

Dein Skript zum Impulsthema:

Mein Kind rastet aus... und ich gleich mit

Trampeln, hauen, beißen, sich schreien auf den Boden werfen. Solche Szenen kennen alle Eltern und auch die Frage:

„Ist das noch normal?“

Eltern wünschen sich in solchen Momenten mit Gelassenheit und Ruhe zu reagieren. Oft passiert aber genau das Gegenteil: man wird hektisch und laut und letztendlich wird oft wieder gedroht, bestraft oder beschämt.

1. Jeder von uns hat die Kompetenz seine Gedanken und damit seine Gefühle zu steuern.
2. Ablenkung ist eine Strategie, die nur kurzfristig funktioniert.
3. Wut und Aggressionen gehören mit zu den Grundgefühlen und wollen gesehen werden.
4. Alle Gefühle sind erlaubt und werden akzeptiert...aber nicht alle Handlungen.
5. Damit Kinder emotionale Stärke aufbauen können, müssen wir sie im Umgang mit ihren Gefühlen unterstützen.
6. Die eigene Opferrolle erkennen und aussteigen.

Kinder tun immer etwas für sich und nicht gegen den anderen.

Dein Skript zum Impulsthema:

Mein Kind rastet aus... und ich gleich mit

Die Ursachen von Wutanfällen bei Kindern können von ganz unterschiedlichen Dingen abhängig sein: Frustration, Hunger, Durst, nicht gesehen werden. Jeder Wutausbruch ist immer eine Strategie zur Bedürfniserfüllung. Das Wissen um Vorgänge und Abläufe in unserem Gehirn und im Gehirn unserer Kinder kann hier hilfreich sein.

- Bei einem Wutanfall sind Kinder kognitiv nicht erreichbar
- Das Notfallprogramm wird aktiviert (fight, flight, freeze kämpfen, flüchten, erstarren)
- Der Vagusnerv spielt bei der Regulation von Emotionen eine wichtige Rolle.
- Der Blick auf die eigene Biographie und dem eigenen inneren Kind ist notwendig.

Wenn Eltern und pädagogische Fachkräfte alle Interaktionen, die wütenden, die stressvollen, die aggressiven, aber auch die wundervollen und kostbaren, als Möglichkeit entdecken und nutzen, hilft das den Kindern sich zu verantwortungsvollen und eigenständigen Menschen zu entwickeln.