

Erste Hilfe, wenn mein Kind nicht in die Schule will!

Folgende bewusst ausgeführten Schritte können dir im ersten Moment helfen die Situation zu Entspannen & helfen dir zu Agieren (d.h. Ich handle bewusst! Ich durchbreche meine Gewohnheiten & bin Mutich) statt einfach nur z.B. mit Schreien, Unverständnis zu reagieren, wie ein hilfloser, fern- und nur emotionsgesteuerter Roboter. JETZT ist dein kreativer & antwortfindender Lösungswille gefordert:

- 1.) min. **3x** tief Durch**ATMEN** ... gib dir/euch die Zeit und wenn notwendig, zieh dich kurz zurück, um mutig dein ICH, das DU deines Kindes & euer WIR zu erkunden.
- 2.) **ICH:** Was brauche ich JETZT? Welches Bedürfnis habe ich? Worum geht's mir wirklich?
- 3.) **DU:** Was braucht mein Kind? Welches Bedürfnis hat mein Kind? Worum geht es ihm?
Was denke ich darüber?
- 4.) Formuliere für dich **DEINE** klare **Absicht**. Was ist für dich OK? Was ist für dich nicht OK?
- 5.) **Fakten:** Du hast Kopfkino, dann beantworte dir folgende Fragen & beobachte dich selbst:
 - Was kann im schlimmsten Fall passieren?
 - Was denke/mache ich, wenn es nicht so läuft, wie ich denke das es zu laufen hat?
 - Was kann ich tun, um mein Kind besser zu verstehen?
 - Was bringt für mich & mein Kind Entspannung?
 - Wer kann mir JETZT kurz dabei helfen Klarheit zu gewinnen?
- 6.) **Authentische Begegnung** (beinhaltet für mich: Ich bin bereit von & mit dir zu lernen!):
„Ich möchte dich gern besser verstehen, damit wir eine Lösung finden können, die für uns beide passt. Ich weiß gerade keine! Du? Was brauchst du gerade? Was ist für dich in der Schule schwierig?“
- 7.) **Zuhören** mit dem Vertrauen & der **inneren Haltung:** „Ich vertraue, dir & mir, dass wir einen Weg finden, den wir beide mit Freude & Zufriedenheit gehen wollen! Du bist gut so wie du bist! Ich liebe dich! Ich lerne, wie ich diese Situation entspannt lösen kann!“
- 8.) **AnNEHMEN was kommt!!!** tief & langsam **ATMEN...**
- 9.) **WIR: Verhandlung & gemeinsame Lösungsfindung** in der beide aktiv beteiligt sein wollen. Ansonsten brauchst du & dein Kind gerade eine **AusZEIT** ☺ ...
 - Punkte die deinem Kind wichtig sind aufgreifen. „OK, das... ist dir gerade wichtig! Was brauchst du, damit du wieder entspannt in die Schule gehen kannst?“ „Ich brauche z.B. eine verbindliche Vereinbarung auf die ich mich verlassen kann!“