

Neues aus der Beratungsstelle September 2020

Kinder-, Jugend- und
Familienberatungsstelle
Klosterplatz 23
06295 Lutherstadt Eisleben
Tel. (03475) 71 18 09-0
Fax (03475) 71 18 09-2
familienberatung-msh@twsd-sa.de
Nebenstelle Hettstedt, Markt 06
Tel: 03476 / 8575639

Liebe LeserInnen,

in unserer September-Ausgabe geht es um einen „Klassiker“, den viele Mütter und Väter sicher einmal gedacht oder ausgesprochen haben: „Hilfe, mein Kind hört nicht!“ Katastrophe? Normal? Liegt es an mir? Oder an meinem Kind?

Wir wollen Ihnen in dieser Ausgabe ein paar Ideen und Anregungen geben, damit schwierige Situationen zukünftig vielleicht ein wenig einfacher werden.

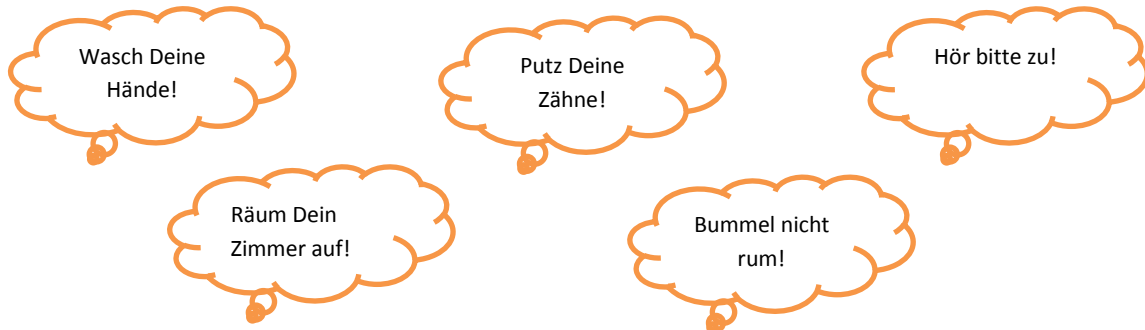
Mit spätsommerlichen Grüßen

Ihr Team der Beratungsstelle



Liebe Eltern ...

kommt uns das nicht recht bekannt vor?



Aufforderungen, die wohl jeder von uns kennt. Und was passiert in der Regel? Nix! Und schon stellt sich die Frage: „Warum hört denn mein Kind nicht? Hat es nicht verstanden? Oder will es jetzt gerade nicht verstehen?“ Eine hundertprozentig zufriedenstellende Antwort hierauf wird es niemals geben, aber einige Erklärungen, die Abhilfe schaffen können, gibt es schon.

Nicht jede Botschaft, die für Erwachsene klar und eindeutig ist, wird auch vom Kind genau so verstanden. Und manchmal liegt dies auch an uns, wenn sich nämlich die Frage stellt, ob das Kind gerade eine klar formulierte Aufforderung oder aber eine mit unsichtbaren Fragezeichen empfangen hat, die ihm ganz regelkonform Spielraum für eine eigene Interpretation lässt. Zum Beispiel:

1. „Komm, wir gehen jetzt nach Hause!“ (eindeutige Formulierung)
2. „Komm, wir gehen jetzt nach Hause, okay?“ (Frage mit Spielraum für Interpretation)

Was ist, wenn die Ankündigung für das Kind eben nicht „okay“ ist? Dann hört es nicht auf eine aus Sicht des Erwachsenen klar gestellte Aufforderung. Doch mit diesem kleinen „Okay?“ haben wir gerade die Entscheidungsgewalt ganz unbemerkt an unser Kind weitergegeben. Also aufgepasst: altersgerechte und eindeutig formulierte Aufgabenstellungen verwenden! Es schleichen sich sonst unbemerkt Stolperfallen ein und führen schnell zu Missverständnissen. Weitere Beispiele:

- „Du müsstest mal Dein Zimmer aufräumen!“ → Sie erwarten, dass recht zeitnah aufgeräumt wird, aber für das Kind heißt *mal* „vielleicht irgendwann“.
- „Geh Dir nachher die Hände waschen!“ → Ihre Vorstellung von nachher ist sehr konkret, die des Kindes wahrscheinlich nicht ...
- „Spiel schnell noch fertig und dann gehen wir einkaufen!“ → Aber was, wenn das Kind länger zum „fertig spielen“ braucht als von Ihnen erwartet?

Natürlich kann man nicht vor jeder Aussage darüber nachdenken, ob es gerade eindeutig für das Kind formuliert ist. Aber das Wissen um diese „Stolpersteine“ bzw. das „unsichtbare Fragezeichen“ erleichtern den Umgang mit Situationen in denen man glaubt: „Hilfe, mein Kind hört nicht!“.

Aus kindlicher Sicht stellt sich außerdem die Frage: „Warum soll ich denn immer hören und Dinge machen, die mir völlig unwichtig sind oder auf die ich gerade keine Lust habe?“ Und genau hier kom-

men die so gefürchteten Konsequenzen ins Spiel. Für viele ist das Wort *Konsequenz* unumgänglich mit dem Begriff *Strafe* verbunden. Aber ist das tatsächlich so?

Eine Strafe ist meist ein willkürliches Verbot oder der Entzug einer Vergünstigung, was nicht immer im unmittelbaren Zusammenhang mit dem Verhalten steht. Eine Konsequenz resultiert immer aus dem Verhalten und kann demzufolge positiv aber auch negativ behaftet sein. Konsequenzen sollten daher immer angemessen und vorher durchdacht sein. Auch muss die Verhältnismäßigkeit hierbei beachtet werden. Für Kinder Konsequenzen erlebbar zu machen und somit ihre Erfahrungswelt zu bereichern, erfordert konsequentes Verhalten der Eltern. Für beide Seiten sollte dies nicht zwangsläufig mit Stress verbunden sein, weil dies dann häufig Auslöser neuer Konflikte ist.

Wenn ein Kind morgens lange herumtrödelt, wird in dieser Stresssituation schnell mal gesagt: „Dann geh ich gleich alleine los!“ (Wohl wissend, dass man dies natürlich nicht macht.) Hier wird mit der Trennungsangst des Kindes gespielt – was unbedingt zu vermeiden ist und meist eh nicht zum gewünschten kurzfristigen Erfolg führt! Eine Androhung von Fernsehverbot z.B. wäre in dieser Situation ebenfalls nicht angebracht, da es in keinem unmittelbaren Zusammenhang zum Trödeln steht und außerdem zeitversetzt geschehen müsste.

Der positive Anreiz „Wenn Du jetzt die Schuhe anziehst, dann können wir uns noch im Schaufenster vom Tierladen die Mäuse ansehen“ wirkt dagegen besser. Hört das Kind dann trotzdem nicht, erfährt es eine angemessene und logische Konsequenz, die dann schnurstracks am Tierladen vorbeiführt.

Kleine Trickkiste:

- Stellen Sie sicher, dass sich das Kind nicht gerade intensiv mit etwas Anderem beschäftigt / Aufmerksamkeit und Neugierde wecken.
- Klare und kurze Formulierungen sorgen für besseres Verständnis. Die Aufmerksamkeit des Kindes schwindet, wenn man zu lange erklärt. (Geht uns doch auch so ...)
- „Danke“ mal anders herum: Ein kleiner Vorschuss kann manchmal Wunder bewirken. Gilt übrigens auch für einen Vertrauensvorschuss.
- Beziehen Sie Kinder in Entscheidungen mit ein, dann bleibt wenig Zeit fürs „Nichthören“. Aber bitte altersgerecht und angemessen!
- Kinder verstehen keine Doppeldeutigkeit oder Sarkasmus
- Eins nach dem Anderen! Komplexe Aufgaben sind schwerer zu lösen oder eigenständig vom Kind zu strukturieren. Lieber „Räum Deine Sachen in den Schrank!“ als „Räum Dein Zimmer auf!“ Kinder sind oftmals mit der Strukturierung von Handlungsabläufen überfordert.

Wenn nix geht ... Locker bleiben!

Gegen Widerstände ankämpfen nervt, schnell wird der Ton lauter und schärfer. Aber hilft das? Eher nicht, außer dabei, dass bald alle schlechte Laune haben. Hier drei einfache Übungen aus dem Yoga, die im Nu wieder locker für den nächsten ruhigen Versuch machen:

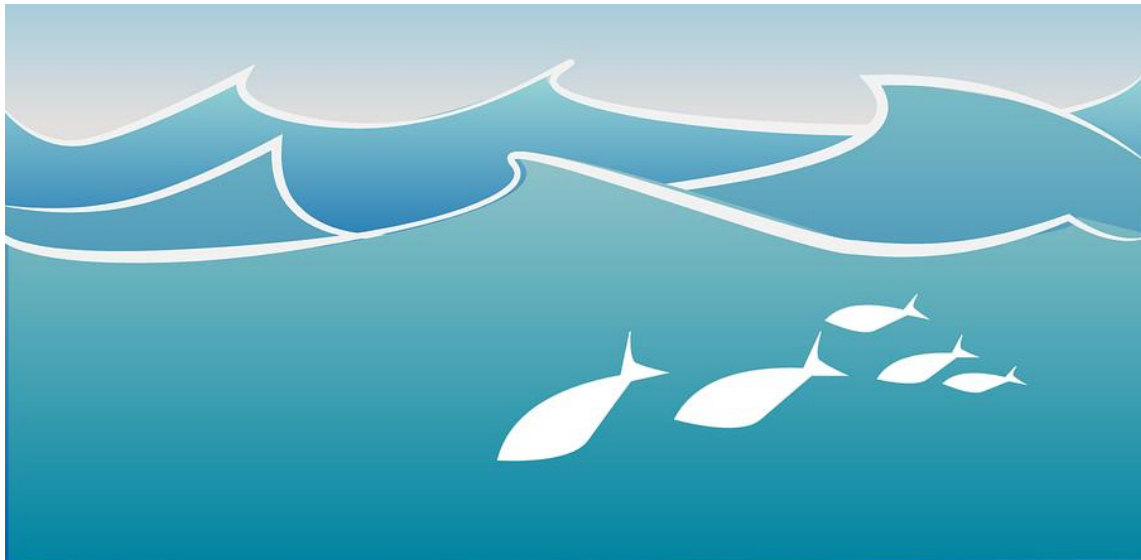
- Zwei Minuten ruhig ein- und ausatmen, dabei jeweils bis fünf zählen. Beim Ausatmen bewusst jede Anspannung loslassen.
- Mit kleinen Schlucken ein Glas Wasser trinken. (Spült den Ärger spürbar herunter ...)
- Die Arme seitlich ausstrecken, die Brust weit öffnen, tief atmen und mit jedem Einatmen neue Kraft aufnehmen.

Ein paar Aufgaben für Klein und Groß

Der Fisch-Zungenbrecher

Zu Beginn gibt es heute eine Sprachübung. Also: Zünglein lockern und los geht's!

„Wenn flinke Fische zwischen flinken Fischen flinke Flöhe fischen, fischen flinke Fische zwischen flinken Fischen flinke Flöhe.“ Und gleich noch einmal!



Und wenn wir schon bei Zungenbrechern und Fischen sind, dann probiert doch auch noch mal den Klassiker von Fischers Fritze: „Fischers Fritze fischt frische Fische, frische Fische fischt Fischers Fritze.“

Auflösung des Rätsels vom August und neues Rätsel

Na, könnt ihr euch noch an das Rätsel erinnern? Wir fragten: „Wenn $1 = 5$, $2 = 10$, $3 = 15$ und $4 = 20$ ist, dann ist $5 = \dots$?“ Und wem sofort „25“ in den Sinn gekommen war, dem müssen wir leider sagen: Falsch! Denn wenn ihr die Frage noch einmal lest, entdeckt ihr, dass die Antwort gleich am Anfang versteckt ist: „Wenn $1 = 5 \dots$ “. Also lautet die Antwort: „ $5 = 1$ (Fünf ist gleich eins).“

Neues Rätsel: Ein Fährmann steht mit einem Schwein, einem Wolf und einem Kohlkopf an einem Fluss, den es zu überqueren gilt. Das Boot aber ist so klein, dass immer nur zwei (Personen bzw. Dinge) gleichzeitig sich darin befinden können. Außerdem gelten folgende Bedingungen: Das Schwein darf nicht mit dem Wolf alleine bleiben, da der Wolf es sonst fressen würde. Es darf aber auch nicht mit dem Kohlkopf alleine bleiben, da es diesen dann verspeisen würde. Wie kann der Fährmann nun alle wohlbehalten über den Fluss ans andere Ufer bringen?

Leckerer Sirup selbstgemacht

Wie wäre es mit einem leckeren selbstgemachten Minze-Zitronenmelisse-Sirup zum Mischen von spätsommerlichen Erfrischungen? Dieser Sirup wurde von der Redaktion persönlich getestet und für gut befunden! Also ran an den Kochtopf!

Zutaten: 2 Bund Zitronenmelisse, 1 Bund Minze, 4 unbehandelte Zitronen oder 150 ml Zitronensaft, 6 EL Zitronensäure, 2 ½ l Wasser und 2 kg Zucker.

Zeitaufwand: Arbeitszeit: ca. 20 Minuten, Ruhezeit: ca. 2 Tage, Koch-/Backzeit: ca. 5 Minuten

Und so geht's: Die Zitronenmelisse und Minze klein zupfen und in einen großen Topf geben. Wenn man frische Zitronen verwendet, diese heiß abwaschen, in Scheiben schneiden und in den Topf geben. Ansonsten einfach den Zitronensaft zugießen. Alles mit dem Wasser gut bedecken. Die Zitronensäure einrühren und alles kurz aufkochen lassen.

Den Ansatz 1-2 Nächte abgedeckt ziehen lassen.

Die Stängel, Blätter und Zitronenreste entfernen. Den Zucker in den Topf geben und alles für 5 Minuten sprudelnd aufkochen lassen.

Dann den heißen Sirup durch einen Filter in die vorgesehenen Flaschen füllen. Zuschrauben, abkühlen lassen und dann sehr kühl (Kühlschrank oder kalter Kellerraum) lagern. Dort hält sich der Sirup bis zu einem Jahr.

Dieser Sirup hat eine ausgefeilte Mischung aus süß, sauer und würzig! Er ist auch super im Kuchen, über Eis oder zu Pfannkuchen.

