



Motivier dich mal!

Motivation. Wie jedes Tool, was auf Verhalten abzielt, ist es zweischneidig.

Ja, es ist wichtig motiviert zu sein. Um dranzubleiben. Eine Vision zu haben oder Menschen, die dich anfeuern auf deinem Weg. Und wie.

Aber: Motivation in anderen zu erzeugen, ist unmöglich. Es ist wie Lernen - soll es echt sein, muss es intrinsisch sein.

Was aber tun, wenn ich merke, mein Kind braucht Hilfe, um etwas zu beginnen oder zu beenden?

Erstens: Ist das wirklich so?

Vielleicht macht es eine Pause. Vielleicht möchte es in Ruhe schimpfen und sich ärgern und macht dann weiter. Oder es will aufhören. Wie Dr Peter Gray, einer der wichtigen Bildungsforscher unserer Zeit, mal so richtig sagte: "The most basic freedom is the freedom to quit".

Vielleicht willst du, dass das Kind weitermacht oder anfängt. Nicht dein Kind.

Wenn das der Fall ist, ist es keine Motivation, sondern Manipulation. Wenn du dich trotzdem dazu entschließen willst (vielleicht gibt es dazu gute Gründe - du willst z.B., dass das Kind schwimmen lernt, weil ihr an einem See wohnt) wäre ich darüber ehrlich: "Du, ich will das du das lernst und ich bin bereit, etwas dafür zu tun, es dir leichter zu machen".

Zweitens: Fragen, was hilft.

Hier haben viele Eltern innere Blockaden. Etwas schenken, damit das Kind durchhält? Neeeeiin, das ist doch... irgendwie falsch?

Nicht, wenn das Kind es will.

Wenn ich etwas durchhalten will, belohne ich mich. Ich setze Anreize. Ich erlaube mir erst von dieser Email aufzustehen, wenn meine Botschaft so rübergebracht ist, wie ich das will - klassische Konditionierung.

Ich setze diese Logik, ich kann sie auch aussetzen.

Und das ist der Unterschied.

Frag dein Kind, was ihm hilft und ob es Hilfe will - vielleicht will es einfach schimpfen und es blöd finden. Auch das ist okay, auch das ist Teil des Lebens. Wenn ihr nicht gut ins Gespräch kommt, empfehle ich, das Kind genau zu beobachten. Wie schaut es? Wohin guckt es? Was tut es genau? Wann tut es das? Offenes Zuschauen kann ein ganz neuer, hilfreicher Zugang sein. Tue deine Urteile mal zehn Minuten beiseite und beobachte. Spannend ist das!

Ich wünsche dir eine tolle Woche, wir sehen uns am Sonntag um 11 Uhr in der Facebook-Gruppe!

Deine Ruth