



Direktion Schule und Sport
Schulgesundheitsdienst
 Bahnhofplatz 7
 Postfach
 9001 St.Gallen
 Telefon 071 224 54 36
 Telefax 071 224 51 40
 schulpsychologie@stadt.sg.ch

Merkblatt Gewalt verhindern

Dieses Merkblatt will aufzeigen, wie Sie als Eltern Gewalttätigkeit bei Ihren Kindern erkennen und verhindern können. Über Ihre Erziehung können Sie bei Ihren Kindern erreichen, dass diese lernen, ihre Konflikte anders als mit Gewalt zu lösen. Sie können Ihre Kinder zu friedfertigen und starken Menschen erziehen, welche für die Gesellschaft eine Bereicherung sind.

Wenn Sie glauben, Ihr Kind ist auf dem Weg gewalttätig zu werden, sind Sie gefordert, etwas dagegen zu unternehmen.

- **Wie können Sie als Eltern erkennen, ob Ihr Kind gefährdet ist, gewalttätig zu werden?**

Anhand der folgenden Punkte können Sie eine Gefährdung erkennen:

- Verhaltensprobleme wie Konzentrationsschwierigkeiten, Unruhe und Rastlosigkeit
- Stehlen, Lügen, Betrügen, Hinterlist
- schlechte Schulleistungen
- negative Einstellung zu Schule, Erwachsenen, Lehrerinnen und Lehrern
- Ablehnung durch Gleichaltrige
- aggressives Verhalten

Wenn Ihr Kind solche Verhaltensweisen zeigt oder Sie allgemein über die Entwicklung Ihres Kindes beunruhigt sind, suchen Sie die Unterstützung einer Beratungsstelle.

Für die Erziehung Ihrer Kinder zu friedvollen und konfliktfähigen Menschen können die folgenden Hinweise nützlich sein.

- **Ihr Kind muss geführt werden**

Ein Kind muss erzogen und geführt werden, um sich in der Gesellschaft behaupten und in die Gemeinschaft einfügen zu können. Sie als Eltern sind gefordert, Ihr Kind zu einem gesellschaftsfähigen Menschen zu erziehen. Ihre Familie ist die erste Gemeinschaft, in der das Kind diese Fähigkeiten lernen kann und muss.



Als Erstes müssen Sie *Regeln setzen*, das heisst, feste Vorschriften machen und den Tag für sich und Ihre Kinder nach den erforderlichen Kriterien einteilen und organisieren. Ihre Kinder sollen bestimmte Aufgaben im Haushalt übernehmen (Ämtli).

Dann brauchen die Kinder Ihre *Beaufsichtigung*. Sie als Eltern müssen wissen, wo sich Ihr Kind aufhält, was es mit wem tut. Nur so können Sie das Einhalten von Vereinbarungen überprüfen.

Folglich müssen Sie Ihre Kinder *kontrollieren*, das heisst, Sie müssen belohnen oder bestrafen, und zwar so, dass es Wirkung zeigt. Haben Sie aber auch Vertrauen in Ihre Kinder und reagieren Sie nicht zu früh mit Klagen und Tadeln. Um Ihre Kinder zu kontrollieren, müssen Sie selbst konsequent und diszipliniert sein.

- **Ihr Kind muss stark und kompetent werden**

Wichtig ist, dass Sie Ihrem Kind ein gutes Selbstwertgefühl vermitteln. Loben Sie Ihr Kind, wenn es etwas gut gemacht hat. Lob muss ehrlich und echt sein, um anzukommen. Äussern Sie Kritik nur sehr sparsam und auf geschickte Weise, indem Sie dem Kind Möglichkeiten zur Verbesserung sagen. So wird Ihr Kind nicht entmutigt.

Geben Sie Ihrem Kind das Gefühl, dass es mit seinem Verhalten Einfluss auf seine Umgebung nehmen kann und lassen Sie es entsprechend seinem Alter Entscheidungen treffen. Zeigen Sie ihm, dass alles, was es tut oder sagt, bestimmte Auswirkungen hat, und dass immer jeder selbst diese Auswirkungen zu tragen hat.

- **Selbständigkeit und Zutrauen**

Trauen Sie Ihrem Kind dem Alter entsprechend genügend zu. Daran kann es wachsen und es wird auch lernen, sich selbst etwas zuzutrauen. Wenn etwas nicht auf Anhieb gelingt, wird es das Kind erneut versuchen, bis es Erfolg hat. So kann das Kind selbständig werden und Vertrauen in die eigene Stärke bekommen.

Fordern Sie also Ihr Kind, aber überfordern Sie es nicht. Ein ständig überfordertes Kind resigniert und sieht sich als Versager, zieht sich zurück und verzweifelt.

- **Werte vermitteln und Normen setzen**

Sagen Sie ganz klar, was für Sie zählt und was Sie wollen, und verhalten Sie sich auch selbst so, wie Sie es von Ihren Kindern verlangen. Durch Ihr Vorbild vermitteln Sie Ihrem Kind die Werte, die wichtig sind für das Leben in unserer Gemeinschaft. Nur wenn Sie selbst Mitgefühl, Gerechtigkeitsempfinden, Selbständigkeit, Mut, Ehrlichkeit, Dankbarkeit, Freundlichkeit und Toleranz zeigen (um nur ein paar wesentliche Werte zu nennen), können auch Ihre Kinder dies lernen.

Geben Sie Ihren Kindern klare Orientierungspunkte und markieren Sie Grenzen. Wenn Sie das nicht tun, verlieren sich Ihre Kinder in der heutigen Welt, wo es so viele Möglichkeiten und Attraktionen gibt.



- **Seien Sie konsequent**

Wenn Sie etwas verlangen, müssen Sie das Verlangte in jedem Fall durchsetzen. Nur dann sind Sie glaubwürdig und werden von Ihren Kindern auch ernst genommen. Es ist deshalb sehr wichtig, nur das zu verlangen, was Sie auch in der Lage sind durchzusetzen.

Wenn Sie Ihrem Kind alle Wünsche erfüllen und alle Freiheiten lassen, führt dies nur zu Abhängigkeit, Orientierungslosigkeit, Unselbständigkeit und emotionaler Verwahrlosung bei mangelnder Belastbarkeit.

Eine konsequente Haltung und das Durchsetzen von Forderungen kann manchmal auch Zwang bedeuten. Erzwingen eines bestimmten Verhaltens erfordert Stärke und Klarheit der Erziehenden. Sie müssen ganz genau wissen, worum es Ihnen geht und dass das erwartete Verhalten für Ihr Kind ein bedeutsames Ziel ist.

- **Konfliktfähigkeit**

Konflikte sind Teil des Lebens und entstehen immer und überall, ihnen auszuweichen ist unmenschlich und schädlich. Deshalb ist es nützlich, wenn man sich mit den anstehenden Konflikten angemessen auseinandersetzt. Wie das geht, können Eltern ihren Kindern zeigen, indem sie mit den Menschen in ihrer Umgebung anständig umgehen, unterschiedliche Bedürfnisse auf freundliche Art verhandeln, so dass Lösungen entstehen, die für die Beteiligten in Ordnung oder mindestens tragbar sind.

- **Bestätigen der Einzigartigkeit**

Ihr Kind wird sich mit anderen vergleichen, um etwas auch zu dürfen oder zu bekommen. Lassen Sie sich davon nicht verführen, sondern sagen Sie Ihrem Kind, dass es nicht gleich sein soll, wie die anderen, sondern dass es anders und einzigartig ist. Dies berechtigt es aber nicht dazu, eingebildet zu sein. Es soll trotzdem anpassungsfähig und verständnisvoll sein.

- **Durchsetzung**

Lernen Sie Ihr Kind, dass es sich durchsetzen darf, wenn seine Bedürfnisse und Wünsche gerechtfertigt und angemessen sind und es damit niemandem schadet. Seien Sie ihm Vorbild bei seinem Durchsetzungsvermögen.

Es muss lernen, sich auf höfliche und rücksichtsvolle Art durchzusetzen oder zu wehren, wenn es angebracht ist. Ihr gutes Vorbild zeigt sich im Umgang mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin und mit allen anderen Menschen sowie der ganzen Umwelt.

- **Verständnis und Veränderung**

Wenn Ihr Kind sich nicht wie gewünscht verhält, versuchen Sie zuerst sein Verhalten zu verstehen, sagen Sie ihm aber auch sehr klar, dass Sie dieses Verhalten nicht akzeptieren. Zeigen Sie ihm Möglichkeiten auf, das Verhalten zu ändern. Je eher Sie ihm das richtige Verhalten zeigen, um so leichter kann es dieses lernen.



Ein Kind mit genügend Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen, mit Einfühlungsvermögen, Konfliktfähigkeit und einer gesunden Durchsetzungskraft kann anderen friedfertig begegnen und braucht keine Gewalt anzuwenden. Es kann gegenüber den anderen freundlich, ehrlich und mitfühlend sein, gut für sich selbst schauen und seine Ziele verfolgen. Dabei ist es stark auf Sie als Eltern angewiesen, da zuerst Sie es sind, die es auf diesem Weg führen und begleiten.

