

INFORMATIONSLATT FÜR ELTERN

Was bedeutet das neue Gesetz zur gewaltfreien Erziehung?

«So wollte ich eigentlich nie reagieren.»

Seit dem 1. Juli 2026 ist der Grundsatz der gewaltfreien Erziehung ausdrücklich im Schweizer Recht verankert.

Für viele Eltern wirft dies Fragen auf: Was bedeutet das für unseren Familienalltag? Ist jetzt alles verboten? Was, wenn ich mein Kind angeschrien oder sogar geschlagen habe?

Viele Mütter und Väter erleben Momente, in denen sie anders reagieren, als sie es eigentlich möchten. Genau hier beginnt die Auseinandersetzung mit dem, was hinter solchen Momenten steckt.

Das neue Gesetz richtet sich nicht gegen Eltern

Die gesetzliche Verankerung der gewaltfreien Erziehung verfolgt ein klares Ziel: Kinder sollen ohne körperliche oder psychische Gewalt aufwachsen.

Gleichzeitig anerkennt das Gesetz, dass Erziehung herausfordernd sein kann und Eltern in belastenden Situationen Unterstützung erhalten sollen. Es geht nicht darum, Eltern unter Generalverdacht zu stellen, sondern Familien frühzeitig Orientierung und Unterstützung anzubieten.

Wenn eine Situation plötzlich eskaliert

Für viele Eltern fühlt sich der Moment überwältigend an. Sie erleben ihn als plötzlich und fragen sich im Nachhinein: «Wie konnte das nur passieren?»

Häufig entwickelt sich eine Eskalation jedoch über längere Zeit. Wiederkehrende Konflikte, Überforderung und zunehmender innerer Druck können den Handlungsspielraum immer weiter einengen.

Was im entscheidenden Moment wie ein spontaner Kontrollverlust erscheint, ist oft Teil eines Kreislaufs, den die Beteiligten selbst nicht erkennen.

Wer diese Zusammenhänge erkennt, kann beginnen, den Kreislauf zu durchbrechen.

Konflikte entwickeln sich

Auch wenn sich eine Eskalation oft plötzlich anfühlt, entsteht sie meist nicht aus dem Nichts. Verschiedene Belastungen können sich über Wochen oder Monate aufbauen:

- Schlafmangel
- Dauerstress
- Überforderung
- Sorgen
- wiederkehrende Konflikte
- herausforderndes Verhalten des Kindes oder Jugendlichen
- eigene Erfahrungen aus der Kindheit

Je grösser der innere Druck wird, desto kleiner wird häufig der Handlungsspielraum. Manche Eltern reagieren zunehmend angespannt und impulsiv, andere ziehen sich zurück oder fühlen sich wie gelähmt. Gleichzeitig wird der Blick für andere Handlungsmöglichkeiten immer enger.

VERANTWORTUNG & VERÄNDERUNG

Nicht Schuld suchen. Handlungsmöglichkeiten erweitern.

Verantwortung bedeutet

den Blick nicht auf Schuld, sondern auf neue Handlungsmöglichkeiten zu richten.

Verantwortung bedeutet,

- hinzuschauen
- Zusammenhänge zu verstehen
- das eigene Handeln zu reflektieren
- neue Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln

Genau dort beginnt Veränderung.

Gewaltfreie Erziehung bedeutet

Verantwortung bedeutet auch, Kindern Orientierung und Sicherheit zu geben. Gewaltfreie Erziehung schliesst klare Grenzen deshalb nicht aus. Entscheidend ist nicht, ob Grenzen gesetzt werden, sondern wie.

Orientierung

Kinder brauchen Orientierung, verlässliche Erwachsene und klare Grenzen.

Autorität

Autorität kann Sicherheit geben und Beziehung stärken, ohne Angst zu erzeugen.

Wenn Sie sich wiedererkennen

Viele Eltern schämen sich für einzelne Situationen. Deshalb sprechen sie mit niemandem darüber. Dabei ist genau das der erste Schritt.

Nicht Schuldzuweisungen stehen im Mittelpunkt, sondern das Verstehen von Eskalationen, die Übernahme von Verantwortung und die Entwicklung neuer Handlungsmöglichkeiten. Niemand muss solche Situationen alleine bewältigen.

Mein Beratungsverständnis

In meiner Arbeit begleite ich Eltern, Kinder und Jugendliche bei Konflikten, Eskalationen und Gewalt. Im Mittelpunkt stehen nicht Schuldzuweisungen, sondern Verantwortung, Verstehen und Veränderung.

Ziel ist,

- Dynamiken zu verstehen
- Verantwortung zu klären
- Sicherheit zurückzugewinnen
- tragfähige Beziehungen zu stärken

**Veränderung beginnt nicht dort, wo Menschen keine Fehler mehr machen.
Sie beginnt dort, wo sie bereit sind, hinzuschauen, Verantwortung zu übernehmen und neue Wege zu entwickeln.**