

## Elterntreff vom 19. Mai 2014

### „Fördern und überfordern - kann das Kind noch Kind sein?“

Benno Huber, Fachmitarbeiter Prävention bei der Berner Gesundheit, weist zu Beginn des Abends darauf hin, dass Fordern und fördern wichtig ist, damit das Kind gesund aufwächst (Suchtprävention).

„**Resilienz**“ = **psychische Widerstandsfähigkeit** (nach Margherita Zander (Hrsg.): Handbuch Resilienzförderung). Warum können sich Kinder auch unter schlechten Bedingungen positiv entwickeln? Herr Huber erklärt die drei Quellen der Resilienz, die anwesenden Eltern diskutieren Beispiele für die konkrete Umsetzung:

- **Sichere Basis: Ich habe Menschen, die mich gerne haben, und Menschen, die mir helfen.**  
Das Kind wird für bestimmte Tätigkeiten oder auch nur für den Versuch, etwas selbständig zu tun, gelobt.
- **Positiver Selbstwert: Ich bin eine liebenswerte Person und bin respektvoll mir und anderen gegenüber.**  
Das Kind ist zuversichtlich, dass alles gut wird (z. B. Schulanfang, neues Hobby)
- **Selbstwirksamkeit: Ich kann Wege finden, Probleme zu lösen und mich selbst zu steuern.**  
Das Kind glaubt, dass sein Beitrag zu einer Sache das Ergebnis (positiv) beeinflusst.

**Das Erziehungsmodell „Freiheit in Grenzen“** (nach Prof. Dr. Klaus A. Schneewind) beruht auf drei Faktoren:

- **Elterliche Wertschätzung:**  
Einmaligkeit und Besonderheit der Kinder anerkennen, sie respektvoll behandeln und unterstützen, wann immer sie das brauchen.
- **Fordern und Grenzen setzen:**  
Den Kindern etwas zutrauen. Ihnen gegenüber eine eigene Meinung haben und diese überzeugend vertreten. Konflikte mit ihnen nicht scheuen, aber konstruktiv austragen. Klare, angemessene Grenzen setzen und auf deren Einhaltung bestehen. Eltern müssen nicht die Freunde der Kinder sein.
- **Gewähren und fördern von Eigenständigkeit:**  
Kinder ernst nehmen, prinzipiell gesprächs- und kompromissbereit sein. Ihnen ermöglichen, eigene Entscheidungen zu fällen und eigene Erfahrungen zu machen. So wird ihre Entscheidungsfähigkeit und Selbstverantwortlichkeit gestärkt.

### **Kinder brauchen... - sieben Grundbedürfnisse**

- beständige liebevolle Beziehungen
- körperliche Unversehrtheit und Sicherheit
- individuelle Erfahrungen
- entwicklungsgerechte Erfahrungen
- Grenzen und Strukturen
- stabile und unterstützende Gemeinschaften
- sichere Zukunft

Die interessanten Ausführungen des Referenten motivierten die anwesenden Eltern zu zahlreichen angeregten Diskussionen. Der Elternrat Ittigen bedankt sich herzlich bei Herrn Huber für den interessanten und lehrreichen Themenabend. [www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)

Arbeitsgruppe Elterntreff:

Robi Müller, Therese Sommer, Monika Stauffer, Viviana Rodriguez, Heide Walke, Nadine Wurster, Fabio Zen