



DIE DREI AUTONOMIEPHASEN

Inputreferat aus beziehungsorientiertem Blickwinkel

Referentin: Silvia Zwick, verzwickt GmbH

INPUTREFERAT DIE DREI AUTONOMIEPHASEN

- Begrüssung und Kurzportrait
- Grundsätze der Beziehungsorientierung
- Das Haus der Werte von Jesper Juul – kurz und knapp erklärt
- Hirnentwicklung
- Autonomiephasen und Ableitungen für unser Handeln
- Austausch im Plenum
- Abschluss und Verabschiedung

KURZPORTRAIT SILVIA ZWICK

- Beziehungsorientierte Familienberatungen
- Systemische Coach für Privat- und Führungspersonen
- Workshops, Elternseminare und Inputreferate zur Haltung von Jesper Juul in Verbindung mit der gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg
- Beratung und Vertrieb von proWIN-Produkten
- Mutter von drei Kindern (2016, 2018, 2021) und Ehefrau

GRUNDSÄTZE DER BEZIEHUNGSORIENTIERUNG

- Es gibt im Themengebiet «Erziehung» etliche Strömungen.... Da gibt es z.B.:
 - Autoritäre Kindererziehung
 - Laisser-Faire
 - Die neue Autorität
 - Bedürfnisorientierung
 - Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg
 - Haltung von Jesper Juul / Familylab

GRUNDSÄTZE DER BEZIEHUNGSORIENTIERUNG

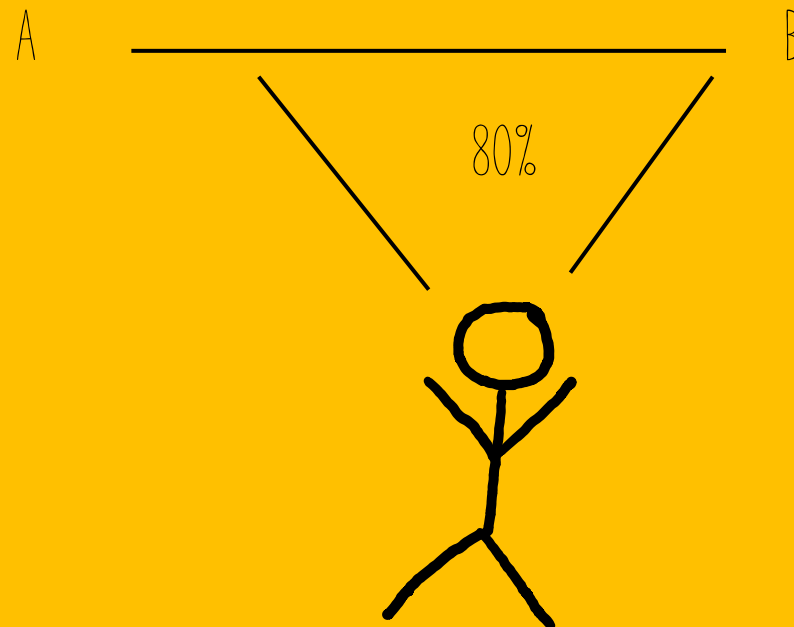
- Keine Methode - eine Haltung
- Kein Gehorsam - Verantwortung
- Keine Rollenspiele - persönliche Werte

GRUNDSATZ VON ERZIEHUNG ZU BEZIEHUNG

Erziehung

= man möchte das Kind anders haben, als es ist

= man möchte das Kind von A nach B bringen



GRUNDSATZ VON ERZIEHUNG ZU BEZIEHUNG

Beziehung

= es geht um dich, um mich und um unsere Beziehung

= Ich muss mir meinen Gefühlen bewusst sein und mich und andere sehen

Die Verantwortung für die Qualität der Beziehung liegt bei demjenigen, der mehr Macht hat.

GRUNDSATZ VON ERZIEHUNG ZU BEZIEHUNG

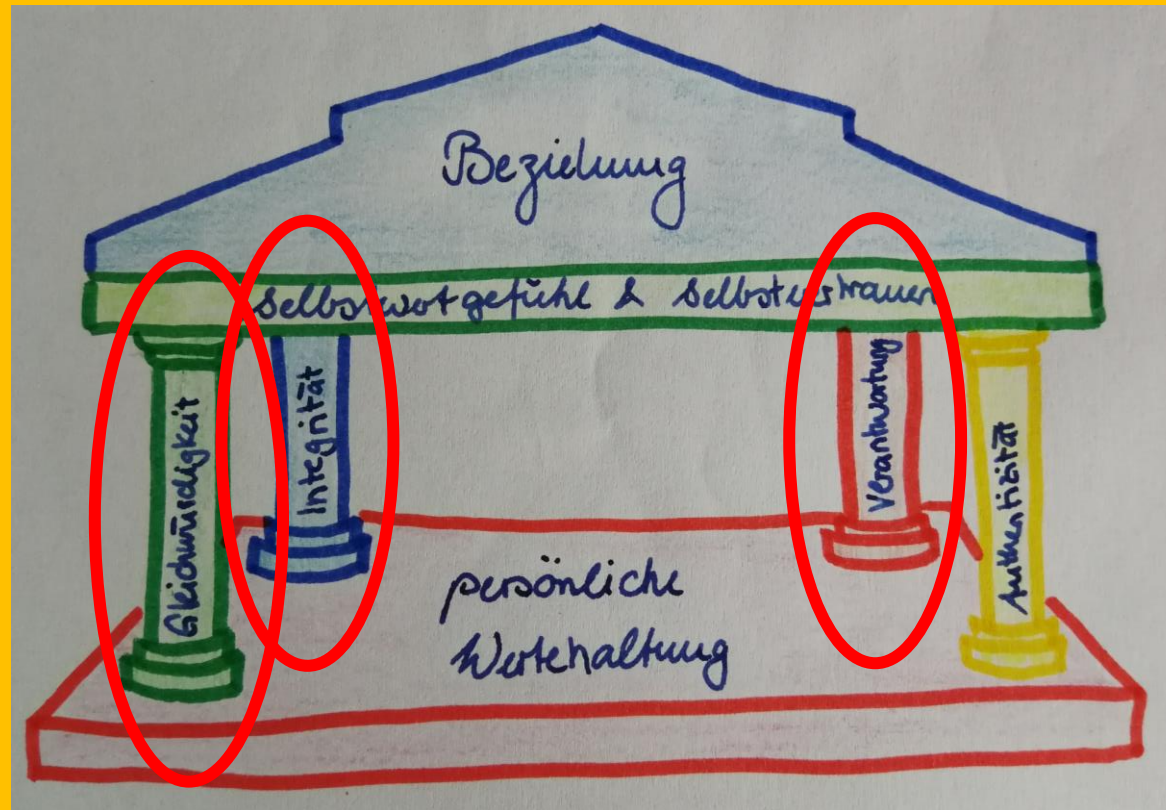
Beziehungskompetenz:

Ein Kind wahrnehmen, so wie es ist und das eigene Verhalten darauf ausrichten, ohne die Führung aufzugeben und die Fähigkeit, authentisch im Kontakt zu sein

GRUNDSATZ VON ERZIEHUNG ZU BEZIEHUNG



DAS HAUS DER WERTE NACH JESPER JUUL



- Wunsch / Lust / Bedürfnis
- Kooperation
- Aggression
- Lob / Belohnung vs. Anerkennung
- Dialog und persönliche Sprache
- Grenzen setzen / Bestrafen und Konflikt
- Schuld und Scham

DEFINITION DER WERTE

Gleichwürdigkeit

= von gleichem Wert und mit demselben Respekt gegenüber der persönlichen Würde und Integrität des Gegenübers

= gesehen, gehört und ernstgenommen werden

= auf Augenhöhe unterwegs sein

~~=~~ Gleichheit; nicht: gleiches Recht für alle!

DEFINITION DER WERTE

Integrität

= Wahrung der eigenen Persönlichkeit

= körperliche, psychische und soziale Unversehrtheit

=> Wächst, wenn meine Grenzen gewahrt / Bedürfnisse respektiert werden. So fühle ich mich gesehen!

DEFINITION DER WERTE

Verantwortung

Soziale Verantwortung

= Verantwortung gegenüber anderen

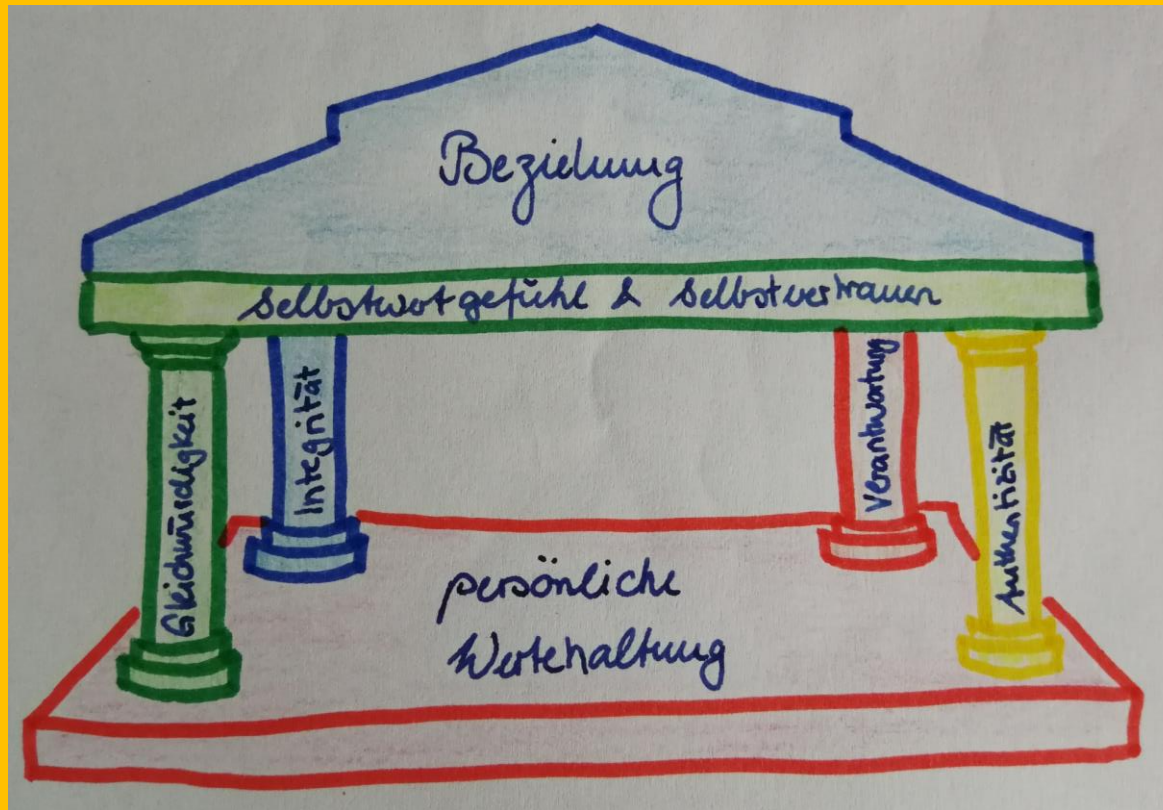
= was kann / soll / muss ich für mein Gegenüber tun

Persönliche Verantwortung

= Eigenverantwortung

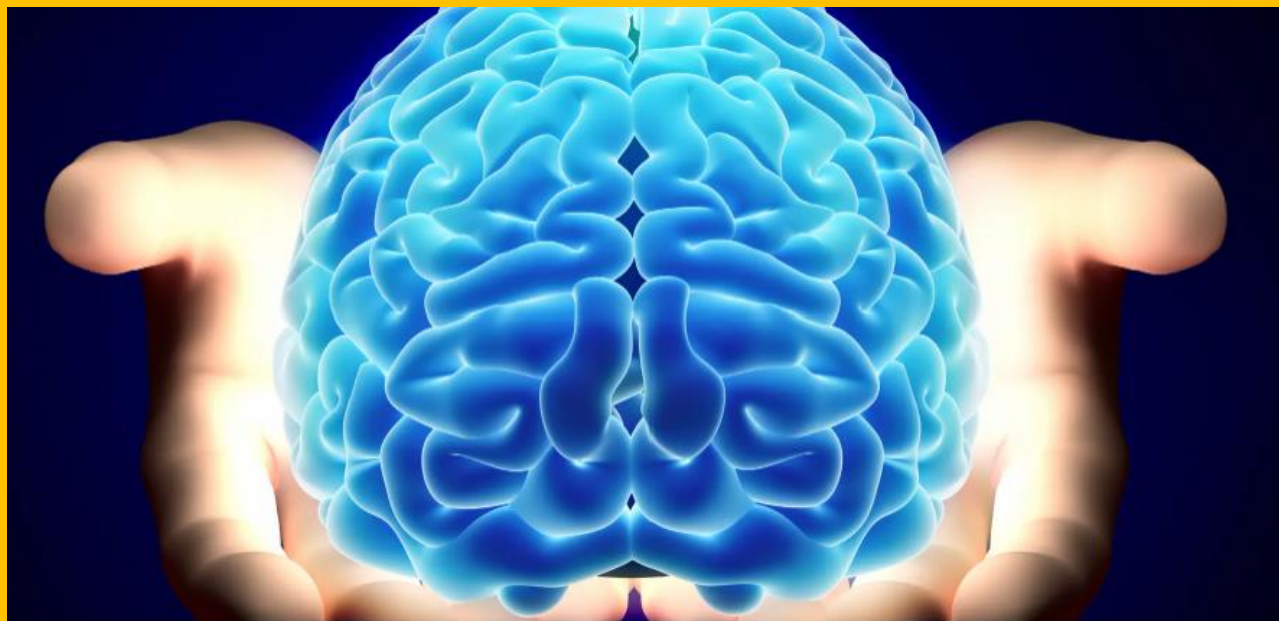
= meine Integrität, Grenzen und Bedürfnisse schützen

DAS HAUS DER WERTE NACH JESPER JUUL



- Wunsch / Lust / Bedürfnis
- Kooperation
- Aggression
- Lob / Belohnung vs. Anerkennung
- Dialog und persönliche Sprache
- Grenzen setzen / Bestrafen und Konflikt
- Schuld und Scham

DIE HIRNENTWICKLUNG



DIE HIRNENTWICKLUNG BIS ZUR GEBURT



DIE HIRNENTWICKLUNG BIS 18. MONATEN



DIE HIRNENTWICKLUNG 18. MONATE - 5 JAHRE (1. AUTONOMIEPHASE)



DIE HIRNENTWICKLUNG 5 JAHRE - 7 JAHRE



DIE DREI AUTONOMIEPHASEN - 3. PHASE (CA. AB 9./11. LJ)

Baustelle



DIE AUTONOMIEPHASEN

Wie begegne ich nun meinem Kind in den Autonomiephasen aus beziehungsorientiertem Blickwinkel?

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN - 1. PHASE (CA AB 2. LJ)

- Oft als «Trotzphase» bezeichnet
- Kinder erfahren sich zum ersten Mal als Individuen!
- 1. Ablösungsprozess
- Entdecken ihre eigene Persönlichkeit und entwickeln eigenständige Sicht auf die Welt
- Gleichzeitig passiert eine riesige Gehirn-Entwicklung! Linke und rechte Gehirnhälfte beginnen, miteinander zu kommunizieren.
- In Krisensituationen übernimmt die emotionale, rechte Hirnhälfte das Zepter

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN - 1. PHASE (CA AB 2. LJ)

- Wie begegne ich meinem Kind aus Beziehungsorientierung in dieser Phase?
 - Klare Körpersprache
 - Auf Augenhöhe und mit Körperkontakt (wenn möglich)
 - Empathie

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN - 1. PHASE (CA AB 2. LJ)

4 Tipps für die 1. Autonomiephase:

- Schaffen Sie eine JA-Umgebung
- Zeit
- Autonomie fördern
- Bleiben Sie gelassen und achten Sie auf sich!

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN - 2. PHASE (5-7. LJ)

- Oft als «Wackelzahnpubertät» bezeichnet
- Hier entwickeln die Kinder ein neues Selbstbild
- Grosse Veränderungen auf allen Ebenen (körperlich, sozial, emotional)
- Emotionale Überforderung
- Selbstbestimmung und Verantwortung vs. Nähe und Geborgenheit
- Empathie

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN - 2. PHASE (5-7. LJ)

- Wie begegne ich meinem Kind aus Beziehungsorientierung in dieser Phase?
 - Empathie
 - Selbstbestimmung
 - Übergabe von Verantwortung (wo möglich)
 - Zuhören (nach der Konfliktsituation)

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN – 2. PHASE (5-7. LJ)

6 Tipps für die 2. Autonomiephase:

- Vertrauen Sie Ihrem Kind und übergeben Sie Verantwortung ans Kind, wo dies möglich ist
- Geben Sie Ihrem Kind Zeit
- Schaffen Sie Raum für Bewegung!
- Haltung: Die Wut des Kindes hat nichts mit mir zu tun.
- Hören Sie Ihrem Kind zu, fühlen Sie sich ein und sprechen Sie nach einem Wutausbruch darüber
- Bleiben Sie gelassen und achten Sie auf sich!

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN – 3. PHASE (CA. AB 9./11. LJ)

«Als Eltern möchten wir unsere Wertvorstellungen, unsere Meinungen und Ansichten gern an unsere Kinder weitergeben. Und unsere Kinder machen mit, sie kooperieren. Bis zum Einsetzen der Pubertät: Dann hört es langsam – oder auch ganz plötzlich – auf.

Wenn Kinder etwa zwölf Jahre alt geworden sind, ist es für Erziehung zu spät. Das sagen die Kinder uns auch, aber wir hören es meist nicht. Am Anfang drücken sie es sehr diplomatisch aus, doch wenn wir es nicht verstehen, müssen sie lauter werden, manchmal viel lauter. Oder sie sprechen mit ihrem Körper.»

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN – 3. PHASE (CA. AB 9./11. LJ)

- Wie begegne ich meinem Kind aus Beziehungsorientierung in dieser Phase?
 - Werden Sie Sparring-Partner und übergeben Verantwortung
 - Sprechen Sie in persönlicher Sprache und führen Sie Dialoge, keine Diskussionen!

DIE DREI AUTONOMIEPHASEN – 3. PHASE (CA. AB 9./11. LJ)

5 Tipps für die 3. Autonomiephase:

- Interesse zeigen
- Vor Gefahren schützen und gleichzeitig auf die Fähigkeiten vertrauen
- Flexibel sein und im Dialog bleiben
- Geben Sie Ihrem Kind täglich das Gefühl, dass es ok ist, so wie es ist!
- Bleiben Sie gelassen und achten Sie auf sich!

AUSTAUSCH IM PLENUM

Hat jemand von Ihnen eine Frage, die Sie im Plenum stellen möchten?

Sind weitere Verständnisfragen zum Inhalt des heutigen Inputreferats?

Was nehmen Sie vom heutigen Abend mit in Ihren Alltag?

FAZIT DER DREI AUTONOMIEPHASEN

- Fördern Sie in allen Phasen Autonomie & Verantwortung
- Leben Sie Empathie
- Seien Sie Leuchtturm für Ihre Kinder
- Achten Sie auf sich!



HERZLICHEN DANK FÜR IHR INTERESSE!

Für weitere Informationen zu meinem Kursangebot, der Familienberatung oder Möglichkeit zur Kontaktaufnahme besuchen

Sie meine Homepage

www.verzwickt.ch

HERZLICHEN DANK FÜR DEIN INTERESSE!

«Die Art und Weise, **wie** wir Entscheidungen treffen, ist viel wichtiger als das Ergebnis.»