

«Was Kinder stark macht»

Selbstvertrauen und Motivation fördern

WABERN – Wie stärken Eltern das Selbstwertgefühl ihrer Kinder? Wie lernen sie den Umgang mit Frust sowie Misserfolgen und worauf sollen Eltern bei positiven Rückmeldungen achten? Dies waren die zentralen Themen am Weiterbildungsabend für Eltern der Schule Wandermatte.

Im März folgten rund 70 Eltern und Bezugspersonen im Mehrzweckraum des Schulhauses Wandermatte den Ausführungen von Lerncoach Bettina Dénerauds 90-minütigem Vortrag, den der Elternrat der Schule Wandermatte organisiert hatte.



Lerncoach Bettina Déneraud beim Vortrag. | Foto: Daniel Bill

Manche Kinder sind bei Misserfolgen rasch frustriert, können nicht verlieren oder geben rasch auf. Eltern und weitere Bezugspersonen sind gefordert, ihre Kinder bei Misserfolgen aufzufangen und in ihrer Widerstandskraft zu stärken. Dies, indem die Gefühle des Kindes ernst genommen werden und das Kind gefragt wird, was es jetzt braucht. Und darauf basierend mit ihm Handlungsmöglichkeiten bei veränderbaren Umständen (Anstrengung, Übung, Lerntechnik, Zeit, zu schwierige Aufgabe) zu erarbeiten. «Was willst du nächstes Mal anders machen? Ich glaube, wenn du etwas früher anfängst mit den Aufgaben, wärst du besser!», können geeignete Fragen an das Kind sein.

Bei Niederlagen kann ein Trostwort dem Kind Halt und Orientierung geben und signalisieren: «Wir stehen zusammen und bewältigen Schwieriges gemeinsam.» Fundamental dabei: Es ist wichtig, den Kindern zu zeigen, dass die Beziehung in der Familie nicht leistungsabhängig ist. Eine hilfreiche Reaktion für das Kind bei Erfolgen kann die Attribution auf die Anstrengung und das

Bewusstmachen der eingesetzten Strategien sein, beispielsweise: «Wie hast du das gemacht?»

Als Motivationshilfe bei Schülern mit Lernschwierigkeiten können Erfolge des Kindes sichtbar gemacht werden, indem dem Kind zum Beispiel im Fach Mathematik die richtig gelösten Aufgaben wöchentlich in einer Grafik aufgezeigt werden. Eine weitere Möglichkeit ist das Sammeln der Erfolge in einer «Erfolgsschatzkiste».

Angemessenes Lob

Gute Schüler erhalten üblicherweise viel Lob, manchmal für sehr wenig Anstrengung. Schlechte Schüler hingegen erhalten viel Kritik und frustrierende Rückmeldungen. Sie brauchen unbedingt mehr Anerkennung für ihre Anstrengungen und das selbstständige Lösen von Aufgaben. Schlechte Schüler profitieren von positiven Rückmeldungen. Dabei soll gezieltes Lob auf der individuellen Bezugsebene, das auf die erbrachte Anstrengung und Selbstständigkeit zielt, ausgesprochen werden, wie «Toll, dass du dran geblieben bist!» Oder: «Ich finde es super,

dass du nicht gleich aufgegeben hast!» Solches Lob erhöht beim Kind die Motivation, ein ganz bestimmtes Verhalten zu zeigen. «Gezieltes Lob ist eine äusserst effektive Intervention, wenn sie richtig angewendet wird», betonte Bettina Déneraud. Die Anerkennung müsse jedoch authentisch und an die Fertigkeiten des Kindes angepasst sein.

Keinesfalls soll Lob auf die Intelligenz des Kindes abzielen. Das sei kontraproduktiv, wie eine Studie gezeigt habe, so Déneraud weiter. Wichtig ist der Zeitpunkt des Lobes. Dieses soll möglichst unmittelbar beim Erfolg ausgesprochen werden. Erst am Abend beim Gutenachtsagen am Bett ist zwar nicht falsch, jedoch verpufft hier die Wirkung grösstenteils, weil das Lob lange nach dem Ereignis kommt. Zu viel oder falsches Lob kann Kinder in ihrem Selbstvertrauen auch schwächen. Anerkennung soll in einer gesunden Dosierung erfolgen. «Kinder für jede Kleinigkeit zu loben, wie dies derzeit in den USA praktiziert wird, führt zu einem übersteigerten Selbstwertgefühl, was für die Entwicklung des Kindes ungünstig ist», warnt Déneraud.

Kinder sollen lernen, zu helfen und Hilfe anzunehmen. Deshalb müssen die Eltern sie bei Hausarbeiten einbeziehen. Tisch decken, gemeinsam kochen/backen, Geschirrspüler ausräumen, Vorplatz wischen, basteln, es gibt genügend Möglichkeiten. «Kinder zeigen gerne, was sie können. Der Erfolg eines selbstgebackenen Kuchens oder einer sauberen Treppe stärkt ihr Selbstbewusstsein. Eine Familienkonferenz einmal die Woche, gegenseitige Unterstützung und spontanes Helfen stärken das Wir-Gefühl der Familienmitglieder», schloss Bettina Déneraud ihren interessanten und praxisbezogenen Vortrag.

Daniel Bill



Bettina Déneraud (41), Mutter zweier schulpflichtiger Buben, ist seit 17 Jahren selbstständig erwerbend mit der Sprachschule Communication in Schönbühl. In denselben Räumen betreibt sie eine Praxis für Lerncoaching. Ihre Ausbildung zum Lerncoach absolvierte sie an der Akademie für Lerncoaching in Zürich unter Dozent und Jugendpsychologe Fabian Grolimund.

Lernen mit Spass

Bettina Déneraud
Zentrumsplatz 3
3322 Schönbühl
www.schnell-lernen.ch

Weitere Links:

www.mit-kindern-lernen.ch
www.biber-blog.com