



Die Stärken der Kinder stärken

Von der Nützlichkeit, immer wieder stärkend mit Kindern umzugehen

Eine Kurzzusammenfassung des am 2.9.11 vom Elternrat Waltenschwil organisierten Vortrags von Hansueli Weber

Stärken stärken ist ein Lernprozess

Lernen verändert das Gehirn. Es sind die vielfältig zusammenwirkenden Netzwerke im Gehirn welches sich jederzeit und je nach Aktivität verändern (wachsen oder zurückbilden). Die durch Lernen gebildeten neuronalen Muster bestimmen das Verhalten der Menschen. Damit sich diese Muster in nützlicher Weise entwickeln, ist es hilfreich, einiges darüber zu wissen: Sie können wirkungsvoll durch starke Gefühle, erfolgreiches Erleben und Wiederholungen verändert oder neu gebildet werden. Da sie auch blitzschnell und meist unbewusst wirken, ist es notwendig, mit dem Bewusstsein, das Unbewusste gut zu trainieren, zu coachen. Da die neuronalen Muster auf subjektive Erfahrungen und Erinnerungen zurückgreifen, braucht für eine Veränderung neue Erlebnisse. Wenn diese positiv und unterstützend sind, fühlen sich Menschen gestärkt.

Zu positiven Erlebnissen beitragen

Damit ist die wichtigste Aufgabe der Erziehung bestimmt: Wenn Eltern und Lehrpersonen dazu beitragen, dass die Kinder viele positive und unterstützende Erfahrungen machen können, ist die Wahrscheinlichkeit sehr gross, dass das Selbstvertrauen wächst und viele „Lebensfertigkeiten“ aufgebaut werden. Mögliche solche Unterstützungsangebote sind:

- *Dazu beitragen, dass Kinder Erfolge sehen und stolz darauf sind.* Das kann durch viel positives Feedback geschehen. Oder dadurch, dass sie mit dem Kind zusammen die Stärken und Erfolge entdecken und geniessen.
- *Die Kinder ernst nehmen und ihnen viel Wertschätzung entgegenbringen.* Nachfragen, philosophieren und mit dem Kind neugierig unterwegs sein, sind hilfreiche Verhaltensweisen.
- *Ein gutes Selbstvertrauen aufbauen helfen.* Dem Kind etwas zutrauen, ihm beibringen seine Probleme selber zu lösen, realistisch aber oft über erfolgreiches Verhalten reden, zusammen mit den Kindern herausfinden, welches die wirkungsvollsten Verhaltensweisen sind.

Stärken herausfinden: Umdeuten

Eine spezielle Form mit Problemen umzugehen, ist die Fähigkeit, die Ressourcen und positiven Aspekte in den Problemsituationen zu finden. Wenn dies gelingt, wenn es möglich wird, problematische Vorfälle und Zustände umzudeuten, verändert sich oft sehr viel. Umdeuten muss oft geübt werden, sonst kippt man schnell wieder in alte Muster zurück. Es ist nützlich, beim frechen Kind eben auch zu sehen, dass es manchmal die Sache durchaus auf den Punkt bringt, dass es sehr gespürig ist und mit seinem Verhalten auf Schwachstellen hinweist, dass es mutig ist und zu seiner Meinung steht, usw.

Fähigkeiten aufbauen

Damit nicht nur über Probleme geredet wird, ist es hilfreich, Fähigkeiten zu entwickeln, die Probleme zu lösen. Das Konzept „Ich schaffs“ ist dafür sehr gut geeignet.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.lernvisionen.ch/eltern. Hier sind Buchtipps, die Powerpoint-Präsentation und anderes zu finden.