht gleich positiv?