

*Bald gibt es die Schul-Zeugnisse. Wie können Eltern ihren Kindern die Angst vor einem "Fünfer" bzw. einer Nachprüfung nehmen?*

Die Leistung „des Zeugnisses“ nicht überwerten, nach dem Motto, wenn du einen „Fünfer“ heimbringst, dann bin ich enttäuscht von dir. Das Kind kann das als Liebesentzug empfinden und glaubt daher, es wird nicht seiner Selbst wegen geliebt, sondern nach seiner Leistung.

Wenn Liebe über Leistung geht, kann ein Fünfer leicht bedrohlich für das Kind werden!

Natürlich kann es einem Kind passieren, dass es einen „Nachzipf“ oder einen Fünfer hat. Dann wäre es von Vorteil mit dem Kind darüber zu sprechen und gemeinsame Lösungsvorschläge auszuhandeln.

Die Angst können sie Ihrem Kind nehmen, indem es keine persönlichen Angriffe gegen das Kind gibt und sie das Kind emotionell motivieren und stärken, dort wo es gerade Ihre Hilfe braucht.

*Welche Fehler sollten Eltern vermeiden?*

...ihr Kind demütigen, so nach dem Motto: „Du bist eh für alles zu blöd!“

... ihrem Kind zu drohen:“ Wenn du nicht..., aber dann...!“

...Ihr Kind nur nach der Leistung zu lieben!

...Liebesentzug!!!

...ihr Kind demotivieren statt motivieren!

*Wie kann nervösen Kindern generell geholfen werden?*

Es können schon einfache Dinge Ihrem Kind helfen, wie zum Beispiel:

Dem Kind fast keine Süßigkeiten geben, Zucker putscht noch mehr auf. Sehr viel Wasser trinken, dem Kind Nüsse als „Hirnfutter“ geben, entspannende Musik CDs anhören, dem Kind pädagogische Geschichten (wie bekomme ich mehr Selbstvertrauen) vorlesen.

Außerdem soll das Kind nicht ständig vor dem Fernseher sitzen, gehen sie viel in die Natur mit dem Kind, reden sie mit dem Kind darüber, was es gerade fühlt und denkt (wo steht ihr Kind gerade emotionell).

Finden oder erarbeiten sie gemeinsam mit dem Kind Ressourcen heraus und ankern sie diese.

Lieblingssachen mitnehmen

Zuviel Nervosität medizinisch/neurologisch abklären lassen. Damit weiß ich als Elternteil, ob es psychische oder organische Gründe dafür gibt und was sie dann als Eltern tun können (z.B. Ergotherapie..)

.....

NLP Master Practitioner . Lebens- & Sozialberaterin . Kinder- & Jugendcoach .

Gordon Familientrainerin i.A

**BIRGIT KOGLER**

Lunaplatz 2, 4030 Linz

Tel.: +43 (676) 84080871

Web: [www.kinder-glueck.com](http://www.kinder-glueck.com)

Mail: [birgit.kogler@kinder-glueck.com](mailto:birgit.kogler@kinder-glueck.com)