



4. März 2024

Das war der «Montags im Schlüssel» März 2024



Starke Kinder!?

Brave Kinder kommen in den Himmel, starke überall hin

#### Merkmale der Kenessey-Methode:

Das Mittel der demokratisch organisierten Familie ist die Beziehung (**Erziehung=Beziehung**).

Eine gute Beziehung erleichtert die Erziehungsarbeit und ist der grösste Garant für einen lebenslangen guten Kontakt zu den Kindern.

- **Gleichwertigkeit:** Jeder hat das Recht auf Achtung und Würde, jeder ist gleich wertvoll.
- **gegenseitige Achtung und Akzeptanz** der Persönlichkeit der Familienmitglieder
- **freundlicher Ton:** Eltern dürfen wütend sein und sie dürfen erziehen, jedoch nicht beides miteinander. Wenn die Eltern wütend sind, sollten sie eine „Erziehungspause“ einlegen und erst erziehen, wenn sie sich beruhigt haben.
- **klare Grenzen, klare Erwartungen, klare Konsequenzen:** Kinder brauchen unbedingt klare Grenzen, das gibt ihnen Sicherheit. Kinder müssen wissen, was wir von ihnen erwarten. Z.B. von einem Kindergartenkind: "Ich möchte, dass du dein Znünitäschli selbst einpackst. Dies wird mit dem Kind vorher geübt.
- **angstfreie konstruktive Kommunikation:** In der Hirnforschung hat man herausgefunden, dass es im Gehirn ein Angstzentrum und ein Belohnungszentrum gibt. Aktivieren wir das Angstzentrum durch Drohungen und Strafen, wird die Erziehung schwieriger. Aktivieren wir das Belohnungszentrum, wird die Erziehung einfacher.
- **gemeinsame Entscheidungen:** Die Eltern sollen das Kind einbeziehen z.B. beim Planen des Wochen-Menüplans. Das Kind fühlt sich wichtig und dazugehörig.
- **Selbstverantwortung stärken:** Die Eltern sollen die Verantwortung dem Kind abgeben. Nur dann übernehmen die Kinder die Verantwortung. Z.B. kann ein 6-jähriges Kind mit Hilfe eines Weckers alleine aufstehen. Dies wird vorgängig mit dem Kind geübt.

Haben Sie nun noch mehr Fragezeichen? Unsere Mütter- und Väterberatung/Erziehungsberatung hilft Ihnen gerne weiter. Telefon 055 225 74 40