

Aufmerksamkeit auf die Stärken, Talente und Fähigkeiten von Kindern lenken

Kinder brauchen Ermutigung

Wir Erwachsene kennen das. Ein Blick der Anerkennung, ein freundliches Wort, das Gefühl, dass man uns sein lässt, wie wir sind, all das bewirkt ein sehr gutes Gefühl in uns. Wir fühlen uns ermutigt. Eine Ermutigung bewirkt, dass wir unsere innere Haltung verändern, dass wir uns in unserer Selbstachtung gestärkt fühlen und dass wir an unsere Fähigkeiten glauben.

All unsere wirklich guten Ideen, die Umsetzung unserer Ziele und Pläne haben damit begonnen, dass wir uns ermutigt gefühlt haben. Manchmal gibt es spezielle Personen, die besonders viel dazu beigetragen haben, dass wir in unserem Leben Dinge erreicht haben. Diese Menschen haben

uns ermutigt und viel bewirkt, und wir haben Grund, ihnen dankbar zu sein. Auch das Gegenteil gibt es. Minderwertigkeitsgefühle, Schuldgefühle, Versagensängste – sie alle bewirken, dass wir den Blick auf unsere Möglichkeiten verlieren und dadurch verhindern zu werden, wer wir wirklich sind.

Vertrauen zum Leben und in unser Handeln und Denken braucht Ermutigung. Gerade Kinder brauchen diese Ermutigung ganz notwendig, denn sie sind es, die erst dabei sind, zu lernen, wie das Leben und sie selbst funktionieren.

Sätze wie die folgenden kommen vielen bekannt vor: „Wenn ich als Kind etwas ausprobieren wollte, dann hieß es gleich: Pass auf, dass du nichts kaputt machst! Pass

auf, dass dir der Teller nicht hinunterfällt“. Wenn etwas nicht klappte, dann haben viele gehört: „Siehst du, ich habe es dir doch gleich gesagt!“ Oder: „Dafür bist du noch zu klein! Das kannst du noch nicht. Lass das lieber deine große Schwester machen.“

Entmutigung

Solche Sätze sind nicht gerade ermutigend für ein Kind. Auch wenn wir sie alle kennen, so erinnern wir uns auch an die Gefühle, die damit einhergingen. Man fühlte sich klein, wertlos und nicht gerade aufgebaut. Entmutigung bedeutet, dass man glauben lernt, dass man etwas nicht kann oder für etwas nicht gut genug ist. Diese Gefühle begleiten viele Kinder bis ins Er-



Mag. Mag. Manuela Oberlechner
Psychologin, Trainerin, Begründerin
www.family-support.net

wachsenenleben und sie legen sie auch nie wirklich ab. Um so wichtiger ist es, unseren Kindern eine Alternative zu bieten – sie zu ermutigen!

Mut machen

Ermutigung könnte man definieren als jedes Zeichen der Aufmerksamkeit, das anderen oder uns selbst Mut macht oder Auftrieb gibt. Ermutigung ist das, was als Ermu-

tigung empfunden wird. Die Überzeugung „Ich kann ...“ und das Gefühl „So wie ich bin, bin ich gut genug“ sind Ausdruck davon, dass wir ermutigt wurden.

Ein Versuch

In einem Versuch wurde eine „gute“ Klasse für ein paar Wochen in eine „schlechte“ verwandelt. Man veranlasste den Lehrer, die Kinder nicht mehr zu loben. Als der Lehrer die Kinder nicht mehr lobte, nahm das unerwünschte Störverhalten von 8,7 Prozent bis zu 25,5 Prozent zu.

Der Lehrer rügte das Störverhalten und unterließ es, das Verhalten der Kinder zu loben, die sich mit ihrer Arbeit beschäftigten. Als man den Lehrer bat, die Kinder anstatt fünf Mal in 20 Minuten zu rügen, dies in der gleichen Zeit 16 Mal zu tun, war das Störverhalten sogar noch stärker.

Es nahm bis zu einem Durchschnitt von 31,2 Prozent

zu und lag an manchen Tagen bei über 50 Prozent. Dieser Versuch zeigt, wie sehr die Aufmerksamkeit dorthin geht, wohin man sie lenkt.

Richtet man seine Wahrnehmung auf das störende Verhalten, verändert sich dieses. Wie viel sinnvoller ist es, die Aufmerksamkeit auf die Stärken, Talente und Fähigkeiten von Kindern zu lenken.

Ermutigung ausdrücken

Ermutigung kann ausgedrückt werden durch eine positive Erwartungshaltung: Ich glaube an dich, ich traue dir das zu.

Ermutigung kann direkt und indirekt ausgedrückt werden. Direkte Ermutigung wäre zu sagen: „Das ist eine gute Idee von dir!“ „Toll, dass du deine Aufgabe so genau machst!“ Die indirekte Ermutigung schafft das richtige Klima, in dem Menschen am besten gedeihen können. Diese Atmosphäre kann man spüren, man fühlt sich wohl. Vor allem Kinder reagieren sehr sensibel darauf: Sie merken, dass sie so sein dürfen, wie sie sind.

Einige Beispiele

„Du verstehst es sehr gut, dich alleine anzuziehen.“

„Ich freue mich, dass du Spaß am Ausmalen hast.“

In diesen Beispielen wird das „Tun“ ermutigt und nicht das Haben. Es braucht auch einiges an persönlichen Qualitäten, um ermutigend zu sein. Interesse für andere, aufmerksames Zuhören, Begeisterung, Geduld, einen freundlichen Blick, eine freundliche Stimme.

Man braucht die Fähigkeit, das Gute zu erkennen und es muss gelingen, Versuche und Fortschritte anzuerkennen sowie Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen. Wenn dies gelingt, dann kommen die eigenen Ermutigungen an!

Buchtipps: Theo Schoenaker: Mut tut gut, RDI Verlag

LabyrinthFreiheit LabirintoLibertà LabirintLidëza

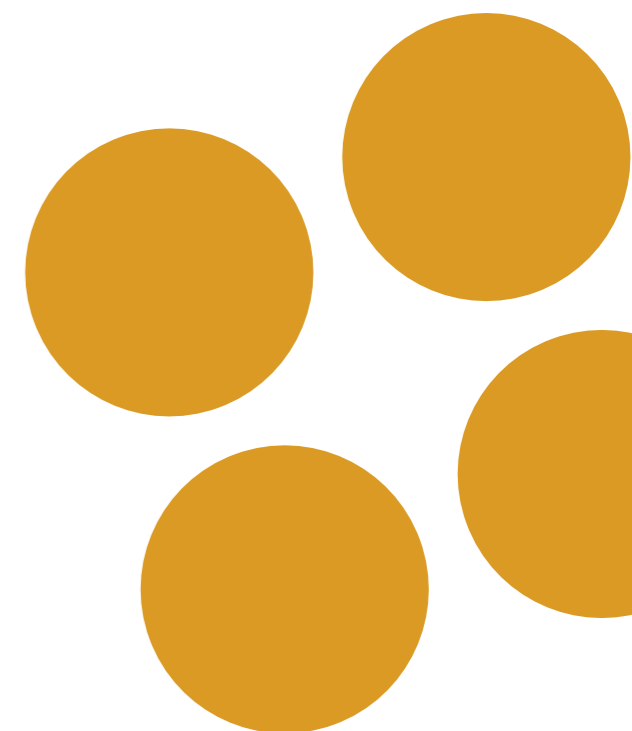
10.05.-30.10.2009

Landesausstellung

Franzensfeste

Südtirol

www.lab09.net



Vertrauen zum Leben und in unser Handeln und Denken braucht Ermutigung. Vor allem für Kinder ist diese Ermutigung notwendig.

Foto: Shutterstock

Eintritt frei

gefördert von
Stiftung Südtiroler Sparkasse
Fondazione Cassa di Risparmio
sostenuto da

Öffnungszeiten

Mai und Oktober täglich 9:00–17:00

Juni–September täglich 10:00–19:00

AUTONOME
PROVINZ
BOZEN
SÜDTIROL

PROVINCIA
AUTONOMA
DI BOLZANO
ALTO ADIGE

tirol

PROVINCIA
AUTONOMA
DI TRENTO