

SCHUTZSCHIRM FÜR DIE SEELE

Der Grundstein, dafür dass Kinder trotz starken emotionalen Belastungen gesund bleiben und ihr Leben meistern, wird schon in der frühen Kindheit gelegt.

Von Karin Rohrer

Immer wieder schaffen es Kinder, Probleme zu meistern und gesund zu bleiben, obwohl ihre Lebensbedingungen nicht gerade einfach sind. Was haben diese Kids, was andere in vergleichbarer Situation nicht haben? „Resilienz“.

Dieses Begriff leitet sich vom englischen Wort „resilience“ (Spannkraft, Elastizität) ab und bezeichnet die Fähigkeit, selbst in schwierigen Lebenskrisen und nach schweren Schicksalsschlägen wie ein Stehaufmännchen wieder auf die Beine zu kommen.

Das Vertrauen in die eigenen Gefühle wird immer wieder als individueller Schutzfaktor angenommen. Damit wissen die Sprösslinge, dass die Krise vorbeigeht, die Trauer ein Ende haben wird. Resiliente Kinder leiden wie alle anderen, aber sie bleiben nicht in negativen Gefühlen stecken.

Wie kann man aber Kinder gegen Schicksalsschläge stark machen?

Prof. DDr. Peter Voitl aus Wien (www.kinderarzt.at): „Man muss für eine stabile Persönlichkeit sorgen. Das beginnt schon beim Säugling. Dem Nachwuchs Sicherheit und Urvertrauen geben! Wichtig ist eine stabile, emotional positive Beziehung zu mindestens einer Bezugsperson. Klein- und Schulkindern müssen sich

verstanden fühlen. Achten Sie auf die Bedürfnisse des Nachwuchses. Außerdem sollte ein Erziehungsstil, der durch Wertschätzung und Akzeptanz dem Kind gegenüber geprägt ist, gepflegt werden.“

Hier noch ein paar Tipps:

- Seien Sie da für Ihr Kind! Eine enge, warmherzige Beziehung hilft ihm am besten resilient zu sein und Probleme zu bewältigen.
- Erlauben Sie „negative“ Gefühle. Wer traurig, wütend oder geschockt sein darf, kennt die Gefühle, die in Krisen auftauchen - und kann mit ihnen umgehen.

- Helfen Sie, Lösungen zu finden. „Wie komme ich da wieder raus?“ Das kann Ihr Kind noch nicht allein. Aber nehmen Sie ihm diese Arbeit nicht ab, sondern unterstützen Sie seinen Lösungsweg.
- Lob wirkt Wunder! Nicht nur gute Schulnoten, sondern auch ganz alltägliche Leistungen sind es wert, bemerkt und gelobt zu werden. So baut Ihr Kind ein gesundes Selbstwertgefühl auf und eine realistische Sicht, was es kann.

Die psychische Widerstandsfähigkeit erhöhen

• Lassen Sie Fehler zu. Wer mit kleinen Frustrationen umgehen kann, hat es mit den großen Problemen leichter und wird angespornt, selbst nach Lösungen zu suchen.

„Gerade in Kindergärten und Schulen bieten sich tagtäglich viele Gelegenheiten für das aktive Gestalten der Welt und kreative Problemlösungen.“

Resilienz ist keine stabile Eigenschaft, die Förderung muss daher ständig geschehen. Besonders Kinder aus zerrüttetem Elternhaus brauchen mindestens eine stabile, emotionale Bindung außerhalb der Familie und positive Rollenmodelle“, erklärt Mag. Vera Schuster, Sonder- und Heilpädagogin sowie Volksschullehrerin aus Wien. Nähere Informationen auch unter www.baby-care-beratung.at.

Anzeige

Ihre Ohren werden Neuroth lieben.

JETZT
alle Hörgeräte
14 Tage GRATIS
Probe tragen.

Warum hören viele Menschen noch gut, verstehen aber nicht, was ihr Gegenüber sagt?

Bei den meisten Hörminderungen sind jene Frequenzen beeinträchtigt, die für das Verstehen von Sprache verantwortlich sind. Erste Anzeichen sind, dass der Radio oder Fernseher immer lauter gestellt werden. Bei Unterhaltungen in lauter Umgebung, zum Beispiel auf der Straße oder im Gasthaus, wird es immer schwieriger, dem Gespräch zu folgen. Bestimmte Laute, wie s, f und h, verschwimmen und werden nicht mehr wahrgenommen.

Warum ist Verstehen so wichtig?

Unter einem schwächeren Gehör leidet vor allem das Zwischenmenschliche. Bei Neuroth finden Menschen mit Hörminderung einen kompetenten und verständnisvollen Partner, der dafür sorgt, dass das Hören bald wieder zu einem natürlichen und genussvollen Erlebnis wird. Lernen Sie die neueste Hörgeräte-Generation kennen: Winzig kleine Technologie für besseres Sprachverstehen.

NEUROTH
Besser hören · Besser leben

Foto: Neuroth

Ing. Lukas Schinko, Neuroth-Vorstand und Hörakustik-Meister weiß, was Ohren lieben.



Kontakt

NEUROTH - 121x in Österreich
Info-TEL 00800 8001 8001
www.neuroth.at

Kassendirektverrechnung!

www.neuroth.at