

Dein Skript zum Impulsthema:

## Sauber werden - ohne Kritik und Lob

Ob Kritik, Konsequenzen, Strafen oder Androhungen, all diese Formen der verbalen Gewalt haben eins gemeinsam. Sie lösen Scham bei deinem Kind aus. Es fühlt sich falsch oder nicht genug. Schnell fühlen sich die Kinder für unsere Gefühle verantwortlich.

Oft ist uns gar nicht bewusst, dass das was wir gerade sagen, schon verbale Gewalt ist. Hier ein paar Beispiele:

"Oh man jetzt hast du wieder eine Pfütze gemacht und jetzt muss ich wieder waschen!"

"Du bist doch jetzt groß und kannst schon auf Toilette gehen"

"Deine Freundin Ella hat schon keine Windeln mehr. Möchtest du nicht auch ohne Windel sein?"

Aber Lob?...Was ist damit?

Lob hört sich im ersten Moment freundlich und bestärkend an, aber das ist es keinesfalls. Im Gegensatz zu persönlicher und authentischer Rückmeldungen, ist Lob sehr allgemein und bewertend und nicht auf Augenhöhe. Natürlich ist es etwas anderes wenn du dich mit deinem Kind freust und es ihm zeigst wie z.B. "Ja super! Ich freue mich dass du es geschafft hast ins Töpfchen zu pieseln. Das macht es dir und mir einfacher und wir müssen dich nicht wickeln!" oder ganz einfach "Toll! Du bist ja richtig stolz. Das freut mich!"

Ob Lob oder Kritik, dein Kind fühlt sich nicht bedingungslos geliebt, sondern deine Zuneigung und Aufmerksamkeit scheint dann an Leistungen oder bestimmten Verhalten verknüpft zu sein. Das ist purer Gift für eure Beziehung und das Selbstbewusstsein deines Kindes.

Und es macht Druck auf dein Kind, denn es möchte dir um jeden Preis gefallen. Gerade zum Thema Sauber werden ist Druck besonders schlecht.

