

VIA-Elterntraining

Informations- und Arbeitsmaterialien zur Sitzung

„Ich möchte, dass du tust, was ich dir sage“

Aufforderungen angemessen formulieren und in ihrer Umsetzung begleiten

Mögliche Gründe für die Verweigerung von Aufforderungen

Das Kind ...

- ... bekommt die Aufforderung nicht mit.
- ... versteht die Aufforderung nicht.
- ... ist mit der Aufforderung überfordert.
- ... ist mit einer anderen Tätigkeit beschäftigt.
- ... hat keine Lust / ist nicht motiviert.
- ... hat nicht das Gefühl, dass die Umsetzung überprüft wird.
- ... weiß aus Erfahrung, dass die Vermeidung der Aufforderung zu keiner negativen Konsequenz führt.

Die Eltern ...

- ... formulieren die Aufforderung undeutlich oder für das Kind missverständlich.
- ... stellen die Aufforderung „nebenbei“ oder bestehen nicht nachdrücklich auf ihr Anliegen.
- ... kontrollieren die Umsetzung der Aufforderung nicht.
- ... übernehmen die Tätigkeit, zu der sie aufgefordert haben, selbst.
- ... honorieren die Umsetzung der Aufforderung nicht.

Empfehlung für angemessene Aufforderungen

- Stellen Sie nur dann eine Aufforderung, wenn Sie bereit sind, auf die Umsetzung zu bestehen. Damit vermitteln Sie die Botschaften: „*Es ist mir wichtig, dass du tust, was ich dir sage.*“, „*Es ist mir wichtig, dass du mein Anliegen ernst nimmst.*“
- Wenn Sie nicht auf die Einhaltung Ihrer Aufforderung bestehen, gewinnt Ihr Kind den Eindruck, Sie meinen Ihre Aufforderung nicht ernst.
- Bereiten Sie sich auf die Reaktionsmöglichkeiten Ihres Kindes vor, und überlegen Sie sich, was die Konsequenz einer positiven/negativen Einhaltung Ihrer Aufforderung ist.
- Stellen Sie sicher, dass Ihr Kind die Aufforderung hört. Das heißt: Rufen Sie nicht aus dem Nachbarzimmer und seien Sie sicher, dass Ihr Kind nicht abgelenkt ist.
- Um die Aufmerksamkeit zu gewinnen, empfiehlt sich Blickkontakt in gleicher Augenhöhe oder leichtes Festhalten (wenn das Kind sehr unruhig ist).
- Kontrollieren Sie eventuell, ob Ihr Kind die Aufforderung verstanden hat, indem Sie die Aufforderung wiederholen lassen.
- Formulieren Sie Ihre Aufforderung nicht als Bitte, wenn Sie dem Kind keine Entscheidungsmöglichkeit lassen soll. Es empfiehlt sich jedoch, dass Sie Ihrem Kind Ihre Freude und Anerkennung sowie Ihren Dank nach Erfüllung der Aufforderung vermitteln.
- Vermeiden Sie Formulierungen im Konjunktiv („Es wäre schön ...“, „Würdest du ...“ etc.). Diese implizieren häufig eine Wahlmöglichkeit.
- Geben Sie nur eine, maximal zwei Aufforderungen. Es besteht sonst die Gefahr, dass Ihr Kind mit den Informationen überfordert ist und Sie die Umsetzung der Aufforderungen nicht mehr überblicken.
- Bleiben Sie in der Nähe des Kindes, um die Umsetzung der Aufforderung zu überprüfen und gegebenenfalls noch einmal Hilfestellung zu geben.
- Bitte vergessen Sie nie den letzten Schritt: Wenn Ihr Kind der Aufforderung nachgekommen ist, zeigen Sie Ihre aufrichtige Anerkennung, und sagen Sie Ihrem Kind, was sein Verhalten bei Ihnen auslöst.

Beispiele:

- „Schön, wenn du gleich auf mich hörst.“
- „Es freut mich, wenn du meine Aufforderungen sofort umsetzt.“
- „Es hilft mir, wenn ich mich darauf verlassen kann, dass du tust, was ich dir sage.“

Hausaufgabe

- Stellen Sie Aufforderungen im Alltag entsprechend der besprochenen Empfehlungen.
- Beobachten Sie, wie Ihr Kind auf die Aufforderungen reagiert.
- Notieren Sie Situationen, in denen die Umsetzung gut bzw. nicht funktioniert hat (siehe Arbeitsblatt).
- → Was war die Aufforderung?
- → Wie hat Ihr Kind reagiert?
- → Wie haben Sie reagiert?
- Bringen Sie die Notizen zur Besprechung in der nächsten Sitzung mit.

Arbeitsblatt

Protokoll zu Aufforderungen

| |
|--|
| Datum: |
| 1. Das war meine Aufforderung (Formulierung): |
| |
| |
| |
| 2. So hat mein Kind reagiert: |
| |
| |
| |
| 3. So habe ich reagiert: |
| |
| |
| |