

Selbstreflexion als Erziehungshilfe !

von Corinne Huber, Lehrerin, Heilpädagogin

Die Erziehung eines Kindes ist immer eine grosse, verantwortungsvolle Aufgabe. Die Erziehung eines Kindes aber, welches einen extrem stark ausgeprägten Willen und ein überbordendes oder vielleicht untersetztes Temperament hat, welches seine Umgebung mit allen Sinnen vertieft wahrnimmt und auf alle Reize übermässig reagiert, welches seine Meinung überall lautstark verkündet und sich ab und zu mit den Fäusten bemerkbar macht, welches in gewissen Bereichen vielleicht mit einem hohen geistigen und kreativen Potenzial gesegnet ist, dieses aber nicht erfolgreich umsetzen kann, stellt eine *besonders grosse* Herausforderung an die Eltern (LehrerInnen) dar !!!

Ein solches, sagen wir verhaltensauffälliges Kind zu begleiten, zu führen, ohne dabei seine starke Persönlichkeit zu brechen, bedarf viel Liebe, Geduld und pädagogischen Geschicks und stellt in den Wirren des Alltags oft einen Balanceakt dar. *Immer wieder* kommt man an die eigenen Grenzen und empfindet die Interaktion mit dem Kind anstrengend und als ein Treten an Ort. Auch lauern verschiedene Teufelskreise.

Um dem herausfordernden Kind *nebst* einer etwaigen Therapie oder Medikation fundiert helfen zu können, ist ein permanent kritischer Blick auf sich selbst als Erziehende/r nicht zu umgehen. Nur durch wiederholtes Analysieren und gegebenenfalls Anpassen des eigenen Verhaltens als Eltern (LehrerIn) ist die Erziehungssituation nachhaltig zu beeinflussen. Selbstbeobachtung ist die Voraussetzung, um sein eigenes Verhalten in verschiedenen Situationen verstehen zu lernen und um sich neue Verhaltensweisen aneignen, alte loswerden und sich selber positiv verändern zu können. Kann dieser Prozess nicht stattfinden und gipfelt der Alltag in gegenseitigen Schuldzuweisungen, ist die Lebensqualität des Kindes und der ganzen Familie massiv beeinträchtigt.

An der Selbstreflexion führt kein Weg vorbei!

Ansätze, welche das **emotionale Wohlbefinden des Kindes** und sein **Selbstvertrauen** nachhaltig stabilisieren können:

1. *Das Kind mit all seinen Stärken und Schwächen so lieben und akzeptieren, wie es ist!* Man soll das Kind nicht ändern wollen. So fühlt sich das Kind angenommen, geliebt und geborgen, was für das seelische Gleichgewicht von unüberschätzbar hohem Wert ist. Das Kind soll liebevoll geführt werden, einen Halt finden und Vertrauen zu sich selbst und zu seinem unmittelbaren Umfeld aufbauen können. So kann das Rückgrad für die Welt ausserhalb der Familie gestärkt werden.
2. *Das Kind in seinem „Anderssein“ verstehen lernen.* Dabei hilft zu lernen, das Kind durch das Auge des eigenen „inneren Kindes“ zu sehen. Dadurch fühlt sich das Kind verstanden, hat Vertrauen und lässt sich leichter führen.
3. *Innerhalb der Familie einen eigenen, für alle akzeptablen Lebensstil finden, unabhängig davon, was „die anderen“ denken.* Das Kind fühlt sich wohl und gleichwertig. Es fühlt sich geborgen und geschützt.

Das Verhalten des Kindes ist, wie bereits erwähnt, nur die eine Seite der Erziehung. Wie wir Erwachsene aber damit umgehen, ist die andere ebenso wichtige und nicht zu unterschätzende Seite. *Beide Seiten sind eng miteinander verknüpft und beeinflussen sich gegenseitig!* Nicht selten nämlich sind wir Erwachsene (Eltern/ LehrerInnen etc.) der Auslöser für ein „Fehlverhalten“ des in aller Regel äusserst sensiblen Kindes, ob gerechtfertigt oder nicht. Lernen wir durch Selbstbeobachtung die Auslöser und Hintergründe einer Situation kennen, können wir aktiv und frühzeitig in ein Geschehen eingreifen oder es schon im Vorfeld abwenden. Mit etwas Übung und Ehrlichkeit uns selbst gegenüber, lernen wir viel über uns selbst und über das Verhalten des Kindes und sind bezüglich gewisser Situationen weniger ausgeliefert. Dadurch sinkt zwangsläufig das Krisenpotential.

Rückfälle gibt es auf *beiden* Seiten immer wieder. Doch sie werden seltener und man hat gelernt, aus einer schwierigen Lage herauszufinden, die Situation ehrlich zu analysieren, zu stabilisieren und wieder zu sich selbst und dem Kind zu finden.

Hier sei eine Auswahl an möglichen Überlegungen, Fragen und hilfreichen Impulsen gegeben:

- Wo stosse ich an meine Grenzen und warum?
- Wann fühle ich mich hilflos und warum?
- Was genau macht mich traurig oder wütend und warum?
- Wann reagiere ich unpädagogisch und warum?
- Wie hoch sind meine Erwartungen an das Kind?
- Wo stehe ich selbst in der Gesellschaft?

- Tonfall: *Wie* spreche ich mit meinem Kind?
- Blickkontakt: Schau ich mein Kind an? *Wie* schau ich es an?
- Körperkontakt: Wie oft nehme ich mein Kind in den Arm oder streiche ihm liebevoll über den Kopf ?

- Negative Erlebnisse im Vergleich zu den positiven nicht überbewerten!
- Mögliche innere Ablehnung dem Kind gegenüber erkennen, *nicht verdrängen* und etwas dagegen tun oder Hilfe holen.
- „Spiegel“ des Kindes als Hilfe zur Selbstreflexion nehmen. Hinhören!
- Nach Eskalation: Was war der Auslöser? Wie hätte ich anders reagieren können.
- Teufelskreise erkennen lernen und zu durchbrechen versuchen.
- *Nie mit Liebesentzug strafen!*
- Immer in Frieden oder wenigstens mit geklärter Situation schlafen gehen.
- *Ein neuer Tag ist immer ein Neuanfang!*

Mögliches Gespräch mit dem Kind:

„Ich hab Dich gern, so wie du bist, auch wenn ich vielleicht manchmal mit Deinem Handeln und Deinen Äusserungen nicht einverstanden bin. Auch Dir gefällt sicher nicht alles, was ich mache und sage. Als Mutter/ Vater möchte ich Dich begleiten und habe die Aufgabe, Dich zu erziehen. Ich möchte Dich auf das Leben vorbereiten. Das ist für Dich und mich nicht immer leicht. Ich gebe mir aber fest Mühe und ich spüre, dass auch Du Dir Mühe gibst. Manchmal mache ich Fehler. Manchmal machst Du Fehler. Wir müssen einander helfen. Ich liebe Dich!“