

Wie liebevolle Worte Frust in der Erziehung verwandeln können

Erziehungsexpertin Nicola Schmidt erklärt, wie vier einfache Worte in Streitigkeiten mit Kindern Wunder wirken können.

Kassel – Die Erziehung von Kindern ist eine kleine Abenteuerreise, die häufig von intensiven Gefühlen begleitet wird – mal überwältigend, mal herausfordernd und manchmal sogar frustrierend. In einem kürzlich geteilten Beitrag hat die Autorin und Erziehungsexpertin Nicola Schmidt einige Gedanken über die Herausforderungen und Freuden des Elternseins geäußert. Sie zeigt auf, dass es nicht nur normal ist, an die eigenen Grenzen zu stoßen, sondern auch wichtig, wie man damit umgeht. Ihre Erkenntnis? Vier einfache Worte können den Umgang mit den kleinen Lieblingen in schwierigen Momenten entscheidend beeinflussen.

In ihrer Aussage auf sozialen Medien gibt Schmidt einen praktischen Ratschlag, der auf ihrer eigenen Kindheit basiert: „Sag deinem Kind einmal am Tag, dass du es lieb hast. Außer, wenn es dir wirklich auf die Nerven geht. Dann sag es ihm zweimal“. Diese Worte, so erklärt sie, stammen aus ihrer Erinnerung an die Erziehung durch ihre eigene Mutter. Diese hatte ihr in stressigen Zeiten oft gesagt: „Kind, du gehst mir heute entsetzlich auf die Nerven. Was ist los? Ich glaube, ich muss dir mal sagen: Ich hab dich lieb!“ Hier zeigt sich das Potenzial, inmitten von Konflikten über Erziehung und Verhalten eine liebevolle Verbindung aufrechtzuerhalten.

Die Kunst der Kommunikation

Schmidt geht darauf ein, dass Kinder häufig die Emotionen ihrer Eltern widerspiegeln. Ein hohes Stresslevel der Eltern kann sich direkt auf das Kind übertragen, was die Situation noch belastender macht. Stattdessen, so betont die Expertin, sei es entscheidend, dem Kind nicht das Gefühl zu geben, dass es schlecht funktioniert oder schwierige Momente auslöst. Frustration gehört zweifelsohne zum Alltag, doch die Kommunikationsweise kann einen großen Unterschied machen.

Schmidt erläutert, wie sie während der Erziehung ihrer eigenen Kinder gelernt hat, ihre Gefühle klar auszudrücken. Anstatt dem Kind bloß zu sagen, dass die Situation nervig ist, begann sie, ihre Gedanken anders zu formulieren: „Uff, ich finde das zwischen uns heute echt anstrengend! Komm mal her, ich muss dir dringend sagen: ich hab dich lieb!“ Diese Strategie führte dazu, dass sie viel schneller wieder zueinander fanden und als Team agieren konnten, anstatt sich gegenseitig in die Quere zu kommen.

Die wichtigen ersten Jahre im Leben eines Kindes sind entscheidend für dessen Persönlichkeitsentwicklung. In dieser Phase gibt es drei wesentliche Krisen, die für jede Kindheit prägend sind. Schmidt erkennt, dass die Art und Weise, wie Eltern in solchen Momenten kommunizieren, maßgeblich dazu beitragen kann, die Bindung zum Kind zu stärken und die Erziehung positiv zu gestalten.

Nicola Schmidt ist die Gründerin des Projekts „artgerecht“, das Eltern unterstützt, indem es ihnen mit Kursen, Büchern und Gemeinschaftsangeboten hilft. Ihr Ansatz basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und soll den Elternwerkzeugen an die Hand geben, um eine harmonische Erziehung zu fördern. Ihre Bücher, einschließlich „Der Elternkompass“, bieten wertvolle Einblicke in moderne Erziehungsmethoden und -strategien.

Die Erkenntnisse von Schmidt zeigen eindrucksvoll, wie wichtig es ist, in belastenden Erziehungssituationen emotional präsent

und im Einklang mit den eigenen Gefühlen zu sein. Indem Eltern die Initiative ergreifen und ihre Liebe ausdrücken – auch wenn die Nerven gespannt sind –, schaffen sie eine Atmosphäre, in der Verständnis und Zusammenhalt gedeihen können. So können sie gemeinsam die Herausforderungen des Verparentens meistern.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de