

Blick auf das Kind ändern

Elternbildnerin Angelika Braza ist künftig regelmäßig mit Tipps in den VN vertreten.

ANGEBOT. Vor acht Jahren begann für Angelika Braza ein neuer Lebensabschnitt. Die ausgebildete Erzieherin engagierte sich in der Elternbegleitung und war die erste zertifizierte Elternbildnerin in Österreich. Inzwischen ist die Lochauerin während des ganzen Jahres mit Vorträgen, Seminaren und Trainings beschäftigt. Ab heute wird sie ihr vielfältiges Wissen zum Thema Kindererziehung jeden Freitag an die VN-Leserinnen und -Leser weitergeben. Angelika Braza,



Angelika Braza gibt ab sofort Tipps in den VN. FOTO: VN/PAULITSCH

die auch Erziehungswissenschaften studiert hat, geht es in erster Linie darum, Eltern einfache und verständliche

Instrumente an die Hand zu geben, die sich im Alltag umsetzen lassen. „Oft entspannt sich die Situation schon dadurch, dass der Blick auf das Kind ein anderer geworden ist und sich dadurch der Umgang positiv verändert hat“, sagt Braza. Eltern, stellte sie fest, würden sich sehr in der Erziehung bemühen. „Viele wollen jedoch perfekt sein und das macht es dann schwierig“, weiß die Elterntrainerin.

Im Prozess begleiten

Dazu kommt, dass sich Mütter und Väter mit mehr Themenbereichen auseinandersetzen müssen. Vor allem die neuen Medien sind eine Herausforderung. „Hier herrscht sehr

viel Unsicherheit“, erzählt die zweifache Mutter. Die Eltern in diesem Prozess zu begleiten, hat sich Angelika Braza zur Aufgabe gemacht.

Wobei längst nicht nur Familien mit verhaltensauffälligem Nachwuchs ihren Rat suchen. Im Gegenteil. In den meisten Fällen handle es sich um ganz normale Familien.

VN-MM

ZUR PERSON

Angelika Braza

Geboren: 3. Juli 1970

Wohnort: Lochau

Familienstand: verheiratet, 2 Kinder

Hobbys: Reisen, Segeln, mit dem Hund spazieren gehen

„Ermutigung ist lebensnotwendig“

VN-ELTERN TIPP

ANGELIKA BRAZA
ELTERNBILDERIN
redaktion@vn.vol.at



ZUTRAUEN. Gerade wenn wieder einmal etwas nicht geklappt hat, braucht Ihr Kind Ermutigung und muss spüren, dass Sie es ihm beim nächsten Versuch doch zutrauen. Dazu sollte Ihr Kind die folgenden Sätze möglichst oft zu hören bekommen:

» „Ich liebe dich und freue mich, dass du da bist.“ - egal, was Ihr Kind auch gerade angestellt hat . . .

» „Ich bin immer für dich da. Ich helfe dir, wenn du mich brauchst.“

» „Du bist stark. Du schaffst das.“ - auch oder gerade dann, wenn Ihr Kind soeben an etwas gescheitert ist

» „Ich verstehe dich.“ - oder zumindest versuchen Sie es

» „Erzähle mir mehr. Was du tust, wie du fühlst, interessiert mich.“ - hören Sie aufmerksam zu und halten Sie Blickkontakt, wenn Ihr Kind spricht

» „Ich bin so stolz auf dich!“ - das können Sie zusätzlich auch damit ausdrücken, dass Sie Bilder und Basteleien Ihres Kindes ausstellen, sein Foto immer bei sich haben, peinliche Begebenheiten nicht weitererzählen

Eigenständigkeit zutrauen

Ermutigung im Familienalltag kann immer einen Platz haben. Für Kinder ist jedes Wort, jedes wohlwollende Lächeln, jede Aufmerksamkeit eine Ermutigung. Alle Kinder brauchen Ermutigung. Besonders wichtig ist sie aber für Kinder, die sich unfähig und schlecht, entmutigt und klein fühlen. Erleben Sie Ihr Kind, das mit hängendem Kopf vor seinen Gummistiefeln sitzt und, statt diese anzuziehen, murmelt: „Ich kann das nicht“? Oder haben Sie ein Kind, das sich immer wieder zurückzieht? Diese Kinder haben oft das Gefühl, dass sie nichts können und auch nichts lernen können. Gerade für solche Kinder ist Ermutigung lebensnotwendig.

Nehmen wir ihnen die Tätigkeit ab oder resignie-



Lob macht auch Kinder glücklich.

FOTO: BILDERBOX

ren wir mit ihnen, wird das Kind in seiner Annahme verstärkt, dass es nichts wert ist und nichts kann. Es braucht Eltern und erwachsene Bezugspersonen, die ihm etwas zutrauen. Wir können an das Kind glauben. Wir können ihm Aufgaben geben, bei denen es in kleinen Schritten Erfolge erzielt. Und wir können es ermutigen. Um zu lernen, den eigenen Fähigkeiten zu vertrauen, sind positive Erfahrungen erforderlich. Hier sind die Eltern gefragt, indem sie ihnen eigenständiges Handeln zutrauen, sie loben, unterstützen und ermutigen. Beispiel Schulweg: „Du machst das sehr gut. Ich weiß, dass du aufpasst, wenn du über die Straße läufst.“

Das Kind ist sicher: „Mama traut mir zu, dass ich alles richtig mache.“

Auf die Stärken schauen

Ermutigung Sie Ihr Kind öfters. Schauen Sie auf die Stärken Ihres Kindes. Betrachten Sie Ihr Kind in Ruhe und lenken Sie ihre Aufmerksamkeit auf die guten Seiten Ihres Kindes. Werden Sie sich im Alltag öfters der Stärken Ihrer Kinder bewusst. Sagen Sie Ihren Kindern, was Sie an ihnen schätzen und worüber Sie sich freuen. Ihr Kind wird spüren, dass Sie es mit seinen Stärken wahrnehmen. Und so können die Stärken auch im Alltag noch stärker werden.

! Am nächsten Freitag: „Ihr Kind und das Handy“