

Lasst mir Zeit!



Mittlerweile sind wir in einer äußerst interessanten Zeit angelangt: Selten zuvor verfügten die Menschen in unseren Breitengraden über so viele Möglichkeiten, die eigenen Vorstellungen und Ziele zu verwirklichen. So wie wir es wollen, können wir aus einem reichen Fundus an Angeboten schöpfen, welche uns versprechen, den eigenen Lebensweg etwas einfacher oder auch inhaltsreicher zu gestalten.

Damit nicht genug: Selbstverständlich haben wir als treu sorgende Eltern den Anspruch, dass auch unsere Kinder von diesem Reichtum profitieren. Denn schließlich wollen wir Ihnen ja die Vorbereitung auf ein Leben bieten, welches das unsere an Chancen um Längen überflügelt. Sie sollen stark und gewappnet sein, um in den Gezeiten des Lebens bestehen zu können.

Es scheint aber, dass diese Form der Förderung ein Ausmaß erreicht hat, welches sich nunmehr vielfach als nachteilig auf die Entwicklung der Kinder auswirkt. Denn selten zuvor war der Terminkalender unserer Jüngsten derart gefüllt wie heute.

In wenigen Wochen begehen wir den ersten Advent. Es beginnt damit eine Zeit, in der wir uns eigentlich traditionell (noch) mehr mit unseren Kindern beschäftigen sollten. Denn nichts ist so sehr von Bedeutung für junge Menschen, wie der liebevolle Bezug zu den Familienmitgliedern. Nutzen wir die kommenden vier Wochen ganz gezielt für dieses Vorhaben, um

- **DAS VERTRAUEN DER KINDER IN SICH SELBST ZU STÄRKEN**

Ich wünsche viel Freude beim Lesen.

Herzlichst

Ihr Daniel Paasch

(Institutsleiter IPE, Lehrtrainer für Kinder und Jugendcoaching)

Zu viel des Guten

Ich höre es schon deutlich in meinen Ohren raunen: „So, jetzt hat sich aber der Paasch mit seinem Ruf nach Entschleunigung für die Kids ordentlich in die Nesseln gesetzt. Schließlich machen die ja auch nichts anderes, als ein weiteres Unterstützungsformat im Dschungel der Möglichkeiten anzubieten.“ Nun, vielleicht gibt es da doch den ein oder anderen Unterschied. Erlauben Sie mir jedoch, am Ende dieses Newsletters nochmals auf diesen potenziellen Einwand einzugehen. ☺



Wer kennt ihn nicht, diesen durchaus richtigen und sinnvollen Ausspruch, dass Kinder unsere Zukunft sind. Für sich genommen wäre dem eigentlich nichts hinzuzufügen, wäre da nicht gleichfalls diese ungemeine Verantwortung, die Eltern, Lehrer oder Erzieher gleichermaßen jeden Tag aufs Neue gerne auf sich nehmen. Diese aber ist es, welche uns vielfach in einem Dilemma der Ratlosigkeit und des Zweifels zurück lässt.

„Mache ich als Mutter/Vater wirklich alles richtig?“, „Könnte ich meinen Kindern nicht noch viel mehr bieten?“, sind gegebenenfalls solche Fragen, die sich manch Erwachsener stellen mag. Und tatsächlich gibt es für Kinder und Jugendliche eine Fülle von Angeboten.

Krabbelgruppen, Gebärdensprache für Einjährige, Kinderturnen, Englisch-Baby-Klassen, Musik-, Reit-, Tanzkurse, Schwimm-, Tennis- und Fußballtraining, Yoga und autogenes Training, Basteln, Handwerken und Fahrradfahren sollen an dieser Stelle einmal exemplarisch genannt werden. Und all dies macht aus erzieherischer Sicht auch wirklich Sinn. Denn sportliche Betätigungen unterstützen die motorische Entwicklung, Sprachförderung bereitet schon die Kleinsten auf eine globalisierte Welt vor, kreative Kurse wie Malen, helfen der Feinmotorik auf die Sprünge und Musikunterricht steht bei der Gehirnentwicklung ganz oben. Alles ist irgendwo wichtig.

Und damit wir uns bitte richtig verstehen: Einzelne und für sich genommen, können alle diese Angebote wunderbare Ergebnisse und auch Freude mit sich bringen. Was mich aber wirklich stutzig macht, ist der Versuch, offensichtlich viele Offerten miteinander zu kombinieren. Dabei zeigt der Trend deutlich dahin, in möglichst jungen Jahren mit mindestens einem dieser Aktivitäten zu beginnen.

Auf eine Formel gebracht, könnte diese lauten: immer früher, immer mehr, immer besser! Selbst Kindergärten und Schulen können sich offensichtlich dieser Entwicklung nicht entziehen und warten mit entsprechenden Angeboten auf.

Aus neurologischer Sicht laufen unsere gut gemeinten Absichten jedoch ins Leere. Schlimmer noch: Wir nehmen dem Gehirn die angeborene Freude des selbst Entdeckens. Selbst spielerisch verpackte Angebote reizen dies meist nicht aus, da es sich vielfach um Vorgaben handelt und damit zweckbestimmt sind.

All das hat Konsequenzen. Die Terminkalender unserer Kinder sind meist ebenso voll, wie die der Eltern. Bei jedem dritten Schulkind kann eine erhöhte Stressbelastung festgestellt werden. Drei bis vier Prozent aller Schüler leiden unter Depressionen¹. Von einem mangelnden Selbstwertgefühl ganz zu schweigen. Anders ausgedrückt: Förderung wird als Überforderung empfunden.



Aber auch da werden wir Eltern dank vielfältiger Therapieangebote unterstützt. Logopädie, Physio- und Ergotherapie, LHS-Training, Dyskalkulie-Therapie, Anti-Aggressions-Training, BrainGym und Spieltherapie, werden gerne bei den kleinsten augenscheinlichen Auffälligkeiten herangezogen. Oftmals werden wir in Gesprächen darüber informiert, dass ein junger Klient gleich mehrere Therapieformen zeitgleich beansprucht. Viel hilft eben viel – oder?

Und dabei wollen wir doch nur das Beste für unseren Nachwuchs. Wir informieren uns in einer Flut an Erziehungsratgebern und vergleichen uns mit anderen Eltern. Dennoch haben wir das ungute Gefühl nicht genug zu leisten. Und genau hier ist der Haken: Wir übertragen unsere Sorgen und Ängste auf unsere Kinder. Dabei vermitteln wir ihnen jedoch, dass sie nicht gut genug für uns sind. Sie erhalten die Botschaft, dass sie unseren Erwartungen nicht entsprechen würden. Weshalb sonst sollten wir als Erziehungsberechtigte auf die Idee kommen, einen weiteren Tagesordnungspunkt dem kindlichen/jugendlichen Erleben hinzuzufügen?

Wir selbst sind also häufig der Auslöser für ein schlecht ausgeprägtes Selbstbewusstsein. Unsere Unsicherheit, die durch eine Vielzahl der Angebote und Empfehlungen weiter angeheizt wird, verleitet uns manches Mal zu einem (blinden) Aktionismus. Das Motto "Höher, schneller, weiter" legen wir dabei in leicht veränderter Form auf unsere Kinder um.

Was Kinder wie auch Jugendliche aber meist wirklich brauchen, sind wir selbst. Sie suchen nach Eltern und Erzieher als authentische Bezugspersonen, die für sie da sind und ihnen zuhören. Kinder sind kleine Forscher und Entdecker. Sie brauchen den Erfolg wie auch den Misserfolg um sich ein gesundes Lernen anzueignen. Das Scheitern an einer Aufgabe ist daher ungemein wichtig. Nur so können neue Strategien entwickelt und auch angegangen werden. Wir können diesen Prozess unterstützen, indem wir Orientierung geben. Nicht mehr, aber auch nicht weniger. Erst wenn junge Menschen offensichtlich über- oder unterfordert sind, sollten wir unterstützend eingreifen.

Selbstvertrauen ...

... erwächst unter anderem aus einer Ansammlung größerer und kleinerer Erfolge, die man sich selbst geschaffen hat. Dabei hat jedes Kind und auch jeder Jugendliche sein eigenes Tempo – seine eigenen Entwicklungsstufen. Erinnern Sie sich noch daran, wann Sie ohne jegliche Hilfe die ersten Meter auf dem Fahrrad zurückgelegt haben? Möglicherweise hat Ihr Spielkamerad diese Erfahrungen schon einige Wochen zuvor gemacht. Dennoch haben Sie sich wahrscheinlich weiterhin gut verstanden. Vielleicht konnten Sie umgekehrt im Laufe Ihrer Kindheit eben jenem Freund die ein oder andere Lernerfahrung erleichtern, indem Sie in Ihrer Entwicklung eine Nasenlänge voraus gewesen sind.



Wie auch immer: All dies spielt heute keine Rolle mehr. Sie selbst haben an diesem Erfolg wachsen können und durften darauf aufbauen. Rückblickend sind die jeweiligen Entwicklungsstufen nicht mehr relevant. Sie lernten Radfahren und können dies sicherlich auch noch heute.

Die ungarische Kinderärztin Emmi Pikler beschreibt in ihrem Buch „Lasst mir Zeit“ⁱⁱ, dass Kinder in keinsten Weise zu Bewegung oder Spiel angeregt werden müssen. Jedes Detail in der Umgebung von Kindern ist interessant, muss begutachtet und erforscht werden. Alles kann die Lernerfahrung von Kindern anregen – nur nicht die vorgegebene Lernerfahrung. Pikler zeichnet unter anderem die Entwicklung zweier 18 Monate alter Kinder nach, die sie unter anderem dabei beobachtet, wie sie eine Treppe hinunter zu gelangen versuchen. Beide haben unterschiedliche Entwicklungserfahrungen gemacht und nutzen daher ganz eigene Strategien um das Ziel zu erreichen. Während eines der beiden Kinder schon laufen kann, bewegt sich das andere noch auf allen Vieren durch die Welt. Schlussendlich schaffen es beide Kinder und erfreuen sich an ihrer Leistung. Das „Wie“ ist also völlig unbedeutend.

Achtsamkeit des Moments

Kinder können vieles schon in sehr jungen Jahren lernen. Es stellt sich aber die Frage, ob wir nicht unsere eigenen Erwartungen und Ansprüche in den Nachwuchs projizieren, wenn wir einer Dreijährigen schon das Lesen beibringen?



Wir sollten eher warten, bis ein Kind seinen Wissensdurst auf die Welt der Buchstaben selbst entdeckt. Kinder sind eben nicht auf der Welt, um uns mit Stolz zu erfüllen.

Gerne bedauern wir Erwachsene die kindliche Leichtigkeit des Seins – ihre Gabe, in den Tag hinein zu leben und den Moment zu erfahren. Wie gerne wären wir manchmal wie ein Kind: frei von Sorgen und Bedenken um die Zukunft.

Andererseits setzen wir aber vieles daran, um ihnen genau diese wichtigen Phasen des Lernens und des Wachsens zu nehmen. Wenn es uns gelingt, ein wenig loszulassen, etwas weniger sorgenvoll in Bezug auf die Entwicklung unserer Kinder zu sein und diesen schlicht die Chance geben, sich selbst im eigenen Tempo zu entwickeln, so ist schon vieles gewonnen.

Und genau das ist auch der Unterschied des IPE Kinder- und Jugendcoachings zu anderen Formaten. Die Kids besinnen sich in einem solchen Prozess auf die eigenen Stärken, die sie in sich tragen. Sie haben die Freiheit das eigene Ziel zu bestimmen und im eigenen Tempo zu erreichen. Sie erfahren auf diese Weise, dass sie gut sind, wie sie sind und kommen in ihre Ressourcen. Haben sie erst mal jegliche Belastung abgelegt, können sie sich entfalten. Und meist bemerken dann auch die Eltern, dass sich plötzlich vieles bewegt und zu einem Besseren hin entwickelt. Und das Ganze ohne langfristigen Termindruck und ganz individuell.

Freuen wir uns also auf einen ganz besonderen Advent – gemeinsam mit unseren Kindern und vielleicht auch mit der Chance, das eigene Kind wieder zu entdecken.



ⁱ Mehler-Wex, C. (2008): „Depressive Störungen“, Heidelberg: Springer Medizin Verlag, S. 21, 22.

ⁱⁱ Pikler, E. (3. Aufl. 2001): „Lasst mir Zeit. Die selbstständige Bewegungsentwicklung des Kindes bis zum freien Gehen“, München: Richard Pflaum Verlag.

Literaturempfehlung:

Katja Schwab, „Das kleine Handbuch für mehr Gelassenheit im Alltag“, (2013), Freiburg im Breisgau: Kreuz Verlag.