Bestrafung und Belohnung – Nein danke!

Es ist für mich ein Geschenk, meine Kinder auf ihrem Lebensweg begleiten zu dürfen. Es ist eine Ehre sie zu lehren und mit und von ihnen zu lernen. Gemeinsam auf unserem Weg entdecken wir allerlei Tiere, riechen an Blumen, spüren die Sonne im Gesicht und den Wind in den Haaren und tanzen durch den Regen. Ich biete meine Hand an, wenn mein Kind über Steine klettern möchte. Wenn es sie nicht will und trotzdem umfällt, helfe ich ihm wieder aufzustehen. Wenn es auf die Schnellstrasse springen will, halte ich es fest. Bei einer Weggabelung wählen wir gemeinsam den Weg, den wir gehen möchten. Welchen Weg wir wählen, hängt davon ab, was wir erleben möchten. Mit dem Kickboard über einen Kiesweg zu fahren, bereitet nicht so viel Spass wie auf einer Asphaltstrasse. Barfuss durch den Regen zu tanzen ist herrlich, wenn der Weg über eine Wiese geht. Hand in Hand zu gehen, ist machbar, wenn der Weg genug breit dafür ist. Bei jeder Weggabelung halten wir inne und entscheiden gemeinsam. Auch keinen vorgespurten Weg zu nehmen und querfeldein zu gehen, ist eine Wahl.

Dies ist mein Bild von der Beziehung, die ich zu meinen Kindern habe. Ich mag Struktur und mir gibt sie Halt und Sicherheit. Struktur ist in meinem Bild mit dem Weg, den wir wählen, vergleichbar. Die Weggabelung ist die Regel und die damit verbundene Konsequenz, die wir treffen.

Gerne werde ich nun auch konkreter. Es ist mir wichtig, dass wir alle unsere Bedürfnisse äussern können, wir gemeinsam unsere Struktur und unsere Regeln mit den Konsequenzen finden. Dafür nehmen wir uns immer dann Zeit, wenn es gerade aktuell ist und etwa einmal in der Woche haben wir Familienrat, wo wir uns bewusst Zeit nehmen. Dabei nehmen wir uns alle ernst. Jede Äusserung und jedes Gefühl hat gleich viel Gewicht, auch wenn meine Tochter zum Beispiel ihre Anliegen ganz anders äussert

als mein Mann. Gemeinsam besprechen wir im Familienrat, welche Struktur, wofür jetzt Sinn macht. Wenn alle mit dieser Struktur einverstanden sind, setzen wir uns eine Probezeit. Danach erörtern wir, ob wir diese Struktur beibehalten, abändern oder eine andere Struktur dafür brauchen. Falls die Struktur geändert oder erneuert wird, geben wir uns wieder eine Probezeit. Wenn wir alle mit der Struktur zufrieden sind, besprechen wir die Konsequenzen, wenn wir diese nicht einhalten.

Meine Kinder haben das Bedürfnis hin und wieder Süsses zu essen. Deshalb gibt es für sie am Mittwoch und an den Wochenende eine süsse Nachspeise. Mein Sohn hat einen sehr weichen Zahnschmelz und es ist deshalb wichtig, dass er regelmässig die Zähne putzt. Das weiss er und beide meine Kinder haben sich entschlossen, nach jedem Essen die Zähne zu putzen. Nach dem Frühstück und dem Mittagessen putzen die Kinder selber die Zähne. Ich sage ihnen, dass es jetzt dafür Zeit ist. Wenn sie ihre Zähne nicht putzen, dann ist das ihre Entscheidung. Am Abend putze ich ihnen die Zähne. Unsere abgemachte Struktur ist für alle sinnvoll. Ich sage ihnen im Voraus, dass ich in fünf Minuten zum Zähneputzen bereit bin und auch wer zuerst kommt, was wir abwechseln. Ich sage ihnen, dass ich jetzt ins Badezimmer gehe. Ich gebe Zahnpasta auf die Zahnbürsten und zähle laut: „Eins, zwei, drei und die letzte Chance, die ist jetzt vorbei!“ Ich erwarte, dass das Kind da ist und ich die Zähne putzen kann. Falls es nicht rechtzeitig da ist, putze ich auch nicht die Zähne. Die Konsequenz dafür ist, dass es bei der nächsten Gelegenheit für Süssigkeiten keine Süssigkeiten gibt, denn ich nehme mir die Zeit zum Zähneputzen, damit die Zähne gesund bleiben und sie deshalb auch ab und zu etwas Süsses dürfen.

Eine grosse Weggabelung war bei uns das Thema Aufräumen. Viele Wege haben wir da schon ausprobiert! Nun befinden wir uns gerade auf einem angenehmen Weg, der für alle stimmig ist. Aber die nächste Weggabelung kommt bestimmt.

Wir räumen jeweils am Mittwoch nach dem Mittagessen gross auf, weil wir am Nachmittag draussen oder unterwegs sind und ich am Donnerstag putze. Ich sage, welches Kind, was aufräumt. Während des Aufräumens mache ich die Küche, räume also auch auf. Wenn die Kinder mich rufen, sage ich ihnen, wo es noch etwas zum Aufräumen gibt oder wo etwas wie versorgt wird. Wenn sie mir sagen, dass es aufgeräumt ist und ich sehe noch Spielsachen, sage ich ihnen nochmals unsere abgemachte Konsequenz. Nicht aufgeräumte Spielsachen sind ihnen nicht (mehr) wichtig und ich kann sie verschenken. Wenn alles in den Kisten eingeräumt ist, versorge ich diese in den grossen Schrank.

Wir brauchen deshalb keine Bestrafungs- oder Belohnungssysteme. Wir entscheiden gemeinsam als Familie und beobachten, wie sich unsere Entscheidung auf uns alle auswirkt. Bestrafung sehe ich mit meinem Bild so: Mein Kind möchte ohne meine Hand über die Steine klettern. Es fällt um. Ich helfe ihm beim Aufstehen nicht. Kaum steht es, versuche ich, es wieder ins Ungleichgewicht zu bringen. Ich möchte ihm klar machen, dass ich Recht habe. Es hat meine Hand nicht genommen und konnte es dann nicht alleine. Belohnung in meinem Bild sieht so aus: Mein Kind möchte ohne meine Hand über die Steine klettern. Es kann es. Weil es das so gut gemacht hat, nehme ich es bei der nächsten Balanciermöglichkeit Huckeback.

Bestrafungs- und Belohnungssysteme machten für mich schon in meiner Lehrtätigkeit keinen Sinn. Meine Schülerinnen und Schüler durfte ich auch eine Wegstrecke begleiten. Die Wege, die wir als Klasse begehen konnten, waren nicht immer frei wählbar. Es gab Wege, die wir nehmen mussten. Dennoch nahmen wir immer wieder bei Weggabelungen bei der wir eine Wahl hatten unsere Wahlfreiheit wahr.

Dazu kommen mir zwei Beispiele in den Sinn.

Ich hatte zwei Schüler die sich den Spass machten, ganze WC-Rollen in die Toiletten zu werfen und zu spülen. Dies hatte

eine Überschwemmung zur Folge. Der Schulabwart hatte einen grossen Putzmehraufwand. Da das Besprechen dieser Problematik keine Veränderung brachte, hiess es, zu erfahren, was das Beseitigen ihres „Spasses“ bedeutete. Der Abwart verschloss die betroffenen WCs ohne zu putzen und öffnete dafür andere WCs. Nach dem Unterricht war es an den Jungs gemeinsam die überschwemmten Toiletten zu säubern. Zusätzlich putzten sie auch die restlichen WCs, da sie durch ihre Aktion erst zur Benützung geöffnet wurden. Für die Mehrkosten, die durch das Putzmaterial und die vielen vergeudeten WC-Rollen entstanden waren, halfen sie zusätzlich dem Schulabwart an einem freien Nachmittag.

Einmal hatten wir einen sehr heissen Sommer. Die Schülerinnen und die Schüler baten mich oft, in die Badi zu gehen. So zeigte ich ihnen, welche Lernziele wir noch bis zu den Sommerferien erreichen sollten. Gemeinsam planten wir für die vier verbleibenden Wochen Tagesziele (Etappenziele). Wenn das Tagesziel schon vor der Mittagspause erreicht wurde, besuchten wir am Nachmittag die Badi. Ich war nie mit einer Klasse mehr in der Badi als mit dieser.

Hier noch passend dazu:

Braucht Erziehung Bestrafung und Belohnung? und Man kann sein Kind einfach auch nur geniessen! von Jesper Juul

Fünf Gründe gegen „Gut gemacht!“ von Alfie Kohn

Dieser Artikel wurde am 30. August 2014 veröffentlicht.

Zahnwechsel und Zahnfee

Ganz still kam meine Tochter heute nach dem Mittagessen zu mir und sagte ganz leise: „Mein Zahn ist ausgefallen!“ Stolz öffnete sie ihre Hand und präsentierte mir ihren Zahn. „Juhui!“, freute ich mich spontan. Ihr erster Milchzahn! Endlich, denn hinten ist der neue Zahn schon länger herangewachsen.

Wenn ein Milchzahn ausfällt, finde ich das spannend. Als mein Sohn seinen ersten Milchzahn verloren hatte, suchte ich im Estrich nach meinen Milchzähnen. Hui! Da kamen Erinnerungen hoch, die ich meinen Kindern erzählte. Bei uns war es so, dass wir für den Milchzahn jeweils von der Zahnfee ein Geschenk bekamen. Da war die Frage schnell da, ob bei ihnen denn auch die Zahnfee kommen würde. Da ich nicht lüge sagte ich: „Mal schauen, ob es etwas Passendes gibt.“

So bekam Aaron jeweils ein kleines Geschenk. Manchmal beobachteten sie mich dabei und manchmal waren sie mit sich selber beschäftigt.

Ich fragte sie, ob sie denken, dass es eine Zahnfee gibt. Sundajas Antwort verblüffte mich. „Es gibt Feen. Aber du bringst die Geschenke!“

Jetzt freut sie sich auf ihr erstes Zahnfee-Mama-Bring-Geschenk! Ihre wunderschöne Zahndose hat sie schon längst ausgesucht.

1. Milchzahn

Guacamole (mexikanischer Avocado-Dip)

Oft sind unsere Zutaten aus der Region. Ab und zu jedoch kaufen wir auch Früchte von weiter weg. Für mexikanische Mahlzeiten liebe ich Avocado.

Zutaten:

- 1 reife Avocado
- Eine kleine Knoblauchzehe
- Zitronensaft von ½ Zitrone
- 1 Esslöffel Olivenöl oder Maiskernöl
- Salz und Pfeffer
- Ev. eine kleine Chilischote

Zubereitung:

Den Knoblauch pressen. Wer es gerne etwas scharf hat, schneidet eine kleine Chilischote und gibt sie zum Knoblauch

hinzu. Das Ganze salzen. Die Zitrone pressen, beigeben und mischen.

Die Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mit einem kleinen Löffel herausholen und in die Schale geben. Mit einer Gabel die Avocado zerdrücken, so dass eine cremige Masse entsteht.

Mit Pfeffer abschmecken.

Damit die Guacamole nicht braun wird, drücke ich den Kern in die Sauce.

Die Dip-Sauce passt zum Dippen von Rohkost, zu Backofenkartoffeln, zu Grilladen, zu Salzkartoffeln, als Brotaufstrich oder zum Befüllen von Fajitas, Döner, Dürüm oder Pitabrot.

Tomaten-Zwiebel-Dip

Meine Dip-Saucen passen zum Beispiel zu Rohkostdip, Backofenkartoffeln oder Fajitas. Hier einer meiner Lieblingssaucen. Diese hier mit alles Zutaten aus unserem Garten.

Zutaten:

- 2 reife Tomaten
- Eine Zwiebel
- Eine kleine Knoblauchzehe
- Basilikum (frisch, wenn möglich)
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 Teelöffel Aceto Balsamico
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Tomaten und die Zwiebel möglichst klein schneiden und salzen. Den Knoblauch dazu pressen. Mit einer Gabel mischen.

Das Basilikum waschen und klein schneiden und mit den anderen Zutaten vermengen. Ich lasse immer auch noch einige ganze Blätter zur Dekoration übrig.

Olivenöl und Aceto Balsamico dazu geben, mit Pfeffer abschmecken und alles nochmals gut mischen.

Wer mag, kann die Sauce mit den ganzen Basilikumblättern dekorieren.

Die Dip-Sauce passt zum Dippen von Rohkost, zu Backofenkartoffeln, zu Grilladen, zu Salzkartoffeln, als Brotaufstrich oder zum Befüllen von Fajitas, Döner, Dürüm oder Pitabrot.

Familienrat

Etwa einmal in der Woche halten wir einen Familienrat ab. Wir nehmen uns bewusst als Familie Zeit und besprechen Ausflugswünsche, Essenswünsche, Veränderungswünsche und tauschen über Freud und Leid der letzten Tage aus. Wir planen freie Tage, Wochenenden und Ferien. Wir überlegen uns, welche Regeln neu definiert werden oder verändert werden sollten. Wir schauen an der Whitboard die bevorstehende Woche an.

Mein Sohn wollte schon als ganz kleiner Junge immer genau wissen, was auf ihn zukommen würde. So begannen wir schon

bevor er lesen konnte am Kühlschrank mit Bildern ihm täglich zu erklären, wie der Tag geplant war. Dies hat sich nun zum Familienrat weiterentwickelt. Nach dem Sonntagsbrunch setzen wir uns alle an einen Tisch. Wir beginnen damit, uns ein besonderes Erlebnis seit dem letzten Familienrat zu erzählen.

- *Beispiel vom 24.08.2014:*

1. Meine Tochter: Es ist toll, dass ich eine neue Kindergartenfreundin habe.
2. Mein Sohn: Ich finde meine neue Lehrerin echt cool.
3. Sonja: Ich geniesse die Zeit am Morgen meist ohne Kinder und kann an meinem Blog schreiben!
4. Mein Mann: Ich bin glücklich, dass der Blog und die Homepage installiert sind.

Wir nehmen unser Protokollblatt des letzten Familienrats und das aktuelle Blatt zur Hand. Wir besprechen mit Hilfe des alten Protokollblatts, was in Ordnung ist und was nochmals als Thema auf dem aktuellen Blatt übertragen wird.

- *Beispiel vom 24.08.2014: Da wir seit den Ferien noch keinen Familienrat abhielten, gab es kein „altes“ Thema. Jedoch die Krimskramskiste, der Kinder ist seit Monaten voll.*

Ein neues Protokollblatt sieht leer so aus: Besprechungsplan

Gemeinsam sammeln wir nochmals alle Themen, die wir besprechen möchten.

- *Beispiel vom 24.08.2014:*

1. *Krimskramskiste aufräumen*
2. *Elternabende Mo. / Di.*
3. *Wochenende 30.8. und 31.8. planen*
4. *Geburtstagsfest meiner Tochter*

Punkt für Punkt besprechen wir ein Thema und sammeln Vorschläge. Gemeinsam besprechen wir das Vorgehen und wer sich

wie daran beteiligen kann. Dies notieren wir kurz auf dem Protokollblatt.

- *Beispiel vom 24.08.2014:*

1. *Krimskramskiste aufräumen: Zeit bis nächsten Sonntag, meine Tochter wünscht sich Hilfe*
2. *Elternabende Mo. / Di.: Grosspapi kommt. Am Montag darf meine Tochter die Gutenachtgeschichte auswählen und am Dienstag mein Sohn.*
3. *Wochenende 30.8. und 31.8. planen: Samstagmorgen Fussballturnier / Samstagnachmittag Strassenfest / Sonntag Theateraufführung*
4. *Geburtstagsfest von meiner Tochter: Grosser Sonntagsbrunch, Termin gefunden, Gäste sind notiert, Einladungen werden bald verschickt*

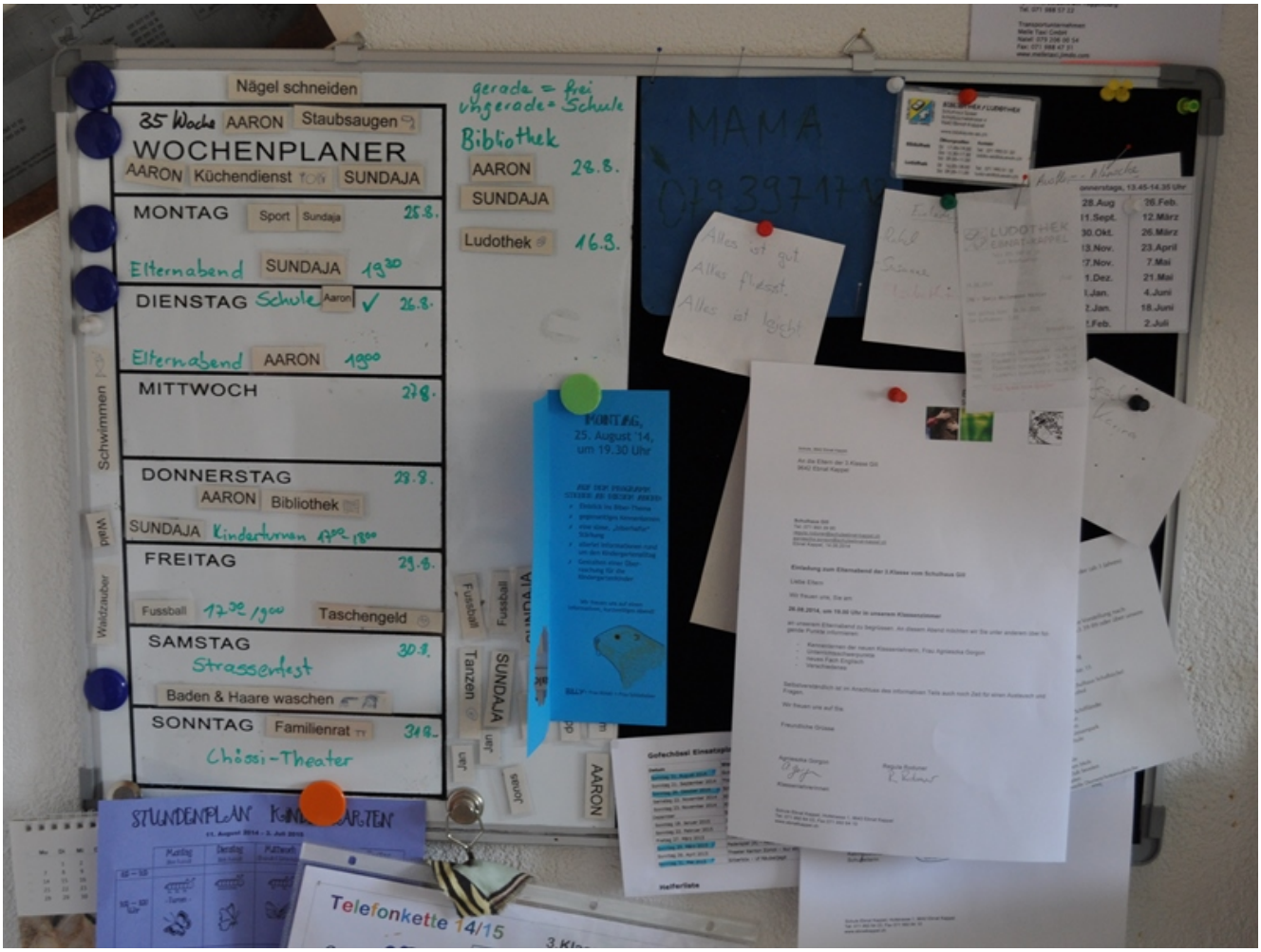
Jedes Familienmitglied kann einen Wunsch äussern und die anderen werden versuchen, diesen Wunsch zu erfüllen.

- *Beispiel vom 24.08.2014: Neue Batterien für den Wecker meines Sohnes.*

Abwechslungsweise darf sich jedes Familienmitglied ein Essen wünschen.

- *Beispiel vom 24.08.2014: Mein Sohn darf wünschen und möchte sein Lieblingsessen Fajitas*

Gemeinsam gehen wir in die Küche und schauen uns die bevorstehende Woche an der Whiteboard an.



Whiteboard

Uns dient sie vor allem als Wochenorientierungshilfe. Das heisst, wir schreiben auf, wer was an den verschiedenen Tagen ob hat. Für regelmässig wiederkehrende Dinge habe ich Magnetkärtchen gemacht (Namen der Kinder, Fussball, Tanzen, Entdeckungsfreiraum, Bibliothek, Ludothek, Geburtstage, Sport, Wald,…). Auf dem Monatskalender neben dem Whiteboard notieren wir unsere Aktivitäten wie Geburtstage, Planung von Wochenenden, Ausflüge, Elternanlässe, Termine von uns und den Tageskindern, … . Einladungen, Informationsmaterial dazu hänge ich rechts an die Pinnwand. Zudem hängen Pläne, wer wann Schwimmunterricht, Bibliotheksbesuche, Waldmorgen, … hat.

Zum Schluss des Familienrats spielen wir zusammen ein Spiel.

- *Beispiel vom 24.08.2014: Flinke Flosse*

Das Spiel rundet den Familienrat jeweils ab.

Dieser Artikel wurde am 24.08.2014 veröffentlicht.