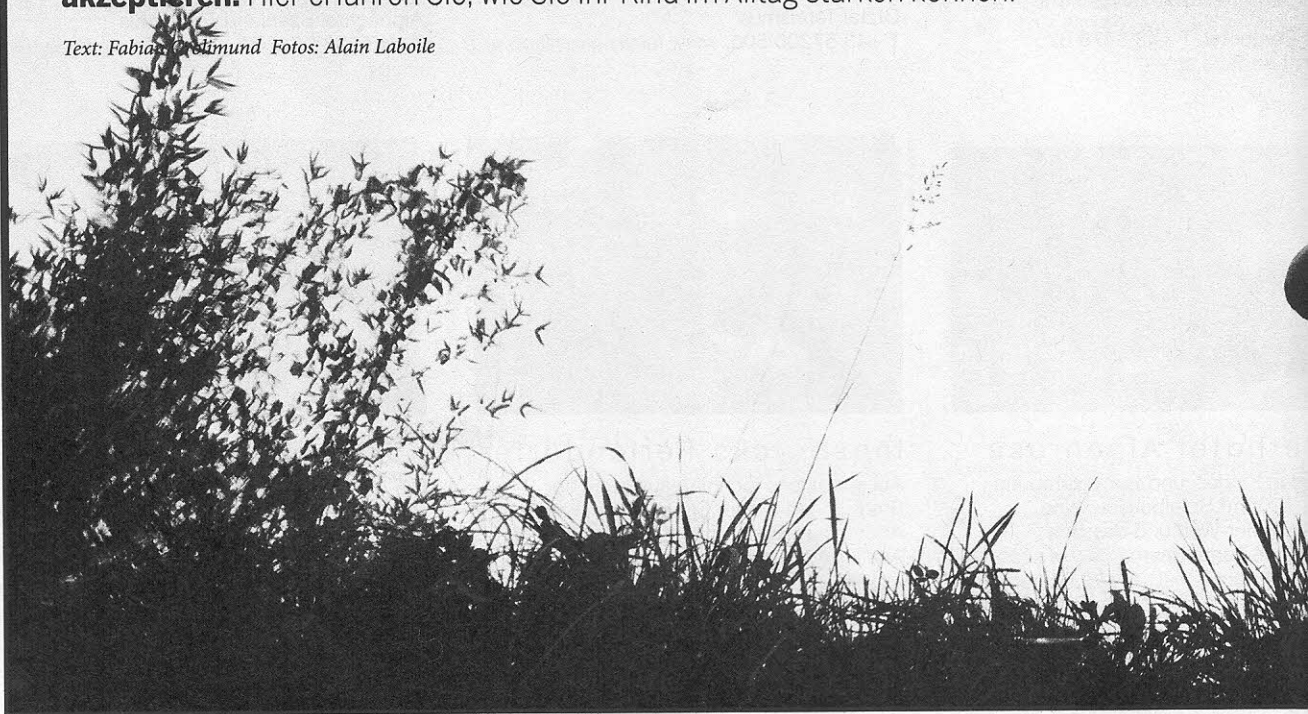


# Was unsere Kinder stark macht

Wir wünschen uns Kinder, die dem Leben mit Mut begegnen. Die mit Misserfolgen, Schwierigkeiten und Rückschlägen umzugehen wissen. Kinder, die ihre **Stärken kennen und nutzen** und ihre **Schwächen akzeptieren**. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind im Alltag stärken können.

*Text: Fabian Grolimund Fotos: Alain Laboile*



sagen ihm: «Aber du kannst dafür besser ...» Verzweifelt zählen sie ihm seine Stärken auf in der Hoffnung, dass es sich dadurch besser fühlt. Meiner Erfahrung nach funktioniert das höchst selten. Und zwar deshalb, weil es den Konkurrenzgedanken stärkt. Die Kinder erhalten das Gefühl, es gehe darum, besser und talentierter zu sein als andere.

Das weniger talentierte Kind beginnt dabei zu rechnen und sieht bald: Ich mag zwar in ein, zwei Bereichen stärker sein – aber wenn ich ehrlich bin, schlägt mich mein Geschwister in fast allem anderen. Bald flammt jedes Mal Eifersucht auf, wenn das Geschwister einen Erfolg erlebt oder von den Eltern gelobt wird. Nicht selten greift ein Kind in dieser Situation zum letzten Mittel, um sich zu schützen: Es beginnt sein Geschwister abzuwerten, um sich selbst aufzuwerten. Das wiederum wird von den Eltern nicht gerne gesehen und führt zu heftiger Kritik und noch grösseren Selbstzweifeln auf Seiten des Kindes.

#### Wenn nicht die Leistung zählt

Meine Eltern konzentrierten sich damals glücklicherweise nicht auf mein Selbstvertrauen, sondern auf mein Selbstwertgefühl. Sie wiesen mich darauf hin, wie sehr sich mein kleiner Bruder freut, wenn er mich sieht, wie viel er von mir lernt, wie gern er mich hat, dass er mich braucht und wie wichtig es für ihn ist, einen grossen Bruder zu haben.

Im Vordergrund standen nicht wir als Personen, sondern unsere Beziehung zueinander und unser Beitrag für ein schönes Miteinander. Wenn dann Johannes wieder etwas Erstaunliches gelungen war, rannte ich zu meinen Eltern und rief voller Stolz: «Kommt schnell, schaut, was unser kleiner Johannes kann!»

Wenn wir uns selbst annehmen können, uns auch mit unseren Schwächen wohlfühlen und die Erfahrung machen, dass wir >>>

**L**assen Sie mich diesen Text mit einer persönlichen Geschichte beginnen, die verdeutlicht, dass es zwei Wege gibt, ein Kind zu stärken.

Ich war ein Spätzünder, lernte spät sprechen, besuchte ein zusätzliches Jahr den Kindergarten, weil ich nicht schulreif war, und benötigte Psychomotoriktherapie, um meinen steifen Gang zu überwinden. Mein Bruder hingegen lernte schnell und holte kräftig auf. Obwohl er zweieinhalb Jahre jünger war, konnte er bald vieles gleich gut wie ich.

Viele Eltern kennen diese Situation, die oft zu Eifersucht und Geschwisterrivalitäten führt. Manche Eltern reagieren darauf, indem sie versuchen, das Selbstvertrauen des «schwächeren» Kindes zu stärken. Sie nehmen es in den Arm, wenn es sich selbst abwertet, und

***Starke Kinder haben ein hohes Selbstwertgefühl. Und ein gesundes Selbstvertrauen.***

