

SABINE BOHLMANN

Ein Löffelchen voll Zucker

...

und was bitter ist, wird süß



KUNTERBUNTE
TIPPS & TRICKS
FÜR DAS LEBEN
MIT KINDERN

DER
BESTSELLER
*komplett
überarbeitet*

G|U

- zweimal Glöckchen: klingelt
- zweimal Büroklammern: klingt mittelhell
- zweimal eine Murmel: klingt dunkel

Und natürlich alles, was Ihnen sonst noch so einfällt: Streichhölzer, zwei gleich große Muscheln, Schrauben, Kichererbsen, Radiergummis, Gummibärchen und so weiter.

2. Die Rückseiten der Streichholzschachteln, die die gleichen Dinge beinhalten, mit demselben Muster oder derselben Farbe verzieren. Dies dient der Kontrolle.

3. Zum Spielen legt man die Streichholzschachteln mit der weißen Seite nach oben durcheinander auf den Tisch. Gespielt wird nach den Regeln des bekannten Gedächtnisspiels. Der erste Spieler nimmt sich zwei Schachteln, schüttelt sie vorsichtig hin und her und versucht durch Hören herauszubekommen, ob es sich um den gleichen Inhalt handelt. Wenn er der Meinung ist, einen Treffer zu haben, kann er zur Kontrolle die Schachteln umdrehen und nachsehen, ob dasselbe Motiv darauf gemalt ist. Stimmt es überein, gehören die beiden Schachteln ihm und er kommt noch einmal dran. Denkt der Spieler, dass es sich um verschiedene Inhalte handelt, legt er die Schachteln zurück auf den Tisch und der nächste Spieler ist dran.

So geht es hin und her. Man muss sich merken, wo welches Geräusch liegt, und kann so die passenden Paare bekommen. Sieger ist, wer am Ende die meisten Streichholzschachtelpaare vor sich liegen hat.

Benimm ist in

Wir wollen doch alle, dass unsere Kinder sich benehmen können. Dass sie sich nicht blamieren, wenn sie irgendwo zu Gast oder in einem Restaurant sind. Aber wir wollen andererseits auch keine gedrillten, gescheiterten Kinder, die aussehen, als hätten sie einen Stock verschluckt. Die gesunde Mischung macht es aus. Sich benehmen zu können, hat etwas mit Respekt vor anderen Menschen zu tun. Was gehört zu einem guten Benehmen? Bitte und Danke sagen. Grüßen und sich verabschieden, sich dabei in die Augen sehen. Hilfsbereit sein, jemandem die Tür aufhalten, ordentlich essen. Nicht rülpsen, nicht pupsen, Ellenbogen vom Tisch nehmen, aber die Hände nicht unter den Tisch legen. Echt ganz schön viel, was man da lernen muss.

Haben Sie eine kleine Prinzessin zu Hause, dann schreiben Sie doch die folgenden Benimmregeln für Prinzessinnen auf ein Plakat.

Benimmregeln für Prinzessinnen

- **Ein freundlicher Umgangston:** Eine Prinzessin sollte unaufgefordert Wörter und Floskeln wie »Bitte«, »Vielen Dank«, »Freut mich, Sie kennenzulernen« und »Das wäre doch nicht nötig gewesen« (zum Beispiel, wenn der Liebste mit einem

Strauß Blumen kommt) an passenden Stellen einsetzen können.

→ **Tischmanieren:** Nicht schmatzen, nicht grunzen und nicht rülpsen. Nicht mit vollem Mund reden und nicht in den Teller hängen, der Ellbogen mit der Gabel sollte angehoben werden und die andere Hand sollte nicht unter dem Tisch oder vor dem Teller liegen, sondern daneben. Prostet man sich zu, sieht man sich dabei freundlich und offen in die Augen. Wenn alle am Tisch mit dem Mahl fertig sind, darf die Prinzessin aufstehen. Sie legt Messer über Gabel auf den Teller von rechts nach links und vergisst auch nicht, ihren Stuhl wieder unter den Tisch zu schieben.

→ **Reinlichkeit:** Eine Prinzessin sollte ihre Hände auf jeden Fall immer mit Seife waschen, wenn sie vom Spielen zurück ins Schloss kommt, natürlich vor dem Essen und auch, wenn sie die königlichen Hunde gestreichelt hat. Ebenso sollten ihre Fingernägel geschnitten, sauber und vielleicht sogar lackiert sein. (Manchmal ist Lack auch gut, weil man den Dreck nicht so doll sieht!) Auch sollte sie im Abstand von ein paar Tagen baden oder duschen und Haare waschen. Tägliches Haarekämmen und mehrmaliges Zähneputzen verstehen sich von selbst. Schließlich soll eine Prinzessin ein schönes Lächeln haben und das wäre mit gelben Zähnen ziemlich schwierig. (Mir wurde gesagt, Prinzessinnen bürsten 100 Bürstenstriche, damit ihre Haare seidig glänzen.)

→ **Haltung:** Eine Prinzessin sollte auf jeden Fall eine gute Haltung haben. Dabei hilft ihr regelmäßiger Reit- oder Ballettunterricht. Auch Übungen wie mit einem Buch auf dem Kopf durch den Raum zu schreiten können für eine gute Haltung förderlich sein.

→ **Ladys first:** Die Prinzessin darf immer vor dem Prinzen durch die Tür gehen. Es sei denn, die Königinmutter möchte ebenfalls durch die Tür schreiten. Dann darf sie zuerst. In einen Fahrstuhl sollten allerdings diejenigen zuerst hinein, die vorne stehen, und diejenigen zuerst heraus, die dann an der Tür des Liftes stehen. Beim Anstellen in einer Schlange hat eine Prinzessin kein Recht auf vorzeitiges Drankommen. Hier gilt: Wer zuerst da war, kommt zuerst dran.

→ **Sonstiges:** Beim Niesen und Husten hält sie die Hand vor Nase oder Mund. Sie wählt ihre Worte mit Bedacht und schreit nicht laut herum. Und ganz wichtig: Sie sollte nicht laut pupsen.



Bäääh!!!

Streit unter Geschwistern

Ständige Streitereien unter Geschwistern: Das zehrt ganz schön an den Nerven. Ein Patentrezept gibt es leider nicht, man muss viel ausprobieren. Und da es bei jedem Streit um etwas anderes geht, muss man auch immer wieder neu und anders auf die Konflikte reagieren. Manchmal helfen ganz einfache Sätze wie zum Beispiel dieser: »Kann ich mal kurz die Kinderzimmertür zumachen, es ist so laut. Danach könnt ihr weitermachen.« Oft macht das Streiten dann schon gar keinen Spaß mehr. Manchmal hilft es auch, offen miteinander zu reden. Die Kinder bekommen dadurch die Möglichkeit, den Konflikt selbst zu lösen. Aber bitte, ohne ein Kind zu beschuldigen: Zum Streiten gehören immer zwei. Dabei sollte nicht Partei für ein Kind ergriffen werden. Oft ist man gar nicht im Zimmer, wenn der Streit beginnt, und meistens sind sowieso beide schuld, denn der andere steigt schließlich in den Streit ein. Vielleicht kann man den Kindern auch verdeutlichen, wie unsinnig der Auslöser des Streits ist.

Warum gibt es Streit?

Ich erinnere mich besonders an eine Situation, als meine Kinder vier und sechs waren. Im Nahen Osten wurde wieder gekämpft und die beiden bekamen das natürlich mit. Schon im Kindergarten diskutierten die Kinder darüber. Am Abend kam die Frage an mich: »Warum machen die Menschen Krieg? Das ist doch dumm, die machen doch alles kaputt?« Ich wusste nicht wirklich eine Antwort, fühlte mich ein bisschen hilflos.

Doch am nächsten Tag, der Boden im Kinderzimmer war bedeckt mit Legosteinen, entbrannte zwischen meinen Kindern ein mächtiger Streit. Ich bekam irgendwann mit, dass es um einen Legozauberstab ging, den beide gleichzeitig haben wollten. Und da flippte ich fast aus: »Das ist der Grund, warum Menschen Krieg machen! Da geht es um eine winzige Sache: Beide glauben, der Zauberstab gehört ihnen. Deshalb zwickt der eine den anderen in den Arm und der andere macht dem einen das Legohaus kaputt. Dafür macht der eine dem anderen seine drei Legohäuser kaputt und so geht das immer hin und her, bis alles kaputt ist, jeder weint und keiner mehr weiß, warum dieser Streit überhaupt angefangen hat. Solange die Kinder nicht lernen sich zu einigen, wird es immer wieder Kriege geben, die man nicht verstehen kann.«

Nach meinem emotionalen Vortrag war erst einmal Ruhe. Die Kinder sahen mich mit großen Augen an. Vielleicht war mein Vortrag zu drastisch. Jedenfalls hat er einen kleinen Eindruck hinterlassen, und das war es mir wert.

KINDER KOMMEN NICHT AUF DIE WELT UND HABEN
LÖSUNGEN PARAT. MAN MUSS IHNEN ZEIGEN, WIE
MAN AUS HEIKLEN SITUATIONEN WIEDER
HERAUSKOMMT.

Stopp!

Oft hilft es, wenn Geschwister per »Gesetz« eine Geste oder ein Wort vereinbaren, mit dem ein Streit geschlichtet werden kann, zum Beispiel das Stoppzeichen. Wenn eines der Kinder merkt, dass ein Streit beginnt, und es ihm zu viel wird, hebt es die Hand und sagt: »Stopp, mein Freund.« Manchmal wundert man sich, wie gut Gesetze funktionieren. Man kann die Kinder auch auf Plakate aufschreiben lassen, welche Dinge der andere auf gar keinen Fall machen darf. Jakob schreibt zum Beispiel: »Nachäffen, in mein Geheimversteck gehen, Puppen in meine Nähe bringen.« Paulina schreibt: »Nachäffen, ärgern, zu meinen

Puppen »gitt« sagen.« Jeder besiegelt das Plakat des anderen mit einem Fingerabdruck oder unterschreibt mit seinem Namen. Dieses Plakat könnte man die absoluten »No-Gos« nennen.



Der Wochenendpakt

Wir nehmen uns vor, ein Wochenende ohne Streit zu verbringen. Die Kinder versuchen, nicht zu streiten, und wir Erwachsene versuchen, nicht zu schimpfen. Wer den Pakt bricht, bekommt einen schwarzen Punkt auf der dunklen Liste. Wenn wir es ohne schwarze Punkte schaffen, belohnen wir uns am Sonntagabend mit etwas Schönerem. Diesen Pakt kann man besiegeln, indem man sich an den Händen nimmt und sagt: »Wir schließen diesen Pakt.« Man könnte auch einen Vertrag aufsetzen, den alle unterschreiben. Was Sie auch tun, ein wenig feierlich darf es schon sein.