

WIE SPRECHE ICH MIT MEINEM KIND – POSITIVE FORMULIERUNGEN WIRKEN WUNDER

Oft stellen wir fest, dass die Kommunikation mit unserem Kind nicht zielführend ist. Wie können wir sie verbessern und dennoch Grenzen aufzeigen oder vor Gefahren warnen? Dazu sollten wir ein wenig verstehen, wie unser Gehirn funktioniert – testen wir das gleich einmal:



Stell dir keinen rosa Elefanten vor. Auch nicht das Schokoladeneis, welches er freudig im Rüssel hält! – Und...??? Wir sehen ihn, mit Schokoeis.

Für unser Gehirn ist es aufwändig, Wörter wie „nicht“ und „kein“ zu verarbeiten. Besonders jüngere Kinder können durch verneinende Formulierungen stark verwirrt werden, da sie oft nur die wesentlichen Aussagen eines Satzes wahrnehmen und die Verneinung gar nicht „ankommt“. So machen sie manchmal spontan das Gegenteil von dem, was wir erwarten.

DESHALB: Sage deinem Kind konkret, was es tun soll, und nicht, was es nicht tun soll! Positiv formulierte Sätze können Kinder viel leichter aufnehmen und schneller verstehen.

Eine positive, klare, wertschätzende Formulierung gibt Selbstvertrauen und motiviert zu positivem Handeln. Es ist Übungssache, diese Sprache zu verwenden. Habe dabei Geduld mit dir – vor allem in hektischen Momenten. Mit der Zeit wirst du immer besser und du wirst merken: Wunder gescheh'n ...

HIER EINIGE BEISPIELE:

Du sollst deine Schuhe nicht rumliegen lassen! Bitte stelle deine Schuhe ins Regal!

Du brauchst keine Angst zu haben! Du schaffst das ...!

Oh je, falle bloß nicht runter vom Klettergerüst! Halte dich gut fest, du bist stark!

Verschlafe nicht wieder die Schule! Bitte stelle dir für morgen rechtzeitig den Wecker!

Christina Schäfer, Kinder- und Jugendcoach, Erlangen