

**Jörg Winterscheid**

**Der Elterntainer**

248 Seiten, Paperback, Format 17 x 22 cm

Edition Paashaas Verlag, [www.verlag-epv.de](http://www.verlag-epv.de)

ISBN: 978-3-942614-28-3, 16,90 €

Neuerscheinung November 2012

**Eine komplette Inhaltsübersicht finden Sie auf [www.verlag-epv.de](http://www.verlag-epv.de)**

## **Leseprobe – ein kurzer Querschnitt aus dem Buch:**

### **Vorwort**

Liebe Leserin, lieber Leser,

seit über 25 Jahren arbeite ich als Erzieher und Heilpädagoge mit Eltern, Kindern und pädagogischen Einrichtungen zusammen. Freud und Leid des familiären Alltags sind mir durch meine eigene Familie (verheiratet, drei Kinder im Alter von 7, 13 und 25 Jahren) und meine langjährige Berufserfahrung bestens bekannt. Mein tägliches familiäres und berufliches Handeln steht unter dem Motto: Wir können den Wind nicht ändern, jedoch versuchen, die Segel richtig zu setzen! Hierbei steht der „Wind“ als Synonym für die kindliche Entwicklung. Ich behaupte: Wir können die naturgegebene kindliche (menschliche) Entwicklung nicht ändern, jedoch versuchen, als Eltern, unsere Segel richtig zu setzen!

Der Elterntainer will Eltern und Pädagogen helfen, ihren zukünftigen Kurs besser bestimmen zu können! Dass dies notwendig erscheint, ist meines Erachtens täglich zu beobachten, wenn Fachleute und Eltern mit besorgniserregenden Meldungen und Nachrichten über die Entwicklung unserer Jugend konfrontiert werden. Es wird von respektlosem Verhalten und Gewaltbereitschaft gesprochen. Von Kindern und Jugendlichen berichtet, die immer weniger bereit zu sein scheinen, sich an Regeln und Grenzen zu halten. Die Pisa-Studien zeigen uns, wie schlecht es um die Bildung unserer Kinder bestellt zu sein scheint. Schulen und Ausbildungsbetriebe bemängeln die Lern- und Anstrengungsbereitschaft sowie die Ausbildungsfähigkeit. Oft höre ich den Satz „Das hat es früher alles nicht gegeben!“ Dem auffälligen Verhalten unserer Kinder und Jugendlichen begegnen wir mit vielfältigen Förder- und Therapieformen. Erziehungsberatungsstellen, Gesundheits- Jugend- und Sozialämter, Heilpädagogen, Ergotherapeuten, Logopäden, Motopäden, Kinder- und Jugendpsychotherapeuten, Kinderärzte, Fachärzte und Kliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Sozialpädiatrische und Kinderneurologische Zentren, etc. versuchen, diesem vermeintlichen Trend unserer Zeit entgegenzuwirken und Hilfestellung zu geben. Die Vielfalt der Förder- und Therapiemöglichkeiten war noch nie so groß wie heute. Doch trotzdem scheint dies diesen Trend nicht wirklich umzukehren. Im Gegenteil, es erreichen uns immer neue Schreckensmeldungen über gewaltbereite Kinder und Jugendliche, bis hin zum Extremfall des Amoklaufes an Schulen.

Woran mangelt es also?! In meinem täglichen Kontakt mit Kindern, Jugendlichen, Eltern, Schulen und Kindergärten erfahre ich oft Rat- und Hilflosigkeit. Ich erlebe, verunsicherte Erwachsene, die zwischen der pädagogischen Autorität der 1950er Jahre und den antiautoritären Ansätzen der 1970er / 80er Jahre pendeln. So wie früher wollen sie nicht erziehen, so wie sie es sich heute vorstellen, scheint es auch nicht wirklich zu „klappen“! Selbst unter Fachleuten ist ein Streit entbrannt, welcher denn nun der „richtige“ Weg zu sein scheint, um unseren Kindern die

pädagogische Haltung zu geben, die ihnen hilft, einen angemessenen Weg einzuschlagen. In dem Spannungsfeld der Verunsicherung in den pädagogischen Grundhaltungen stehen unsere Kinder. Sie scheinen die Verunsicherung zu übernehmen, fallen im Alltag wegen ihrer Desorientierung, die sie zu überfordern scheint, immer wieder auf, weil sie nach Sicherheit und Orientierung durch die Erwachsenen suchen!?

Im Zusammenhang mit den vermeintlichen Fehlentwicklungen unserer Jugend und dem einhergehenden Verfall von Werten und Normen, erlebe ich eine mediale Berichterstattung, die sich meiner Meinung nach eher auf die Behebung der Auswirkungen und Symptome bezieht. Im politischen Rahmen werden immer neue Gesetze geschaffen oder alte Gesetze verschärft. Es wird über Sicherheitskontrollen und den Einsatz von Sicherheitsdiensten an Schulen diskutiert, schärfere Waffengesetze werden gefordert, strengere Auflagen und Kontrollen für Computerspiele sollen erfolgen, Internetforen sollen besser kontrolliert werden, und so weiter. Mein Gefühl ist, dass das weit an dem vorbeigeht, was notwendig erscheint. Im Rahmen von Nachsorge wird durch Gesetze versucht, den Auswirkungen des vermeintlichen, pädagogischen Desasters zu begegnen, präventive Gedanken finden hier selten ihren Platz. Diese Bestrebungen sind sicherlich wichtig, jedoch glaube ich, dass es in erster Linie darum gehen muss, Eltern durch Aufklärung, Information und Training, beim Finden einer individuellen jedoch auch sicheren inneren Haltung zu stärken. Es gilt, sie in ihrer Rolle zu festigen, ihnen zu einer angemessenen Sicherheit im familiären Alltag zu verhelfen. In meinem beruflichen und familiären Alltag erlebe ich häufig eine hohe Verunsicherung oder Rat- und Hilflosigkeit, wenn es um Fragen der Erziehung geht. Oft werde ich gefragt:

- Was soll ich tun, wenn mein Kind nicht auf mich hört!?
- Bin ich eine gute Mutter / ein guter Vater, wenn mein Kind weint?!
- Was ist richtig? – Was ist falsch?!

In meinen Beratungsgesprächen mit Eltern habe ich die Erfahrung gemacht, dass die Beispiele, Bilder und Grafiken, die ich benutze, um ein Gefühl für das meines Erachtens notwendig Erscheinende zu verdeutlichen, gut angenommen werden und von den Erwachsenen als hilfreich beschrieben wurden, um es in ihren Alltag übertragen zu können. Oft hörte ich den Satz: „Wenn ich das vor einigen Jahren schon so gesehen / gewusst hätte, dann wäre wahrscheinlich einiges anders gelaufen!“

...

„Du kannst nur das in deinem Kind entzünden, was selber in dir brennt!“ Der Elterntainer soll helfen, das Bisherige zu hinterfragen, das Gegenwärtige zu erkennen sowie das Zukünftige bewusster und handlungssicherer zu gestalten. Er ist somit ein weiteres Angebot für Eltern und nicht „das“ Angebot mit der Weisheit letzter Schluss. Vielfalt schafft Möglichkeiten! Es geht mir also nicht darum, andere Ratgeber oder Trainingskonzepte infrage zu stellen, nach gut und schlecht zu sortieren, sondern vielmehr darum, weitere Blickwinkel zu erschließen, das ein oder andere einmal aus einer anderen Richtung zu betrachten, um für sich entscheiden zu können, ob es hilfreich ist. Ich rate Eltern immer dazu, nicht nur einen Kurs zu besuchen oder ein Buch zu lesen, sondern sich mit mehreren Ansätzen auseinanderzusetzen und sich die Freiheit zu nehmen, sich aus jedem Kurs / Buch das für sie Passende herauszunehmen. Das zu übernehmen, was persönlich am besten „passt“. Das, was man überzeugt umsetzen kann und will. Die Rückmeldungen meiner Teilnehmer zu den Inhalten der Kurse und dem Seminarkonzept Der Elternführerschein sind sehr positiv. Oft wurde ich in den vergangenen Jahren gefragt, ob ich nicht ein Buch schreiben könnte. Ein Buch, in dem ich meine Grundhaltung, meine Ideen und Beispiele festhalte, damit man die Seminarinhalte auch einmal nachlesen / nacharbeiten könne. Diesem Wunsch bin ich jetzt nachkommen. Der Elterntainer ist also die logische Konsequenz aus der Praxis des Elternkompetenztrainingskurses Der Elternführerschein. Man könnte auch sagen: Der Elterntainer ist aus der Praxis für die Praxis entstanden!

Ich wünsche Ihnen nun eine gute und vor allem hilfreiche Unterhaltung auf den folgenden Seiten!

....

### 5.3 Von der Angst, Fehler zu machen

Es gibt bei der Kindererziehung ein großes Hindernis, das wir beim Drachen steigen lassen nicht wirklich haben. (vgl. Kapitel 5.2) Wenn wir beim Drachen steigen lassen einen Fehler machen, dann stufen wir das als nicht so schlimm ein. Reißt die Leine oder stürzt er ab, weil wir den Wind falsch eingeschätzt haben, so gehen wir ihn suchen, schauen ihn uns an, überprüfen seinen Zustand, reparieren ihn und lassen ihn in der Regel wieder steigen. Wir machen uns hier wenig Gedanken, dass etwas schiefgehen könnte, weil wir ja im Vorfeld überprüft haben (Ort / Wind / Drachen/ etc.) ob es möglich ist. Und wenn wir einen Fehler gemacht haben, weil wir die Bedingungen falsch eingeschätzt haben, kaufen wir im schlimmsten Fall halt einen neuen Drachen. Ein neues Kind können wir uns schlecht kaufen. Was die Angst vor Fehlern deutlich zum Problem werden lässt. Haben Sie eine Idee, was ich Ihnen damit vermitteln möchte?!

Das Verlassen auf Ihre Fähigkeiten und Ihre Selbsteinschätzung sollten Sie auch bei der Erziehung Ihrer Kinder an den Tag legen. Wie beim Drachen steigen lassen können Sie die Bedingungen und Gefahren ihrer erzieherischen Bemühungen im Vorfeld einschätzen. Hierdurch wird das Risiko einer Fehleinschätzung deutlich minimiert. Sie sollten dann ihr Vorhaben überzeugt und selbstsicher umsetzen. Als Eltern haben wir oft Angst Fehler zu machen. Diese Angst ist grundsätzlich gut, da sie uns wach hält und aufmerksam sein lässt, um Fehler zu vermeiden. Sie kann aber auch sehr hinderlich sein. Gerade bei der Erziehung von Kindern höre ich immer wieder: „Ich will und ich darf keine Fehler machen!“

Fehler sind jedoch ein wichtiger Bestandteil von Entwicklung. Ohne Fehler und deren Ideen zur Problemlösung würden wir heute noch in der Steinzeit leben. Bezogen auf die Definition von Fehlern habe ich während einer meiner vielen Fortbildungen folgenden tollen Satz gehört, der seitdem mein Leben mitbestimmt: „Ein Fehler ist ein Ereignis dessen großer Nutzen, sich nur noch nicht zu deinem Vorteil entwickelt hat!“ Nach diesem Satz gibt es eigentlich keine Fehler, da jeder Fehler, wenn ich ihn als solchen erkenne auch den Vorteil der Möglichkeit zum positiven Nutzen birgt. Ich ergänze diesen Satz immer gerne mit: „Er enthält nämlich die Information, wie du es beim nächsten Mal besser machen kannst!“

Es gibt keine Entwicklung ohne Gefahr und Risiko! Auch dies sind wesentliche Bestandteile von Entwicklung. Das bedeutet, dass wir unsere Kinder, Gefahren und Risiken aussetzen müssen, sonst bleiben sie in ihrer Entwicklung stehen. Sie müssen lernen mit diesen umzugehen. Dabei haben wir Erwachsene die Aufgabe darauf zu achten, dass diese dem jeweiligen Alter unserer Kinder angemessen sind. Wenn wir dann einmal einen Fehler gemacht haben, ist die Frage wie wir mit ihm umgehen. Was können Sie tun, wenn Sie einmal einen Fehler gemacht haben?! Richtig, Sie können sich bei Ihrem Kind entschuldigen. Ihr Kind würde sagen: „Denke nicht, dass es unter deiner Würde sei, dich bei mir zu entschuldigen. Eine ehrliche Entschuldigung erweckt in mir ein überraschendes Gefühl von Zuneigung!“ (in Anlehnung an Lucia Feider, 12 Forderungen eines Kindes an seine Eltern)

### 5.4 Wie sollte eine gute Mutter, ein guter Vater sein?

Immer wieder werde ich gefragt wie gute Eltern sein sollen.

- „Wann bin ich eine gute Mutter?“
- „Wann bin ich ein guter Vater?“
- „Woher weiß ich was richtig und falsch ist?“

Ich bin davon überzeugt, dass dieses Wissen in allen schlummert. Auch in Ihnen! Sie sind verwundert?! Lassen Sie sich einmal auf ein kleines Experiment ein, und holen sich, bevor Sie weiterlesen, bitte einen Stift, um die folgenden Fragen zu beantworten: Wie stellen sie sich den optimalen Chef vor?!

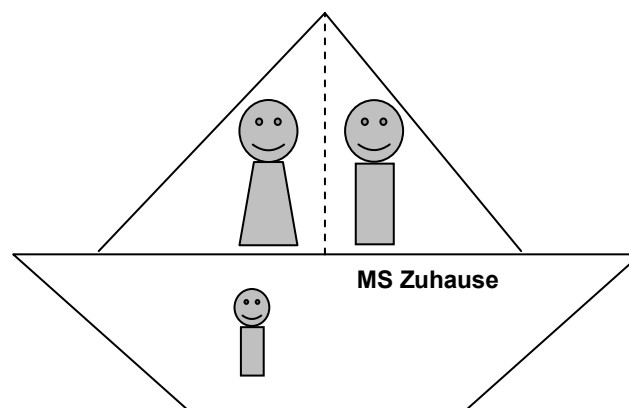
- Was macht ihn aus?!
- Welche Eigenschaften soll er haben?!
- Welches Gefühl soll er Ihnen vermitteln?!
- Wie sollte seine Mitarbeiter- und Geschäftsführung sein?!

Träumen ist erlaubt! Ausreden wie: „Den gibt es nicht!“ gelten nicht! Bitte notieren Sie in den folgenden Zeilen einmal Ihre Gedanken, Wünsche, Vorstellungen etc.!


In meinen Seminaren wird oft genannt:

„Er sollte sich durchsetzen können, seinen Mitarbeitern Vertrauen schenken, ihnen das Gefühl geben, ein wichtiger Bestandteil des Betriebes zu sein, wissen was er will, Fehler zugeben können, das Steuer fest in der Hand halten jedoch auch gut delegieren und Verantwortung abgegeben können, ein Ohr für die Sorgen seiner Mitarbeiter haben, sich jedoch das Heft nicht aus der Hand nehmen lassen, seinen Mitarbeitern etwas zutrauen, konsequent sein, einführend jedoch auch klar sein, ...“

Können Sie sich vorstellen, was das mit der Erziehung und Beziehungsgestaltung zu Ihren Kindern zu tun haben könnte?! **SEIEN SIE IHREN KINDERN EIN GUTER CHEF!** All das, was sie sich von einem guten Chef wünschen, sollten Sie im Alltag mit ihren Kindern umsetzen! Dann läuft vieles wie von allein! In der Schifffahrt würde man sagen: **Sie sind der Kapitän an Bord und bestimmen, wohin das Schiff fährt!**



Dabei müssen Sie die Bedürfnisse der Mannschaft gut im Auge haben und allen Abteilungen das Gefühl geben, dass sie das Ziel nur erreichen können, wenn alle ihre Abteilungen angemessen führen und ihre Aufgaben erfüllen. Was passiert, wenn der Kapitän unsicher ist und nicht wirklich weiß was er will?! Die Mannschaft wird meutern, da sie sich nicht wohl und gesehen fühlt. Die Konflikte, die hieraus entstehen, können bis zum Untergang des Schiffes führen. **SEIEN SIE IHRER**

**FAMILIE EIN GUTER KAPITÄN!** Denken Sie vielleicht jetzt: „Das ist ja super! Wissen tu ich das auch, aber wie bekomme ich es im Alltag umgesetzt!? Das ist doch das Problem!“ Ich glaube, dass Sie es schon in die Praxis umsetzen – es vielleicht gar nicht selbst wahrnehmen.

....

### 14.3 Leitfaden zum Familiengespräch

(frei nach Gordon)

#### 15 Minuten, die sich lohnen! Die Einstimmung zum Familiengespräch für Eltern!

Grundsätzliches vor dem Gesprächsbeginn: Ein Familiengespräch ist eine Verhandlung! Sie kann nur dann erfolgreich sein, wenn beide Parteien sich gegenseitig wertschätzen („Ich mag dich, doch deine Position, dein Verhalten, deine Wünsche oder Vorstellungen kann ich schlecht akzeptieren!“).

Wertschätzung muss gegenseitig eingefordert werden!

(„Ich fühle mich von dir vera... / veräppelt! Unter solchen Umständen werde ich nicht mit dir reden!“)

Eltern haben einen viel größeren Erfahrungsschatz!

(„Du musst doch wissen / verstehen, dass ...!“) Kinder müssen ihre Erfahrungen erst noch machen. Dazu brauchen sie ihre Eltern als Orientierungshilfe, als Partner in Konflikten und in Auseinandersetzungen. Die Familie ist der Spielplatz auf dem Weg ins Leben! Kinder leben spontaner und möchten ihre Wünsche und Bedürfnisse möglichst sofort befriedigen („Ich will das jetzt und sofort!“). Den Umgang mit Frustrationen müssen sie erst noch lernen. Verzichten oder Abstriche machen fällt ihnen besonders schwer!

Zwei **Ratschläge** eines Kindes an seine Eltern in Anlehnung an Lucia Feider:

- Verwöhne mich nicht! Ich weiß sehr wohl, dass ich nicht alles bekommen kann, wonach ich frage. Ich will dich nur auf die Probe stellen. Vielleicht bekomme ich es ja doch!
- Sei nicht fassungslos, wenn ich dir sage, ich hasse dich! Ich hasse nicht dich, sondern deine Macht, meine Pläne zu durchkreuzen.

Ein Familiengespräch ist eine Verhandlung. Sie wird grundsätzlich von zwei oder mehreren Parteien geführt, die ihre Interessen durchsetzen wollen! Sie selbst mussten über lange Jahre (20 / 30 / 40 / ?) hinweg lernen,

- dass sie nicht alles durchsetzen können,
- dass es manchmal sinnvoll ist, Kompromisse zu schließen,
- dass es schwierig ist, dabei die eigene Position nicht zu verlieren,
- dass ein Kompromiss oft auch mit Verzicht / Frust einhergeht,
- dass bestimmte Dinge nicht verhandelbar sind.
- dass ...

Ihr Kind muss diese Erfahrungen erst noch machen. Es wird ihm genauso schwerfallen, das zu lernen beziehungsweise es zu akzeptieren, wie Ihnen. Oder gefallen Ihnen Abstriche beziehungsweise verzichten Sie gern?

Eine Verhandlung setzt voraus, dass sich mindestens eine Partei Gedanken zu ihrer **Position**, ihren **Gefühlen** und zu ihren **Zielen** gemacht hat. Bestimmen Sie Ihre Position („Was will ich wie, wann, wodurch erreichen?“). Machen Sie sich Gedanken um ihren **Verhandlungsspielraum (wenn es keinen gibt, dann ist diese Methode nicht geeignet)**! Denken Sie immer daran: Ein Ziel ist nur dann ein wirkliches Ziel, wenn Sie es durch sich selbst erreichen können! Das heißt: „Was kann ICH tun damit Max lernt das ...!“ oder „Was kann ICH tun, damit Moritz sein Zimmer aufräumt!“

**Was ist, wenn eine Einigung nicht in Sicht ist beziehungsweise eine Partei nicht verhandeln will?**

Hier ist es wie im Arbeitskampf, wenn Gewerkschaften und Arbeitgeber sich nicht einig werden können. Die Parteien (Eltern / Kinder) nehmen sich eine **Auszeit / Verhandlungspause**, ziehen sich zur **Beratung** zurück, **überdenken ihre Position** und teilen ihre **Bedürfnisse** erneut mit. Wird eine Einigung erzielt ist es ok, ansonsten droht ein persönlicher, mit einer Ich-Botschaft untermauerter „**Streik**“!

**Streik bedeutet:** Die **Konsequenzen** werden im **Vorfeld** verdeutlicht, der Verhandlungspartner kann sich entscheiden, ob er die Unannehmlichkeiten in Kauf nehmen will oder nicht! Manchmal muss er die Konsequenzen spüren, damit er sich wieder an den Verhandlungstisch begibt!

Sie sind das Vorbild in der Verhandlung für Ihr Kind. Das heißt: Beschreiben Sie den **Sachverhalt / Ihr Bedürfnis** mit einer **Ich-Botschaft**, ohne negative Zuschreibung! Zum Beispiel: „Das Zimmer ist mir zu unordentlich, ich möchte, dass es heute aufgeräumt wird!“ (Negativ: Die bist zu blöd, Ordnung zu halten, sieh zu, dass der Saustall aufgeräumt wird!“)

Fordern Sie das Kind auf, auch seine Bedürfnisse, sachlich mit einer Ich-Botschaft, ohne negative Zuschreibung zu formulieren (Achtung! Dem Kind fällt es genauso schwer wie Ihnen und es muss wesentlich mehr üben, da es weniger Lebenserfahrung hat!)

Fordern Sie (falls notwendig) freundlich jedoch bestimmt Achtung und Respekt ein! („Ich möchte mich nicht beschimpfen oder ... lassen. Ich fühle mich ...! So werde ich nicht mit dir verhandeln, dann bleibt es halt erst mal so, wie es ist“!)

Wie alles im Leben muss auch diese Methode erlernt und geübt werden. Oft haben Sie sie sicherlich schon praktiziert, ohne es zu wissen! Sie werden feststellen, dass hier nichts Neues beschrieben wurde! Manchmal ist es jedoch hilfreich, sich Dinge neu ins Bewusstsein zu rufen!

**Wichtig ist, zu beachten: Ihr Kind will Ihnen nichts Böses, es will „nur“ seine Interessen durchsetzen!**

...

Ein Beispiel für Vordrucke, die auch im Internet downloadbar sind:

### 14.4: Zielbogen

Zielbogen für \_\_\_\_\_ ;

Ziel: \_\_\_\_\_ Woche vom . . . bis . . .

Für \_\_\_\_\_ in einer Stunde bekomme ich ein 😊 .

Für \_\_\_\_\_ bekomme ich ein 😊 .

Ich muss mir vom Lehrer am Ende der Stunde ein 😊 der 😊 geben lassen, den er mit seinem Kürzel unterschreibt!!!

Stunde	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1.					
2.					
Pause					
3.					
4.					
Pause					
5.					
6.					
	😊	😞	😊	😞	😊
Gesamt					

Absprache: Für mehr 😊 als 😞 am Tag freuen wir uns alle. Ziel erreicht!!! Ich bekomme /darf: \_\_\_\_\_

Für mehr 😊 als 😞 \_\_\_\_\_

Bei einem unentschieden \_\_\_\_\_

Kein Smile und keine Unterschrift gilt als 😞 !

(Fit for Kids - Zielbogen © Jörg Winterscheid - www.winterscheid.com)