

STREITEN JA – ABER FAIR!



Streit gehört zum Zusammenleben. In Familien treffen oft unterschiedlichste Arten zu streiten aufeinander. Wenn Konflikte respektvoll ausgetragen werden, profitieren alle davon: Die Streitenden setzen sich mit den verschiedenen Bedürfnissen und Erwartungen auseinander und finden neue Lösungen. Die anderen lernen, Differenzen friedlich zu lösen. Wenn der Umgang in der Familie jedoch zu körperlichen oder seelischen Verletzungen führt, ist eine wichtige Grenze überschritten.

ELTERN-STREITKULTUR

- Probleme ansprechen
- Einander zuhören
- Unterschiedliche Meinungen stehen lassen
- Gemeinsam Lösungen finden
- Sich wieder versöhnen

Respektvoll streiten



- Vertrauensvolle Beziehungen
- Geborgenheit
- Konflikte als Teil des Zusammenlebens erfahren
- Faires Streiten lernen
- Selbstvertrauen
- Zeit für sich selbst, seine Interessen haben
- Ruhe zum Lernen

Meine Eltern streiten, aber sie haben sich trotzdem gern.



- Dauernd Vorwürfe machen
- Nörgeln
- Streiten beim geringsten Anlass
- Nicht zuhören
- Nur negatives Feedback geben

Zoff und Zank



- Unsicherheit
- Ärger
- Trauer
- Schuldgefühle
- Niedergeschlagenheit
- Negative Erwartungen
- Enttäuschung

Bin ich schuld, dass sich meine Eltern streiten?



- Beschimpfen
- Demütigen
- Gemein sein
- Drohen
- Schlagen
- Sexuelle Gewalt
- Kontrollieren und isolieren

Elterliche Paargewalt



- Angst, Trauer, Wut, Ohnmacht
- Innere Erstarrung
- Schuldgefühle
- Aufmerksamkeitsprobleme
- Schlafstörungen
- Kopfweg, Bauchweg
- Aggressivität, Schulschwierigkeiten
- Sprachlosigkeit
- Keine gute Konfliktlösungstrategie

Niemand darf davon erfahren, sonst geht die Familie kaputt.



→ Was Eltern und Kindern hilft

- Wenn Eltern ihr Konfliktverhalten verändern und allenfalls Hilfe holen,
- Wenn Erwachsene darauf achten, dass Kinder nicht zwischen die Fronten des elterlichen Streites geraten (z.B. in Trennungssituationen),
- Wenn das Umfeld (z.B. die Schule) über die schwierige Situation informiert ist, um darauf und auf die kindliche Belastung reagieren zu können,
- Beratungsstellen: fvgs.ch; opferhilfe-schweiz.ch; www.147.ch; Elternnotruf.ch