

«Kinder brauchen authentische Eltern»

Zofingen Irene Rohrer referiert morgen in der Kustorei zum Thema «Mein Kind ist selbstbewusst»

VON EMILIANA SALVISBERG

Wann ist Ihrer Meinung nach ein Kind selbstbewusst?

Irene Rohrer: Für mich ist es eine Grundeinstellung, über die ein Kind verfügt. Die Einstellung, das Leben positiv angehen und meistern zu können. Grundsätzlich geht es darum, dass sich das Kind geborgen und angenommen fühlt. Die Gewissheit, geliebt zu werden, wie man ist, stärkt das Selbstbewusstsein ungemessen. Dieses Urvertrauen hilft dem Kind, Probleme zu bewältigen und Lösungen zu finden.

Wird ein guter Selbstwert denn nicht allen in die Wiege gelegt?

Oh, leider nein – zumindest, was den globalen Selbstwert betrifft. Jeder Mensch verfügt über mehrere Selbstwerte. Der situative Selbstwert hängt von bestimmten Fähigkeiten ab. So

«Wir Erwachsenen gehen oft von unseren eigenen Gefühlen und Einschätzungen aus.»

Irene Rohrer, Psychologin

fühle ich mich beispielsweise gestärkt, wenn ich im Rechnen gut bin, dafür werte ich mich ab, wenn ich in Deutsch eine Nuss bin. Dieser Selbstwert kann durch positiven Zuspruch und kindliches Üben verbessert werden. Der globale Selbstwert ist dagegen eine Beziehungs- und Herzenssache, die in den ersten Lebensjahren massgeblich von den Eltern beeinflusst wird. Ob die Eltern ein Baby schreien lassen oder auf seine Bedürfnisse eingehen, ist eines von unzähligen Beispielen. Es ist wichtig, das Kind ernst zu nehmen, ansonsten kann die kindliche Entwicklung dadurch beeinträchtigt werden.

Verstehen Sie unter Ernstnehmen, dass die Eltern auf alle Wünsche der Kleinen eingehen sollen?

Selbstverständlich nicht. Mir geht es darum zu vermitteln, dass die Erwachsenen das Kind in seinen Grenzen und Gefühlen ernst nehmen. Wenn ein Kind hinfällt und zu weinen beginnt, reagieren leider viele Eltern mit den Worten «Das hat doch nicht wehgetan». Wie kann ich wissen, ob es das



Geliebt zu werden, wie man ist, stärkt das Selbstbewusstsein. SHUTTERSTOCK

Kind schmerzt oder nicht? Besser wäre, den Sturz festzustellen, zu trösten und zu fragen, ob etwas zur Kühlung benötigt wird. Oder wenn die Kleine nicht sofort zum Grosi will, ihr Zeit zu lassen und nicht ihre Gefühle zu übergehen, indem ich sie dazu dränge. Wir Erwachsenen gehen oft von unseren eigenen Gefühlen und Einschätzungen aus. Wie soll das Kind aber ein gutes Gefühl für sich und Vertrauen in sich entwickeln, wenn seine Gefühle mehrheitlich übergangen werden?

Gelingt es Ihnen als Mutter, die Theorie in den Alltag zu integrieren?

Schön wäre es (lacht). Ich bin zwar Psychologin und kenne mich in der Thematik aus. Dies bedeutet aber

nicht, dass ich keine Fehler mache. Viel wichtiger ist der Umgang damit. Kinder nehmen es einem nicht lange übel und nehmen eine Entschuldigung sehr schnell an. Doch die muss aufrichtig und von Herzen kommen.

Wie kann verhindert werden, dass nicht Egozentriker herangezogen werden, die sich permanent selbst überschätzen?

Grundsätzlich ist es so, dass sich Buben zwar verstärkt, aber auch Mädchen in der Pubertät selber überschätzen. Das gehört zur Entwicklung. Bedeutend ist, von Anfang an nur verdient zu loben und ehrlich ein positives Feedback zu geben. Es ist ein Unterschied, wenn ich wirkliche Freude über den neuen Entwicklungsschritt

Zur Person



Irene Rohrer aus Oberfeld-Lieli ist Krankenschwester und hat Psychologie an der Uni Zürich studiert. Die Mutter von Jan (10 ½) und Cé-

line (8 ½) referiert zu Themen wie Selbstwertentwicklung, Geschwisterstreit, Starke Eltern – Starke Kinder. Neben Einzelberatungen engagiert sich die 46-Jährige im Projekt «Mein Körper gehört mir», der vom Kinderschutz CH gegen sexuellen Missbrauch von Kindern initiiert worden ist. (EGU)

oder über eine gute Note in Form eines Lobes ausspreche oder wenn ich einfach lobe, um ein Kind zu manipulieren, damit es sich bei einer Tätigkeit mehr anstrengt.

Viele Erwachsene wünschen sich selber ein besseres Selbstvertrauen.

Dies ist der Dreh- und Angelpunkt. Denn wer seinem Kind ein starkes Selbstbewusstsein vermitteln will, muss zuerst bei sich selber hinschauen. Ich kann weder beim Kind noch beim Partner, sondern nur bei mir etwas verändern. Wenn ich mein Verhalten ändern kann, indem ich mir bewusst werde, was ich tue, haben die anderen die Möglichkeit, anders darauf zu reagieren.

Wie sage ich meinem Kind, dass mir sein Verhalten nicht passt?

Wichtig ist, dass ich immer nur das Verhalten kritisiere und nicht das Kind als ganze Person. Zudem gehört dazu, aktiv und offen zuzuhören ohne irgendwelche eigenen Interpretationen und dem Kind oder Partner rückzumelden, was ich jeweils glaube, verstanden zu haben. Mein grosses Anliegen ist, an die eigene Fehlerfreundlichkeit zu appellieren. Kinder brauchen keine perfekten Eltern – sie wollen aber authentische Eltern, die sich so verhalten, wie es ihnen entspricht, und sich nicht nur hinter der Rolle der Mutter oder des Vaters verstecken.

Zofingen, Kustorei, Schule & Elternhaus Zofingen lädt zum Referat «Mein Kind ist selbstbewusst», morgen Donnerstag, 31. Mai, von 19.30 bis 21.30 Uhr.