



Konflikte und Beziehungen

Probleme aushalten, miteinander leben.

Starke, feste Beziehungen sind für die Entwicklung eines Kindes sehr wichtig.

Kinder dürfen Fehler machen.

Sie dürfen lernen, dass Probleme gelöst werden können.

Kinder müssen spüren, dass sie geliebt werden, auch wenn ihr Verhalten nicht in Ordnung war.

Das Kind soll spüren: Ich werde geliebt, auch wenn ich Fehler mache.



**Perspektive
Thurgau**

Damit sind Sie gut beraten

Perspektive Thurgau
Schützenstrasse 15
8570 Weinfelden

Telefon 071 626 02 02
info@perspektive-tg.ch
perspektive-tg.ch

Freundlichen Dank für die Nutzungs- und Verwertungsrechte an:

SUPRO – Gesundheitsförderung und Prävention
Am Garnmarkt 1, 8640 Götzis, Österreich

Hier ein paar Tipps für dein Verhalten:

● **Bleib ruhig!**

Nimm verletzende Worte deines Kindes nicht persönlich. Das Kind ist wütend auf die Situation.

Es ist nicht auf dich als Mama oder Papa wütend.

Sag deinem Kind zum Beispiel

«Deine Worte haben mich verletzt!
Ich brauche jetzt ein wenig Abstand,
ich brauche eine kurze Auszeit.»



● **Wenn die Situation wieder ruhig ist: Sprich mit deinem Kind!**

Sag zum Beispiel

«Du hast gesagt: Papa, du bist blöd! Deine
Worte haben mich verletzt. Deine Worte haben
mich traurig oder wütend gemacht.»

● **Sag deinem Kind, dass sein Verhalten nicht in Ordnung ist.**

Zeig deinem Kind, dass du es trotz allem liebst,
und betone, dass ihr gemeinsam eine Lösung findet:

Sag: **«Ich liebe dich. Wir suchen gemeinsam
eine Lösung.»**

Vorschläge für das Gespräch

- «Ich möchte nicht, dass du im Streit oder in deiner Wut solche Worte sagst.»
- «Sag solche Worte bitte nicht zu mir und auch nicht zu anderen Menschen!»
- «Wie kannst du es das nächste Mal besser machen?»
- «Was könntest du das nächste Mal, wenn du wieder viel Wut spürst, anders machen?»

