



erziehen erziehen

>> sich nicht ziehen lassen <<



**Bestimmt auftretende
Eltern erziehen
erfolgreicher, denn ...**

- sie besitzen keine Furcht vor Konflikten
- sie verbringen viel gemeinsame Zeit mit ihren Kindern
- sie stellen eindeutige Forderungen und geben klare Anweisungen
- sie bestimmen die Regeln und halten deren Folgen konsequent durch
- sie bestärken positives Verhalten mit Lob und Belohnung
- sie nehmen ihre Vorbildfunktion wahr
- sie können menschliche Wärme und Zuneigung zeigen
- sie verwöhnen ihre Kinder weder materiell noch gefühlsmässig
- sie sind mit zunehmendem Alter des Kindes zu Verhandlungen bereit
- sie haben die Grösse, von einer Regel abzuweichen, falls eine bessere gefunden wurde
- sie haben nicht das Gefühl, überperfekt sein zu müssen



Es wurde wissenschaftlich nachgewiesen, dass Kinder von bestimmt auftretenden Eltern (responsive and demanding) im Unterschied zu vernachlässigendem, autoritärem und nachgiebigem Erziehungsstil bessere Schulleistungen, höhere Schullust und bedeutend geringere Delinquenz aufweisen.
(Steinberg, L. u. a.; Over time Changes in Adjustment and Competence among Adolescents from Authoritative, Authoritarian, Indulgent and Neglectful Families; Child Development 65, Nr. 3; 1994.)

Wir unterstützen Sie bei ...

- disziplinarischen Schwierigkeiten
- auffälligem Sozialverhalten Ihres Kindes
- allgemeinen Erziehungsfragen
- schwierigen Familiensituationen
- finanziellen Nöten
- Konflikten mit der Schule
- allgemeinen Fragen rund um die Schule
- der Suche nach bestimmten Beratungs- und Fachstellen
- Kontakten mit Behörden

Kontaktadresse:

Schulgesundheitsdienst
Schulsozialarbeit Primarstufe
Bahnhofplatz 7
9001 St.Gallen
Telefon 071 224 54 36
Telefax 071 224 51 40
schulsozialarbeit.ps@stadt.sg.ch

© 2006 Schulgesundheitsdienst Schulsozialarbeit Primarstufe der Stadt St.Gallen
Dieses Merkblatt enthält Zitate aus der Broschüre „Erziehung“ des Schulpsychologischen Dienstes des Kantons St.Gallen (Erziehungsregeln) und der Website www.familienhandbuch.de (bestimmt auftretende Eltern) sowie Anregungen aus Vorlesung Päd. Psychologie (Elterliche Kompetenzen), Hofer, M., Mannheim.
Übersetzungen: Diese Publikation kann unter www.schulsozialarbeit.stadt.sg.ch als PDF Datei in den folgenden Sprachversionen heruntergeladen werden: Albanisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Portugiesisch, Serbokroatisch, Spanisch, Tamil, Türkisch, Vietnamesisch sowie u. U. weiteren Sprachen.

Weitere Informationen und Beratungsstellen

Schulsozialarbeit Oberstufe:
Ansprechpersonen finden Sie in allen
Oberstufenschulhäusern der Stadt St.Gallen
schulsozialarbeit.os@stadt.sg.ch

www.sanktgallernetz.ch

Hier finden Sie Informationen über:

- Selbsthilfe- und andere Organisationen
- Krabbel- und Spielgruppen
- MuKi Gruppen
- Kinderkrippen und Pflegefamilien
- Sport-, Kultur- und Freizeitvereine
- etc.

Infos zu Tageshorten:

Schulamt Stadt St.Gallen
Familienergänzende Betreuung
Neugasse 25
9004 St.Gallen
Telefon 071 224 51 17
Telefax 071 224 54 88
betreuung@stadt.sg.ch

Schulpsychologischer Dienst
der Stadt St.Gallen
Bahnhofplatz 7
9001 St.Gallen
Telefon 071 224 54 36
Telefax 071 224 51 40
schulpsychologie@stadt.sg.ch
www.stadt.sg.ch

Orientierung

...in orientierungsloser Zeit



Kampagne "Stark durch Erziehung" - Ein Projekt des Schweizerischen Bundes für Elternbildung SBE
Idee und erstmalige Veröffentlichung: Jugendamt der Stadt Nürnberg, Kampagne Erziehung im Bündnis für Familie, gefördert durch das bayerische Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen

► Tagesstruktur

Sorgen Sie für einen geregelten Tagesrhythmus.
Gemeinsame Essenszeiten in der Familie sind wichtig.

► Schlaf

Während der Primarschulzeit sind 8-10 Stunden Schlaf meist das Minimum. Bettzeiten für Unterstufe sind spätestens 20 Uhr, für die Mittelstufe spätestens 21 Uhr.
Führen Sie Gewohnheitsrituale ein, für die Sie sich Zeit nehmen, z. B. Pyjama anziehen, Zähne putzen, Gute Nacht Geschichte, Gute Nacht Kuss, Licht löschen.

► Hausaufgaben

Lösen Sie keine Hausaufgaben für das Kind, aber sorgen Sie für einen hellen, ungestörten Arbeitsplatz. Kontrollieren Sie ab und zu, ob Ihr Kind arbeitet und ob es seine Hausaufgaben ordnungsgemäss erledigt. Schicken Sie es in die Schule, falls Unterlagen fehlen und helfen Sie nur, indem Sie Fragen beantworten. Zusätzliches Üben ist zwar sinnvoll, sollte aber mit der Lehrperson besprochen werden. Das Zeitbudget für die Erledigung der Hausaufgaben soll nicht unbegrenzt sein. Sinnvoll sind je nach Altersstufe zwischen 1/2 bis 1 1/2 Std. täglich. Nach Schulschluss ist folgender Ablauf empfehlenswert: Erzählen lassen, Interesse zeigen und Fragen stellen – Zvieri essen – Hausaufgaben erledigen – Freizeit verbringen.

► Betreuung, Zeit

Das Erziehen von Kindern geht nicht ohne Investition von Zeit. Dazu gehört miteinander reden, etwas gemeinsam unternehmen und spielen. Wer zu wenig Zeit für sein Kind aufbringt, kann dieses Manko weder durch Verwöhnen noch durch Geschenke kompensieren.
Achten Sie darauf, wo und mit wem Ihr Kind seine Freizeit verbringt und vereinbaren Sie gemeinsam, bis wann es spätestens wieder zu Hause sein muss.



▶ Regeln, Abmachungen

Ohne verbindliche Regeln (Leitlinien), auf die sie sich verlassen können, werden Kinder oft haltlos, können Ängste entwickeln, besonders provozierend oder tyrannisch werden. Ein Nein ist und bleibt ein NEIN! Deshalb überlegen Sie sich zuerst, ob Sie nein sagen wollen und drohen Sie nie mit Konsequenzen, die Sie nicht einhalten können/wollen. Unterstützen Sie Ihren Partner/Ihre Partnerin bei der Erziehung. Unstimmigkeiten nützen Kinder gerne aus. Führen Sie in der Familie und im Haushalt Ämtli ein und halten Sie die Kinder zur täglichen Mitarbeit an.

▶ Freizeitgestaltung

Ihr Kind soll ein Hobby haben und mit ausgewählten Kameraden die Freizeit verbringen. Musik, Sport, Teilnahme in Jugendvereinen, Basteln und Ähnliches sind gute Freizeitbeschäftigungen.

▶ Ausgehen

Unter 12 Jahren soll der Ausgang eine Ausnahme sein. Bei 12 bis 14 Jährigen werktags kein Ausgang, jedoch am Wochenende bis 21 Uhr. Mit Jugendlichen die Zeiten aushandeln! (Unter der Woche eher zurückhaltend, am Wochenende bis 22 Uhr, einmal pro Monat darf es später werden.) Es gilt, was Sie mit Ihrem Kind abmachen und nicht etwa, was das Kind von anderen Familien erzählt.

▶ Fernsehen, Computer, Handy

Der TV ist kein Babysitter! Man lernt übrigens durch Fernsehen die Sprache nicht. Kinder sollen höchstens 1 Stunde täglich vor dem Bildschirm sitzen (inkl. PCGames, Nintendo, Handy Spiele etc.). Erlauben Sie nur bestimmte Sendungen. Weder freier Videokonsum noch unkontrollierter Internetzugang. Ein Kind braucht prinzipiell kein Handy und wenn, dann nur mit Prepaidkarte.

▶ Ernährung

Ihr Kind braucht ein gutes Frühstück, gesundes Essen sowie einen Znüni und Zvieri. Süssigkeiten und Süssgetränke sind zu vermeiden. Im Kleinkindalter wenig Fruchtsäfte (Zähne!). Alkohol in jeglicher Form ist für Kinder tabu. Setzen Sie sich durch, wenn Ihr Kind beim Essen wählerisch und heikel wird. Beschränken Sie das Essen und überwachen Sie Naschen zwischendurch.

▶ Bewegung

Körperliche Bewegung fördert die geistige Leistungsfähigkeit und hält gesund. Bewegung kann entscheidend dazu beitragen, nicht übergewichtig zu werden.

▶ Marken- und andere Zwänge

Ihr Kind muss nicht alles haben und die gleichen Marken wie alle anderen tragen. Nachmacherei stärkt keineswegs die Persönlichkeit, sondern reduziert sie auf Äusserlichkeiten und Materialismus.

▶ Taschengeld

An sich ist Sackgeld überflüssig. Es besteht die Gefahr, dass Unnötiges gekauft wird. Viel mehr soll damit ein häuslicher Umgang geübt werden. Anhaltspunkte: Unterstufe wöchentlich höchstens Fr. 2.-; Mittelstufe höchstens Fr. 5.-; Oberstufe mehr, je nach damit verbundenen Pflichten.

▶ Ordnung, Zuverlässigkeit

Ordnung ist das halbe Leben. Ordnung und Disziplin sind wichtig, auch und gerade für das schulische Lernen.

▶ Gewalt

Demütigen Sie niemals. Werden Sie nicht Opfer der negativen Verstärkungsfalle, welche unausweichlich zu schädlichen Disziplinärexzessen führt. Sie können nur erwarten, dass Ihr Kind andere Mittel der Auseinandersetzung kennen lernt, wenn Sie sie ihm vorleben. Falls Sie trotzdem die Geduld verlieren: Bitte zuerst nachdenken und dann handeln.

▶ Zusammenarbeit von Eltern und Schule

Übernehmen Sie Mitverantwortung sowohl für das Verhalten als auch für die Leistung Ihres Sohnes/Ihrer Tochter in der Schule. Ahnden Sie Fehlverhalten auch zuhause. Fragen Sie nach, wenn Ihr Kind über Lehrpersonen oder Kameraden schimpft: „...und was hast du gemacht?“ Stärken Sie damit die Selbstverantwortung des Kindes.

▶ Überbehütung, Verwöhnung

Ihr Kind ist nicht Ihr Partner. Sie sind Chef/in. Wenn Sie sich an Ihr Kind klammern, behindern Sie die gesunde Entwicklung von Selbstvertrauen, Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit.

▶ Werte, Normen

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind die Regeln, welche in der Gesellschaft gelten, einhält. Erklären Sie ihm, was Ihnen besonders wichtig ist: Anstand, Respekt, keine Gewalt, gemeinschaftliche Einordnung, Toleranz, Achtung von Eigentum, Ehrlichkeit, kein Alkohol, nicht Rauchen, keine Drogen, keine Kriminalität, Bescheidenheit.

