

Jugenderholung in Coronazeiten 17 – Neue Autorität



Tipps für unsere JEW-Familien

Zuhause-Zeit kann Kindern und Eltern gut tun!

Rund-um-die-Uhr beisammen sein ist eine Chance, die es zu nutzen gilt. Doch:

Immer öfter eskalieren Situationen im Familienalltag, was insbesondere die Beziehung zwischen Eltern und Kind belastet. Wie schaffen Sie in diesen Situationen ruhig zu bleiben und sich nicht auf einen Machtkampf einzulassen?

Neue Autorität

„Autorität durch Beziehung“, „Autorität ohne Gewalt“ oder „Stärke statt Macht“ sind Aussagen, die das Konzept der „Neuen Autorität“ von Haim Omer beschreiben. Ziel des Konzepts ist es, die Erziehenden in ihrer Präsenz zu unterstützen. Das bedeutet, dass sie weder ihre Position aufgeben noch sich in machtausübenden Droh- und Sanktionshandlungen verfangen, sondern ganz zugewandt nach dem Motto: **„Wir geben dir nicht nach und wir geben dich nicht auf!“**.

Eltern oder Erziehenden fällt es oft schwer, ihren Kindern Grenzen aufzuzeigen. Sie haben Angst davor, dadurch die Beziehung zum Kind zu belasten oder sie sind überfordert. Es geht daher um die Wiedergewinnung von Handlungsmöglichkeiten der Eltern, die Verantwortung für die Beziehungsgestaltung zu übernehmen. Denn: Eine gute Beziehung verringert die Wahrscheinlichkeit einer Eskalation und erhöht den Einfluss auf günstige Entwicklungen.



Grundannahmen:

- ⇒ Im Konzept der „Neuen Autorität“ wird das **Verhalten des Kindes im Kontext** betrachtet, in dem dieses Verhalten auftritt. Die Bedürfnisse und Gefühle aller Beteiligten wirken sich aufeinander aus. Verhaltensauffälligkeiten sind demnach keine grundlegende Eigenschaft des Kindes, sondern eine Reaktion auf diesen Kontext.

- ⇒ Es wird **unterschieden zwischen dem Verhalten und der Person**, die sich problematisch verhält. Dadurch sind Widerstand und Protest gegenüber dem Verhalten sowie gleichzeitig Angebote und Beziehungsgesten gegenüber der Person möglich.
- ⇒ Fehlverhalten ist die Folge einer Eskalation und keine psychische Störung.
- ⇒ Die **Veränderung des eigenen Verhaltens** steht vor einer direkten Intervention. Es wird also zunächst der Kontext beeinflusst, indem die Eltern ihr eigenes Vorgehen ändern. Der Einfluss der Eltern wird „Präsenz“ genannt und spielt in dem Konzept eine zentrale Rolle. Das Ziel ist es, diese Präsenz wieder herzustellen.

Unterschiede zwischen traditioneller und neuer Autorität



Präsenz und Nähe statt Furcht und Distanz:

Vermitteln Sie die Botschaft, dass Sie für Ihr Kind da sind und bleiben, egal was komme.

Selbstkontrolle statt Kontrolle und Gehorsam:

Sie können nur Ihr eigenes Verhalten bestimmen, nicht das des Kindes. Sie können Maßnahmen ergreifen, die das Verhalten des Kindes inspirieren, aber nicht kontrollieren.

Verzögerung und Beharrlichkeit statt Dringlichkeit:

Sie müssen nicht sofort Maßnahmen ergreifen.

Eskalationsvorbeugung und Deeskalation statt Vergeltungspflicht und Machtkampf:

Bleiben Sie ruhig und sicher. Die Situation wird deeskaliert, wenn Sie nicht in den Machtkampf gehen und unterstützt beide Seiten dabei, ihr Gesicht zu wahren.

Netzwerk (≠ Einzelkämpfertum) statt Hierarchie und Machtgefälle:

Isoliertes Vorgehen erzeugt oft das Gefühl der Hilflosigkeit. Nutzen Sie Ihr Netzwerk aus Schule, Freund*innen, Familie.

Transparenz und Veröffentlichung statt Immunität gegenüber Kritik:

Gestehen Sie sich und Ihrem Kind ein, dass Sie Unterstützung brauchen.

Präsenz

Durch das Herstellen von Präsenz – Gegenwärtigkeit und Anwesenheit mit „jeder Pore“ - lassen sich viele problematischen Entwicklungen erkennen, Eskalationen wird damit vorgebeugt. In eskalierten Situationen können Eltern Kinder nicht kontrollieren, die Kinder entscheiden dann selbst, wie sie sich verhalten. Zeigen Sie daher die Bereitschaft, im Leben Ihrer Kinder eine zentrale Rolle zu spielen. Eltern in Präsenz vermitteln folgende Botschaften:



- ⇒ Ich bin hier.
- ⇒ Ich bleibe hier, auch wenn es schwierig wird.
- ⇒ Ich werde nicht nachgeben, aber ich werde dich auch nicht aufgeben.
- ⇒ Ich kämpfe um dich und um meine Beziehung zu dir, nicht gegen dich.
- ⇒ Ich bleibe nicht allein.

Sie konzentrieren sich auf die Darstellung der eigenen Position, sind klar und deutlich in ihrem Vorgehen. Außerdem machen Sie - unabhängig vom kindlichen Verhalten - Kooperations- und Beziehungsangebote, gehen transparent und nachvollziehbar vor und schaffen Bedingungen, unter denen Begegnung und Entwicklung wieder möglich werden.

Selbstkontrolle und Deeskalation durch Nicht-Hinein-Gezogen-Werden:

- ⇒ **Verzögern – Pausen einlegen:** Sie müssen nicht sofort Maßnahmen ergreifen. Verzögern Sie Ihre Antworten, dadurch reduzieren Sie das Tempo.
- ⇒ **Aufschub:** „Ich habe gehört, was du gesagt hast. Ich werde darüber nachdenken und darauf zurückkommen.“ Vertagen Sie die Klärung. Damit gewinnen Sie Zeit und Handlungsspielraum für eine gute Lösung.
- ⇒ **„Schmiede das Eisen, wenn es kalt ist!“:** Treten Sie einen Schritt zurück und betrachten Sie die Situation von außen. Bleiben Sie dran und kommen Sie drauf zurück, wenn sich Ihr Kind beruhigt hat.
- ⇒ **Schweigen ist Gold:** Verzichten Sie auf „Predigten“.
- ⇒ **Selbstwahrnehmung/Rituale:** Wiederholen Sie im Kopf mehrmals folgendes Mantra: „Ich lasse mich nicht hineinziehen!“.
- ⇒ **Entspannungstechniken:** Gehen Sie nicht auf Provokationen ein. Lernen Sie Ihre Knöpfe kennen, um die Situation weiterhin zu steuern.
- ⇒ **Du musst nicht gewinnen, sondern beharrlich sein!**

Unterstützungssysteme

Stärken Sie Ihre Autorität, indem Sie ein Netzwerk von Unterstützer*innen bilden und hinzuziehen. Dazu zählen beispielsweise Lehrer*innen, Familie, Verwandte und Freund*innen. Dadurch schonen Sie Ihre persönlichen Ressourcen. Denn: Sie müssen es nicht alleine lösen.



Gesten der Beziehung & Versöhnung

Wiedergutmachung statt Sanktionen. Schenken Sie Ihrem Kind Aufmerksamkeit und Wertschätzung, unabhängig vom Verhalten des Kindes. Ihr Kind merkt dadurch, dass sich Ihr Widerstand gegen das Verhalten und nicht gegen die Person selbst richtet.



Transparenz - Ankündigung

Eine Ankündigung beginnt mit der Entscheidung für eine gemeinsame Vorgehensweise von den Erwachsenen. Hierbei geht es weder darum Macht zu demonstrieren, noch darum Strafen durchzusetzen, sondern um eine Beziehungsveränderung. Sie wirkt deeskalierend und benennt gemeinsame Ziele. Fokussieren Sie dabei Veränderungen im eigenen Verhalten, dadurch wird die Akzeptanz des Kindes gestärkt.

- ⇒ „Wir sind entschlossen unser Verhalten dir gegenüber zu verändern.“
- ⇒ „Weil wir deine Eltern sind und du uns wichtig bist, werden wir uns mehr Zeit für dich nehmen!“
- ⇒ „Es ist unsere Pflicht, unser Verhalten dir gegenüber zu verändern.“
- ⇒ „Es ist unsere Pflicht als Eltern ...“, „Wir haben keine andere Wahl ...“

Benennen Sie deutlich das Fehlverhalten. Betonen Sie dabei wie wichtig Ihnen das Kind ist und dass Sie alles dafür tun wollen, damit es eine gemeinsame Lösung gibt.

- ⇒ „Wir sind in Sorge um Dich!“
- ⇒ „Wir nehmen Fehlzeiten/Verweigerung/Angst/Krankheit/Gewalt/Streit/... wahr.“
- ⇒ „So sehr wir dich lieben/mögen, wir dulden Dein (konkretes Verhalten) nicht mehr.“
- ⇒ „Wie werden ab heute folgendes tun/machen:
 - achten auf ...

- dokumentieren ...
 - Kontakt aufnehmen zu ...
 - Informieren ...
 - Unterstützung holen ...
 - Protest zeigen durch ...
 - dich wiederholt ansprechen auf ...
 - präsent sein durch ...
- ⇒ „Wir werden Dich nicht zwingen.“
- ⇒ „Wir mögen dich! Du bist uns wichtig!“
- ⇒ „Wir sind deine Eltern – wir müssen das tun!“



Leitfaden für hitzige Situationen

- ⇒ Wer oder was braucht Schutz?
- ⇒ Was eskaliert wie? Person? Beziehung? Kontext/System?
- ⇒ Gibt es erste Schritte/Möglichkeiten der De-Eskalation?
- ⇒ Um welches Verhalten geht es genau (Verhaltensschleifen)?
- ⇒ Welchem Verhalten soll Widerstand gezeigt bzw. begegnet werden?
- ⇒ Welche Bedürfnisse/Motivationen stehen möglicherweise hinter dem gezeigtem Verhalten?
- ⇒ Was wäre der nächste Schritt? Auch wenn er noch so klein ist...?
- ⇒ Ankündigung: Bekanntmachung...

Unterstützungsangebot für Sie als Eltern und für Euch Kinder

Wir wissen jedoch: „Leichter gesagt als getan!“

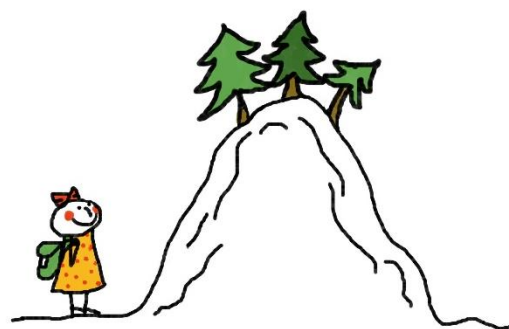
Diese neue Situation zu Hause ist nicht immer einfach für alle Beteiligten.

Um Sie und Euch zu unterstützen, „Jugenderholung“ zu Hause zu umzusetzen, für Fragen und Tipps stehen wir Ihnen und Euch als pädagogische Fachkräfte telefonisch zur Seite. Einfach anrufen:

Dienstag und Donnerstag, 16:00-18:00 Uhr

Telefon: 040. 251 20 55


Ulrike Kutsch (Geschäftsführung, pädagogische Leitung) und
Beate Brandl (Sozialpädagogin)



Nächste Seite: „Ideen für die Spiel- und Freizeit“

Ideen für die Spiel- und Freizeit

Küche/kochen/backen/essen

- **Brezeln backen:** Knete 800 g Mehl, 500 ml lauwarmes Wasser, 2 TL Zucker, 1 zerbröselten Würfel frische Hefe, ½ TL Salz und 50 g Butter zu einem Teig. Dann lässt du den Teig für 30 Minuten an einem warmen Ort gehen, bis er sich verdoppelt hat. Im Anschluss teilst du den Teig in 8 Stücke und lässt sie nochmals 20 Minuten abgedeckt ruhen. Heize den Ofen auf 200°C vor. Rolle die Teigstücke in Würste und forme Brezeln daraus. Bringe 2 Liter Wasser mit 80 g Natron zum Kochen. Bade die Brezeln nacheinander für 30 Sekunden von beiden Seiten im Natronwasser. Mit einem Schaumlöffel nimmst du die Brezeln aus dem Wasser und setzt sie auf ein Blech mit Backpapier. Bestreue die Brezeln mit Salz oder Sesam und backe sie für 20 bis 30 Minuten im Ofen goldbraun.
- 
- **Rhabarber Crumble:** Den Backofen auf 190°C vorheizen. 400 g Rhabarber in 1,5 cm große Würfel schneiden und mit 100 g Zucker und 1 EL Speisestärke vermengen. Für die Streusel in einer anderen Schüssel 75 g zarte Haferflocken, 50 g Mehl, 75 g Zucker und 1 Prise Salz mischen. 75 g kalte Butter in Würfeln dazugeben und mit den Fingern zu Streuseln verarbeiten. 3 EL Mandelhobel dazugeben und nochmals kurz durchkneten. Rhabarberwürfel mit 100 g tiefgekühlten Himbeeren in eine Auflaufform geben und die Streusel darüber geben und für 40 Minuten in den Backofen backen. Falls die Streusel zu dunkel werden, legst du etwas Alufolie auf den Crumble.

Bewegung

- **Draußen: Fotografie-Spiel**
Eine Person spielt die Kamera, die andere den*die Fotograf*in. Die Kamera schließt die Augen und wird von der fotografierenden Person durch den Park geführt. An einer Stelle bleiben beide stehen, der*die Fotograf*in sagt „Klick“. Daraufhin öffnet die Kamera kurz die Augen und versucht sich das Gesehene zu merken. Dann geht es zum nächsten Shooting-Ort. Nach drei Fotos wird getauscht.
- **Draußen: Hannes aus der Knopffabrik**
Es wird ein Spruch aufgesagt. Am Ende wird vorgegeben, mit welchem Körperteil ein Knopf gedreht werden soll. Diese Bewegungen werden beibehalten, so dass nach der achten Strophe der ganze Körper wackelt. <https://www.taps-kindersport.de/hannes-in-der-knopffabrik/>
„Hey, ich heiße Hannes, hab ne Frau und vier Kinder und ich arbeite in einer Knopffabrik. Eines Tages kommt mein Chef und fragt: Hannes, haste Zeit? Ich sag: Jo. Dann dreh den Knopf mit...
... der linken Hand.
... der rechten Hand.
... dem linken Fuß.
... dem rechten Fuß.
... dem Kopf.
... dem Po.
... der Zunge.“



Für den Kopf

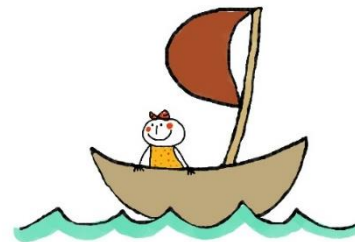
- **Kimspiel:** Lege verschiedene Gegenstände auf einen Tisch. Entweder ihr sucht euch eine Kategorie aus (z. B. Badezimmer), oder ihr sucht euch Gegenstände aus der ganzen Wohnung zusammen. Je mehr Gegenstände ihr auf den Tisch legt, desto schwieriger wird es. Dann geht

eine Person aus dem Raum raus. Eine andere Person nimmt nun einen Gegenstand vom Tisch und ruft die Person, die rausgegangen ist, wieder rein. Diese Person muss nun erraten, welcher Gegenstand fehlt. Natürlich könnt ihr die Schwierigkeit erhöhen, z. B. indem ihr Gegenstände dreht oder auf einen anderen Platz legt.

- **Käsekästchen:** Ihr spielt zu zweit gegeneinander mit zwei unterschiedlich farbigen Stiften und einem karierten Papier. Zuerst zeichnet ihr euer Spielfeld (10x10 Kästchen). Jede Person wählt eine Stiftfarbe. Lost aus, wer beginnt. Euer Ziel ist es, so viele Kästchen wie möglich in eurer Farbe zu umranden. Spieler*in 1 beginnt und zeichnet die Linie eines Kästchen nach. Dann ist Spieler*in 2 dran. Dies geht so Runde für Runde. Wird ein Kästchen erobert, das heißt, dass ein*e Spieler*in die letzte Kante eines Kästchens anmalt, wird ein Kreuz in die Mitte des Kästchen gesetzt. Am Rand müssen nur drei Kanten nachgemalt werden, in den Ecken sogar nur zwei, da die Feldbegrenzung nicht nachgezeichnet werden kann. Wer ein Kästchen schließt, muss eine weitere Kante anmalen. Wer am Ende die meisten Kästchen in der eigenen Farbe erobert hat, gewinnt die Runde. Alternativ könnt ihr auch Variante 2 spielen. Hier gewinnt, wer das letzte Kästchen erobert.

Basteln und Kreatives

- **Strickliesel basteln:** Klebe vier Eisstiele an eine Toilettenpapierrolle so dass sie ca. 3 cm überstehen. Nun brauchst du nur noch etwas Wolle und eine Holznaedel oder ein Holzspieß. <https://www.ekulele.de/diy-strickliesel-selber-machen/>
- **Boot aus Korken:** Lege drei Korken nebeneinander. Nun brauchst du zwei Gummibänder, die du oben und unten um die Korken spannst, so dass ein kleines Floß entsteht. In den mittleren Korken steckst du einen Zahnstocher, an dem du eine selbstgebastelte Flagge hissen kannst. Fertig ist dein Mini-Boot, das mit dir in die Badewanne kann.
- **Traumfänger aus CDs:** Richtig gelesen! Aus CDs lassen sich wunderschöne Federn basteln. <https://www.ellamattsson.de/traumfaenger-aus-cd/>



Träume/Ruhe/Entspannen

- **Mandalas malen** kann sehr entspannend sein. Entweder malt ihr euch selbst eine Vorlage oder ihr druckt euch eine aus dem Internet aus: <https://www.mandala-bilder.de/entspannung-mandalas.html>.