



Familienzentrum Rietberg

Wiedenbrücker Straße 36
33397 Rietberg

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 09.00 bis 12.00 Uhr
Donnerstag auch 14.00 bis 18.00 Uhr

So erreichen Sie uns

Katharina Kneuper 05244 / 986-316
katharina.kneuper@stadt-rietberg.de

Martin Hillemeier 05244 / 986-308
martin.hillemeier@stadt-rietberg.de

oder familienzentrum@stadt-rietberg.de
FAX 05244 / 986-318

Informationen für Familien finden Sie unter
www.familienzentrum.rietberg.de

Dieser Handzettel wurde erstellt in Anlehnung an einen Flyer im Lokalen Bündnis für Familie Marzahn-Hellersdorf von Berlin (AG Interinstitutionelles Projekt zur Stärkung der Erziehungskompetenz) www.ipse-mh.blogspot.de.

Stärkung der Erziehungskompetenz

TROTZ MUSS SEIN

**LOKALE BÜNDNISSE
FÜR FAMILIE**

Rietberg

Das ICH meines Kindes ist erwacht

Mit etwa anderthalb Jahren beginnt ein Kind, sich von den Eltern wegzubewegen und die Welt zu erkunden. Diese Entwicklung des Kindes nach Autonomie fällt in die Zeit, in der es große Fortschritte in seiner emotionalen, motorischen und sprachlichen Entwicklung macht. Das Kind entwickelt seinen eigenen Willen. Dieser Prozess ist gekennzeichnet von großen inneren und äußeren Widersprüchen und Unsicherheiten. Auch für Eltern ist diese Phase des Hin- und Hergerissen-Seins ihrer Kinder oft sehr schwierig zu verstehen und auszuhalten.

Die „Unabhängigkeitserklärung des Kindes“

Ab dem zweiten Lebensjahr beginnt das Kind seine Identität in Abgrenzung zu den Erwachsenen, besonders zu seinen Eltern, zu suchen. Das Verhalten richtet sich nicht gegen die „Regierung“ der Eltern, sondern ist immer auf die eigene körperliche und geistige Unabhängigkeit bezogen. Die Kinder haben ein ausgeprägtes Selbstwertgefühl, das sich in einem realitätsfernen „Ich kann alles!“ äußert. Dabei müssen sie unweigerlich an natürliche und gesetzte Grenzen stoßen. Nicht zufällig geraten die Kinder immer dann in einen Trotzanfall, wenn sie etwas nicht können oder dürfen. Auch wenn den Erwachsenen die Gründe im Vergleich zu den Auslösern oftmals nichtig erscheinen, ist dieses Gefühl für die Kinder sehr dramatisch und wichtig.

Auslöser für das Trotzverhalten

- Die Bedürfnisse des Kindes werden untersagt oder unterbrochen. Die Eltern verlangen etwas anderes als das Kind gerade will.
- Dem Bedürfnis nach Selbständigkeit wird nicht entsprochen. „Ich will allein...!“
- Die Vorstellung, die das Kind im Kopf hat, lässt sich nicht realisieren. Es möchte mehr bewirken, als seine Fähigkeiten im Moment zulassen.
- Das Kind kann sich nicht entscheiden. Es muss mit der Auswahl des einen auf das andere verzichten.

Trotzphasen sind nicht zu verhindern, aber Sie und Ihr Kind können lernen, damit umzugehen!

So schaffen Sie es durch die „kleine Pubertät“ Ihres Kindes:

- Versuchen Sie mit Gelassenheit und Geduld auf das Trotzverhalten zu reagieren! Konflikte mit Humor zu entschärfen ist nicht einfach. In Elternkursen (z. B. des Familienzentrums) lassen sich Lösungsstrategien praktisch einüben.
- Sagen Sie Ihrem Kind, dass Sie seine Gefühle verstehen, ohne ihm im Moment des Trotzanfalls den Wunsch zu erfüllen!
- Geben Sie Ihrem Kind unbedingt Trost und Nähe, wenn die größte Wut vorüber ist, denn es war in einem Ausnahmezustand!
- Erfüllen Sie das Bedürfnis nach kleinen Wahlmöglichkeiten!
- Ihr Kind lernt Kompromissbereitschaft in den Situationen, in denen Sie mit ihm verhandeln, z. B. über „früher“ oder „später“, „dies“ oder „das“.
- Sie haben die Verantwortung für das gesunde Aufwachsen Ihres Kindes. Sie entscheiden Grundsätzliches, z. B. was es zu essen gibt, wann es ins Bett geht. Sie sind die Eltern!
- Setzen Sie dann Grenzen, wenn es für das Kind oder andere gefährlich wird und formulieren Sie die Regel!
- Bereiten Sie das Kind darauf vor, wenn es seine Spieltätigkeit unterbrechen oder beenden muss!
- Konflikte gehören zum Leben - auch Streiten will gelernt sein! Bleiben Sie im Kontakt mit Ihrem Kind.
- Damit Ihr Kind Selbstvertrauen entwickeln und Selbstwirksamkeit erfahren kann, geben Sie Ihrem Kind Freiräume und unterstützen Sie seine Neugier. Trauen Sie Ihrem Kind etwas zu.
- Finden Sie die Balance zwischen dem, was das Kind möchte, was Sie möchten und was im Augenblick notwendig ist. Sagen Sie sich selbst: „Ich habe am Ende dieser Phase ein selbstbewusstes und starkes Kind!“

Mit Ihrer Hilfe wird Ihr Kind lernen, dass es eigene Fähigkeiten hat, dass auch andere Menschen Bedürfnisse haben und dass es für jeden Regeln gibt. Ihr Kind kann seine starken Gefühle besser regulieren und es darf weiter „wachsen“.