

Kind muss Familienregeln kennen

Konsequenzen setzen – wenn das so einfach wäre...

„Du musst einfach konsequenter sein!“ So der gut gemeinte Ratschlag einer Mutter an eine andere. Was hat es auf sich mit dem „konsequent sein“ – und was sind eigentlich Konsequenzen?

Ihr Kind hört nicht auf Ihre Anweisungen? Es bleibt beim Essen nicht sitzen? Es schüttet absichtlich Saft aus? Es reißt der Schwester das Spielzeug aus der Hand? Es haut einem Kind, das auf Besuch ist, seinen Bagger auf den Kopf? Solche Situationen kennen wir viele – sie sind sehr unterschiedlich, und doch haben sie viel gemeinsam.

All diese Situationen erfordern unsere elterliche Präsenz und vor allem Konsequenz. Es sind keine Situationen, die wir mit den Worten „Es wird schon wieder, das kann vorkommen“ bagatellisieren sollten.

Hier sind wir als Eltern gefragt, gefragt einzugreifen und Stellung zu beziehen. Hier sind wir gefragt, Wertvorstellungen in der Familie und im Bezug auf andere Menschen zu positionieren. Hier sind wir gefordert, unseren Kindern zu zeigen, was erlaubt und was verboten, was richtig und was falsch ist. Dabei geht es nicht um Schwarz-Weiß-Denken, es geht um Situationen, in denen wir vorgeben, was in unserem Wertesystem welchen Platz hat. Den Platz müssen wir selbst bestimmen.

Damit wir in den oben beschriebenen Situationen Konsequenzen setzen können, muss unser Kind zunächst die Familienregeln kennen. Es muss wissen, was erlaubt ist und was nicht. Es wäre unfair, ihm dies vorzuenthalten und dann auf sein Verhalten ganz unerwarteterweise und

für das Kind unangenehm zu reagieren.

Wir können gemeinsam Regeln aufstellen wie „Wir bleiben beim Essen sitzen“, „Wir gehen vorsichtig mit unseren Spielsachen um“ oder „Wir wechseln uns beim Spielen ab.“ Diese Regeln können bereits mit sehr Kleinen (Dreijährigen) besprochen werden. Dann sollte man sie irgendwo festhalten, z.B. auf einen großen Papierbogen aufschreiben oder aufkleben und diese „Regeln“ gut sichtbar aufhängen. Es sollten maximal vier bis sieben Regeln sein, klar, verständlich und vor allem durchführbar. Die Regeln sollten verbindlich sein, jeder muss sich daran halten.

Wenn Sie eine Konsequenz auswählen, dann sollte diese mit dem unerwünschten Verhalten zusammenhängen und sie sollte zunächst nur für einen kurzen Zeitraum ausgewählt werden.



Mag. Mag. Manuela Oberlechner

Psychologin, Trainerin, Begründerin
www.family-support.net

Ein paar Beispiele: Ihr Kind wirft das Essen zu Boden – sie stellen das Essen für zehn Minuten weg und erklären ihm, warum sie das tun. „Du hast das Essen zu Boden geworfen, daher stelle ich es jetzt für zehn Minuten weg. Danach kannst du es noch mal probieren.“ Ihr Kind wirft ein Spielzeug umher. „Du gehst unachtsam mit deinem Spielzeug um, daher räume ich es jetzt für zehn Minuten weg. Du kannst danach noch einmal versuchen, achtsam damit zu spielen.“

Wenn sich das Verhalten des Kindes wiederholt, können Sie die Konsequenz verstärken. Dies ist möglich, indem Sie zum Beispiel den Zeitraum verlängern.

Wichtig dabei ist, dass die Konsequenz immer dem Alter und den Fähigkeiten des Kindes angepasst wird. Konsequenzen stellen auch keine Bestrafung dar, sondern sie sollen dem Kind ein Signal geben – „So nicht!“ – und es soll merken, dass auf eine unerwünschte Handlung etwas passiert. Dabei ist aber ganz wichtig, dass es im Anschluss die Möglichkeit erhält, das RICHTIGE Verhalten wieder einzuüben, denn das ist es, worum es schlussendlich geht! Dazu gehört auch, dass Sie es für wünschenswertes Verhalten loben.



Ein Kind muss lernen, sich an bestimmte Regeln zu halten. Dazu gehört beispielsweise auch, mit dem Spielzeug achtsam umzugehen.

Foto: Sigikid/dpa/gms