



Eltern sind meist die prägendsten Bezugspersonen für Kinder. Sie sind Ansprechpartner, Beschützer und Vorbild – und spielen eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung des Selbstbewusstseins.

Fine kann gut klettern. Paul auch, doch er hilft lieber den anderen Kindern. Und Marie? Obwohl der Baum dicke, gut zu erreichende Äste hat, traut sich die Fünfjährige nicht. Sie malt lieber ein Bild. „Jedes Kind ist anders“, weiß Christian Grayer, Leiter des Instituts für ganzheitliche Entwicklung und Bewusstsein (IFEB). Das soll auch so bleiben, findet er. „Wichtig ist, das wahre Wesen der Kinder zu erkennen.“ Er und seine Kollegen plädieren deshalb dafür, den Kindern mehr Freiraum zu lassen, damit sie sich selbst erfahren und sich darüber ihrer Gefühle und Fähigkeiten bewusst werden.

Stabilität und Sicherheit

Laut Umfragen wünschen sich rund 80 Prozent der Eltern, dass ihre Kinder vor allem selbstbewusst und mutig sind, um den vielfältigen Anforderungen im

Leben später einmal gewachsen zu sein. Dass sie mit offenen Augen durch die Welt gehen und ohne Angst ihre Bedürfnisse äußern. „Kinder entwickeln sich zu selbstbewussten und seelisch stabilen Personen, wenn ihre wahren emotionalen und sozialen Bedürfnisse erfüllt werden“, erklärt Sabine Schneider, die den Fachbereich Eltern & Familie leitet. „Nur wenn sie sich sicher und geborgen fühlen, in ihrem Inneren gesehen und ernst genommen werden, wächst ihr Vertrauen in sich.“

Entscheidend sind dabei die Motive und die innere Haltung der Eltern, die sich auch in kleinen Dingen des Alltags ausdrücken. Zeit ist ein ebenso wichtiger Faktor: „Es kommt nicht auf die Dauer der gemeinsam verbrachten Zeit an, sondern auf die Qualität“, ergänzt die Erzieherin. Eltern sollten ihren Sprösslingen daher fokussiert Aufmerksamkeit entgegenbringen, indem sie bewusst bei der Sache sind. Bei sich selbst und bei dem

Kind. Das heißt, sie sollten einerseits ihrem Kind ernsthaftes Interesse entgegenbringen, ihm aufmerksam zuhören und herausfinden, welche tieferen Bedürfnisse es hat. Auf der anderen Seite zählt auch das elterliche Bedürfnis, das dem Kind ehrlich vermittelt werden kann. In der Gesellschaft werden die eigenen Empfindungen und Bedürfnisse jedoch oft hintenangestellt. Wissen und Leistung stehen im Vordergrund. „Wenn wir heute von Bildung sprechen, handelt es sich fast immer um die Vermittlung von Zahlen und Fakten“, bestätigt Christian Grayer, selbst Vater dreier Kinder. „Doch dieser Bildungsansatz beruht meist auf den Vorstellungen anderer.“ Kinder müssen jedoch nicht von außen geformt werden. Sie brauchen Raum, um sich selbst auszuprobieren, sich und ihre Umwelt zu entdecken. So entwickeln sie Stück für Stück aus sich selbst heraus eine gefestigte Persönlichkeit. Die Eltern fungieren als Vorbild, an dem sich

die Kinder orientieren können. „Eltern, die ihre Stärken und Schwächen kennen und sich ihrer selbst bewusst sind, leben das ihren Kindern automatisch vor“, sagt Christian Grayer. Doch sie müssen authentisch sein. Dazu gehört auch, negative Emotionen wie Angst, Ärger oder Unsicherheit zuzulassen.

Grenzen erkennen und akzeptieren

Ein Zuviel an Liebe, Zuwendung und Aufmerksamkeit gibt es nicht – wenn sie echt ist. Trotzdem kann es zum „Kräftemessen“ kommen. Denn Kinder wollen und müssen sich ausprobieren, um zu wachsen und ganzheitlich zu lernen. Sie brauchen den Austausch mit ihren Eltern, auch die Auseinandersetzung. „Sie müssen lernen, Entscheidungen zu treffen und Verantwortung zu übernehmen“, meint Sabine Schneider.

Das ist jedoch nur möglich, wenn man schwierige Situationen zulässt und nicht jedes Hindernis sofort aus dem Weg räumt. Wenn es um die eigenen Bedürfnisse – von Eltern und Kindern gleichermaßen – geht, sind klare und wohlmeinende Grenzen ebenfalls unverzichtbar. Sie schaffen Orientierung und geben Halt – die Basis für ein respektvolles Miteinander auf Augenhöhe. Die Sprösslinge lernen so von Anfang an, sich selbst in einen Bezug zu anderen zu setzen. Und sie lernen, „nein“ zu sagen, wenn ihnen etwas nicht gefällt oder sie sich einer Situation (noch) nicht gewachsen fühlen. So wie Marie, der die schwankenden Äste nicht ganz geheuer sind. *Anika Böhme*

Weitere Infos:

zu Familien-Workshops, Kinderkursen und Vorträgen im Herbst unter www.if-eb.com