

ORKA POHL

# 7

**bewährte Tipps für Eltern,  
die ihr Kind beschützen...**



**...und zugleich loslassen wollen.**

### **Haftungsausschluss**

Die Benutzung dieses Buches und die Umsetzung der darin enthaltenen Informationen erfolgt ausdrücklich auf eigenes Risiko.

Der Autor kann für etwaige Unfälle und Schäden jeder Art, die sich bei der Anwendung der dargestellten Verhaltensweisen und beim Besuch der in diesem Buch aufgeführten Orte ergeben (z.B. aufgrund fehlender Sicherheitshinweise), aus keinem Rechtsgrund eine Haftung übernehmen.

Haftungsansprüche gegen den Autoren für Schäden materieller oder ideeller Art, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und/oder unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen. Rechts- und Schadenersatzansprüche sind daher ausgeschlossen.

Das Werk inklusive aller Inhalte wurde unter größter Sorgfalt erarbeitet.

Der Autor übernimmt jedoch keine Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit und Qualität der bereitgestellten Informationen. Druckfehler und Falschinformationen können nicht vollständig ausgeschlossen werden. Der Verlag und auch der Autor übernehmen keine Haftung für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der Inhalte des Buches, ebenso nicht für Druckfehler.

Es kann keine juristische Verantwortung sowie Haftung in irgendeiner Form für fehlerhafte Angaben und daraus entstandenen Folgen vom Verlag bzw. Autor übernommen werden. Für die Inhalte von den in diesem Buch abgedruckten Internetseiten sind ausschließlich die Betreiber der jeweiligen Internetseiten verantwortlich. Der Autor hat keinen Einfluss auf Gestaltung und Inhalte fremder Internetseiten. Der Autor distanziert sich daher von allen fremden Inhalten. Zum Zeitpunkt der Verwendung waren keinerlei illegalen Inhalte auf den Webseiten vorhanden.

### **Impressum**

ORKA POHL

7 bewährte Tipps für Eltern, die ihr Kind beschützen und zugleich loslassen wollen

[www.orka-pohl.com](http://www.orka-pohl.com)

Oliver K. A. Pohl

Sukoring 42

24107 Kiel

Umschlaggestaltung und Zeichnungen: Oliver K. A. Pohl

Satz: Oliver K. A. Pohl

1. Auflage April 2018

Printed in Germany

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten



**Ich freue mich,  
dass du dich für dieses E-Book interessierst.**

**Lass uns gleich loslegen, ja?**

**Wenn du Fragen oder Anregungen hast,  
dann melde dich bitte einfach bei mir.**

**Herzliche Grüße,  
dein Oliver „ORKA“ Pohl**

# Wie du mich hören kannst

In diesem E-Book spreche ich zu dir.

Damit du das Gesprochene auch hören kannst, musst du die QR-Codes – das sind diese Quadrate mit den kleinen Vierecken drinnen – scannen.

**Und so einfach machst du das:**

1. QR-Codes können bequem mit einem Fotohandy oder einem Tablet-PC mit Kamera gelesen werden.
2. Du benötigst lediglich eine kostenlose App, die du entweder im Apple App Store oder in Googles Android Market findest (ich benutze zum Beispiel „QR-Droid“).
3. Starte die App und visiere den QR-Code mit der Handykamera an.
4. Der Codeleser entschlüsselt das Symbol und öffnet sofort einen Audioplayer.
5. Drücke auf die Starttaste und höre den Text zu dem Bild an.

# Einleitung

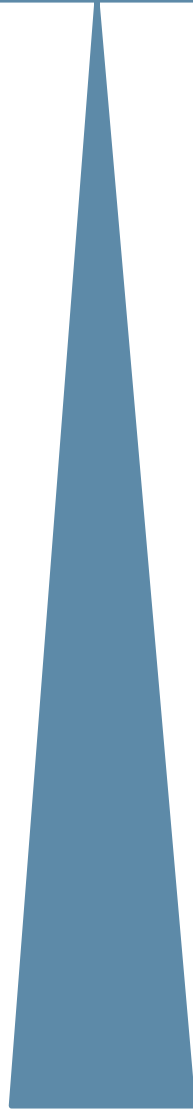


# Inhalt

<b>Kapitel 1:</b>	<b>Geduld</b>	<b>Seite 07</b>
<b>Kapitel 2:</b>	<b>Aufmerksam</b>	<b>Seite 10</b>
<b>Kapitel 3:</b>	<b>Korrigieren</b>	<b>Seite 13</b>
<b>Kapitel 4:</b>	<b>Begrenzen</b>	<b>Seite 16</b>
<b>Kapitel 5:</b>	<b>Vorlesen</b>	<b>Seite 19</b>
<b>Kapitel 6:</b>	<b>Hörerlebnisse</b>	<b>Seite 22</b>
<b>Kapitel 7:</b>	<b>Ermutigen</b>	<b>Seite 25</b>

**1**

**GEDULD**



**Wenn du willst,  
dass dein Kind  
Anderen Grenzen setzt,  
mit Worten Grenzen setzt,  
dann höre zu.**

**Höre einfach  
geduldig  
zu.**





Raum für deine Notizen

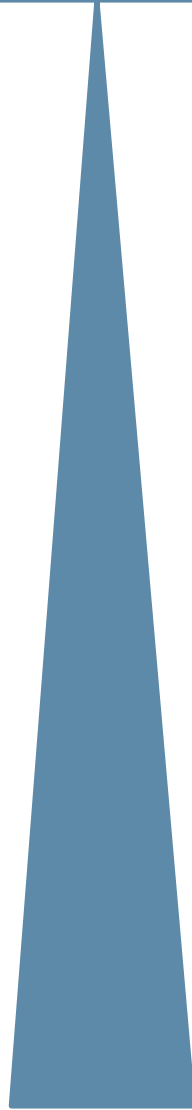
## GEDULD

- **Falle deinem Kind nicht ins Wort.**
- **Gib deinem Kind die Zeit die es braucht, um einen Gedanken auszusprechen.**
- **Schaue es an, höre zu und atme bewusst aus, um zur Ruhe zu kommen.**

**Dieser Moment ist einer der wichtigsten des ganzen Tages. Er ist ein Geschenk an dich.**

**2**

**AUFMERKSAM**



**Wenn du willst,  
dass dein Kind  
Anderen Grenzen setzt,  
mit Worten Grenzen setzt,  
dann sei aufmerksam.**

**Schaue auf kein Display,  
keinen Bildschirm,  
keinen Text.**

**Schaue in die Augen  
deines Kindes.**



Raum für deine Notizen

## AUFMERKSAM

- Der Schlüssel zu Selbstsicherheit liegt in der Selbstwirksamkeit.
- Dein Kind erfährt Selbstwirksamkeit, wenn es wirkt.
- Es kann nur wirken, wenn du für den wichtigsten Sender im Raum empfänglich bist: dein Kind.

**Smartphone, Fernseher und Zeitung sind weder gut noch schlecht. Aber sie sind nicht wichtiger als dein Kind.**

**3**

**KORRIGIEREN**

**Wenn du willst,  
dass dein Kind  
Anderen Grenzen setzt,  
mit Worten Grenzen setzt,  
dann korrigiere es.**

**Lehre es die richtigen Worte,  
die richtige Aussprache,  
die richtige Rede.**

**Erfolgreich bist du,  
wenn es auch dich korrigiert.**



Raum für deine Notizen

## KORRIGIEREN

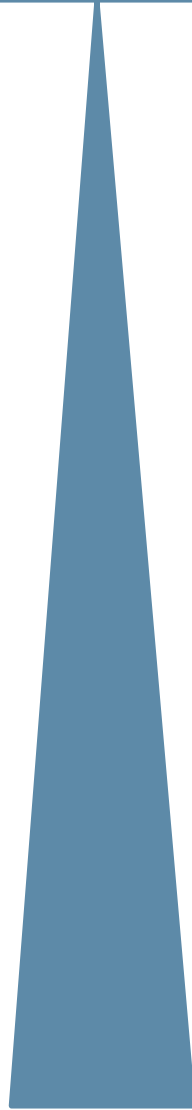
- Suche so oft wie möglich das passende Wort. Statt „Sache“ oder „Ding“ nennst du die richtige Bezeichnung.
- Spricht dein Kind ein Wort verkehrt aus, weise es sofort darauf hin. Sage es richtig und bitte es, das Wort ebenfalls richtig auszusprechen.
- Lass auch du dich korrigieren.

**Du lehrst dein Kind auf diese Weise mehr als nur richtiges Sprechen.**

**Du zeigst ihm, dass Fehler vollkommen normal, ja sogar gut sind.**

**4**

**BEGRENZEN**





**Wenn du willst,  
dass dein Kind  
Anderen Grenzen setzt,  
mit Worten Grenzen setzt,  
dann begrenze es.**

**Erlaube keine schlimmen  
Worte,  
keine vulgäre Sprache,  
keine Beleidigungen.**



Raum für deine Notizen

## BEGRENZEN

- Dein Kind muss Grenzen kennen, um Grenzen zu erkennen.
- Sage sofort, dass du bestimmte Wörter nicht hören willst.
- Achte auch auf deine eigene Wortwahl und wie du über Andere sprichst – zum Beispiel beim Autofahren...

**Das Benennen von Grenzen, von Richtig und Falsch, ist eine der schwierigsten, aber auch wichtigsten Aufgaben unserer Erziehung.**

**5**

**VORLESEN**

**Wenn du willst,  
dass dein Kind  
Anderen Grenzen setzt,  
mit Worten Grenzen setzt,  
dann lese vor.**

**Je mehr Worte dein Kind  
in seinen ersten Jahren hört,  
desto reicher beschenkst du  
es.**

**Der Wortschatz ist ein Schatz  
aus Worten.**



Raum für deine Notizen

## VORLESEN

- Lies möglichst jeden Abend vor – und wenn es nur 5 Minuten sind.
- Besorge dir kleine Pixibücher oder leihe dir altersgerechte Bücher in der Bücherei aus.
- Nutze auch Wartezeiten – wo auch immer – zum Vorlesen.

**Übertreibe es aber nicht: rede einfach regelmäßig über den Tag verteilt mit deinem Kind.**

**6**

**HÖRERLEBNISSE**

**Wenn du willst,  
dass dein Kind  
Anderen Grenzen setzt,  
mit Worten Grenzen setzt,  
dann schaffe Hörerlebnisse.**

**Hörbücher, Hörspiele und  
andere Hörwelten erfüllen  
den Raum zwischen den  
Ohren deines Kindes mit  
zwei mächtigen Stoffen:  
Wissen und Fantasie.**



Raum für deine Notizen

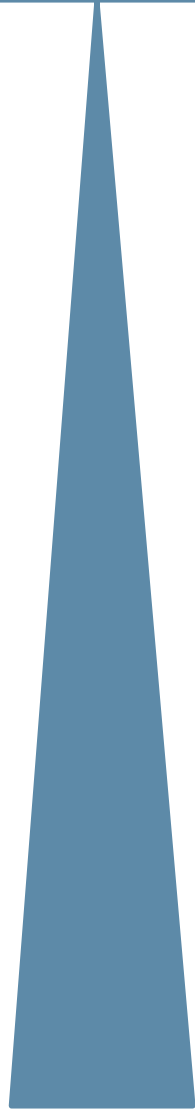
## HÖRERLEBNISSE

- Biete deinem Kind altersgerechte Hörbücher und Hörspiele an. Du kannst diese kaufen oder zum Beispiel in Büchereien ausleihen.
- Auch auf YouTube wirst du fündig. Dort stehen viele gesprochene Geschichten kostenlos für Smartphone- oder Tablett-Nutzer zur Verfügung.

**Kinder hören diese Geschichten in den meisten Fällen mehrmals. Dadurch prägen sich die Worte und Sätze besonders gut ein.**



**Z** **ERMUTIGEN**



**Wenn du willst,  
dass dein Kind  
Anderen Grenzen setzt,  
mit Worten Grenzen setzt,  
dann ermutige.**

**Ermutige es, seine Gefühle  
auszusprechen.  
Ermutige es, Nein zu sagen.  
Ermutige es – wenn du selbst  
mutig bist – dir zu  
widersprechen.**



Raum für deine Notizen

## ERMUTIGEN

- Die „Kernfähigkeit der Kernfähigkeit“ ist es, anderen Menschen seine Meinung mitzuteilen, auch wenn diese etwas anders sehen.
- Das kann also auch ein „Nein“ sein.
- Ermutige dein Kind, anderen und auch dir zu widersprechen, wenn es etwas anders denkt.
- Lerne von deinem Kind.  
Bist du vielleicht bereits „zu angepasst“, „zu brav“, „zu nett“? Nutze diese Chance, gemeinsam mit deinem Kind neue Antworten auf die Provokationen und Frechheiten anderer Menschen zu entdecken.

- Befreie dich auf diese Weise von den Zwängen deiner eigenen Kindheit und Erziehung.

**KEIN Kind ist „frech“, nur weil es widerspricht!**

**Es ist dann vielleicht unbequem, aber nicht verkehrt. Willst du ein pflegeleichtes Kind haben, oder eines, das selbstsicher seinen Weg geht und anderen Menschen auch mal ihre Grenzen aufzeigt?**

**Denn das ist doch unser gemeinsames Ziel: ein selbstsicheres Kind.**

**Ich unterstütze dich sehr gern dabei!**

**Herzliche Grüße  
Dein Oliver „ORKA“ Pohl**

**Weitere Tipps und Impulse findest du kostenlos unter [www.orka-pohl.com](http://www.orka-pohl.com)**