

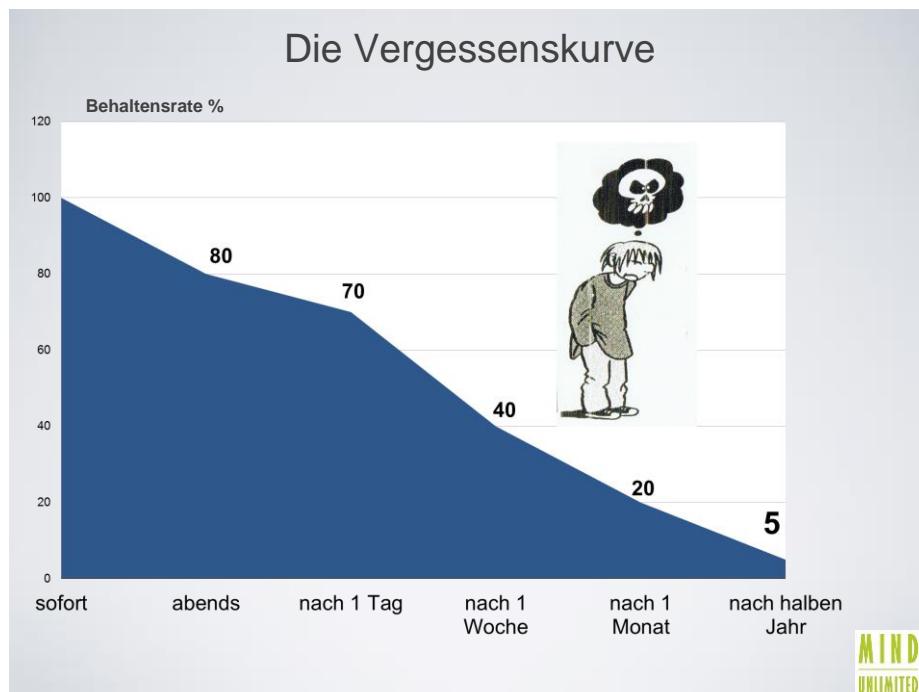


Liebe Eltern!

In diesem Jahr wurden wieder für Sie hoch interessante Themen zur Erziehungsbegleitung Ihrer Kinder angeboten. Die Themenspanne umfasste die Problematik

„Lernen lernen“ über „Gefahren im Internet“ und endete mit „Humorvoll Grenzen setzen“.

Herr Wilfried Helms von MIND UNLIMITED (www.mind-unlimited.com) referierte „**Lernen lernen**“ vor einem gut besuchtem Elternpublikum, wie Schüler besser lernen und das Gelernte behalten können, wie Sie Ihre Kinder im gehirngerechten Wiederholen unterstützen können, Strukturen anlegen und Lernwillen erzeugen können. Herr Helms zeigte die Notwendigkeit, Strukturen erkennen und erzeugen zu können als wesentliche Hilfe zum Lernen auf, ebenso das Wiederholen vom Vortage, bevor Neues weiter gelernt wird, damit das Gelernte auch wirklich verfügbar bleibt. Neben der Ordnung im Denken gehören auch Tricks mit Lernsprüchen oder anderen Eselsbrücken dazu. Sie prägen sich viel besser ein und manchmal sogar ein Leben lang.



Um erfolgreich lernen zu können, ist es gut, seine persönliche Art, wie man eigentlich lernt, herauszufinden. Kinder sollten nicht zu früh auf Selbstlernverantwortung gestellt werden der Entwicklungspsychologie zufolge. Sie benötigen noch Unterstützung, Anregungen und vor allem Ihr Interesse. Dabei hilft es, sich den Lerntyp Ihres Kindes bewusst zu machen. Hilfe heißt ja nicht, Ihrem Kind vorzusagen oder die Aufgabe lieber schnell selbst zu erledigen, sondern Ihrem Kind das Zutrauen zu vermitteln, dass es auch gut lernen kann – halt das Lernen noch lernen muss.



Themenabende für Eltern

Beratungslehrerin
Marion Link
Juni 2019

Der Ermutiger: Positive Affirmationen



1. Immer positiv. Kein „Nicht“, kein „Nein“
2. Immer Selbstsicherheit ausdrücken:
„Ich bin mir sicher, dass...“
3. Negativ besetzte Reizwörter durch
neutrale/positive Begriffe ersetzen
4. Sich die Affirmationen oft sagen:
morgens, mittags, abends und vor der
Situation selbst

Innerer Dialog

- 1. Was will ich tun?
- 2. Was brauche ich dafür – Plan, Anleitung, (Innere) Anweisung, Material, Hilfe?
- 3. Ich mache mich bereit – Körper und Geist gemeinsam! Zielfokussierung!
- 4. Was sehe ich vor mir? Gibt es Strukturen, Ordnungen, Reihenfolgen?
- 5. Wie will ich genau vorgehen – Ich beschreibe den Arbeitsweg
- 6. Ich führe die Aufgabe aus!
- 7.. Ich kontrolliere!
- 8.Ich freue mich über die getane Arbeit!



Ebenso wichtig ist das Verständnis dafür, wie Motivation wirkt und bestärkt werden kann und welche Motivation für welche Lernaktion vorliegt, um dann die Ziele zu formulieren.

An dieser Stelle bedanke ich mich bei Herrn Helms für die zur Verfügung gestellten Abbildungen. Herr Helms hat ein gutes Bücherangebot zu vielen dieser Themen zusammengestellt, sowohl zu allgemein pädagogischen Fragen als auch zu verschiedenen Schulfächern. Auch bietet er Feriencamps an (siehe Homepage).



Themenabende für Eltern

Beratungslehrerin
Marion Link
Juni 2019

Quellen der Motivation

Motive

ZUGEHÖRIGKEIT

(Sicherheit, Beachtung, Geborgenheit, Zuwendung)
Transmitter:Dopamin

MACHT

(Kontrolle, Dominanz, Status)
Transmitter:Nor-Adrenalin

LEISTUNG

(Wissen, Erfolg, Fortschritt, Abwechslung, Neugier)
Transmitter:Vasopressin, Arginin (Sport)

Ängste

WERTLOSIGKEIT

(Ungeliebt, alleine, isoliert, verunsichert)

OHN-MACHT

(Kontrollverlust, unbedeutend, abhängig, unwichtig)

VERSAGEN

(sich unfähig fühlen, schwach sein, sich erniedrigt fühlen)

Ziele formulieren

- Beschreiben Sie Ihr Ziel so **konkret** wie möglich
- Formulieren Sie Ihr Ziel **positiv**!
- Achten Sie dabei auf gesunden **Realismus**!
- Geben Sie sich und Ihrem Ziel einen **Zeitrahmen**.
- Unterteilen Sie Ihren Weg zum Ziel in **sinnvolle Etappen**.

sachlich

- Liegt die Verwirklichung **in Ihrer Hand**?
- Empfinden Sie, dass Ihr Ziel Sie **glücklich** macht.
- Wahren Sie die **Rechte und Würde anderer Menschen**.
- Spüren Sie eine **Herausforderung**.
- Fühlen Sie sich durch das Ziel **motiviert**! **WOLLEN** Sie?

emotional





Leider musste der Abend „**Gefahren im Internet**“ aus gesundheitlichen Gründen abgesagt werden. Es ist nicht ausgeschlossen, dass er im nächsten Schuljahr angeboten werden kann. Glücklicherweise haben routinemäßig alle 6. Klassen eine Schulung erhalten. Darum wäre es gut, wenn die Eltern genauso ihr Wissen erweitern könnten. Aus einem Themenabend von 2013 liegen auf der Homepage unter Gremien –Archiv für Zusammenfassung von Themenabenden- vorerst Informationen zum Nachlesen oder unter <https://www.verbraucherzentrale.sh/wissen/geld-versicherungen/veranstaltungs-und-vortragsangebot-fuer-schulen-23226> vor.

Ein von vielen Eltern mit Spannung erwarteter Abend „**Kindern mit Erfolg Grenzen setzen – Ein Vortrag mit Humor**“ hat die Eltern mit Sicherheit nicht enttäuscht. Er wurde referiert von Herrn Thomas Rupf, Diplompädagoge (www.erziehung-rupf.de). Aus einer hohen Selbstverständlichkeit heraus -mit dem Hintergrund großer Erfahrung aus der Arbeit als Diplompädagoge, als Mitarbeiter im Jugendamt, in einer Kirchengemeinde und als Referent- brachte Herr Rupf Beispiele an, die den Versuch pubertierender Kinder, Eltern bestimmen zu wollen, erfolgreich unterbinden konnte. Viele Eltern sind zu nett. Sie bleiben häufig zu lieb und dadurch zu unklar, um Grenzen zu setzen. Eltern lassen sich von der Angst einschüchtern, die Liebe der Kinder zu verlieren, wenn sie Grenzen setzen und dadurch die Kinder mit ihrer Frustgrenze konfrontieren.

Als Beispiel nannte er das Thema Hausaufgaben! – Wann geht es los, sie zu erledigen?! Ein Konfliktpotential in vielen Familien. Es entstehen Machtkämpfe – Gedanken wie „Wann drehen mein Kind oder ich durch?“ sind nicht selten.

Grundgedanken dazu: Ein Kind kann sich rund 30 Minuten sinnvoll konzentrieren. Menschen sind nun mal nicht perfekt. Rivalitäten gibt es immer.

Aufgabe und damit Ziel der Eltern ist es, die Herausforderung der Kinder anzunehmen und ihnen Grenzen setzen zu können. Dazu sollten sich die Eltern klar machen, dass es als natürlich anzuerkennen ist, dass Kinder von Grund auf versuchen, herauszufinden und zu testen, wie viel Spielraum noch möglich ist (Was geht noch?), und das immer wieder und wieder! Kinder richten sich nach Spaß! Sie sind Ich-zentriert, ihr Denken, ihr Interesse und ihre Wünsche sind immer wichtiger.

Wie setzen sich nun Kinder durch? Sie beginnen zu diskutieren. Dieses Verhalten endet zu häufig in nicht enden wollenden Diskussionen – und das können die Kinder halt sehr gut!! Häufig sind Eltern dann die Nachsehenden. Deshalb – lassen Sie sich nicht auf „das Spiel der Diskussionen“ ein – unterbrechen Sie die Diskussionen durch ein einfaches „Nein, es ist schon entschieden!“ und wieder: „Nein, es ist schon entschieden!“ ...

Wie reagieren ihre Kinder auf das Nein? Sie regieren verletzt, sind traurig und bleiben dann noch in Ihrer Nähe, um es Ihnen deutlich zu zeigen. Sie drücken nachhaltig auf die „Tränendrüse“. Auch das gilt es zu unterbrechen!

Eine andere sehr typische Reaktion der Kinder ist das Weghören. Folgende Situation: Die Jacke im Flur soll nun endlich aufgehängt werden. Diese Aufforderungen überhören sie getrost, immer und immer wieder. In Wahrheit hören sie sie doch.



Das Diskutieren, das Schmollen und das Weghören sind Durchsetzungsstrategien aller Kinder.

Wenn es um Hilfe im Haushalt geht, finden die Eltern Unterstützung durch das BGB §1619: „Dienstleistungen in Haus und Geschäft“: „Das Kind ist, solange es dem elterlichen Hausstand angehört und von den Eltern erzogen oder unterhalten wird, verpflichtet, in einer seinen Kräften und seiner Lebensstellung entsprechenden Weise den Eltern in ihrem Hauswesen und Geschäft Dienste zu leisten.“

Weiterhin helfen Klarheiten den Eltern, was sind Elternaufgaben und welche Aufgaben gehören zu den Kindern:

Die Eltern sollten entschlossen Grenzen durchsetzen, weil es Ihre Aufgabe ist, denn Sie tragen die Verantwortung / das Kümmern als Eltern: Sie sind für die Einhaltung der Schulpflicht zuständig, inklusive der Hausaufgabenkontrolle; Arztbesuche einzuschätzen obliegt Ihrer Verantwortung; die Aufgabe zur Begleitung und zum Erlernen einer Frustrationstoleranz liegt auch bei Ihnen; nicht alle Räume gehören den Kindern! Die Küche ist für alle da. Das Schlafzimmer, das Bad, das Wohnzimmer gehören nur zeitweise den Kindern. Sie stecken die Bereiche ab!

Die Eltern tragen Sorge dafür, dass Ihre Kinder anderen -und speziell natürlich auch Ihnen gegenüber- Grenzen in Sprache und Tat nicht überschreiten dürfen. Kinder müssen mit normaler Sprache sprechen in Anwesenheit von Erwachsenen (Peergroup ist deren Sache), sie sollten Zeit abwarten können, bis Eltern z.B. das Telefongespräch beendet haben. Entsprechendes gilt für andere Situationen. Sie als Eltern haben das Recht, sich zu unterhalten und sich abzugrenzen. Gründe hierfür liegen auf der Hand. Denn die Eltern-Kinderbeziehung ist keine Kumpel- oder Freundschaftsbeziehung oder gar partnerschaftliche Beziehung. Unter diesen Beziehungsumständen geht der Respekt schnell verloren. Die Eltern-Kinderbeziehung ist eine von oben nach unten verantwortlich betreute Beziehung. Im Falle der Höflichkeit und des gegenseitigen Respektes ist die Beziehung allerdings auf Augenhöhe (kein Machtinstrument)!

Kinderbereiche sind folgende: Die Wahl der Freundschaften obliegt den Kindern. Ggf. sollten Sie im Gespräch ihre Bedenken äußern. Ebenso die Wahl des Hobbys – dennoch konsequent: kein Hobby-Hopping zu lassen! Das Kinderzimmer „gehört“ den Kindern – ggf. auch mit dem entsprechenden Ordnungssinn. Ihre Aufgabe des Kümmern setzt wieder ein, wenn der Schreibtisch nicht mehr für Hausaufgaben einsetzbar ist, die Wäsche- und Geschirrberge sich türmen. Dann verhalten Sie sich konsequent: Es gibt kein weiteres Geschirr mehr und die Wäsche wird bis zum Tage x gewaschen und dann erst wieder in der nächsten Wochen. Also kein Komfortprogramm – einfach Konsequenzen aufzeigen. Die Essenswahl liegt auch zunächst bei den Kindern. Auch hier gilt Ihre Kümmerpflicht hinsichtlich der Gesundheit Ihrer Kinder: Unterscheidung in Ernährung, Nachspeise und Süßes!

Also nur Mut zur Strenge mit klaren Strukturen! Aber wie?

Stellen Sie Ihrem Kind keine Fragen, könntest Du...., wenn Sie sich schon bereit entschieden haben. Das kann nur schief gehen. Kaum oder gar keine Belohnungen, denn das meiste ist selbstverständlich: Schule, Klassenarbeiten, Tisch abräumen und sich nicht schlagen dürfen.... Wenn wirklich Besonderes geschehen ist, dann sind Sie spontan „Das ist ja toll gelaufen! Wir machen was Tolles draus!“ Drohungen gehören nicht ins Erziehungskonzept. Weder mit Lehrergesprächen, Weihnachtsmann und ect. drohen. Wenn- dann-Strafen sind nicht mehr aktuell. Stellt sich kein Erfolg



Themenabende für Eltern

Beratungslehrerin

Marion Link

Juni 2019

ein, dann versuchen Sie Bezüge, Gründe herauszuarbeiten. Stellen Sie von vornherein die Reihenfolge klar: zum Beispiel: erst Hausaufgaben – dann spielen gehen; erst Gesundes essen – dann auch Süßes.

Setzen Sie klare Strukturen und Grenzen, bis die Kinder es verstanden haben! Bitte dabei nicht brüllen. Werden Sie aber gerne mal authentisch laut, bleiben Sie echt! Die Mimik und das Gesagte müssen zusammen passen.

Noch etwas: Kinder lügen Sie ggf. an. Das muss nicht immer gleich einen Vertrauensbruch bedeuten. Sie lügen, um zu sagen, ich will nicht – keine Lust. Bleiben Sie dann ruhig und stellen Sie immer wieder den Bezug zur Wahrheit her; klären Sie - anstelle von Drohungen auszusprechen.

Nach Jahren haben viele Kinder die Anstrengungen der Eltern zu würdigen gewusst. Dann haben sie sich sogar bei ihren Eltern bedankt.

In diesem Sinne verabschiedete sich Herr Rupf von der sehr interessierten Elternschaft.

Liebe Eltern,

auch ich möchte mich bei Ihnen bedanken. Sie haben den Themenabenden immer ein großes Interesse und Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit durch Ihre Fragen gezeigt. Mit diesem Sommer gehe ich schon in Pension, um mehr Zeit für meine Familie zu haben.

Mit den besten Wünschen für einen schönen Sommer für Sie und Ihre Familie

Marion Link

3. Juni 2019