



1 | Angst! Kann ich mein Kind vor den Gefahren des Lebens schützen?

Nicht alle Gefahren lassen sich vermeiden. In manchen Situationen sind wir auf Vertrauen angewiesen. Ein wichtiger Schutz ist in jedem Fall, unser Kind zu lehren, mit Gefahren umzugehen.



2 | Kinder bringen uns an unsere Grenzen!

Es ist unsere Aufgabe, bei Wut den „Notausgang“ zu finden bevor wir z.B. unser Kind schlagen. Es ist schwer, ruhig zu bleiben, wenn unser Kind wütend ist. Aber die Wut geht wieder vorbei. Hilfreich kann es sein, tief durchzuatmen oder für eine Weile den Raum zu verlassen.



3 | Strafe schwächt Kinder. Konsequenzen geben Orientierung.

Konsequenzen zeigen unserem Kind die Folgen eines bestimmten Verhaltens. Sie haben nicht das Ziel, das Kind zu bestrafen oder zu demütigen. Beispiel: „Wenn du dich nicht an die Zeiten hältst, die wir vereinbart haben, musst du das nächste Mal daheim bleiben.“



4 | Komm, ich mach das schnell für dich.

Etwas selbst zu können, macht stolz und gibt Selbstvertrauen. Wenn wir Kindern alles abnehmen, was sie schon selbst tun könnten, halten wir sie schwach und klein.



5 | Positive gemeinsame Erlebnisse helfen Krisen zu überwinden.

Gemeinsame Unternehmungen und schöne Erlebnisse stärken die Familie und geben Kraft auch für schwierige Zeiten.



6 | Vergleiche nie ein Kind mit einem anderen, sondern immer nur mit sich selbst!

Keinen Menschen gibt es zwei Mal. Jedes Kind hat sein eigenes Tempo, seine eigenen Talente und Besonderheiten, und auch seine eigenen Schwächen und Schwierigkeiten. Vergleiche können entmutigen und Beziehungen vergiften.



7 | Starke Kinder sagen „Nein“ nicht nur zu „Fremden“, sondern auch zu Hause.

„Nein“ sagen zu können, ist besonders dann wichtig, wenn es um eigene Bedürfnisse und Grenzen geht (z.B. „Nein, ich will jetzt allein sein!“). Die Familie ist der wichtigste Ort, das zu lernen.



8 | Gemeinsam lachen ist Balsam für die Seele.

Wenn es gerade vielleicht wenig zum Lachen gibt: Manchmal hilft auch ein lustiger Film, den man sich gemeinsam anschaut.



9 | Um ein Kind zu erziehen, braucht es ein ganzes Dorf.

Wir müssen nicht alles alleine machen. Auch Väter, Großeltern und andere Bezugspersonen können Aufgaben bei der Erziehung und Pflege übernehmen.



10 | Ein klares „Nein“ ist oft die liebevollste Antwort, die wir Kindern geben können.

Damit sich Kinder gut entwickeln, müssen wir auch öfters Nein sagen: Um sie vor Gefahren zu beschützen / wenn es um Fernsehzeiten oder Schlafenszeiten geht / oder wenn es um übermäßige Konsumwünsche geht.



11 | Es ist ein gutes Gefühl, zu spüren, es interessiert sich jemand für mich.

Indem wir uns ehrlich dafür interessieren, wie es unserem Kind geht, was es erlebt hat, was ihm gefällt, was es über etwas denkt,... zeigen wir ihm, wie gern wir es haben.



12 | Ich nehme dich an, wie du bist.

Es ist ganz normal, verschiedene Eigenheiten unserer Kinder auch manchmal nicht zu mögen. Wir lieben unsere Kinder trotzdem. Erst ein Mensch, der sich von seinen Eltern wirklich angenommen fühlt, kann sich auch selbst annehmen.



13 | Ein Baby im Haus macht viel Freude und viel Arbeit.

Babys brauchen viel Fürsorge und Aufmerksamkeit. Da tut es gut, auch einmal entlastet zu werden, indem sich andere Familienmitglieder um das Baby kümmern.



14 | Starke Eltern brauchen keine perfekten Kinder.

Etwas auszuprobieren und Fehler zu machen, gehört zum Leben dazu. Unser Kind darf Kind sein.



15 | Kinder können Konflikte untereinander lösen – wenn wir sie lassen.

Konflikte lösen zu können ist eine wichtige Erfahrung. Geben wir unseren Kindern die Möglichkeit, es zu lernen! Falls sie es von selbst nicht schaffen, können wir ihnen beratend zur Seite stehen.



16 | Kinder sollen mitentscheiden dürfen, wenn sie eine Frage betrifft.

Wir Eltern haben die Verantwortung in der Familie. Je nach Alter der Kinder können wir sie aber bei verschiedenen Fragen miteinbeziehen oder mitentscheiden lassen.