

# “Meine Zähne putze ich nicht!”

Was tun, wenn mein Kind nicht kooperiert?



Texte: © Copyright by Nadine Schneidereit

Gestaltung: © Copyright by Nadine Schneidereit

Erstellt mit Canva

Fotos: Canva

Quellen: Marte Meo Elemente, Basis Set, Krüger & Thiel Eigenverlag, März 2021

Nadine Schneidereit

Therese-von-Bayern-Str. 7

81737 München

[kontakt@inkie-erleben.de](mailto:kontakt@inkie-erleben.de)

[www.inkie-erleben.de](http://www.inkie-erleben.de)

Alle Rechte vorbehalten.

**Ein Weiterleiten ohne Teilnahme am Kurs oder ohne Erwerb vom E-Book ist untersagt.**

# INHALT

- 00 WILLKOMMEN
- 01 POSITIVE ELTERLICHE LEITUNG
- 02 KOOPERATION IST...
- 03 DEIN ROTER FADEN GIBT DIR KLARHEIT
- 04 GESCHENKE FÜR DEINEN ALLTAG
- 05 DEIN ROTER FADEN MIT INKIE
- 06 DAS KLINGT ALLES SCHÖN UND GUT, ABER...
- 07 SOFORTHILFE BEI EINEM WUTANFALL
- 08 WAS JETZT NOCH PASSIEREN KANN...

# Willkommen

Ich bin ein grundehrliches Nordlicht, dabei introvertiert und hochsensibel. Eine spannende Kombination, wenn man Mutter wird.

Mir war es immer wichtig, meinen Sohn auf Augenhöhe und in Verbindung zu begleiten. Ich wollte sein Selbstbewusstsein stärken und unsere Bindung nach der intensiven Babykuschelzeit weiter stärken. Doch wie geht das?

Mein Sohn wurde größer und ich hatte nicht die Tools um Wutausbrüche meines Sohnes beim Zähneputzen oder beim Arzt zu begleiten, nicht die Geduld um 20 Minuten auf ihn einzureden, damit er den Hustensaft endlich nimmt.

Ich hätte mir damals eine Methode gewünscht, die mir hilft, mich und meinen Sohn zu verstehen und die ohne komplexes Studium auskommt.

Bei meiner Recherche traf ich immer wieder auf „Mein inneres Kind“ und ja, es mag sein, dass dieses Thema eine Rolle spielt und sich ein Wühlen in der Vergangenheit lohnt, dennoch wollte ich keine Therapie, sondern eine Lösung.

Nordisch direkt, wie ich bin, sag ich es, wie es ist:  
Es braucht lediglich ein paar Tools und du kannst jede Situation mit deinem Kind entspannt meistern! Ich kann das jetzt auch! Die Methode, die all diese Tools vereint heißt **INKIE**. Intuitive, kindgerechte Entwicklung. Und das ist sie durch und durch: **intuitiv und kindgerecht**.



## Hi, ich bin Nadine...

...und im Herzen ein Nordlicht.

Ich bin im Februar 1985 geboren und seit September 2018 stolze Mama eines Buben.

Ich bin Pikler-Pädagogin i.A. und arbeite mit der international bekannten Marte Meo Methode.

Für mich gibt es keine bessere Art und Weise, wie wir unsere Kinder begleiten können. Die Informationen sind so konkret, dass wir, ohne etwas lernen zu müssen, unsere Kinder bestmöglich begleiten können.



## 3 Fakten über mich...

- Meine Lieblingsfarbe ist Regenbogen.
- Im Herzen ein Nordlicht.
- Ich liebe Schokolade.

Wie so oft beginnt mein Weg mit einem Rückschlag. 2013 verlor ich meinen Job und in meinem Kopf wuchs ein gutartiger, stressbedingter Hormon-Tumor, der im schlimmsten Fall auf meinen Sehnerv drücken würde, wenn ich den hormonbildenden Stress nicht reduziere.

Ich bekam einen konkreten Plan an die Hand und drehte mein Leben um 180 Grad. Nicht länger als 8 Stunden in der Nacht zu schlafen, jeden Tag eine Stunde Sport zu machen und mich in Entspannung zu üben wurden mein Schlüssel zur Gesundheit. Nach nur wenigen Monaten täglicher Praxis waren meine Blutwerte wieder unauffällig und sind es bis heute.

Während meiner Schwangerschaft haben mich all diese und viele neue Tools durch eine 3-monatige "Liegezeit" liebevoll ans Ziel getragen. Die Geburt unseres Sohnes und der damit einhergehende neue Alltag brachten viele neue Herausforderungen mit sich. Und wieder konnte ich mir mit meiner stetig wachsenden Toolbox helfen, diese im Alltag zu meistern und dabei ruhig und gelassen zu bleiben. Mit Baby ist vieles anders und neu, mit Highneed-Baby ist es der Wahnsinn. Dieses Kind hat das erste Jahr nur an und auf mir gelebt, noch heute ist er sehr reizoffen, gefühlsstark und hochsensibel. Schnell war klar, dass MEINE Toolbox mir hilft, aber nicht uns als Team.

Wenn ich heute Konflikte oder Herausforderungen mit meinem Sohn erlebe, löse ich diese auf Augenhöhe, kindgerecht - ohne Therapeuten an unserer Seite. Ich habe eine Toolbox entwickelt, die für alle Teilnehmer das passende Werkzeug bietet, damit ihr in Verbindung ALLES lösen könnt. Jede Information zu bestimmten Situationen über das „Wie?“ ist so konkret, dass du es sofort in deinen Alltag integrieren kann.

Es liegt in unserer Verantwortung, wie wir unseren Alltag leben, unsere Kinder begleiten und die Zeit mit unseren Kindern erleben. Macht es doch einfach und schön. Mach's mit INKIE.

*Deine Nadine*

## Mein Warum

Ich wünsche mir, dass jede Mama fordernde Situationen in Verbindung erleben und leiten kann, ohne Machtkampf, Erpressen oder Schönreden!

Ich wünsche mir, dass jede Mama weiß, wie sie das Selbstbewusstsein und den Selbstwert des eigenen Kindes stärken kann.

Du bist in jedem Moment die beste Mama für dein Kind.  
Wenn es dir noch nicht gelingt immer ruhig und gelassen zu bleiben, dann fehlen dir nur Tools.

Mit diesen Tools wirst du Erleichterung erleben und dich mit deinem Kind verbinden und es stark machen.

## Was du hier nicht bekommst

X

Erziehungstipps, weil ich mir wünsche, dass sich jedes Kind frei entfalten kann, ohne das jemand an ihm "herumzieht"!

X

08/15 Ratschläge, weil ich weiß, dass DU ALLEIN die Expertin für dein Kind bist.

X

Einen Knopf, der alle Konflikte und Herausforderungen in Luft auflöst.

## Was du hier bekommst



Impulse für deinen Alltag,  
mit denen es dir leichter fällt,  
dein Kind zu begleiten.

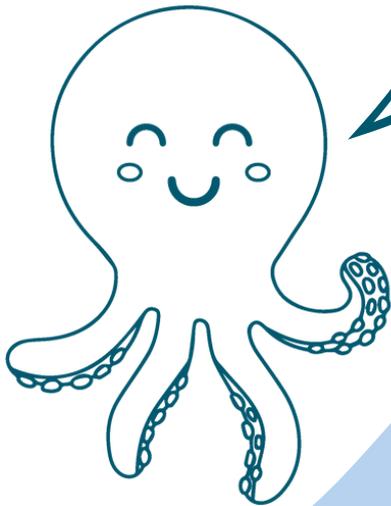


Ein buntes Buffet mit Tools,  
damit du in eine positive  
Leitungsfunktion kommst.



Durch diese "Abkürzungen" begleitest  
du dein Kind genauso,  
wie es das BESTE  
für dich und dein Kind ist.

**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



# POSITIVE ELTERLICHE LEITUNG

## Wie geht das?

Die einen sagen, du brauchst Klarheit.

Die anderen sagen, da muss das Kind dann halt mal durch.

Die einen sagen, dass hat uns auch nicht geschadet.

Die anderen sagen, du musst härter durchgreifen.

Was aber keiner sagt, wie es denn nun ganz konkret geht. Ich habe nirgends eine Schritt-für-Schritt-Anleitung gefunden, die mir aufzeigt, wie ich mein Kind in einer Situation, die ein klares Ziel hat, positiv leiten kann. So standen wir dann auch hilflos vor der Situation Zähneputzen. Sollte jeden Tag die Lösung sein, dass einer das schreiende Kind festhält und der andere die Zähne putzt und am Ende fühlen sich alle schlecht und sind verzweifelt? Das kann es doch nicht sein! Dann bin ich auf Marte Meo gestoßen bin. Marte Meo heißt "aus eigener Kraft" und diese Methode wurde von Maria Arts entwickelt. Mittlerweile wird sie international angewandt: in der Begleitung von Kindern, behinderten Menschen, älteren Menschen und überhaupt überall dort, wo Menschen aufeinandertreffen.

Ich habe mit dieser Methode schon viele Familien begleitet und schwierigste Situationen gelöst. Vom Zähneputzen, Hausaufgaben und Anziehen hin zu pflegende medizinische Herausforderungen, die eine ganze Familie involviert.

Jedes Tool ist ein Geschenk und kann deinen Familienalltag verändern. Deswegen bekommst du in diesem E-Book 8+1 Geschenke von mir, mit denen du eine positive elterliche Leitungsposition einnehmen kannst.

*Wenn keiner "will"  
und alle "müssen"  
hilft Geduld und  
oftmals Küssen.*

...das zweckgerichtete Zusammenwirken, bzw. Zusammenarbeiten zweier oder mehrerer Lebewesen, Personen oder Systeme mit gemeinsamen Zielen oder Perspektiven.

Kooperation ist also nicht das Ausführen von Anweisungen.

Kooperation bedeutet in gemeinsamer Abstimmung Dinge zu erledigen mit einem bestimmten Ziel.

Am Ende sollte sich jeder wohl in seiner Haut fühlen und weder seine eigenen Grenzen, noch die Grenzen des Kindes, überschritten haben.

Dennoch ist mir wichtig, dass du dein Kind gut im Blick behältst. **Die Zahngesundheit ist wichtig, aber die mentale Gesundheit ist auch wichtig.** Mittlerweile geht man dazu über, dass das seelische Wohl Priorität hat. Wenn die Gefühle und die Ablehnung des Zähneputzens in einer emotionalen Not enden und dein Kind vielleicht sogar körperlich auf diese Anforderung reagiert, dann solltest du lieber zu einem anderen Zeitpunkt weitermachen.

**Sobald Regeln und Grenzen Leid bedeuten, darfst du dies erkennen und Verantwortung übernehmen: denn DAS IST AUCH positive elterliche Leitung.** Kontrolliert nachzugeben ist kein Versagen, sondern dient der seelischen Gesundheit deines Kindes.

## Ko|ope|ra|ti|on

[koʔopəra'tsjo:n] Substantiv, feminin

lateinisch: cooperatio  
Zusammenwirkung, Mitwirkung



“Dass es möglich sein kann,  
in nur wenigen Sekunden  
gleichzeitig das Kind in seiner Entwicklung  
zu unterstützen und sich selbst wirksam zu stärken,  
ist immer wieder aufs Neue verblüffend.”

-Dr. med. Therese Niklaus Loosli über Marte Meo-

# DEIN ROTER FADEN GIBT DIR KLARHEIT

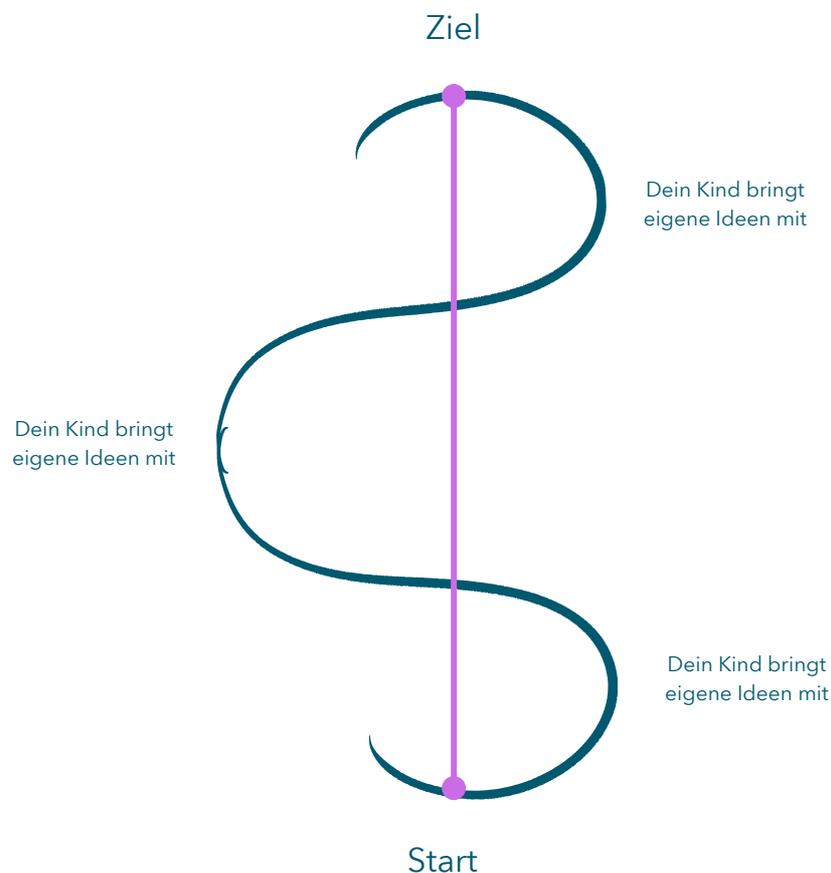
Wichtig bei der Umsetzung ist immer dein roter Faden.

Das Ziel ist klar und gemeinsam werdet ihr das Ziel auch erreichen. Vielleicht läuft nicht immer alles so schnell und glatt ab, wie du es dir vorstellst, aber du wirst in die Lage kommen, dein Kind positiv zum Ziel zu leiten.

Ich bin mir sicher, dass du mit den Geschenken eine Veränderung erleben wirst.

Hab Geduld, übe und gehe in Verbindung. Immer wieder höre ich von meinen Familien, die ich begleite: "Das klingt so einfach, ist aber nicht leicht."

Suche dir zu Beginn zwei Geschenke aus und baue diese bewusst in deinen Ablauf ein. Das geht alles nicht auf Knopfdruck, aber diese ganz konkreten Tools, werden dich unterstützen und für mehr Verbindung und Leichtigkeit sorgen.



# GESCHENKE FÜR DEINEN ALLTAG

Hier kommen deine 8+1 Geschenke für deinen Alltag, mit denen du in Leichtigkeit und Verbindung eine positive elterliche Leitungsposition einnehmen kannst.

Das Herzstück, welches Marte Meo ausmacht, ist das Benennen. Um dir dieses Tool näher zu bringen, möchte ich dich zu einem Experiment einladen.

Zuerst darfst du dich beobachten, ob du deinem Kind Fragen stellst, auf die du eigentlich ein Nein nicht akzeptieren würdest? Oder ob du deinem Kind Fragen stellst, die überhaupt keine Antwort erfordern. Dies gilt auch, wenn dein Kind noch nicht sprechen kann.

Zwei Gründe, warum du darauf achten solltest, deinem Kind weniger Fragen zu stellen:

- Häufig stellen wir unseren Kindern Fragen, allerdings steht die Entscheidung oftmals schon fest, dass Dinge passieren werden. Hier ist es also notwendig, dass du eine positive elterliche Leitungsposition einnimmst.
- Dein Kind möchte dir auf Fragen immer antworten und meist tut es dies auf eine Anforderung mit NEIN, weil es Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit erleben möchte.

Also ist die Frage nicht:

Gehen wir jetzt Zähne putzen?

Sondern die Aussage ist:

Wir gehen jetzt Zähne putzen!

Es ist so wichtig, dass wir beginnen, bewusst zu sprechen.

Jedesmal, wenn du eine unnötige Frage stellst und dein Kind mit Nein antwortet, die Dinge aber dennoch passieren "müssen", dann untergräbst du damit die Selbstbestimmung deines Kindes.

Dein Kind erfährt jedesmal: Mein Wort ist nichts wert. Meine Mama hört mich nicht.

# Das Herzstück



Deswegen mach lieber das -->

Beginne

- dich selbst,
- die Initiativen,
- Befindlichkeiten und
- Gefühle deines Kindes

zu benennen.

Das Benennen ist das Herzstück meiner Arbeit und ist einfach magisch. Du kreierst dir damit Zaubermomente zwischen dir und deinem Kind. Du wirst Blicke bekommen, die mitten ins Herz gehen.

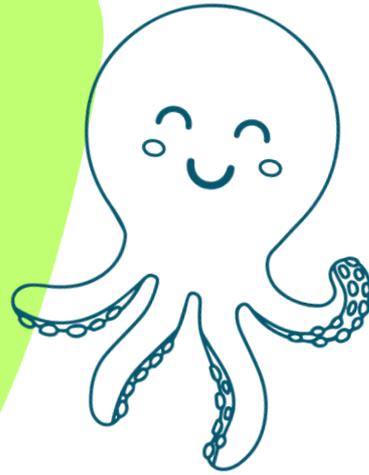
Beim Zähneputzen ist besonders wichtig, dass du dich selbst benennst. Damit machst du dich berechenbar und dein Kind weiß zu jeder Zeit, was genau passiert. Zudem förderst du damit auch die Sprachentwicklung und steigerst die Konzentrationsfähigkeit deines Kindes.

Starte zunächst ein Experiment und beobachte dich, ob und welche Fragen du stellst.

Und dann schau dir nachfolgende Übersicht zum Benennen an. Dort siehst du auch, wozu die einzelnen Dinge gut sind.

# Das Herzstück

## Das Benennen



Du benennst dich selbst.  
"Ich putze deine unteren  
Zähne."

Dadurch spürt dein Kind, dass du mit voller Aufmerksamkeit dabei bist. Es weiß, was gerade passiert.

Du benennst die  
Initiativen deines Kindes.  
"Du greifst nach der  
Zahnbürste."

Dadurch lernt dein Kind  
Worte und kann später  
selbst sagen, was es  
gerade tut. Das macht  
dein Kind interessant für  
andere Spielpartner.

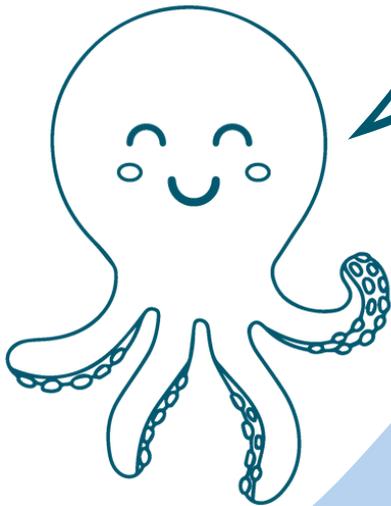
Du benennst Befindlichkeiten  
deines Kindes.  
"Das empfindest du gerade  
als unangenehm."

Dadurch verknüpft dein Kind  
deine Worte mit seiner  
Befindlichkeit und kann sie  
später selbst ausdrücken.

Du benennst die Gefühle  
deines Kindes.  
"Du freust dich."

Dadurch unterstützt du  
dein Kind, seine Gefühle  
zu bemerken. Das ist  
wichtig, damit dein Kind  
seine Gefühle gut  
regulieren kann.

**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



Bereit für ein Experiment?

## Stellst du deinem Kind Fragen?

Wenn ja, welche Fragen stellst du?

Wie oft stellst du Fragen?

Ergeben deine Fragen Sinn?

Kann dein Kind dir deine Fragen beantworten?

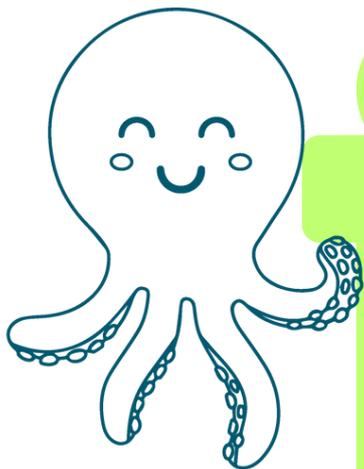


# Deine 8 Geschenke

Nun kennst du das Herzstück - das Benennen. Damit du in positive elterliche Leitung gehen kannst, brauchst du jetzt Tools, die deine Klarheit bestärken und dir helfen, deinen roten Faden in Verbindung mit deinem Kind zu folgen.

Dein roter Faden  
steht in allen  
Leitungssituationen fest!

Es gibt immer einen Weg, wie ihr euer Ziel gemeinsam erreicht. Du entscheidest mit deinem Kind zusammen, indem du auf die Initiativen eingehst und immer wieder liebevoll den Fokus auf die Aufgabe zurücklenkst.



**Diese 8  
Geschenke  
helfen dir  
dabei!**

# 1. Geschenk für dich



Du schaust dein Kind lächelnd und mit liebevollen Augen an.

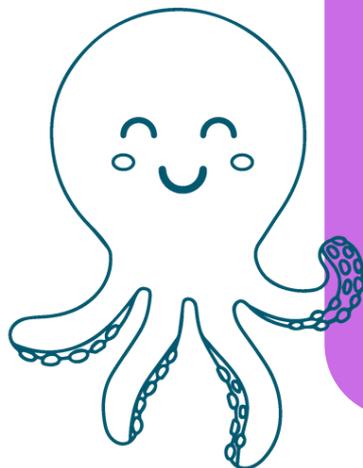
Das hilft deinem Kind, mit dir in Kontakt zu kommen.

Dein Kind bemerkt deine wertschätzende Haltung und wird emotional aufgewärmt.

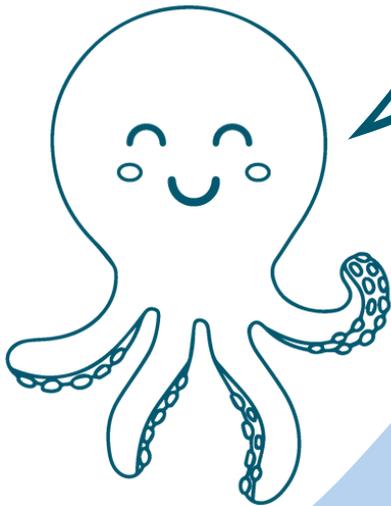
Was dein Kind wahrnimmt:

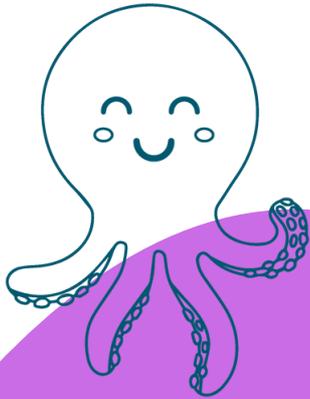
**Ich spüre, wie sehr du dich freust, mich zu sehen.**

**Dein liebevoller Blick öffnet mein Herz.**



**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**





**Erst der Kontakt  
DANN  
die Arbeit**

## 2. Geschenk für dich



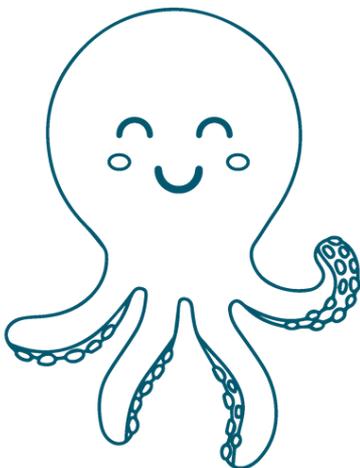
Bevor du etwas sagst, berührst du dein Kind, sagst den Vornamen und gehst in das Blickfeld.

Damit stellst du sicher, dass dein Kind weiß, dass gleich etwas passiert.

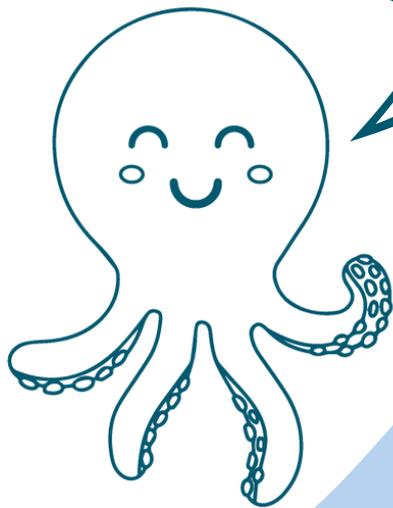
Du machst dich damit für dein Kind **BERECHENBAR** und zeigst dich respektvoll!

Was dein Kind wahrnimmt:

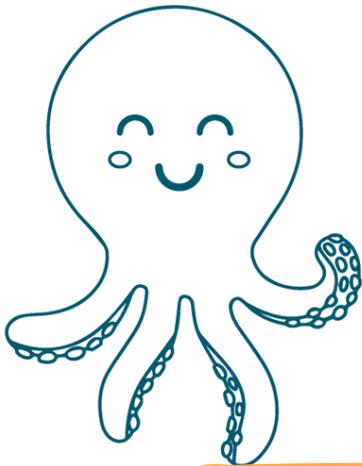
**Meine Mama reißt mich nicht einfach aus dem Moment.**



**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



### 3. Geschenk für dich



**Ankündigen,  
was kommt**

Sag deinem Kind, was du konkret als nächstes vor hast.  
"Jetzt ziehe ich dich an!"

Dein Kind kann sich bereit machen und du gibst ihm damit Sicherheit.

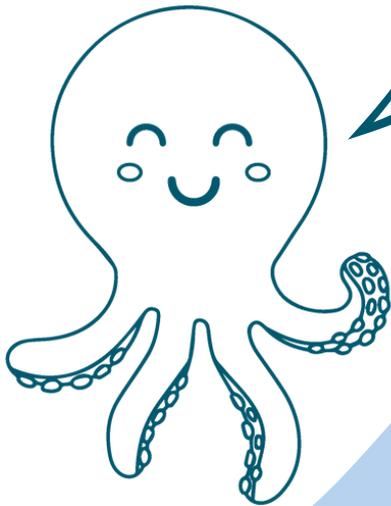
Du machst dich damit für dein Kind **BERECHENBAR** und zeigst dich **VERLÄSSLICH!**

Was dein Kind wahrnimmt:

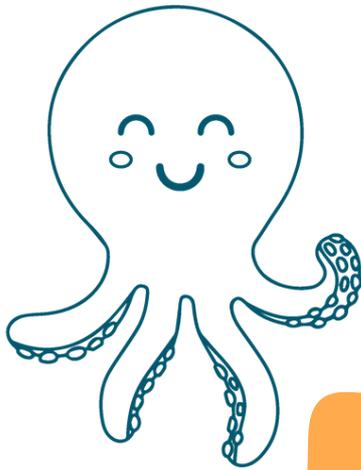
**Auf meine Mama kann ich mich verlassen.**

**Sie sagt mir immer, was als nächstes passiert.**

**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



# 4. Geschenk für dich



**Warten und  
Zeit geben**

Bevor ich anfangen...

...schau ich mein Kind  
an und warte.

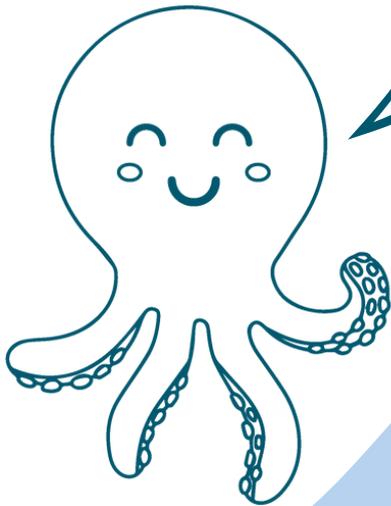
Du überprüfst, ob dein  
Kind dich verstanden  
hat? Ist es soweit?  
Braucht es noch etwas  
von mir, um mitmachen  
zu können?

Was dein Kind wahrnimmt:

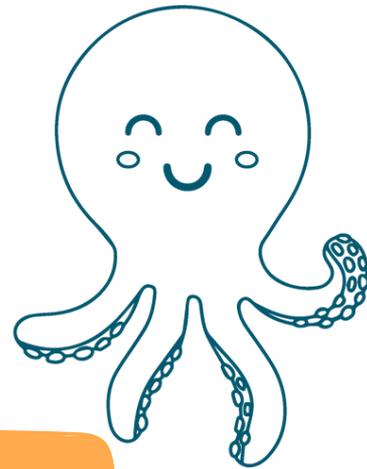
**Meine Mama überumpelt  
mich nicht.**

**Ich kann mich in meinem  
Tempo bereitmachen.**

**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



# 5. Geschenk für dich



Mache ein deutliches  
Startsignal.  
"Jetzt gehts los!"

Das gibt deinem Kind  
Orientierung und es kann  
sich auf die folgende  
Aktion einstellen.

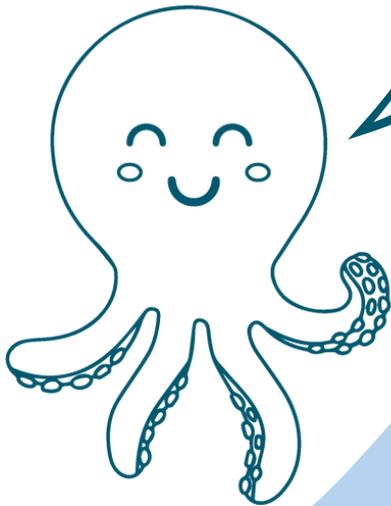
Mache ein deutliches  
Endsignal.  
"Geschafft."  
"Fertig."

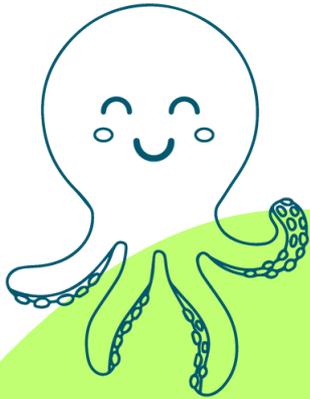
Das ist gut, weil...

**Dein Kind nun weiß,  
dass es wieder Freiraum  
für seine Initiativen hat.**

**Es kann sich entspannen.**

**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**





**Little Reminder zum Benennen:**

**Dein Kind tut...  
und  
Du sagst...**

# 6. Geschenk für dich



Wenn dein Kind etwas tun  
soll...

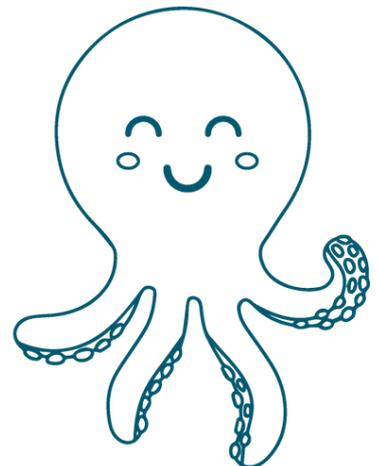
schaust du dein Kind an und  
sagst, was zu tun ist.

Dadurch weiß dein Kind  
genau, was von ihm  
erwartet wird. Es kann  
sich konzentrieren. Es  
kann mitwirken.

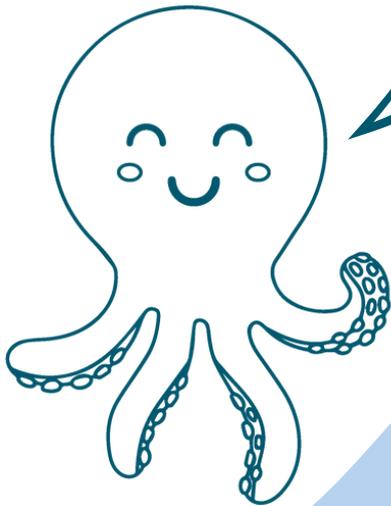
Was dein Kind wahrnimmt:

**Ich fühle mich sicher.**

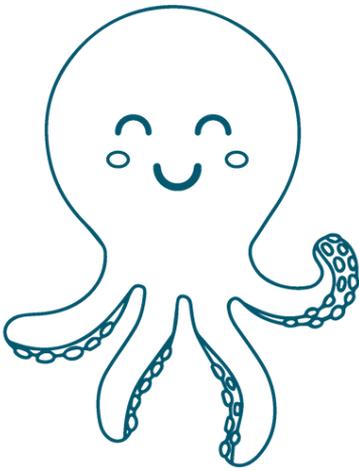
**Ich kann mich viel besser  
orientieren und meine  
Handlungsinitiativen  
anpassen, weil ich weiß,  
was zu tun ist.**



**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



# 7. Geschenk für dich



**Sagen, was  
du tust**

Während ich  
etwas tue....

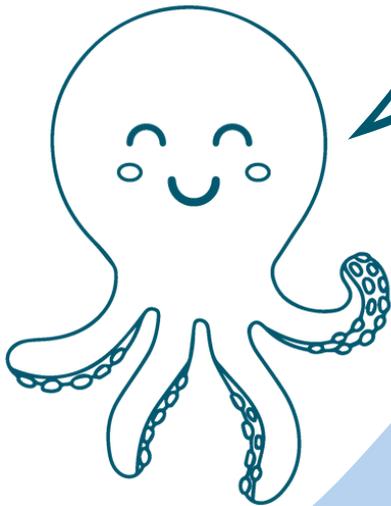
...sage ich, was ich tue.  
"Jetzt mache ich die  
Zahnpasta auf die Bürste."

Du wirst berechenbar und  
einschätzbar. Dein Kind weiß  
zu jederzeit, was du machst.

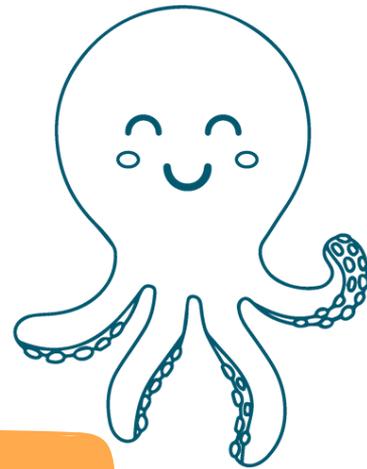
Was dein Kind wahrnimmt:

**Ich vertsehe  
Zusammenhänge und  
kann Wörter und Abläufe  
besser verinnerlichen.**

**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



# 8. Geschenk für dich



Dein Kind hat die Aufgabe beendet...

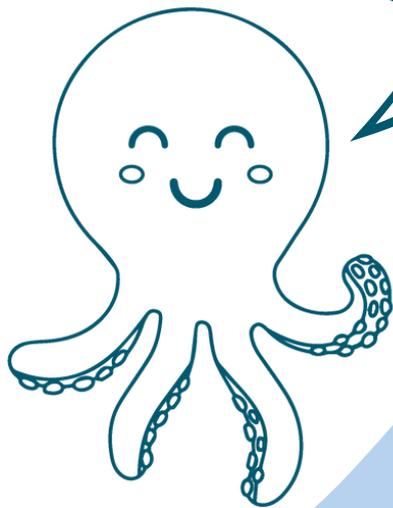
Lächle dein Kind mit freundlichem Gesicht an und vermittele ihm nonverbal und/oder mit Worten, dass es die Aufgabe geschafft hat

Schlagt ein - High Five.  
Sag deinem Kind:  
"Geschafft."  
oder  
"Fertig."

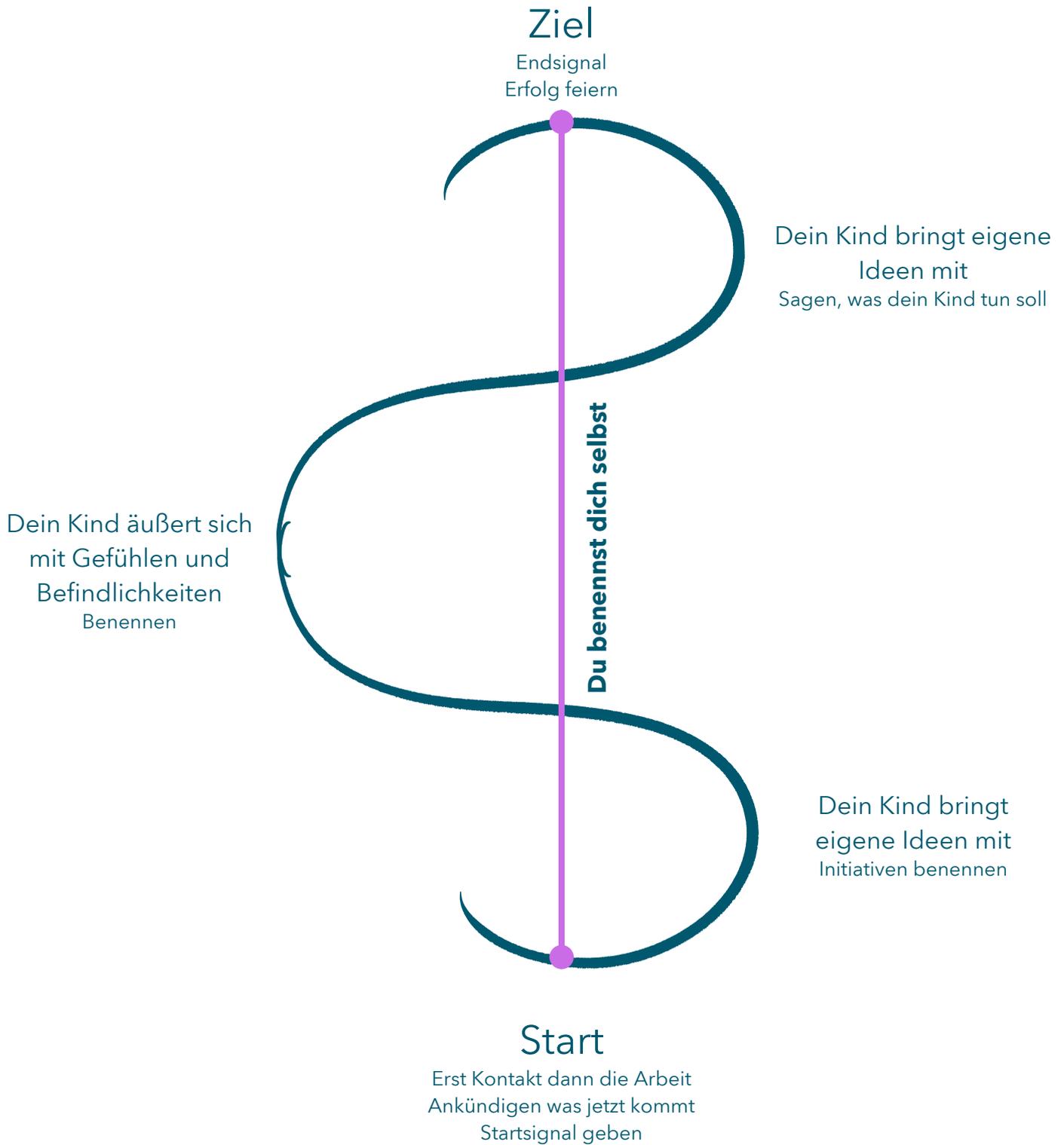
Das ist gut, weil...

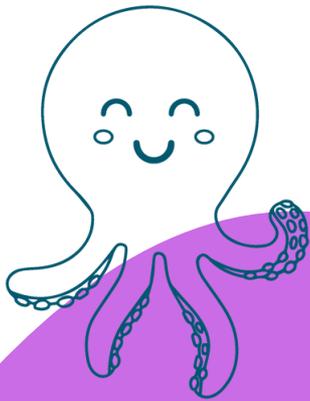
**Dein Kind aus einem positiven Abschluß wieder Kraft sammeln kann fürs nächste Mal.**

**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**



# DEIN ROTER FADEN MIT INKIE!





Mante Meo

heißt:

Aus eigener Kraft!

# DAS KLINGT ALLES SCHÖN UND GUT, ABER ES KLAPPT NICHT!

**Lege den Fokus auf den Kontaktmoment.**

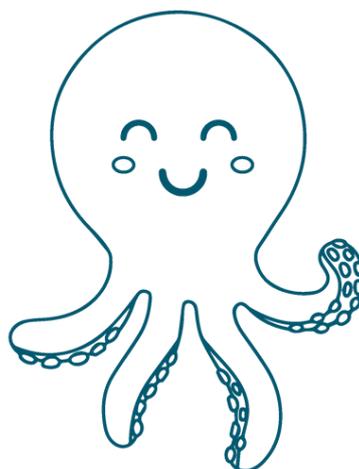
**Schau ganz genau nach den Initiativen deines Kindes und benenne sie.**  
(gewünschtes Verhalten)

**Denk an deinen roten Faden.**  
"Achtung, ich nehme dich jetzt."

**Anstatt Ablenkung - klare Aufgaben.**

"Tu das!" - anstatt - "Lass das..."

"Du darfst die Zahnpastatube festhalten."



# SOFORTHILFE BEI EINEM WUTANFALL

## **Gefühle benennen:**

"Du ärgerst dich!"

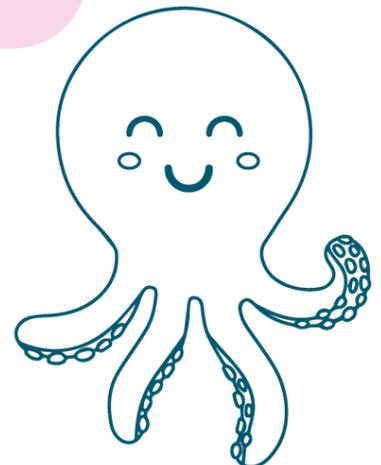
## **Atmen**

"Mir ist wichtig, dass wir jetzt Zähne putzen."

## **Gefühlsansteckung vermeiden**

Versuche selbst ruhig zu bleiben.

Sollte dein Kind häufig WUT empfinden und diese Situationen regelmäßig in einer Sackgasse enden, dann kann ich dir meine E-Book zum Thema "Liebevoll Grenzen setzen" und "WUT" empfehlen.



# WAS JETZT NOCH PASSIEREN KANN...

**Du fühlst dich gut ausgestattet** und bist motiviert. Es ergeben sich jedoch im Alltag Rückfragen zum E-Book oder etwas ist unklar...

**Was aber auch passieren kann:** Es geht nicht weiter. Ihr steckt in einer **verzwickten Situation** und ein **Wutanfall** jagt den nächsten.

**Melde dich über diesen Link für ein Gespräch.**

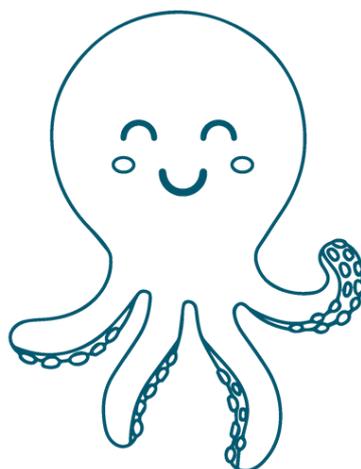
**Warte nicht zu lange.**

**Ich melde mich bei dir und wir vereinbaren einen Termin per Zoom.**

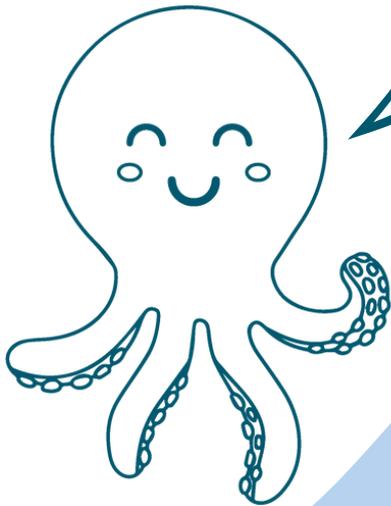
**Mit der INKIE-Methode haben wir bereits vielen Familien geholfen, das klappt auch bei Euch. Versprochen!**

...für dein Vertrauen.

**Machs wie INKIE:  
Lieber Lachkrampf  
statt Machtkampf!**



**HÖRE DIR JETZT  
DIESE AUDIO AN**





Let's connect!



Lass uns in Kontakt bleiben.

Folge mir auf **facebook** und  
**Instagram!**

Deine Nadine



@ankerdeinenmoment



@nadine.schneiderei