



## **„Habt ihr mich lieb so wie ich bin?“ – Wie erhalte und fördere ich als Erwachsener (Lehrer, Eltern etc.) das Selbstvertrauen des Kindes und des Jugendlichen?!**

Ein Grossteil der Kinder und Jugendlichen hat nach den Sommerferien eine Veränderung im schulischen Bereich erlebt: Kindergarteneintritt, Schulanfang, Wechsel der Lehrkräfte, Klassen- oder Schulwechsel. Viele Kinder sind durch all das Neue und Unbekannte am Anfang noch sehr unsicher. Fragen wie: *Wie finde ich mich zurecht? Mache ich alles richtig?* werden häufig gestellt. Aber auch tiefer liegende, bedeutende Gedanken beschäftigen die Kinder und Jugendlichen: *Wie ist meine Lehrerin/ mein Lehrer? Wie sind meine Klassenkameraden? Wie ist die Stimmung im Unterricht?* All dem liegt jedoch vor allem ein entscheidendes Bedürfnis eines jeden Kindes und eines jeden Jugendlichen zugrunde, das leider oft unterschätzt und übergangen wird, nämlich der Wunsch nach dem Geliebtsein! *Werde ich so angenommen und geliebt wie ich bin - mit all meinen Ecken und Kanten?* Die Antwort auf die Frage nach dem Wert seines Selbst ist so überaus grundlegend, dass sie nicht nur die Voraussetzung für erfolgreiche schulische Leistungen ist, sondern ausschlaggebend für zukünftiges Denken und Handeln. Sie beeinflusst auch die ganze emotionale und soziale Entwicklung des Kindes bis tief ins Erwachsenenalter hinein und frisst sich ins Bewusstsein eines jeden Individuums. Der Brisanz dieses Themas wird nicht immer Rechnung getragen!

**Es muss ein Ziel sowohl der familiären, als auch der schulischen Erziehung sein, das natürliche Selbstwertgefühl eines jeden Kindes unter allen Umständen zu erhalten und mit konstruktiven Hilfestellungen und viel Lob auch zu fördern!**

Kann sich ein Kind im emotionalen und sozialen Verhalten in die Gesellschaftsnorm einfügen, fällt es uns Erwachsenen nicht schwer, dieses positiv zu bestärken, was sich motivierend auf sein Denken und Handeln auswirkt. Was aber, wenn ein Kind Probleme hat, sich der Norm entsprechend zu verhalten, d.h. still zu sitzen, sich zu konzentrieren, Regeln einzuhalten und seine Emotionen unter Kontrolle zu halten? Wie treten wir ihm gegenüber? Wie reagieren wir auf solche „Verhaltensauffälligkeiten“, die uns herausfordern?

Begegnen wir einem verhaltensauffälligen Kind trotz grosser Anstrengung mit *Liebe, klaren Strukturen, Geduld, Gelassenheit und Humor*, geben wir ihm den nötigen Halt, die nötige Orientierung. Wir geben ihm dabei das erwähnte wichtige Gefühl, angenommen zu sein - eine Chance für die Zukunft. Lehnen wir ein solches Kind innerlich ab, grenzen es aus, stellen es bloss, halten ihm ständig seine negativen Seiten vor Augen und beschämen es oder begegnen wir ihm mit zynischen Aussagen, provozieren es vielleicht sogar oder geben das Kind auf, drängen wir es in eine Spirale aus *Angst, Verzweiflung und Versagen*. Es wird zu einer Steigerung der Verhaltensauffälligkeit kommen, die zu einem pathologischen Störverhalten führen kann. Depression und Aggression sind enge Begleiter einer solchen Frustrationsentwicklung.

Auch übermässiger Druck, Sturheit, übermässig autoritäres Verhalten und permanente Bestrafung sind kontraproduktiv. Angst vor dem Versagen blockiert und führt zu Versagen! Das Kind/ der Jugendliche im Streben nach Liebe („Habt ihr mich lieb so wie ich bin?!“), wird sich - wie erwähnt - immer auffälliger verhalten, um die von ihm so sehr gewünschte Zuwendung zu bekommen, auch wenn diese über Demütigung führt.

**Und nochmals: Es ist unsere Pflicht als Erwachsene (Lehrpersonen, Eltern, Lehrmeister, Therapeuten, Sporttrainer etc.), das Selbstvertrauen *all* unserer Kinder und Jugendlichen zu stärken! Selbstvertrauen ist ein Wegbereiter fürs Leben!**

Reflektieren wir uns selbst: Wie hoch ist unser eigenes Selbstwertgefühl? Wodurch haben wir es gewonnen? Oder wodurch haben wir es verloren, vielleicht auch nur streckenweise? Das Verhalten der Erwachsenen und der Kinder und Jugendlichen ist eng miteinander verknüpft, es *beeinflusst sich gegenseitig!* Um uns selbst vor eigenem Fehlverhalten zu schützen und die Auslöser und Hintergründe einer Situation besser verstehen und präventiv wirken zu können, ist eine *stete Selbstbeobachtung* und *Selbstkontrolle* zwingend:

Wie stehe ich zum Kind/Jugendlichen? Kann ich es mit all seinen Stärken und Schwächen so akzeptieren, wie es ist?

Wie oft formuliere ich die positiven Seiten des Kindes/Jugendlichen?

Wie spreche ich mit dem Kind/Jugendlichen? Wie ist mein Tonfall?

Wie schaue ich das Kind/den Jugendlichen an?

Zeige ich ehrliches Interesse an den Ideen aber auch an den Problemen des Kindes/Jugendlichen?

Glaube ich an das Kind/den Jugendlichen?

Gebe ich dem Kind/Jugendlichen Schutz (Geborgenheit), ganz klare Strukturen und den nötigen Halt!

Stelle ich Forderungen, die das Kind erfüllen kann?

Sind meine Kritik, meine Sanktionen konstruktiv?

Wo stosse ich an meine Grenzen? Wann fühle ich mich hilflos?

**Als Erwachsener – besonders als Eltern und Lehrpersonen - ist unser *eigenes Emotional- und Sozialverhalten* wegweisend für das unserer Kinder! Wir sind Vorbilder!** Je freundlicher, klarer, einschätzbarer, sachlicher und humorvoller der Umgang des Erwachsenen mit dem Kind ist, desto sicherer fühlt es sich, kann Vertrauen aufbauen und spürt den Wert seiner selbst! *Das Kind, der Jugendliche und später der Erwachsene wird uns für das echte Engagement ihm gegenüber immer dankbar sein und die erfahrene Liebe, die verinnerlichte Menschenachtung an andere Erwachsene, eigene Kinder und Schüler weitergeben können!*