



Trans
Parents

Webinar mit
TransParents

Teresa Heidegger &
Kirsten Timmer

Ich möchte mein Kind
respektvoll begleiten -

*aber wie geht das, wenn
es sich weigert?*

Wie können wir:

- die Autonomie
- ihren Willen
- die Eigenständigkeit

unserer Kinder ehren?

—> ohne dass sie uns im Griff haben oder wir uns
in Machtkämpfen verstricken?



Kinder haben 2 Tanks, die immer wieder tagsüber gefüllt werden möchten:

- Aufmerksamkeit
 - gesehen werden
 - wertgeschätzt werden
 - echtes Interesse erfahren



- Autonomie
 - Selbstwirksamkeit
 - Macht und Power
 - Eigenständigkeit



Aufmerksamkeits-Tank füllen

- Setze dich unaufgefordert zu deinem Kind hin und schau im zu / interessiere dich für das, was es tut.
- Wertschätze es, wenn es fürs Wohl des Ganzen beiträgt z.B. "Danke liebe Maja, dass du eben so lange Geduld hattest, als ich mich um deine Schwester kümmern musste."
- Lade es ein, mit dir ein Buch anzuschauen oder nach dem Essen sich zu dir auf deine Schoß zu setzen.
- Überrasche es mal mit was, was es besonders mag.
- Schenke euch Momente der gemeinsamen Freude, einfach nur Spass haben, lachen, einander in die Augen schauen, kuscheln, Witze machen, balgen.



Autonomie-Tank füllen

- Wertschätze, wenn es gute Entscheidungen fällt.
- Frage interessiert nach, wie es auf diese gute Idee oder Lösung gekommen ist.
- Gib ihm so viel Autonomie und Entscheidungsfreiheit wie es nur möglich ist seinem Alter entsprechend.
- Frage nach: "Wie kann ich dir helfen?" "Wie möchtest du dieses Projekt angehen?" "Was ist dir wichtig?"
- Wenn es etwas unbedingt will, was du dir nicht vorstellen kannst, dass es geht oder du es nicht möchtest, nimm dir zuerst einen Moment Zeit die Kraft seines Willens zu fühlen und sein Wunsch zu ehren, zu sehen.
- Wenn es Mut hat, was großes zu tun, du jedoch noch in Sorge bist, ob es sich ausgeht, geh zuerst mit seinen Ideen mit.



Eine schöne Landkarte für uns:

Wenn dein Kind ...

- ... etwas möchte
- ... wenn es sich herausfordernd verhält
- ... wenn es nicht kooperiert

Frage dich einen Moment, welcher Tank könnte gerade leer sein?

Wir dürfen neugierig sein als Eltern!



“Doch wenn mein Kind seine Zähne nicht putzen, was soll ich dann tun?”

“Soll ich jetzt nicht seinen Willen, seine Eigenständigkeit ehren?”

“Ich möchte mein Kind doch nicht dominieren!?”

“Es begreift einfach nicht, dass es diese Hose anziehen soll, auch wenn ich es ihm immer wieder erkläre...!”

Kinder brauchen uns im fürsorglichen ALPHA

- Wir sind diejenigen, die Kindern die Welt zeigen
- Ihr größter Wunsch ist zu fühlen, dass jemand da ist, der ihnen Sicherheit und Orientierung gibt
- So können sich Kinder entspannen
- "Ich muss mich nicht selbst um alles kümmern, meine Mama, mein Papa sind mein Leuchtturm."

—> Übernehmen wir diese Rolle nicht aus Sorge, Kinder könnten sich übergeben fühlen oder weil es uns stresst, wenn sie frustriert sind über Einschränkungen im Alltag oder Begrenzungen, dann übernehmen die Kinder diese Alpha Rolle.



Unser fürsorgliches Alpha

Je nach Entwicklungsalter

Kinder unter 7 Jahren

brauchen uns ganz als Leuchtturm und fürsorgliches Alpha. Sie wollen uns folgen. Dennoch:

- Wir ehren dabei ihre Eigenständigkeit und ihren Willen
- Wir geben ihnen dabei soviel Autonomie wie möglich

Wenn wir dies tun, dann fühlen sie so viel Freude und Power in sich, dass sie uns gerne an anderen Stellen folgen.

→ Denn ihr Autonomie Tank wird von uns gefüllt.

Unser fürsorgliches Alpha

Je nach Entwicklungsalter

Kinder zwischen 7 - 12 Jahren

möchten mitdiskutieren, mitentscheiden

- sie brauchen mit zunehmendem Alter viele Gelegenheiten, eigenständige Erfahrungen machen zu dürfen
- Wir unterstützen sie dabei, stehen hinter ihnen
- Wenn sie schlechte Entscheidungen fällen, geben wir den Kindern die Möglichkeit, die Konsequenzen davon zu fühlen.
 - Wir sind dabei mit ihnen, bedauern z.B. dass es blöd ist, dass nun alles Geld schon ausgegeben ist
 - räumen aber nicht alles aus dem Weg
 - ausser es war zu viel und sie brauchen uns

Unser fürsorgliches Alpha

Je nach Entwicklungsalter

Jugendliche

möchten selbst zum König und zur Königin ihres Lebens werden

- wir hören ihnen zu
- wir fragen, ob wir ihnen einen Rat geben dürfen
- wir stehen hinter ihnen
- wir bringen uns ein, wenn wir uns Sorgen machen
- wir interessieren uns für ihr Leben und nehmen uns immer noch genug Zeit für sie, auch wenn sie schon so autonom unterwegs sind
- Wir lassen sie nicht alleine mit den teilweise sehr grossen Herausforderungen, die das Leben junger Menschen mit sich bringt.

Zurück zur Situation, wenn mein Kind seine Zähne nicht putzen möchte ...

Rollenspiel von Teresa und Kirsten



Zurück zur Situation, wenn mein Kind seine Zähne nicht putzen möchte ...

Auswertung Rollenspiel

- Ich ehre seine Eigenständigkeit und Autonomie, indem ich seine Reaktionen ehre!
- Ich nehme mir einen Moment Zeit, dass mein Kind spürt, dass seine Reaktion bei mir angekommen ist und ich es gehört und gesehen habe.
- Für jüngere Kinder bleibe ich im Leuchtturm. Ich als Erwachsene weiss, dass es mir wichtig ist, dass die Zähne geputzt werden.
- Ich gebe mir und dem Kind Zeit → es darf das lernen, es muss nicht sofort klappen!

**Wenn du mehr über all diese Themen erfahren
möchtest ...**

Unser bewährtes Online Training

["Beziehungsfähigkeit mit Kindern stärken"](#)



- Lebenslanger Zugang
- lernen im eigenen Tempo
- Baby- bis Jugendalter
- Für Eltern & Fachpersonen

FÜR EINE KULTUR DER BEZOGENHEIT MIT KINDERN

