



Video 3 - Hat Dein Kind ein Vorbild?

Kurzer Check, weil Du mir wichtig bist

- Hast Du aufgeschrieben, wann Dein Kind dich nicht respektiert?
- Weißt Du, ob Du wirklichen Respekt vor Deinen Eltern hattest?
- Sind Dir Momente bewusst, in denen Du respektlos Deinem Kind gegenüber warst?

Die Dinge, die uns an unseren Kindern am meisten stören, sind die, die wir ihnen anezogen und vorgelebt haben.

DU BIST DAS VORBILD

Klingt es nicht toll, ein Vorbild zu sein? DU bist ein Vorbild. Du bist nämlich das Vorbild für Dein Kind. Ob Du willst oder nicht. Denn Kinder lernen durch Beobachten und Nachahmen.

***"Erziehung passiert sozusagen zwischen den Zeilen."
(Jesper Juul)***

Vielleicht ist Dir ja schon einmal aufgefallen, dass Dein Kind manche Dinge genauso macht wie Du? Oder manchmal genauso wie Du reagiert? Oder die gleichen Worte verwendet?

AUFGABE:



Wann erkennst Du Dich in Deinem Kind wieder? Das können sowohl positive als auch negative Dinge sein. Worte oder Taten. ;-)



DEIN KIND MACHT DAS, WAS DU IHM VORLEBST

Meistens hat das, was Dein Kind tut, etwas mit Dir zu tun. Wenn Dein Kind Dich manchmal anschreit, kann der Grund dafür sein, dass Du auch hin und wieder laut wirst. Kinder sind diesbezüglich sehr sensibel. Sie bekommen alles mit, was Du machst.

Dein Kind ist Dein bester Spiegel

AUFGABE:



Denke an eine bestimmte Situation aus der letzten Zeit, in der Dich das Verhalten Deines Kindes besonders genervt hat. Frage Dich: Was hatte das Verhalten meines Kindes mit mir zu tun? Sei ehrlich zu Dir! Manchmal muss man dabei auch etwas "um die Ecke denken", um sich selbst wiederzuerkennen.

Werde ein GUTES VORBILD

Es ist also ganz einfach. Du brauchst Deinem Kind nur ein gutes Vorbild zu sein und es wird sich so verhalten, wie Du es Dir wünschst. Soviel zur Theorie. Jetzt denkst Du sicher, dass das überhaupt nicht einfach ist und fragst Dich, wie Du das schaffen sollst. Stimmts?



Alltag = Gewohnheit + Gewohnheit + Gewohnheit +

DEIN ALLTAG

...ist eine Aneinanderreihung Deiner Gewohnheiten. Das bedeutet: Wenn Du ein gutes Vorbild sein möchtest, musst Du gute Gewohnheiten haben.

Transformiere negative Gewohnheiten in gute Gewohnheiten

ÄNDERE DEINE GEWOHNHEITEN

Jeder hat sie, seine lieb gewordenen Gewohnheiten. Manche davon sind gut für uns, andere wiederum tun uns oder anderen nicht so gut. Dennoch fällt es uns oft schwer, diese Gewohnheiten einfach sein zu lassen. Deswegen heißen sie ja "Gewohnheiten", weil wir uns an sie gewöhnt haben und uns nur schwer davon trennen können.

Vielleicht kennst Du die guten Vorhaben zum Jahreswechsel auch: mehr Sport treiben, gesünder ernähren, Gewicht reduzieren, Rauchen abgewöhnen und dergleichen mehr. Meistens bleiben die guten Vorsätze nicht lange bestehen, weil man der Herausforderung allein nicht gewachsen ist. Dann bleiben alle Gewohnheiten wie sie sind und man fühlt sich schlecht. Damit ich Dir dabei helfen kann, dass DU gute Gewohnheiten bekommst, habe ich für Dich als Kursteilnehmer einen hochwertigen Bonus.



BONUS-ANGEBOT

Mehrmals im Jahr veranstalte ich die 4-Wochen-Challenge "Bye bye, schlechte Gewohnheit". Unter meiner Anleitung, mit jeder Menge Motivation und mit vielen Gleichgesinnten legst Du während der Challenge eine negative Gewohnheit ab und gewöhnst Dir eine positive an. Mein Geschenk an Dich: Nimm kostenlos an der nächsten Challenge teil, damit Du schneller ein richtig gutes Vorbild für Dein Kind werden kannst. Den Termin für die nächste Challenge erhältst Du per Email.



GEWOHNHEITEN UND REGELN

Was haben Gewohnheiten und Regeln miteinander zu tun? Die Regeln, die es bei Euch gibt, werden für Dein Kind zur Gewohnheit (sollten sie zumindest). Wenn Dein Kind also an der Tür die Schuhe ausziehen soll, dann gewöhnt es sich daran, das ganz automatisch zu tun. Das funktioniert allerdings am besten dann, wenn Du als gutes Vorbild ebenfalls die Schuhe an der Tür ausziehst. Schwierig wird es, wenn Du das nicht tust, denn dann lernt Dein Kind, dass es das nicht tun muss. Beobachten und Nachahmen!

REGELN gelten FÜR ALLE

Die Schlussfolgerung davon ist, dass es ganz leicht ist, eine Regel umzusetzen, wenn Du sie einfach vorlebst. Wenn etwas für Dich zur Gewohnheit geworden ist, dann wird es auch für Dein Kind eine Gewohnheit.



AUFGABE:

Dein Kind hält eine bestimmte Regel (oder auch mehrere) nicht ein?

Dann hinterfrage Dein eigenes Verhalten! Beobachte Dich selbst in dieser Situation! Überlege auch, ob Du vielleicht einmal anders gehandelt hast als sonst. Das kann manchmal schon ausreichen, damit Dein Kind sich genau das abguckt.
