

Dies ist der Cache von Google von <https://www.pampers.de/kleinkind/entwicklung/artikel/kinder-richtig-bestrafen-auszeiten>. Es handelt sich dabei um ein Abbild der Seite, wie diese am 19. Nov. 2016 14:41:20 GMT angezeigt wurde.

Die [aktuelle Seite](#) sieht mittlerweile eventuell anders aus. [Weitere Informationen](#)

[Vollständige Version](#) [Nur-Text-Version](#) [Quelle anzeigen](#)

Tipp: Um deinen Suchbegriff schnell auf dieser Seite zu finden, drücke **Strg+F** bzw. **⌘-F** (Mac) und verwende die Suchleiste.



KLEINKIND ► ENTWICKLUNG

Kinder richtig bestrafen: Auszeiten

Die Auszeit ist ein Zeitraum, in dem ein Kind aus der Konfliktsituation herausgenommen oder bzw. von der Versuchung ferngehalten wird. Das gibt ihm die Möglichkeit, sich zu beruhigen, sich zu sammeln, über das nachzudenken, was von ihm erwartet wird, und sich wieder in den Griff zu bekommen.

Wie Auszeiten funktionieren

Berücksichtigen Sie das Alter Ihres Kindes

Auszeiten sind bei Kindern im Alter von etwa 18-24 Monaten bis ca. fünf Jahren sinnvoll. Auch wenn jedes Kind anders ist, begreifen kleinere Kinder die Methode noch nicht, und bei älteren Kindern führen erst

raffiniertere Methoden zum gewünschten Verhalten.

Seien Sie bei der Umsetzung von Regeln konsequent

Während der Auszeit findet keinerlei Kommunikation zwischen dem Elternteil bzw. der Aufsichtsperson und dem Kind statt. Die Auszeit ist als eine abgeschwächte Form von Isolation zu verstehen. Damit bringen Sie zum Ausdruck: „Wenn du das tust, gehörst du nicht dazu.“

Prägen Sie Verhaltensmuster

Dies erfordert einen gewissen Zeitaufwand, doch es lohnt sich, es von Beginn an richtig zu machen. Es ist nämlich deutlich schwieriger, bereits gelernte Erwartungen des Kindes wieder zurechtzurücken.

So läuft eine Auszeit ab

Stellen Sie einen Stuhl an einem neutralen, aber sicheren Ort auf, der keine Ablenkung bietet. Dies kann die Ecke eines Esszimmers oder ein selten benutzter Eingangsbereich sein. Der Stuhl sollte außer Sichtweite der Aufsichtspersonen und weg vom Ort des Geschehens stehen. Wenn ein Kind noch mitten im Geschehen ist, hat es zu viel Gelegenheit, das Problem durch Herumalbern und Provozieren zu verschlimmern.

Das Kinderzimmer eignet sich weniger. Sonst können negative Assoziationen mit einem Ort entstehen, der eigentlich ein sicherer Hafen sein sollte. Ein Kinderzimmer bietet auch zu viele Ablenkungsmöglichkeiten.

Der Ort für die Auszeit muss sich an einem sicheren Platz befinden, an dem das Kind unbeaufsichtigt sein kann. Ungeeignet sind z. B. der oberste Treppenabsatz, ein Platz in der Nähe von zerbrechlichen Gegenständen oder in der Nähe einer Tür, die das Kind öffnen kann.

Der Ablauf

Warnen Sie zuerst.

Kündigen Sie nach zwei Warnungen über das verbotene Verhalten an: „Es ist Zeit für eine Auszeit.“ Nicht mehr. Heben Sie das Kind hoch und setzen Sie es auf den Stuhl für die Auszeit.

Stellen Sie einen Wecker (z. B. ein Küchenwecker oder den Timer Ihres Smartphones)

Die Dauer der Auszeit sollte ca. eine Minute pro Lebensjahr des Kindes betragen.

Seien Sie bestimmt.

Wenn das Kind aufsteht, setzen Sie es einfach in den Stuhl zurück und stellen Sie den Timer zurück. Sagen Sie nichts und geben Sie nicht nach.

Vergeben und vergessen.

Nach Ablauf der Zeit sagen Sie „Jetzt ist es vorbei“, umarmen Sie Ihr Kind und belassen Sie es dabei. Sprechen Sie den Vorfall nicht erneut an. Geben Sie dem Kind eine neue Beschäftigung, die eine positive

Alternative zur verbotenen Aktivität darstellt.

Typische Fallen

Zu viel reden.

Dies führt beim Kind nur zu Verwirrung, erhöht die Anspannung und regt alle Beteiligten nur auf. Wenn Ihr Kind etwas tut, was es nicht tun soll, und es Zeit für eine Auszeit ist, erklären Sie ihm, was es falsch gemacht hat und sagen Sie: „Jetzt ist Zeit für eine Auszeit!“.

Wenn es nach hinten losgeht

Wenn Ihr Kind bei der Auszeit mehr Beachtung als beim gewünschten Verhalten erhält, wird es weiterhin versuchen, Ihre Aufmerksamkeit durch provokatives Verhalten auf sich zu lenken.

Wenn ein Elternteil zu verärgert ist

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um zur Ruhe zu kommen. Nachdem Sie sich beruhigt haben, gehen Sie zurück zu Ihrem Kind, nennen Sie den Grund für die Auszeit und starten Sie die Auszeit. Behalten Sie sich dieses Szenario jedoch nur für wirklich „schlimme“ Fälle vor. Es darf keinesfalls zur Gewohnheit werden.

Belohnen Sie gutes Verhalten nicht

Dazu müssten Sie z. B. versuchen, es beim Wohlverhalten zu „erwischen“. Das ist allerdings nicht ganz einfach: Je schlimmer das Fehlverhalten wird, desto mehr neigt man dazu, sich zurückzuziehen oder dem Kind sogar aus dem Weg zu gehen.

Besondere Umstände

Verhalten

Ist Ihr Kind sehr zornig oder aufgeregt, wird der Lerneffekt bei der Auszeit nicht eintreten. Wurde ein Kind schon zu häufig ernsthaft isoliert, so ist eine Auszeit mit zu vielen Emotionen verbunden. Der Lerneffekt tritt dann in den Hintergrund.

Entwicklungsalter

Ein Kind, das in seiner Entwicklung hinterher hinkt oder weit überdurchschnittliche kognitive Fähigkeiten hat, sollte entsprechend seinem Entwicklungsstand behandelt werden und nicht nach seinem biologischen Alter.

Den ganzen Tag mit Auszeit beschäftigt?

Wenn es Ihnen so vorkommt, als ob Ihr Kind ein besonders provozierendes Verhalten an den Tag legt, dann kann das daran liegen, dass es gestresst ist oder unter Druck steht. Es kann allerdings auch einfach nur ein Ausdruck von Langeweile sein. Fragen Sie sich selbst, ob Sie Stress ausstrahlen. Ein Kind kann auch provozieren, um Sie aus der Reserve zu locken, auch wenn es damit Ihren Ärger auf sich zieht.

