

Kind sucht Aufmerksamkeit durch negatives Verhalten- 10 Tipps


Jutta Schneider
ELTERNBERATUNG
zuhören und begleiten

Tipp 1

Klare Kommunikation

- Klare Handlungsaufforderungen statt Fragen ("Bitte deck den Tisch!" statt zu fragen: "Willst du den Tisch decken?" und es eigentlich als Aufforderung meinen)
- Doppelbotschaften vermeiden
- Ich-Botschaften verwenden ("Ich wünsche mir...." "Ich fühle mich...")



Positive Interaktion

- positiv bleiben auch wenn das Kind bockig ist
- auf Augenhöhe bleiben - dem Kind in Ruhe und verständlich erklären, warum das Verhalten nicht gut war

Tipp 2

Tipp 3

Interesse für das Kind zeigen

- Dem Kind zuhören
- Sich Zeit nehmen für die Belange des Kindes
- Alternative Zeitfenster kommunizieren, falls Sie gerade keine Zeit haben



Gemeinsame Rituale ohne Ablenkung

- Rituale schaffen Sicherheit und Geborgenheit
- Diese können auch einmal wöchentlich sein - wichtig ist, dass der Zeitpunkt immer gleich / ähnlich ist
- z.B. Lieblingssessen kochen, Gute-Nacht-Geschichte vorlesen etc.

Tipp 4

Tipp 5

Zeitmanagement

- Regelmäßige "Quality Time" mit dem Kind einplanen - ein reservierter Zeitraum am Tag, auf den sich das Kind verlassen kann



Website

<https://www.schneider-elternberatung.de/blog.html>

Kind sucht Aufmerksamkeit durch negatives Verhalten- 10 Tipps


Jutta Schneider
ELTERNBERATUNG
zuhören und begleiten

Tipp

6

Handlungsalternativen aufzeigen

- Aufzeigen, welches Verhalten positivere Konsequenzen hat und niemandem schadet z.B. einen Wutball kneten statt um sich zu schlagen



Tipp

7

Klare Grenzen und Regeln

- Sich als Eltern auf klare Grenzen und Regeln festlegen und diese konsequent beibehalten - schafft Sicherheit und vermeidet immer wieder erneutes Austesten der Grenzen

Tipp

8

Stärken fördern

- Stärken fördern - stärkt das Selbstbewusstsein und den Selbstwert
- Dem Kind sagen, was es gut macht, damit es dafür ein Gefühl bekommt, welches Verhalten erwünscht ist



Wut im geordneten Rahmen zulassen

- Die Wut als Gefühlsausdruck zulassen
- Dem Kind dabei erklären welche Form des Ausagierens okay ist und welche Form nicht z.B. Bisse und Schläge sind nicht okay; Schreien ist okay

Tipp

9

Tipp

10

Selbstreflexion

- Kinder sind oft der perfekte Spiegel
- Wo könnte es sich eine Verhaltensweise von Ihnen abgeschaut haben? Wo können Sie sich selbst noch korrigieren?



Website

<https://www.schneider-elternberatung.de/blog.html>