

# 2 COVID-19 Kindererziehung Positive bleiben

Es ist schwer positiv zu bleiben, wenn unsere Kinder und Teenager uns verrückt machen. Oft kommt es dazu, dass wir sagen: "Hör auf damit!". Doch Kinder hören besser auf uns, wenn wir ihnen positive Anweisungen geben und sie dafür loben, was sie gut gemacht haben.

## Nenne das Verhalten, das du sehen möchtest.

Verwende positive Wörter, wenn du deinem Kind sagst, was es tun soll, z. B.: "Räume bitte deine Kleidung in den Schrank." (anstatt zu sagen: "Mach keine Unordnung!")

## Es geht darum, wie wir es sagen.

Dein Kind anzuschreien wird dich und dein Kind nur noch gestresster und wütender machen. Gewinne die Aufmerksamkeit deines Kindes durch Verwendung seines Namens. Sprich in einem ruhigen Ton.

## Lobe dein Kind, wenn es sich gut verhält.

Versuche dein Kind oder deinen Teenager für etwas, das sie gut gemacht haben, zu loben. Kinder reagieren darauf vielleicht nicht direkt, aber du wirst sehen, dass sie das gute Verhalten wieder zeigen werden. Es wird sie auch darin bestätigen, dass du Notiz von ihnen nimmst und dich um sie kümmerst.

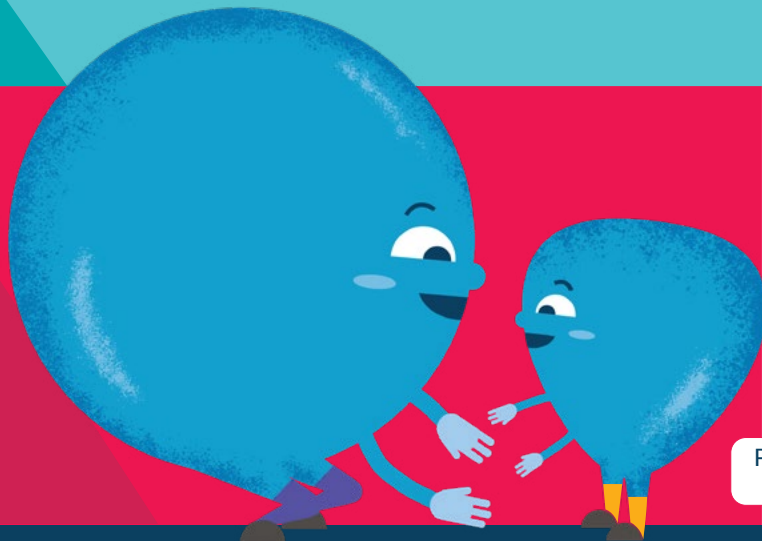


## Sei realistisch

Kann dein Kind wirklich tun, worum du es bittest? Es ist sehr schwer für ein Kind den ganzen Tag drinnen still zu sein. Doch vielleicht kann es für 15 Minuten ruhig sein während du ein Telefongespräch führst.

## Hilf deinem Teenager verbunden zu bleiben

Teenager müssen die Möglichkeit haben mit ihren Freunden zu kommunizieren. Hilf deinem Teenager durch soziale Netzwerke und andere sichere Wege auch auf Distanz verbunden zu bleiben. Das ist etwas, das ihr auch gemeinsam tun könnt!



Klicke hier für weitere Erziehungstipps!

Parenting tips  
from WHO

Parenting tips  
from UNICEF

In worldwide  
languages

WISSENSCHAFTLICH  
HEBEFUNDE GIBT  
ES HIER



The mark "CDC" is owned by the US Dept. of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.