

## IDEEN UND VORSCHLÄGE,

*wie alle in der Familie gut zusammen leben und lernen können.*



### **Erwachsene bestimmen die Beziehung zu den Kindern.**

Viele Menschen denken: „Ist die Beziehung zwischen Erwachsenen und Kindern gut, dann machen die Erwachsenen alles richtig. Ist die Beziehung schlecht, dann sind die Kinder schwierig.“ Das ist aber nicht ganz richtig. Wenn Kinder schwierig werden, hat das einen Grund. Sie wollen den Erwachsenen zeigen, dass zwischen ihnen etwas nicht stimmt.

Kinder können nicht bestimmen, wie gut die Beziehung ist. Kinder können zum Beispiel mitbestimmen, was es zum Abendessen gibt. Aber sie können nicht bestimmen, wie gut sich die Familie dann beim Essen versteht.

Die Erwachsenen tragen die Verantwortung für eine gute Beziehung. Sie haben nämlich die Kontrolle in der Beziehung zu den Kindern: Sie bestimmen, wie sie mit den Kindern umgehen und sprechen. Deshalb sind sie auch dafür verantwortlich, dass alle respektvoll miteinander umgehen. Das gilt zu Hause und auch in der Schule.

### **Wie gehen Erwachsene mit Streit um?**

Wollen Kinder unbedingt ihren Willen durchsetzen? Die Erwachsenen bestimmen, wie sie darauf reagieren. Auch wenn die Kinder wütend oder zornig sind. Die Erwachsenen sollten nicht sofort schimpfen oder die Kinder kränken. Das verletzt die Kinder. Die Erwachsenen sollten den Kindern respektvoll begegnen. Sie könnten zum Beispiel sagen: „Ich sehe, dass du sehr wütend bist. Ich gehe kurz in die Küche und beruhige mich. Dann möchte ich wissen, warum du so wütend bist.“

Wichtig ist also, dass die Erwachsenen auch in schwierigen Situationen die Kontrolle behalten. Sie müssen ein Vorbild für die Kinder sein. Die Erwachsenen sind dafür verantwortlich, wie die Familie mit Streit umgeht. Und sie müssen auch schauen, dass alle in der Familie die Bedürfnisse und Grenzen der anderen respektieren.



### **Erwachsene tragen die Verantwortung für sich selbst.**

Fühlen sich Erwachsene in schwierigen Situationen hilflos? Oder werden sie wütend und laut? Dann machen Erwachsene oft die Kinder für diese Gefühle verantwortlich. Das ist aber nicht richtig. Wie Erwachsene in schwierigen Situationen reagieren, hängt von ihnen selbst ab. Sie sind für ihre Gefühle selbst verantwortlich.

Manche Erwachsene reagieren schneller ärgerlich, wenn es ihnen selbst nicht gut geht. Zum Beispiel, weil sie Stress haben oder sich Sorgen machen. Schwierige Situationen erinnern Erwachsene auch oft an Probleme aus ihrer eigenen Kindheit. Vielleicht haben sie sich als Kind wertlos gefühlt. Oder ihre Eltern haben sie nicht ernst genommen. Dafür können die Kinder aber nichts.

Die Erwachsenen dürfen ihre eigenen Gefühle ernst nehmen und sich auch um sich selbst kümmern. Dann können sie auch Verantwortung für eine gute Beziehung übernehmen.

Text in Einfacher Sprache von:

OKAY - Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe ONLUS Südtirol.

[www.lebenshilfe.it/okay](http://www.lebenshilfe.it/okay)



Dieser Text ist eine Zusammenfassung vom Text in Alltagssprache:

„56\_Erwachsene bestimmen die Beziehungsqualität“. Astrid Egger hat den Text in Alltagssprache geschrieben. Mehr Informationen finden Sie auf der Internetseite:

[www.familie.it](http://www.familie.it)