

Liebe Familien,

die Erziehung von Kindern ist mit Sicherheit keine leichte Aufgabe. Vielleicht kennen Sie in Ihrem Erziehungsalltag auch alltägliche Situationen, in denen Sie überlegen, ob Sie ihr Kind für unerwünschtes Verhalten bestrafen und für wünschenswertes Verhalten belohnen sollen. Doch sind Strafen und Belohnungen überhaupt sinnvoll? Inwieweit können Konsequenzen, Belohnungen und Lob in der Erziehung ein wertvolles Mittel sein?



## “Wenn du jetzt nicht aufräumst, kriegst du kein Eis mehr!”- Was bringen Strafen und Belohnungen in der Erziehung?

Die Erziehungsmaßnahmen haben sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert. Heute wissen wir weitaus mehr über die kindliche Entwicklung, wodurch sich auch einige Erziehungsstile dem wissenschaftlichen Stand angepasst haben. Dennoch kennen Sie bestimmt aus Ihrer eigenen Kindheit noch das Tool der Bestrafung oder der Belohnung. Das Ziel dieser Methoden ist es, Kinder in ihrem Verhalten zu beeinflussen. Auch wenn Kinder Grenzen brauchen, haben Studien gezeigt, dass Belohnungen tatsächlich besser wirken als Bestrafungen. Warum Sie aber auch die Methode der Belohnung kritisch hinterfragen dürfen, und wie Sie hierfür eine Alternative finden können, erfahren Sie im Artikel.

Link zum Artikel: [Lob und Belohnungen in der Erziehung](#)

Kinder dürfen lernen, dass ihr Verhalten Konsequenzen nach sich zieht. Dennoch gibt es Möglichkeiten, Kindern Grenzen zu setzen, ohne immer zwischen Belohnungen und Bestrafungen zu wechseln. In dem nachfolgenden Video geht es um alternative Methoden, um Ihrem Kind Grenzen zu setzen oder wünschenswertes Verhalten zu bestärken.

Link zum Video: [Kinder zwischen Belohnung und Bestrafung- Wie setzen wir Grenzen konsequent?](#)

Es ist gar nicht so leicht, die eigenen Erziehungsmaßnahmen, wie beispielsweise das Belohnungs- und Bestrafungssystem, zu hinterfragen und doch kann es sich lohnen, wenn es zu einem entspannteren Miteinander im Familienalltag führt.

Warum Belohnung und Bestrafung eher kurzfristige Lösungen sind und selten langfristig zum gewünschten Ziel führen, können Sie in der Podcastfolge nachhören.

Link zum Podcast: [FamilieVerstehen: Belohnung und Bestrafung und wie es auch ohne geht](#)

### Das hat mir gut geschmeckt

Da das Wetter zur Zeit schon ungemütlich genug ist, haben wir ein paar Frühstücks-Rezepte rausgesucht, die uns trotz Regen und Sturm warm und wohlgenährt in den Tag starten lassen. Superschnell und einfach gemacht ist das leckere Porridge mit Birnen. Das Omelette ist eine herzhaftere Alternative und vielleicht eine schöne Idee für ein Sonntagsfrühstück.

Link zum Rezept: [Porridge mit Birne](#)

Link zum Rezept: [Omelett mit Feta und Tomaten](#)

### Das hat mir gegen Langeweile geholfen

Wenn Sie mit Ihren Kindern immer wieder aneinandergeraten beim Thema Regeln und Grenzen setzen, könnte es eine schöne Idee sein, mit Ihrem Kind gemeinsam ein Plakat zu gestalten, auf dem Sie die Regeln gemeinsam festhalten. Der Kreativität kann hierbei freien Lauf gelassen- und Kinder können gut in den Prozess mit einbezogen werden. Tipps für das Festlegen solcher "Familienregeln" finden Sie im Artikel.

Link zum Artikel: [Familienregeln aufstellen: Mit Beispielen](#)

### Das hat mich zum Lächeln gebracht

*Wenn du nicht weißt, wie du dein Kind erziehen sollst,  
frage Leute, die keine haben.  
Die wissen es scheinbar immer besser!*

Wer kennt es nicht?

Liebe Grüße und bleiben Sie gesund und munter,  
das Team Zukunft