

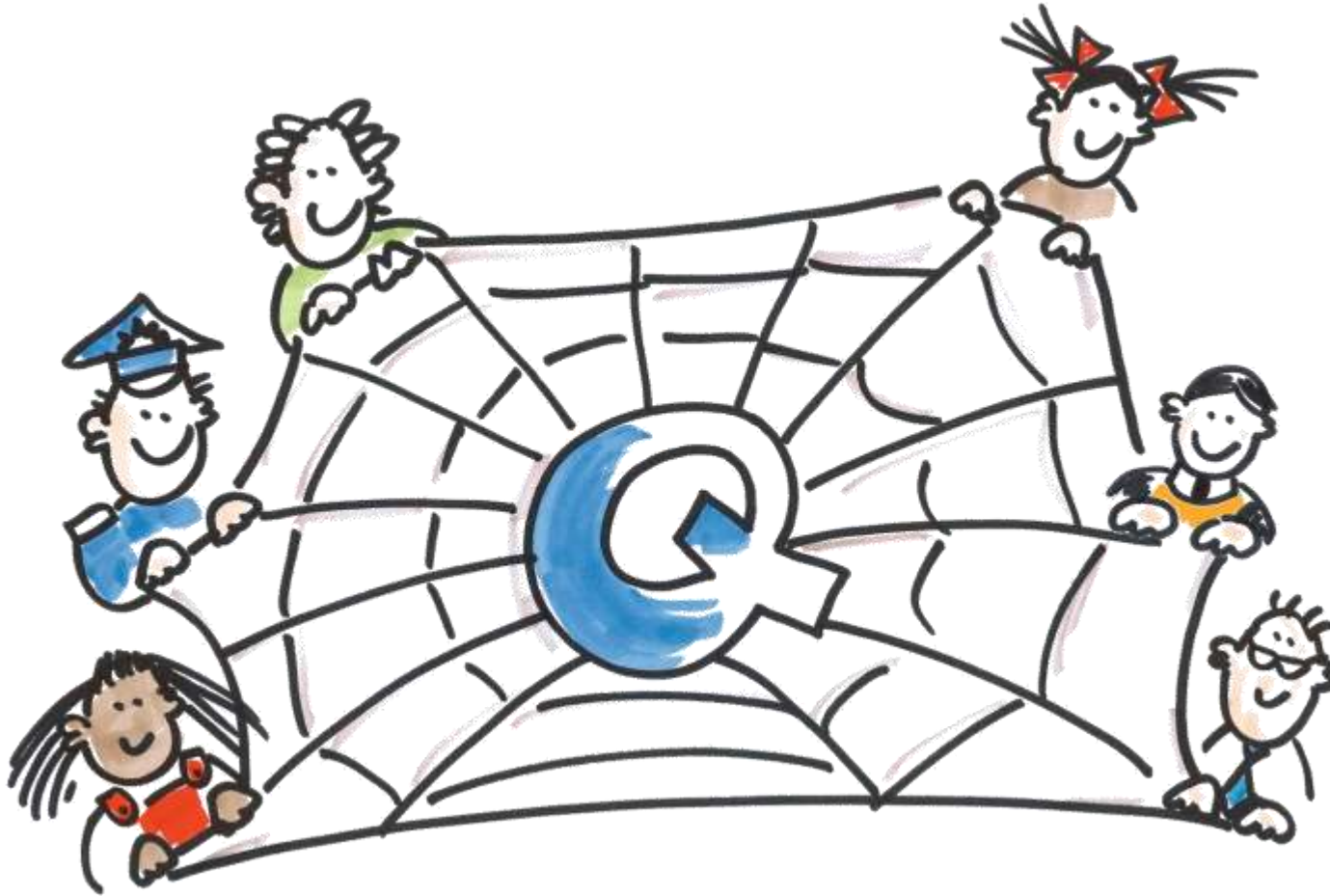
Herzlich Willkommen zum Vortrag **Haltung wahren in Stresssituationen** **Gelassen Kommunizieren mit Eltern**

für eine wertschätzende
Kommunikation
damit die professionelle
Beziehungsgestaltung
mit den Eltern gelingt

Referentinnen
Bärbel Klein und Andrea Raith



Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen!



Ohne Eltern geht es nicht



Für die Eltern gilt der Grundsatz der Freiwilligkeit.

Erzieherinnen hingegen haben den Auftrag, mit den Eltern zusammenzuarbeiten.

Eltern haben ein Recht auf Information.

Dagegen kann jede Information der Eltern als Vertrauensbeweis gewertet werden.

Wir brauchen eine wertschätzende und vorurteilsbewusste Haltung

..... die beinhaltet:

- Eltern wollen das Beste für ihr Kind.
- Menschen tun etwas für sich und nicht gegen andere.

- Seien Sie offen und neugierig
- Respektvolles Kennenlernen der Familienkultur
- Würdigung von Gemeinsamkeiten und Unterschieden



Dialog auf Augenhöhe

- **Ich bin okay – Du bist okay**
- **Verstehen heißt nicht, einverstanden sein!**
- **Empathie ist nicht Sympathie**

- **Feinfühlig und bewusste Gesprächsführung bedeutet:**
- Empathisches Zuhören
- Eigene Position benennen
- Gespräche sind im Ergebnis offen



Die 3 Aspekte der Kommunikation



Selbstempathie



Empathie



Mögen Sie Senf ?

Diagnosen

Ratschläge

eigene
Geschichten

Beschwichtigungen

Verallgemeinerungen

Auslöser

Gefühl



wohl

unwohl

weil

erfüllt

unerfüllt

Bedürfnis

10.000 Strategien



Stress behindert konstruktive Kommunikation

- Im Stress geraten wir unter Druck, so dass wir gelähmt sind, „drauf hauen“ oder „abhauen“ wollen.
- Das sind die Folgen der körperlichen Stressreaktion, die automatisiert und schneller als unser Denken abläuft.

Erste Hilfe bei Stress

eigene Stressmuster unterbrechen

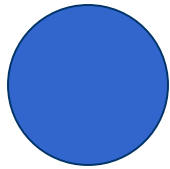
-  Pause machen
-  Tief atmen
-  Wasser trinken
-  Selbstempathie üben



Hand auf´s Herz



- Ich akzeptiere mich voll und ganz mit meinem Stress d.h. mit all dem, was in mir lebendig ist.



- Thymuspunkt klopfen und nachspüren.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !



Bärbel Klein, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

www.baerbel-klein.de

Andrea Raith, Diplom Supervisorin

www.andrearaith.de