Hilfe – meine Kinder streiten!

Streit

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Wir alle sind verschieden

Geschwister sind verschieden

Geschwister sind prägend

Geschwister sind das volle Programm

Geschwisterbeziehungen sind ambivalent

- Sich miteinander auseinandersetzen, deinsundmeins, Kräfte messen, sich durchsetzen, sich streiten und dann auch wieder vertragen sind wichtige Erfahrungen, die Kinder zum Grosswerden brauchen, für die sie ein Lernumfeld brauchen.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Was mache ich bloss mit all meinen Gefühlen?

Wenig hilfreich:

- Leugnen der Gefühle
- Drohen
- Ratschlag
- Fragen
- Verteidigung der anderen Person
- Mitleid
- Beschämen, Beschimpfen, lächerlich machen
- Ablenken

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Hilfreich im Umgang mit den Gefühlen…

- … ruhig & aufmerksam zuhören.
- … die Gefühle der Kinder mit einem Wort anerkennen.
- … Verständnis durch Äusserung.
- … dem Gefühl einen Namen geben.
- … alle Gefühle können akzeptiert werden, manche Handlungen müssen beschränkt werden.

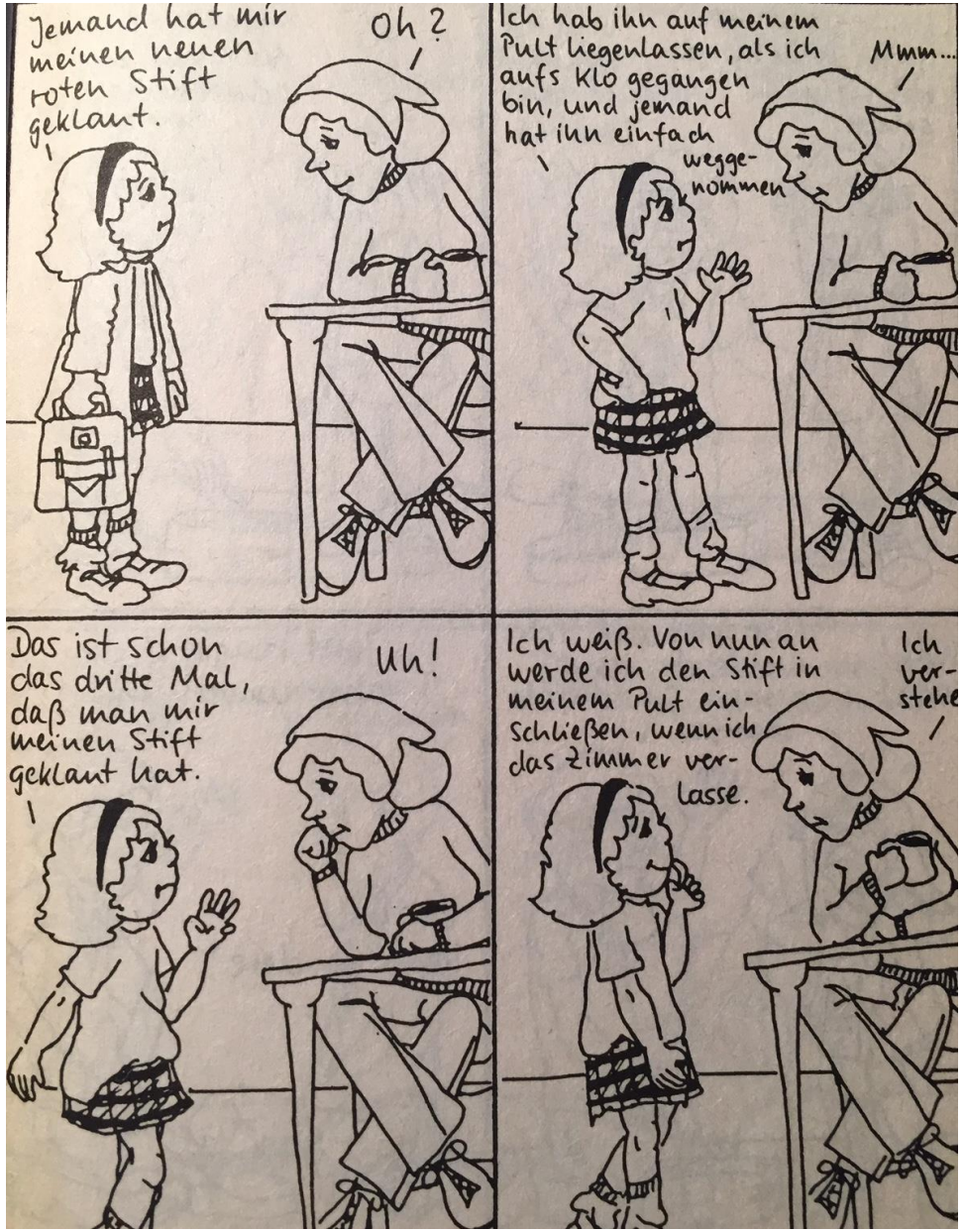
coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

… mit voller Aufmerksamkeit zuhören.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

… Verständnis durch Äusserungen.

«Oh…, Mhm…,
ich verstehe…!»

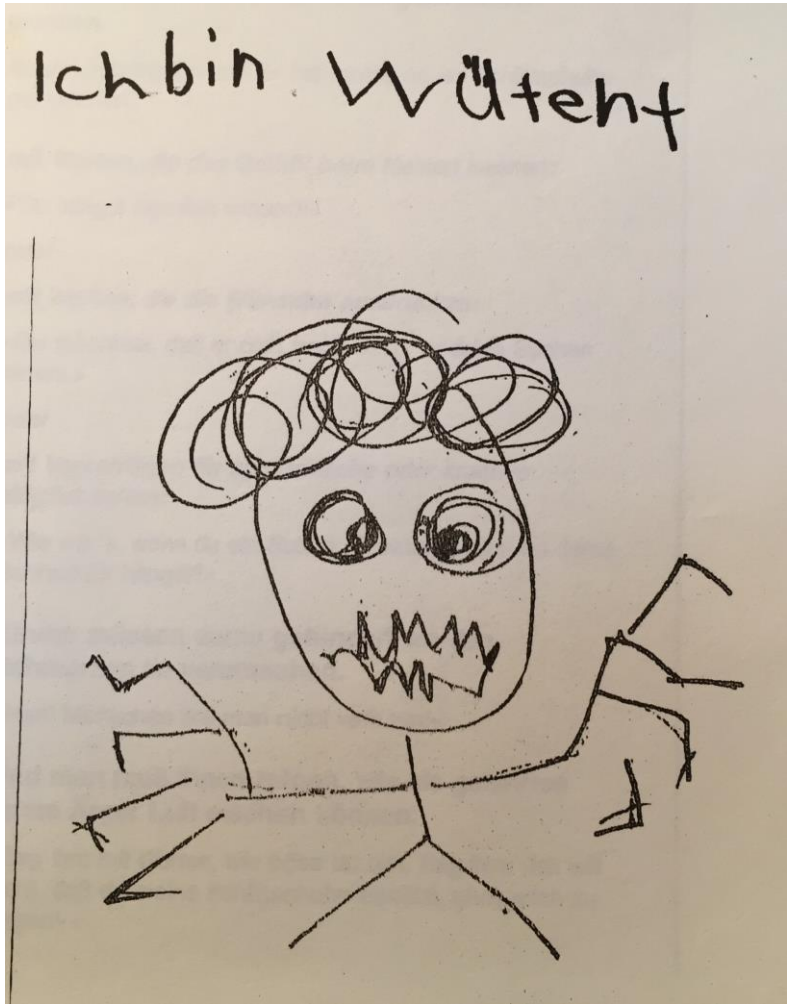


coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Umgang mit intensiven Gefühlen

-Gefühle ernst nehmen

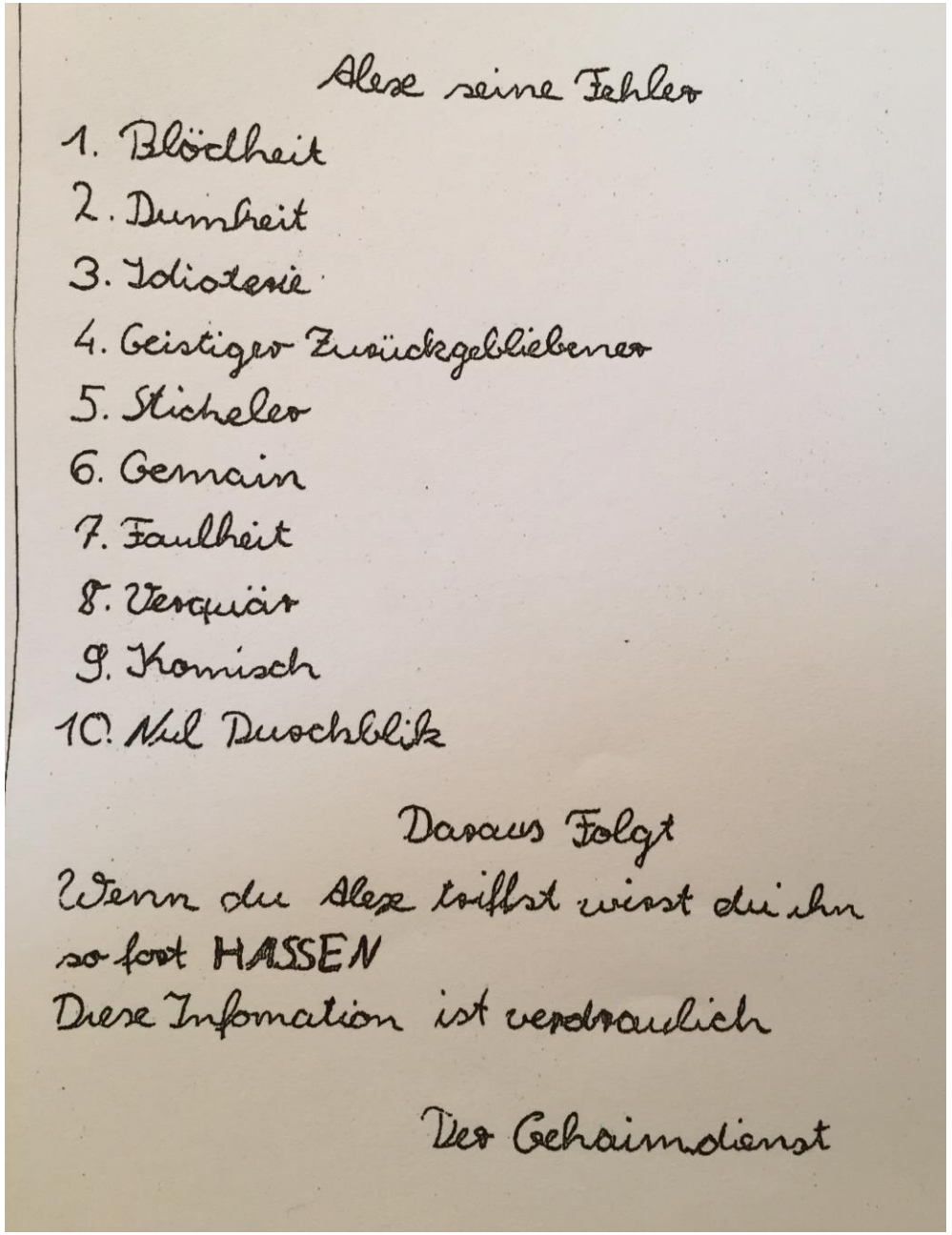
-dem Gefühl einen Namen geben.



Umgang mit intensiven Gefühlen

-Gefühle zulassen.

-Die schlechten Gefühle müssen raus, damit die «guten» rein können.



Durchatmen -
in kreative Bahnen lenken

Alle Gefühle können akzeptiert werden, manche Handlungen müssen beschränkt werden…….

«Es ist okay, wütend zu sein, es ist nicht okay, Gläser zu werfen!»

«Ich höre, wie enttäuscht du bist. Es ist jedoch nicht okay, mich deswegen zu treten!»

Gute Beziehungen zwischen den Kindern erzwingen zu wollen, führt dazu, schlechte Gefühle frei zu setzen.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Schlechte Gefühle zulassen führt dazu, gute Gefühle freizusetzen.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Vergleichen

Unvorteilhafte Vergleiche: ----vermeiden!

Vorteilhafte Vergleiche: ----vermeiden!

Das gleiche bekommen, heisst weniger bekommen!

Anstatt die gleiche Menge, soviel wie jeder braucht.

- Jedem so viel er braucht:

«Willst du nur eine Traube oder viele?»

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Anstatt die gleiche Liebe, zeigen auf welch besondere Art das Kind geliebt wird.

- Du wirst auf besondere Art geliebt.

«Du bist einzig auf der ganzen Welt. Niemand kann je deinen Platz einnehmen.»

«Ich bin stolz, dass du meine Tochter bist.»

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Weshalb streiten eure Kinder?

Warum ist streiten wichtig?

- Streiten ist für Kinder genauso wichtig wie Bewegung, Sprachentwicklung und andere Fähigkeiten. Bei der Entwicklung sinnvoller Streitstrategien ist das Selbstbewusstsein ebenso von Bedeutung wie die Fähigkeit, sich in andere einzufühlen und Rücksicht zu nehmen.

- Streitereien sind daher für die Entwicklung der sozialen Kompetenz unverzichtbar. Kinderstreit ist sozusagen nichts anderes als **Konflikttraining für das Leben**.

- Wenn Kinder streiten, tun sie nichts anderes, als **Konfliktstrategien zu üben** und ihre **Machtmöglichkeiten zu überprüfen**.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Streiten will gelernt sein.

- Eltern können und sollen nicht jeden Streit verhindern. Ein Kind, das nicht streitet, lernt nicht, sich durchzusetzen und nach fairen Regeln zu handeln.

- Streit und Wettstreit sind Elemente der Entwicklung. Sie dienen dazu, die eigenen Kräfte einzuschätzen und Besitzverhältnisse zu klären.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Streitarten:

- Streit um die Kraft zu messen
- Streit um Anerkennung
- Streit bei unterschiedlichen Interessen

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Streitarten:

- **Streiten um die Kraft zu messen:**

Durch Konkurrenzverhalten wollen Kinder herausfinden, welche Stärken sie haben und wie sie andere Beeindrucken können. (Wichtig: Wettkämpfe benötigen Regeln!)

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Streitarten:

- **Streit um Anerkennung:**

Sie kämpfen um die Liebe der Mutter/des Vaters

Kinder suchen immer wieder ihren Platz in der Familie. Streit um Zuwendung und Anerkennung der Eltern ist oft die Ankündigung eines erhöhten Anerkennungsbedarfs seitens des Kindes.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Streitarten:

- **Streit bei unterschiedlichen Interessen**

2 Kinder, 2 Ideen, 1 Puppe

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Bei Streit bei unterschiedlichen Interessen geht es um die Balance von 3 Bereichen:

- **Das Eintreten für sich selbst und die eigenen Interessen**

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Beim Streit bei unterschiedlichen Interessen geht es um die Balance von 3 Bereichen:

- **Um den Respekt für den anderen und dessen Interessen**

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Beim Streit bei unterschiedlichen Interessen geht es um die Balance von 3 Bereichen:

- **Um das Gefühl für die Gemeinschaft**

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

- Wann greife ich ein und wie?

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Wenig hilfreiche Reaktionen

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Hilfreiche Reaktionen

- Normales Geplänkel: raushalten, etwas anderes tun, sich ablenken!

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Hilfreich:

- Nehmen sie die Wut (Gefühle) jedes Kindes an. Das allein schon beruhigt.
- Hören sie jedem Kind aufmerksam zu
- Zeigen sie Verständnis für die Schwierigkeiten ihres Problems
- Zeigen sie ihnen, dass sie darauf vertrauen, dass sie allein zu einer Lösung kommen.
- Gehen sie aus dem Zimmer.

Kinder beim Lösen ihres Konflikts

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

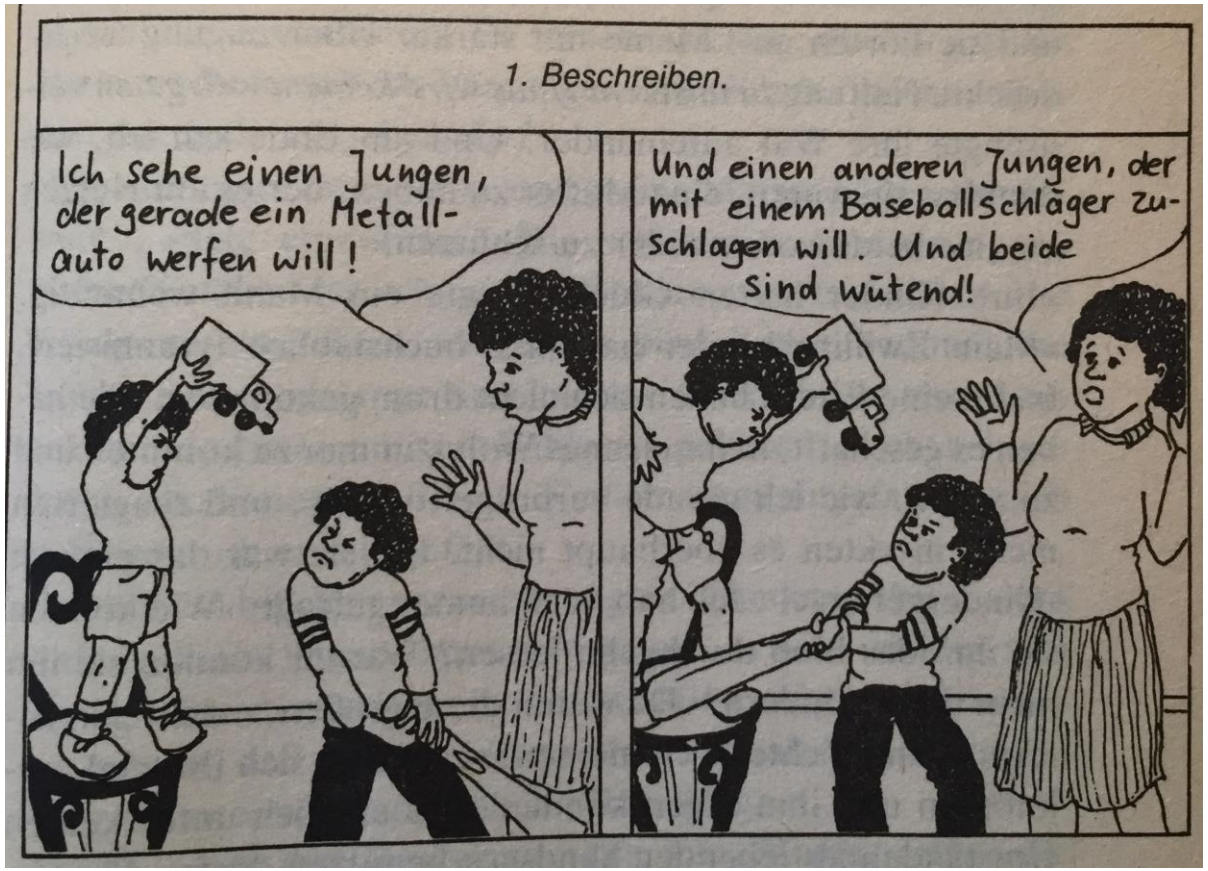
Wenn der Streit in Tätlichkeiten ausartet.

- Ernst oder Spass?
- Kämpfe zum Spass nur, wenn beide einverstanden sind (Regeln sind wichtig)

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Wenn der Streit in Tätlichkeiten ausartet.

- Beschreiben, was ich sehe
- Grenzen setzen (das ist eine gefährliche Situation)
- Trennen



coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Wenn der Streit in Tätlichkeiten ausartet.

- Beschreiben, was ich sehe
- Grenzen setzen
- Trennen

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

- Zur Lösung von Interessenkonflikten benötigt man Verhandlungsstrategien. Damit Kinder diese erlenen können, brauchen sie manchmal eine Vermittlerin.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

- Es gibt durchaus die Situation, dass Kinder Schwierigkeiten untereinander haben, die zu schwierig sind, dass sie diese alleine untereinander lösen können. In diesem Moment, ist es auch wichtig, diese nicht zu bagatellisieren, oder sie als Kinderkram abzutun oder zu hoffen, sie würden sich von selbst erledigen.

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Lösung begleiten

- Treffen der verschiedenen Parteien einberufen
- Was ist geschehen? Räumen Sie Zeit für Stellungnahme ein
- Wie ist dein Gefühl? Schreiben Sie die Gefühle jedes Kindes auf & lesen Sie laut vor.
- Wünsche oder Lösungen Fordern Sie alle auf, Lösungen vorzuschlagen. Schreiben Sie die Wünsche oder Lösungen jedes Kindes auf & lesen Sie laut vor.
- Suchen Sie Lösungen heraus, mit denen alle Leben können.
- Kontrollbesprechung (falls nötig)

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Die Eltern als Vorbild

coaching beratung
Ursula Elsener-Fessler
078 611 28 22
coachingberatung.ch

Streiten will gelernt sein.....

… und das braucht Zeit!