

Damit der Geduldsfaden nicht reißt...

Hilfreiches für den Alltag

Erstellt von: Bettina Fauler – KBW Tirol

Wie lange ist dein Geduldsfaden heute?

- Je nach derzeitigem Befinden anpassen
- Faden abschneiden und aufhängen
- Mit den Armen zeigen
- Aufzeichnen

Grenzen setzen - Ampelprinzip



ROT: Verboten

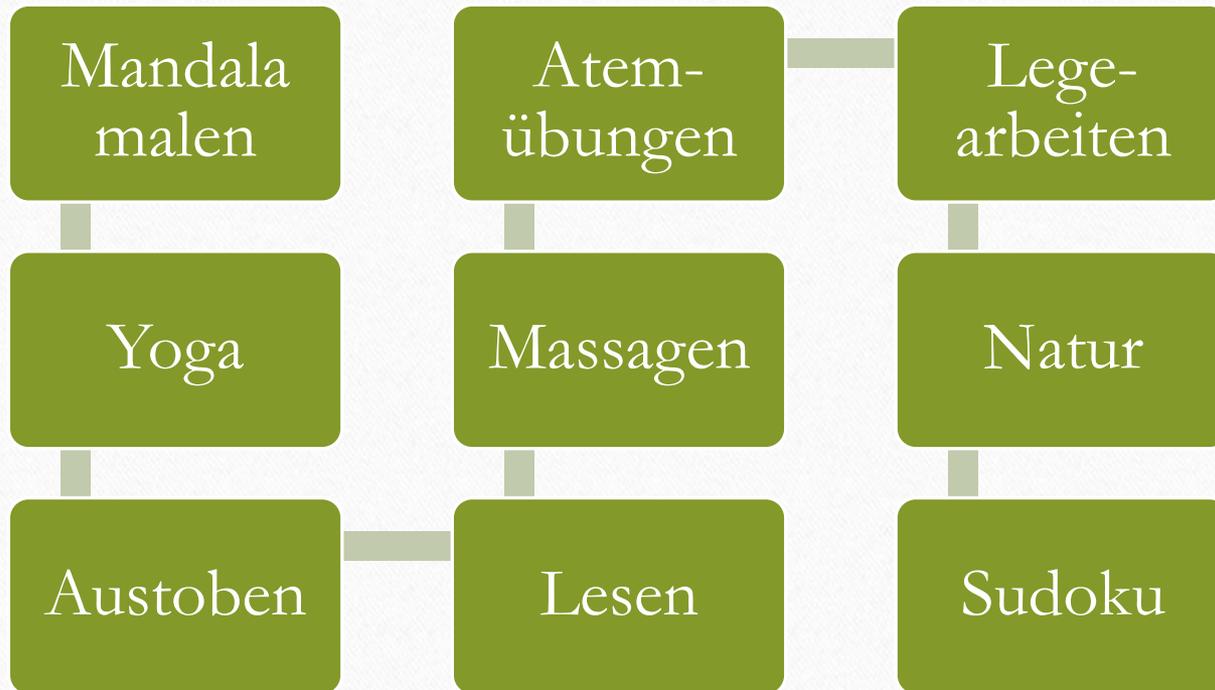
GELB: Ermahnen

GRÜN: GEBOT

Regeln gemeinsam regeln

- Regeln sollten nachvollziehbar sein
- Regeln vermitteln Werte und Normen
- Kinder miteinbeziehen/mitgestalten lassen
- Regeln können auch frustrieren

Entspannung für Kinder



SINN-volle Beschäftigung

- Rasierschaumspiele
- Taststraße aufbauen
- Geschmacks- oder Geruchsspiele
- Schimpfwortspiele
- ZWECKFREIES Spiel fördern

SINN-volle Beschäftigung

Knetmasse selber herstellen

- 500g Mehl
- 175 g Salz
- 3 EL Zitronensäure (etwa 20 g) - Pulver
- 7 El Öl (etwa 80 ml), Sonnenblumen
- 500 ml kochendes Wasser

SINN-volle Beschäftigung

Fingerfarben selber herstellen

- 3EL Mehl
- 100 ml kochendes Wasser
- Lebensmittelfarbe
- Wasser und Mehl mischen – danach Farbe dazu

SINN-volle Beschäftigung

Schleim selber herstellen

- 2 Tassen Maisstärke
- 350 ml heißes Wasser
- Lebensmittelfarbe
- Wasser und Farbe mischen – alles zu Maisstärke dazu

Hilfreiches für den Alltag

- Auf eigene Entspannung achten
- Den Tag positiv abschließen
- Rituale geben Sicherheit
- Wer kann sich an die lustigsten Situationen im letzten Jahr erinnern?



Forum KEB + 8 · 2d

Was bringt Euren Geduldsfaden im Familienalltag zum Reißen?

Situationen, die es oft schwer machen mit den Kindern geduldig zu bleiben...

Ordnung

Meinen Jugendlichen fällt Ordnung altersgemäß schwer, das kann ich schon verstehen, aber wenn es aus meiner Sicht unhygienisch wird, verliere ich die Geduld und das Vertrauen in die Eigenverantwortung

Pubertät

Meine 13 jährige Tochter kann durch Keinigkeiten die im Gespräch fallen, furchtbar gekränkt reagieren und nimmt Kritik furchtbar persönlich, obwohl niemand sie persönlich angegriffen hat.

Trotzphase 2jährige

Hallo, gibt es irgendwelche Tricks, dass das Zähne putzen nicht jedesmal zum großen Theater wird? Wie reagiert man, wenn sie z.B. nicht schlafen gehen will oder man ihr etwas verbietet und sie dann genau das Gegenteil von den macht, was man sagt (läuft vorm schlafen gehen davon oder wirft etwas am Boden, wenn man sagt, dass sie gerade das nicht tun soll).
Danke

Hallo Bettina

Meine 2 Mädels streiten den ganzen Tag von Früh bis zum schlafen gehen. Alter 11 und 10 Jahre.

Ich freue mich auf eure Fragen!

Bitte schreibt, was ihr gerne wissen möchtet, dann kann ich mich schon darauf vorbereiten! :)
Liebe Grüße
Bettina

Raunzen

Hallo Bettina!

Ich finde es furchtbar anstrengend wenn meine Kinder nicht zuhören - vor allem beim aufräumen stoße ich auf taube Ohren. Oder wenn sie sich nicht an vereinbarte Regeln halten weil sie sich plötzlich nicht mehr an diese erinnern können. Manchmal kommt mir vor ich könnte mit einer Wand reden und hätte gleich viel davon.
Danke und LG

Bruder boxt Babybauch

Mein sechsjähriger Sohn boxt häufig auf meinen Bauch. Ich bin hoch schwanger und befürchte, dass es dem Baby schadet. Ich möchte meinen kleinen Schatz aber auch nicht verärgern. Was kann ich tun?

Hätten sich Menschen
immer mit den vorgegebenen
Grenzen abgefunden, wäre
die Menschheit heute nicht
soweit wie sie jetzt ist!

Wie knüpfen wir ihn wieder?

- Zeit zum Abreagieren
- Auf einander zu gehen
- Besprechen
- Entschuldigen

VIELEN DANK



<https://pixabay.com/de/photos/herz-rot-seil-treue-liebe-3085515/>