LERNSTALL

vom Baby zum Schulkind

Magische Jahre



Ganzheitliche
Entwicklungsförderung.

Lernstall

EIN BLICK AUF KINDERHERZEN

Schön, dass du da bist!



Hi, ich bin Tina!
Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision, Pädagogin, Mutter und vieles mehr & die Herausgeberin des Lernstall Magazins.
Ich schreibe diese Zeilen voller Aufregung, denn bereits 160.000 Leser:innen konnte ich für das Lernstall Magazin begeistern! Ich darf dich in den kommenden Seiten in die faszinierende Welt der Pädagogik und Psychologie entführen. Hier gibt es eine große Portion an Wissenschaftlichkeit, gepaart mit persönlichen Einblicken und Kreativität. In dem Magazin erwarten dich viele Inhalte, die nur darauf warten, von dir gelesen zu werden. Ich darf dich dabei begleiten, in einen inspirierenden Safe-Space einzutauchen und freue mich, dass du hierher gefunden hast.
Das Lernstall Magazin ist mein Herzensprojekt für mehr Wissen über mentale Gesundheit
- von groß und klein, für die Kita, die Schule und Zuhause!
Genug davon, los geht's!

Auf in ein Leben voller glücklicher Momente!

Deine Tina





Psychische Gesundheit im Fokus

GANZHEITLICHE ENTWICKLUNG



Inhalt



06 **7 Elemente**

für mehr Leichtigkeit
mit Kindern

14 **Entwicklung begleiten**

Wie entwickelt sich
Persönlichkeit &
Authentizität

13 **Autonomie & Bindung**

Der Balanceakt der
Begleitung

23 **Pränatale Förderung und die ersten Lebensmonate**

Worauf kommt es an?



LERNSTALL

29 **0-2 Jahre**

Sicherheit als Grundbedürfnis

31 **3-6 Jahre - Kindergarten**

Hands on Pädagogik

37 **Vorbereitung auf die Schule**

Ein Einblick in die Vorläuferfähigkeiten

41 **Ein klares Gegenüber sein**

Innerer Frieden im Kontakt mit Kindern

45 **Lernstall**

tierisch inspirierend!

slow life. good life.

7 MAGISCHE ELEMENTE





LIEBE

EINE GROSSE PORTION

Du bist gut so wie du bist! Ich verstehe dich! Ich schätze und respektiere dich! Ich bin stolz auf dich! Ich bin beeindruckt von dir! Was sagst du dazu? Deine Meinung ist mir wichtig! Du bist mir wichtig!

In der personzentrierten Haltung rückt man den Menschen in den Mittelpunkt. Es gibt meiner Meinung nach nichts Heilsameres für Menschen, als gesehen, verstanden und geachtet zu werden. Für die Person, die man ist. Wir sind alle gut so wie wir sind. Auch die Kinder, die den Unterricht „stören" oder den fünften Wutanfall haben, weil... ach, da fällt euch bestimmt etwas ein.



FOLGE TINAUNDDERIGEL AUF INSTAGRAM!

BEWEGUNG

bringt Gelassenheit



DER ALLESKÖNNER

Die eigene Inhibitionsfähigkeit ist ein maßgebender Faktor für die Selbstregulationsfähigkeit. Zahlreiche Studien konnten aufweisen, dass moderates Ausdauertraining die exekutiven Funktionen positiv beeinflusst. Diesen positiven Effekt erzielt bereits eine einzelne Ausdauereinheit. Schott et al. konnten in einer Studie mit Jugendlichen zeigen, dass bereits einzelne akute Ausdauerbelastungen die Inhibitionsfähigkeit verbessern. Für den schulischen Alltag empfehlen die Autoren anhand ihrer Ergebnisse, den schulischen Unterricht bewegt zu gestalten, da dies die Konzentrationsfähigkeit verbessert. Intensive Ausdauerbelastungen direkt vor einer Prüfungssituation hingegen sind zu vermeiden.



NATUR

ein wesentliches Element kindlicher Entwicklung



ARTGERECHTES LEBEN

Natur, naturgestützte Aktivitäten und tiergestütztes Arbeiten. Kinder brauchen den Entwicklungsraum Natur. Täglich. Wir leben in einer Gesellschaft, in der von Kindern verlangt wird, dass sie mehrere Stunden täglich im Klassenzimmer sitzen und sich konzentrieren sollen. Je mehr naturgestützte Elemente wir ins Leben unserer Kinder einbringen können, desto besser. Außerdem hat der Aufenthalt in der Natur zahlreiche positive Eigenschaften in Bezug auf psychisches Wohlbefinden, aber auch auf unser Immunsystem.

Die natürliche Umgebung ist entscheidend für die Entfaltung von Kreativität, sozialen Fähigkeiten und emotionaler Intelligenz. Der Kontakt mit der Natur schärft die Wahrnehmung und steigert das Wohlbefinden. Die Natur bietet Räume für Erlebnisse, die das Lernen unterstützen und Kinder dazu anregen, ihre Umgebung aktiv zu erkunden. Die Natur ist ein unverzichtbarer Entwicklungsraum, der sowohl für Kinder als auch für Erwachsene wichtig ist, um ihre Potenziale zu entfalten und ein gesundes, erfülltes Leben zu führen.

Und Tiere? Tiere sind ein Teil der Natur. Je mehr Tiere im Alltag unserer Kinder sein dürfen, desto vielschichtiger sind die Entwicklungsmöglichkeiten. Was braucht das Tier? Welches Futter? Wo fühlt es sich wohl? Wie erkenne ich das?



GEMEINSCHAFT

IN DER FAMILIE

Die einfachen Dinge machen das Familienleben leicht. Ein Ausflug zum Spielplatz mit einer Jausenbox. Flusstage, ausgiebige Radtouren, ein Tag im Freibad, gemeinsam kochen und gemeinsam nichts-tun.
Weniger Programm – mehr Verbindung.

IN INSTITUTIONEN

Das Klassenklima ist in Schulen, aber auch in Kindergärten zu priorisieren. Fühlen sich Kinder nicht wohl in ihrer Gruppe, führt das zu enormem Stress, Ängsten und psychischen Belastungen.
Wir Erwachsene sind für das Klima unserer Gruppe verantwortlich. Schau bitte ganz genau hin, wie es allen Kindern geht.



PSYCHOEDUKATION

FÜR DIE KLEINEN

Psychoedukation für Kinder spielt eine entscheidende Rolle in ihrer emotionalen und psychischen Entwicklung. Sie ermöglicht es den Kleinen, ihre eigenen Gefühle besser zu verstehen und zu benennen, was ihnen hilft, mit Stress, Angst oder Traurigkeit umzugehen.
Darüber hinaus fördert Psychoedukation die sozialen Kompetenzen. Kinder lernen, wie sie in verschiedenen sozialen Situationen angemessen reagieren können, was ihre zwischenmenschlichen Beziehungen verbessert. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Prävention: Durch frühzeitige Aufklärung über psychische Gesundheit können Probleme frühzeitig erkannt und angegangen werden. Oft werden auch die Eltern in den Prozess einbezogen, was das Familienumfeld stärkt.
Wenn du mehr gezielt mit Kindern daran arbeiten möchtest, schau dir das Lernstall Kindermagazin „Kinderherzen" an.

FÜR DIE GROSSEN

Genau so wichtig erscheint mir, Eltern und Pädagog*innen psychoedukativ zu begleiten. Denn wie lernen es denn sonst die Kids? Es ist großartig, wenn du dich über die kindliche Entwicklung und psychische Gesundheit von Kindern informierst. So kann sich irgendwann ganz viel bewegen! Am Ende des Magazins findest du einen Beitrag über „mein inneres Zuhause". Neben dem Wissen über Psychologie braucht es nämlich noch mehr: die innere Ruhe, Gelassenheit und Zufriedenheit in der Arbeit mit Kindern.





RESSOURCEN

ICH BLEIBE IN MEINER VERANTWORTUNG

(Dauer-)Stress ist der Alles-Killer.
Wir können kaum etwas wichtigeres tun, als Stress zu vermeiden. Das bedeutet für Erwachsene: finanzielle Sicherheit, sinnvolle Tätigkeit, schöner Wohnraum mit ausreichend Platz, soziale Kontakte, Humor, innerer Frieden, Freiheitsempfinden, klare Kommunikation, das Netzwerk auch für unsere Kinder zu pflegen- damit Entspannung möglich wird.
Ja, wir haben einen Haufen an Dingen zu beachten. Ich empfehle gerne professionelle Unterstützung hinsichtlich der eigenen Lebensgestaltung, und Supervision in der Arbeit mit Kindern.
Ich empfinde es als fürchterlichen Missstand, dass Pädagog*innen in Österreich nicht verpflichtet werden, an regelmäßiger und engmaschiger Supervision teilzunehmen. Mein pädagogisches Tun hat sich um WELTEN VERBESSERT durch meine Psychotherapie-Ausbildung. Konflikte zwischen Kindern können rascher abgefangen werden, Elternarbeit macht plötzlich richtig Spaß! Und auch für mein eigenes Kind habe ich schon die ein- oder andere Selbsterfahrungsstunde verwendet. Sich seinen eigenen Gefühlen, Gedanken, Überforderungen zu stellen und Kinder liebevoll zu begleiten ist pure Fiedensarbeit.

ACHTSAMKEIT

ICH ACHTE AUF DICH, ICH ACHTE AUF MICH.

So simpel ist es im Grunde genommen. Ich achte auch dich, ich achte auf mich.
Leider ist das Wort aktuell bereits etwas abgedroschen. Achtsamkeitcoaches an jeder Ecke, Achtsamkeitsübungen, die kaum jemandem so wirklich Spaß machen.
Aber was meint Achtsamkeit eigentlich wirklich?

Wie geht es mir? Was fühle ich gerade?
Was brauche ich heute? Weiß ich überhaupt, was ich brauche und was mir gut tut?

Wie geht es mir, wenn du das so sagst? Wie geht es dir, wenn ich das mache?
Können wir uns gegenseitig darauf Aufmerksam machen? Können wir Gefühle benennen, Situationen bedauern und in unsere Verantwortung kommen? Können wir auch einmal Wut aushalten? Aushalten, dass jemand böse auf uns ist und die die Verantwortung kommen, das besprechbar zu machen - ohne von unserem Standpunkt abzuweichen?
Mir darf es gut gehen. Dir darf es gut gehen. Dazu braucht es Kompromisse, die für alle passen.

In der Primarstufenpädagogik habe ich einmal gelernt: vom ich - zum du - zum wir.
Kinder müssen einmal sich selbst kennenlernen, dann das du und danach können sie erst eine Gemeinschaft werden.
Wenn ich jetzt an meine Psychotherapiepraxis denke ist das in vielen Therapien essentiell.
Die meisten erwachsenen Personen sind ganz beim „du", andere zu viel mein „ich" - andere kennen nur ein „wir" und verlieren ihr „ich" und das „du".



ENTWICKLUNG BEGLEITEN



SO INDIVIDUELL

Das erstaunliche ist, unsere Kinder gleichen einander nicht. Die einen sind lebendiger, die anderen schlafen gut, die einen verschlingen die Beikost von Anfang an, die anderen tun sich in Mathematik schwer. Anders, als in der Tierwelt. Wir wissen beim Kaninchen, wohin die Reise geht. Wir wissen beim Kaninchen, wo es sich im Garten aufhält und wo es schläft. Ein Kind hingegen erfindet jeden Tag neue Spiele und Ideen. Es tanzt, es baut Türme oder spielt Theaterstücke. Mit Kindern erleben wir ein ständiges Durchlaufen von kreativen Prozessen. Sie imitieren uns, die kopieren uns, die erfinden sich selbst neu. Ein Mensch ist nicht einfach ein Mensch. Wir sind kulturelle, kreative Wesen, in der jeder seinen individuellen Lebensweg. Beim Kind wissen wir nicht, welche Ideen es in der nächsten Minute hat, geschweige denn wie die Welt in 60 Jahren für die Menschheit überhaupt aussehen wird, in der die Kinder von heute einmal Leben werden.

Wir können also nicht vorhersagen, wie sich ein Kind einmal entwickeln wird. Wir können Kindern aber eine entwicklungsfördernde Umgebung für Kinder schaffen.



Wie entwickelt sich Persönlichkeit?

Die Frage nach der Entwicklung der Persönlichkeit beschäftigt die Psychotherapiewissenschaft auch schon lange. Freud nahm beispielsweise an, dass Kinder eine Art stadienhafte Entwicklung durchlaufen, während John B. Watson mit seinem berühmten, sinngemäßen Satz:„ Gebt mir ein duzend gesunder Säuglinge... und ich mache aus ihnen was ihr wollt, einen Arzt, einen Bettler, einen Dieb", an die Konditionierung von Menschen glaubte. Im letzten Jahrhundert boomte die pädagogische Rundumversorgung, die Eltern dazu brachte, eine bestmögliche Vorbildfunktion einzunehmen. Die Begrifflichkeit „pädagogisch wertvoll" prägt noch heute den Anspruch von Eltern an sich selbst und ihr Umfeld. Diese Haltung birgt ebenfalls Risiken für die Erwachsene Person: Bin ich gut genug? (Vgl. Hüther, 2022, S. 28f.) Der Ansatz, der Carl Rogers, der Entwickler der Personzentrierten Psychotherapie, vertritt, berücksichtigt die Sicht auf das individuelle Potential eines Menschen. Rogers glaubte, dass jeder Mensch das Potential hat, sein wahres Selbst zu entdecken und zu entfalten. Er betonte die Bedeutung von bedingungsloser positiver Wertschätzung und Empathie in der therapeutischen Beziehung, um das Wachstum und die Selbstverwirklichung des Individuums zu fördern. Rogers argumentierte, dass die Persönlichkeit des Menschen durch Erfahrung und Beziehungen geformt wird. Plump gesagt: es geht also vielmehr darum, in Beziehung mit einem Menschen treten zu können, als vorzuleben, dass keine Schokolade gegessen werden darf. Rogers betonte auch die Bedeutung von Selbstbestimmung und persönlicher Verantwortung in der Persönlichkeitsentwicklung. Er glaubte, dass Menschen ihr eigenes Leben aktiv gestalten können, wenn sie die Freiheit haben, ihre eignen Entscheidungen zu treffen und ihre eigenen Werte leben können. (Vgl. Rogers, 2018, S. 8 f.)



AUTHENTISCH
oder bindungsorientiert?



Bindungsorientierte Erziehung / Pädagogik bedeutet nicht, für alles Verständnis zu haben. Kinder brauchen vielmehr ein klares, aber empathisches Gegenüber.

Bindungsorientierte Erziehung wird oft missverstanden im Bezug auf die eigene Wut. Darf ich meinem Kind keine Wut mehr zeigen? Muss ich für alles Verständnis haben?
So sehr ich den Ansatz befürworte, in den inneren Bezugsrahmen eines Kindes einzutauchen, seine Handlungen zu verstehen und dementsprechend adäquat zu reagieren, halte ich es für ebenfalls irritierend, wenn eine Person das Kind anlächelt, während sie im inneren schon längst vor Genervtheit brodelt.

Es ist absolut notwendig sich seinen eigenen Triggern bewusst zu sein und darüber nachzudenken, ob es denn wirklich so schlimm ist, wenn Kinder einmal einen Apfelsaft ausgeschüttet haben. Selbsterfahrung und Reflexion ist ein stetiger Begleiter in der professionellen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Das ist ein absoluter Missstand in der Pädagogischen Ausbildung in Österreich.
Dennoch darf ich - in einem adäquaten Rahmen - Kindern zeigen, wenn mich ein Verhalten stört.
Erst letzte Woche hat es mein dreijähriger Sohn als besonders lustig empfunden, seine Spielzeugautos herumzuwerfen. Das mag ich tatsächlich gar nicht, denn, das ein oder andere Mal knallt so etwas dann an schmerzhaft an meinen Kopf. In so einer Situation nehme ich die „fliegenden Gegenstände" schlichtweg aus der Hand und sage: Ich möchte nicht, dass du mit Gegenständen schießt, weil das gefährlich ist."
So gibt es auch im Kindergarten oder in der Schule klare Regeln, die ein unaufgeregtes, aber klares „Nein" beinhalten. Dennoch bleibe ich mit den Kindern in Beziehung.
Ein Beispiel: „Theo, ich weiß, der Tag ist schon lange. Es nervt mich wirklich sehr, wenn du dauernd tratscht. Brauchst du eine Pause? Ich möchte gerne dem Rest der Klasse noch das fertig erklären."







KINDER WOLLEN GEFALLEN

Ich hatte in der Schule tatsächlich nie Probleme mit Disziplin, musst noch nie schreien oder schimpfen. Die Kinder wussten: Ich mag sie, genau so wie sie sind. Und ich konnte dennoch immer meine persönlichen Grenzen kommunizieren.

Als Mutter gelingt das in manchen Situationen besser, in anderen schlechter. Wenn mein Kind sich einbildet, es braucht jetzt unbedingt Gummibärchen an der Tankstelle und mir um 07:30 eine Szene macht, ich aber schon längst zu spät dran bin, muss ich zugeben, dass ich diese Gummibärchen einfach genervt von mir selbst kaufe und mir im Nachhinein denke: Wieso um Himmels Willen fahre ich denn bitte unter Zeitdruck zur Tankstelle - ohne das vorher mit meinem Kind zu besprechen? Habe ich in all den Jahren der Mutterschaft denn nichts dazugelernt? Sollte ich denn nicht wissen, dass ich meinem Zwerg nicht „einfach so an der Kassa" erklären kann, dass er jetzt nichts bekommt - und dann auch noch brav mitmacht, wenige Augenblicke vor dem Abschied im Kindergarten? Haha, da muss ich selbst schmunzeln.

Und das ist der Alltag! Wir denken Dinge nicht vollständig zu Ende, sind manchmal gestresst, hungrig, müde oder haben PMS! Es ist völlig unauthentisch einem Kind vorzuleben, dass wir immer gut gelaunt sind. Was ich - egal ob meinem eigenen Kind, oder Kindern mit denen ich arbeite, stets vermittle: Es ist okay schlecht gelaunt zu sein. Es hat aber nichts damit zu tun, wie gern ich dich habe, für die Person, die du bist!

Und so mag ich Theo eben auch, wenn er Tratscht, kommuniziere aber, dass es stört und versuche - im Idealfall, eine Lösung dafür zu finden.

Und manchmal, da reicht dann nur noch ein Blick und alle wissen, was ich sage.

Meine Erfahrung hat gezeigt, je mehr ich mich auf den inneren Bezugsrahmen eines Kindes einlasse, je verständnisvoller ich dem Kind begegnen kann, desto besser kann ich authentisch und auch mal wütend sein.

Am Anfang steht aber immer die Bindung, das gemeinsame Abstecken des Rahmens und die gegenseitige Wertschätzung.

AUTONOMIE & BINDUNG









SELBSTWIRKSAM SOZIAL & ALTERSHETEROGEN

Kinder lieben es selbst wirksam zu sein. Die Faszination der eigenen Selbstwirksamkeit weisen bereits Säuglinge wenige Tage nach der Geburt auf. Besonders leicht zu beobachten ist es für Eltern, wenn Babys das erste Mal mit einem Spielzeug spielen oder ein Mobile bewegen und sich aus tiefstem Herzen darüber freuen. Mein Sohn erfreut sich ebenfalls an der Reaktion unserer Hündin, wenn er ihr einen Ball wirft und sie hinterherläuft. Selbstwirksamkeit bei Babys spiegelt sich auch am getragen – werden wieder. Babys wollen gerne hochgehoben werden und sich durch die Reaktion ihrer Bezugsperson als wirksam erleben. Sie wollen ihr Umfeld erforschen und jede Ecke, jeden Stein und jeden Kasten erkunden! Dieser Forschungstrieb kann allerdings nur dann aktiv sein, wenn sich ein Kind sicher und geborgen fühlt.

Kinder unter sich- ein spannendes Feld für die soziale Entwicklung eines Menschen. Kinder brauchen andere Kinder um sich zu entwickeln. Kinder lernen besonders effektiv von älteren Kindern in Bezug auf Motorik, Sprachentwicklung und auch kognitiv. Umgekehrt lernen ältere Kinder Rücksicht zu nehmen auf die jüngeren Kinder, sie entwickeln mehr soziale Kompetenz und Selbstbewusstsein. Die Vorteile von Mehrstufigkeit kehrt langsam auch wieder in den Schulen ein. Kinder schaffen untereinander wesentlich höhere Lernmotivationen, wenn sie sich auf unterschiedlichen Entwicklungsniveaus austauschen. In gemischt-altrigen Gruppen können Kinder eine Vielzahl von sozialen Erfahrungen machen.

Die Vorteile von gemischt-altrigen Gruppen sind aus der Erkenntnisse der Bildungsforschung jedenfalls sehr eindrucksvoll. Das lässt auch das Bild der Kompetenz von Kindern verändernd. Wenn Kinder von anderen Kindern effizienter Lernen als von PädagogInnen, dürfen wir PädagogInnnen den Kindern mehr Handlungsspielraum und somit auch Verantwortung innerhalb des Unterrichts ermöglichen. (Vgl. Brisch, 2009, S.1) Sie Selbstorganisation von Kindern ermöglicht ihnen also, ihre individuelle Entwicklung selbst mitzugestalten und Verantwortung zu übernehmen. Dazu brauchen sie aber auch andere Kinder und die Beziehung zu ihnen.

RESILIENZ ABPRÜFEN?

Weder die Selbstwirksamkeit noch sie Selbstorganisation können vermittelt werden. Auch soziale Kompetenzen kann man Kindern nicht lernen. Resilienz kann man Kindern auch nicht unterrichten, abprüfen und danach sind Kinder widerstandsfähiger als zuvor. All jene Kompetenzen müssen erfahren werden, in der Interaktion mit ihrem Umfeld. Erwachsene sind da nicht die strikten Antreiber der Entwicklung. Den Raum für Entwicklung geben viele Erwachsene in ihrer Rolle. Die Familie hat somit den Auftrag, stabile Beziehungen zu ermöglichen, während PädagogInnen neben der Wissensvermittlung einen Raum ermöglichen, indem es Platz für die individuelle Entwicklung und Raum für Prozesse gibt, in denen Kinder in ihre Selbstwirksamkeit und Selbstorganisation kommen können.





IN Kontakt

Ein Kind ist nichts, das eingewickelt ist und von uns Erwachsenen ausgewickelt werden muss. Es ist auch nicht zusammengefaltet und muss erst entfalten werden. Ein Kind – so auch ein Erwachsener Mensch – kann allerdings wachsen. Wachsen an Situationen, an Aufgaben, an Herausforderungen, an Erfahrungen. Kinder brauchen vor allem eines: wahrhaftige Beziehungen.



NEIN,
WEIL ICH MICH
UM DICH
KÜMMERE

GRENZEN

und Freiheit

Kinder brauchen Grenzen. Sie brauchen klare Regeln und gleichzeitig brauchen sie aber auch Freiheit. Freiheit innerhalb und um diese Grenzen herum. Und Kinder möchten auch Grenzen erfahren, sie überschreiten und sie wiederrum wahrnehmen. Ein Kind darf ein Tier nicht verletzen. Das ist eine klare Regel, die wir auch nachempfinden können und es wird uns leichtfallen, diese einzuhalten. So auch umgekehrt. Der Familienhund wird, wenn die Rangordnung klar ist, das Frauchen nicht beißen. Der Hundebesitzer wird sein Kind hüten, vor dem Hund und umgekehrt. Das Kind darf auch nicht mit Wasserfarbe an den Wänden malen. Vermutlich darf es aber selbst entscheiden, ob es malen möchte, was es malen möchte und mit welchen Farben es malen möchte und auch, wie lange. Das Kind darf auch entscheiden, ob es heute malen möchte, oder doch lieber ein Buch lesen. Ist es im Bereich unserer Möglichkeiten, werden wir dem Kind seinen Entwicklungswunsch erfüllen. Im Regelschulsystem mit starrem Stundenplan malt jedes Kind zur gleichen Minute am gleichen Bild. Im Regelschulsystem haben wir fünfzig Minuten Zeit, ein Bild fertigzustellen. Im Regelschulsystem wird das Bild – ein kreativer Prozess eines Kindes - dann schlimmstenfalls auch noch benotet.

das Leben entsteht

PRÄNATALE ENTWICKLUNG



DIE ENTWICKLUNG VOR DER GEBURT



Studien zeigen, dass Föten auf den psychischen Zustand der Mutter reagieren, etwa darauf, ob die Schwangerschaft positiv wahrgenommen wird oder ob die Mutter unter Ängsten und Stress leidet. Stress, Angst und Depressionen während der Schwangerschaft können Auswirkungen auf die frühkindliche Entwicklung und die erfahrungsgestützte neuronale Plastizität haben.

Die Hormonfreisetzung der Mutter gelangt über die Nabelschnur zum Kind. In diesem Zusammenhang können Stresshormone dazu führen, dass das Kind intensivere Bewegungen zeigt, einen veränderten Herzschlag hat und sein Geschmacksempfinden (ab der 24. Schwangerschaftswoche) sich verändert. Zudem sind die taktilen und auditiven Wahrnehmungsfähigkeiten des Fötus bereits so weit entwickelt, dass sie beim Austausch von Informationen zwischen Mutter und Kind zur Gestaltung und Empfindung ihrer Beziehung beitragen.



IM *Bauch*

DIE ENTWICKLUNG VOR DER GEBURT



SDie pränatale Entwicklungsförderung spielt eine entscheidende Rolle für die Gesundheit und das Wohlbefinden eines ungeborenen Kindes. Schon während der Schwangerschaft kann die werdende Mutter zahlreiche Maßnahmen ergreifen, um die Entwicklung ihres Kindes positiv zu beeinflussen. Ein gesundes Umfeld im Mutterleib ist von grundlegender Bedeutung, und verschiedene Faktoren können die Entwicklung des Fötus erheblich beeinträchtigen.

Einer der wichtigsten Aspekte der pränatalen Entwicklungsförderung ist die Vermeidung von schädlichen Substanzen. Rauchen, Alkoholkonsum und der Gebrauch illegaler Drogen können schwerwiegende Folgen für die Gesundheit des ungeborenen Kindes haben. Studien zeigen, dass Rauchen während der Schwangerschaft das Risiko von Fehlgeburten, Frühgeburten und niedrigem Geburtsgewicht erhöht. Darüber hinaus kann Alkohol zu Fetal Alcohol Spectrum Disorders (FASD) führen, die zu dauerhaften körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen führen können. Es ist daher von größter Bedeutung, dass werdende Mütter auf solche Substanzen verzichten.

IM *Bauch*

Ein weiterer oft übersehener Faktor ist der Stress der Mutter. Hohe Stressniveaus können zu einem Anstieg des Cortisolspiegels führen, was sich negativ auf die Entwicklung des Fötus auswirken kann. Chronischer Stress während der Schwangerschaft wurde mit einer Vielzahl von Problemen in Verbindung gebracht, darunter niedriges Geburtsgewicht und Entwicklungsstörungen. Es ist wichtig, dass werdende Mütter Strategien zur Stressbewältigung entwickeln, wie z. B. regelmäßige Entspannungsübungen, Yoga oder Meditation. So können sie nicht nur ihr eigenes Wohlbefinden fördern, sondern auch eine gesunde Umgebung für ihr Kind schaffen.

Was können Mütter also konkret tun?
Auf sich selbst achten. Ganzheitlich!

alles neu!

DIE ERSTEN LEBENSMONATE



Das Recht.

Ein Paradigmenwechsel veränderte die Sichtweise auf Kinder in den letzten Jahrzehnten maßgeblich. Besonders gilt dies für Säuglinge und junge Kinder. Der Begriff „der kompetente Säugling“ beschreibt die Haltung, mit der Erwachsenen Babys und Kindern gegenübertreten sollen. Ein Säugling ist kein hilfloses, passives Wesen mehr, sondern ein Individuum mit besonderen Bedürfnissen. Die Erkenntnisse aus der Säuglingsforschung und Entwicklungspsychologie trugen letztendlich auch zu der Weiterentwicklung der Rechtsstellung jungen Kindern bei. Kinder werden nun als eigenständige Rechts-Subjekte betrachtet, die es zu fördern und zu schützen gilt.

Das Elternrecht verpflichtet dazu, Entscheidungen für das Wohl des Kindes zu treffen. Die UN-Kinderrechtskonvention richtet das Augenmerk im Sinne des Handelns der „besten Interessen“ für Kinder. Eltern haben somit die Pflicht, die Rechte des Kindes umzusetzen. Kinder haben ein Recht auf Meinungsfreiheit und Partizipation. Kinder haben neben dem Recht auf Gesundheitsversorgung und adäquatem Lebensstandard das Recht auf gesunde Ernährung.



VOM BABY ZUM KLEINKIND

Sicherheit und Urvertrauen



Was braucht ein Baby im ersten Lebensjahr für die Entwicklung?
Eine große Portion Urvertrauen, Bindung und Sicherheit. Dazu gibt es zahlreiche gelungene Konzepte, die das Leben mit Baby beschreiben.
Gerne empfehle ich hier das Buch „Montessori Baby".
Babys verstehen bereits, ob ihre Grenzen akzeptiert werden. Das Baby möchte nicht von Oma getragen werden? Es muss nicht.
Das Baby möchte am liebsten getragen werden? Hallo Tragetuch! Babys, Kinder, aber auch Erwachsene gelangen in ihrem Leben sehr oft an ein „nein, das geht nicht"- ich habe immer versucht, meinem Baby alles zu ermöglichen, was möglich war. Das sind bei so kleinen Wesen auch nur Kleinigkeiten. Nicht alleine schlafen, wenig Autofahren, lieber Tragen und sehr viel Stillen.
Bindungsorientierte, authentische und bedürfnisorientierte Elternschaft bedeutet allerdings nicht, sich selbst völlig aufzuopfern. Das wird oft in Verwechslung gebracht und falsch verstanden.
Mütter dürfen natürlich Grenzen für sich ziehen. Babys spüren nämlich, ob es Mama und Papa gut geht, oder nicht.
Sobald ein Baby weint, muss es getröstet werden. Lässt man Babys schreien, passiert folgendes:
Das Baby gibt auf. Im Gehirn passiert hier eine Mikrodepression. Es ist für die mentale Gesundheit eines Menschen enorm wichtig, dass bei Trauer Trost gespendet wird.

von Baby zum Kindergartenkind

0-2 JAHRE



GRUNDBEDÜRFNIS

Bindung und Autonomie



Ein zufriedenes Kind spielt und erkundet die Welt. In Stresssituationen wird das Bindungsverhaltenssystem aktiviert und es sucht Nähe und Geborgenheit seiner Bezugspersonen bis es zurück in seine innere Balance findet.

In der Psychologie werden von vier psychischen Grundbedürfnissen eines Menschen gesprochen. Diese vier Grundbedürfnisse sind Bindung, Orientierung und Kontrolle, Selbstwertschutz und Unlustvermeidung.

Das Bedürfnis nach Bindung scheint wohl eines der elementarsten zu sein, da dieses Bedürfnis das Überleben eines Babys sichert. Frühkindliche Bindungserfahrungen prägen uns unser Leben lang. Und dem dicht gefolgt kommt auch schon das Streben nach Autonomie. Bindung und Autonomie- ein lebenslanger Balanceakt für alle: die Kinder, die Eltern, die Pädagog:innen und alle anderen Bezugspersonen.

Beziehung sollte etwas sein, bei dem Kinder auch aktive Mitgestalter sein dürfen. Daher lässt sich das Grundbedürfnis Bindung nicht gänzlich vom Autonomiebedürfnis (Orientierung und Kontrolle) trennen. Sind die Bedürfnisse von Bindung und Autonomie in Einklang, hat ein Kind die besten Voraussetzungen geschaffen, ein gesundes Selbstwertgefühl zu entwickeln.

das Leben begreifen

KINDERGARTEN 3-6



DIE RELEVANZ EMPATHISCHER PÄDAGOG*INNEN

Ein klares, empathisches Gegenüber



Gesprochen wird von unter Pädagog:innen von einer systemisch-konstruktivistischen Grundhaltung als entwicklungsförderliches Klima. Das Verhalten von Kindern soll nicht pathologisiert werden, stattdessen sollte das Verhalten eines Kindes unter einer salutogenetischen Sichtweise von Gesundheit betrachtet werden. Zentral ist die Frage nach den Schutzfaktoren für eine gelingende Entwicklung eines Kindes. Die förderliche Gesprächsführung der Erwachsenen zielt darauf ab, Denkprozesse und Handlungsalternativen in Kindern anzuregen. Die Vorbildfunktion ist von großer Bedeutung, insbesondere in Bezug auf der Wahrnehmung und Regulation eigener Emotionen. Das Spiegeln der Gefühlszustände der Kinder macht es möglich, dass Kinder ihre Gefühle erkennen und benennen lernen.

HANDS-ON PÄDAGOGIK

Liebe und Zuwendung wirken sich messbar auf die Gehirnentwicklung eines Babys aus. Schulkinder, die im Kleinkindalter viel Zuwendung von ihrer Mutter bekommen haben, weisen laut der Universität St. Louis einen stärker entwickelten Hippocampus auf. Der Hirndorscher Dawirs kommt zu ähnlichen Ergebnissen, betont aber, dass nicht die Mutter alleine zu dem Familiennetz zählt

Doch wie lernt ein Kind denn nun wirklich? Durch Abschreiben von der Tafel? In meinem Studium zur Lehrerin war durchaus bekannt, dass Kinder dann lernen, wenn sie es einerseits mit all ihren Sinnen begreifen dürfen, andererseits, wenn sie begeistert sind und drittens, wenn es für sie sinnvoll ist. Der Blick in die Klassen zeigte aber neben ein paar kleinen „Bewegungsstationen", wo die Kinder einmal aufstehen dürfen und Springschnurspringen, wenig Begeisterung, wenig Sinnesmaterial und auch wenig Sinnhaftigkeit.





HANDS-ON PÄDAGOGIK

In Sachunterricht sitzen die Kinder still vor einer Buchseite und schauen sich ein Foto von einem Bach an. Engagierte LehrerInnen basteln gerne zum Thema Bach ein Lapbook. Die Kinder schneiden aus, malen an und haben idealerweise den Lebensraum Bach auch gut besprochen. Der Ausflug zum Bach bleibt aber aus. Schließlich hat man nur 50 Minuten Zeit, das Thema zu bearbeiten. Danach ist Religionsunterricht, und davor Werken. Dazwischen wurden fünf Scheren gesucht und eine Diskussion über einen Kleber aufgearbeitet. Die Hälfte der Lapbooks wird nicht fertig und sollen dann zu Hause fertiggestellt werden. Dort kleben dann die Mütter feinsäuberlich die letzten Bilder ein und malen das Lapbook fertig aus. Eine Woche später kommt das nächste Lapbook zum nächsten Thema. Welche Tiere in und um den Bach herum leben und welche Pflanzen dort wachsen ist längst vergessen. Das Lapbook wird ins Bankfach gequetscht und am Ende des Jahres weggeworfen. Ich denke ich konnte die fehlende Sinnhaftigkeit skizzieren, obwohl ich mich nun gar nicht besonders darum bemüht habe. Als Lehrerin ist ein Ausflug mit Kindern immer ein unangenehmer Mehraufwand. Zum Ausflug müssen Betreuungspersonen mitgehen, die vielleicht Eltern aus der eigenen Klasse sind, die dann in der Klassen – Whatsappgruppe bekritelt, wo denn das Arbeitsblatt zum Bach am Ausflug war. Stunden fallen aus, die Schulleitung runzelt die Stirn, wenn man wieder einen Ausflug beantragen will, und die Medien berichten über Kinder, die bei Ausflügen weglaufen, sich verfahren oder gar ertrunken sind. Mit 25 Kindern in der eigenen Klasse zu verweilen, ist definitiv die sicherere und stressärmere Variante. Und meine Kritik gilt hier definitiv nicht den LehrerInnen, sondern den fehlenden Ressourcen in Form von Lehrkräften, den zu kleinen Klassenräumen und den starren Rahmenbedingungen innerhalb des Schulsystems. .

Kinder lernen also nicht durch Arbeitsblätter. In der Spielforschung wurde festgestellt, dass Kinder beim Spielen wahrhaftig Arbeiten. Sie brauchen dazu enorm viel Energie, gehen Risiken ein und vergessen auch mal Hunger und Durst. Spielen ist also kein einfacher Zeitvertreib (das 100. Mandala Ausmalen hingegen schon). Spielen ist lernen, Übung und Training auf allen möglichen Ebenen- motorisch, kognitiv, sozial und emotional. Beim Wühlen in der Erde wird intuitiv ein physikalisches Verständnis entwickelt. Schwerkraft, Sensorik, Masse, Wasserverdrängung und noch viele weitere Themen begleiten ein freies Spiel. Ich bin also ganz fasziniert davon Kindern unterschiedliche Materialien zum Spielen anzubieten. Draußen in der Natur haben wir diese Materialien, ohne dafür Geld ausgeben zu müssen. Halten wir also fest: Kinder lernen durch Spiel, durch Erfahrung mit anderen Kindern und durch Begeisterung.

EXEKUTIVE FUNKTIONEN

Menschen, die geringe Selbstregulationsfähigkeiten besitzen, tendieren zu psychischen Erkrankungen wie beispielsweise Zwänge oder Suchterkrankungen. Dazu gibt es eine bekannt gewordene Studie mit Marshmallows, die durch Walter Mischel durchgeführt wurde und äußerst interessante Ergebnisse lieferte, wie ich finde. Die beobachtenden Kinder wurden im Einzelsetting vor Marshmallows und eine Glocke gesetzt. Der Versuchsleiter teilte dem Kind mit, er würde den Raum verlassen und das Kind könne ihn durch die Glocke zurückrufen. Dann würde das Kind ein Marshmallow bekommen. Würde das Kind allerdings warten, bis der Versuchsleiter von alleine zurückkäme, würde das Kind zwei Marshmallows bekommen. Der Versuchsleiter kehrte bei nicht Betätigen der Glocke nach fünfzehn Minuten zurück. Belohnungsaufschub konnte als verlässlicher Prädikator für positive Persönlichkeitseigenschaften und späteren schulischen Erfolg sowie sozialer Kompetenz ausgemacht werden. Je länger ein Kind warten könne, desto besser könne es im späteren Leben mit Stress und Frustration umgehen. Die Korrelation von Belohnungsaufschub und einem erfolgreichen späteren Leben wurde anschließend von mehreren Längsschnittstudien bestätigt. Die Voraussetzung für ausgeprägte Selbstregulationskompetenzen sind intakte exekutive Funktionen. Exekutive Funktionen sind höher mentale und kognitive Prozesse, die höchst relevant für die selbstständige Lebensführung eines Menschen sind. Durch die exekutiven Funktionen wird es einem Menschen erst möglich Selbstdisziplin, Zeitmanagement oder Belohnungsaufschub zu beherrschen. In der frühen Kindheit und der Kindergartenzeit können Selbstregulationskompetenzen nachhaltig gefördert werden. Es gibt im elementarpädagogischen Bereich wundervolle Konzepte, die in Einrichtungen umgesetzt werden können. Auch Ausdauertraining, Kampfsport, Yoga, Achtsamkeitstraining und körperliche Ertüchtigung sind wirksam zur Verbesserung der Selbstregulation und den der exekutiven Funktionen. Die Wichtigkeit von Bewegung im kindlichen und erwachsenen Alltag darf hier gerne nochmals ins Auge stechen!

Die exekutiven Funktionen beinhalten drei Bereiche. Diese sind das Arbeitsgedächtnis, die Hemmung und die kognitive Flexibilität. Das Arbeitsgedächtnis ist verantwortlich für die Speicherung und Verarbeitung Informationen.. Die Hemmung hilft, die eigenen Impulse zu kontrollieren. Kognitive Flexibilität erlaubt uns, unser Denken und unsere Handlungen an die veränderte Umwelt anzupassen. Zusätzlich ermöglicht sie empathisches Empfinden und einen Perspektivenwechsel. Kinder, die bessere exekutive Fähigkeiten haben, weisen im Jugend- und Erwachsenenalter weniger Minderwertigkeitsgefühle, Ängstlichkeit oder Depressivität auf. Im Vorschulalter ist die Fähigkeit für Perspektivenübernahme maßgebend für die Entwicklung der Selbstregulation. Kinder sollen verstehen lernen, dass andere Menschen andere Sichtweisen haben und Handlungen ausführen können. Das Steuern des Denkens, Handelns und Fühlens steht neben dem künftigen Lebenserfolg zusätzlich im engen Zusammenhang mit dem gesunden Lebensstil und dem Umgang mit Stress. Aus dieser Perspektive betrachtet ist die Förderung der Selbstregulation ein Schlüssel, um Kindern gesunde und erfolgreiche Lebenswege zu ermöglichen.

Folge finanndderigel auf Instagram!

ein neuer Lebensabschnitt

VORBEREITUNG AUF DIE SCHULE



SCHULE



Wie bereite ich ein Kind auf die Schule vor?

Mache keine negativen Kommentare zum Schulbeginn. Wir sollten Kinder stets motivieren, den kommenden Lebensabschnitt zu zelebrieren. Sätze wie: „Jetzt fängt der Ernst des Lebens an!" oder „Die schönen Zeiten sind vorbei!" können Ängste bei den Kindern auslösen und demotivierend sein. Kinder haben von Natur aus Interesse am Leben und ihrer Umwelt!



ALLES NEU

Ein neuer Alltag beginnt

Ein neuer Weg jeden Morgen, neue Lehrer:in und neue Kinder erwarten die Kinder in der ersten Schulwoche. Stresse dein Kind so wenig wie möglich und plane keine überfordernden Aktivitäten ein.
Biete dem Kind zuhause möglichst viel Gewohnheit und Routine.

Auch die Aktivitäten am Nachmittag sollten zeitversetzt starten. Ermögliche deinem Kind viel Zeit zum Verarbeiten der neuen Eindrücke!

ICH KANN SCHON

Vorläuferfähigkeiten

Als ehemalige Grundschullehrerin (in Österreich Volksschullehrerin) möchte ich dir sagen, dass sich dein Kind in der Schule leichter tun wird, wenn es:

- seinen eigenen Namen bereits schreiben kann
- mit Schere und Kleber umgehen kann
- Wasserfarben malen kann
- Stifte spitzen kann
- die eigene Schultasche und die eigene Federtasche gut kennt
- sich selbst An- und Umziehen kann

PHONOLOGISCHE BEWUSSTHEIT

Eine wesentliche Kompetenz im Schriftspracherwerb

Reimspiele, Silbenklatschen, Lautspiele (welches Wort beginnt mit A?), Geschichten vorlesen und das Zerlegen von Wörtern in einzelne Buchstaben wird Kindern in der ersten Klasse enorm helfen. Anstatt den Kindern beim Autofahren das Tablet in die Hand zu drücken, einfach einmal die phonologische Bewusstheit fördern!
E-le-fant : hat drei Silben. Wo hörst du ein E?

FEINMOTORIK

Schreiben lernen

In der Grundschule arbeitet man sich von der Grobmotorik zur Feinmotorik. Dies lässt sich auch in der Elementarpädagogik beobachten. Kleinkinder werden zunehmend sanfter und kontrollierter in ihren Bewegungen.
Es hilft Kindern also dabei ihre Grobmotorik zu fördern (Turnen, Spielplatz, Rollerfahren, Klettern...) und dann allmählich zur präzisen Feinmotorik zu gelangen.
Basteln mit Papier, Schere und Kleber
Perlen auffädeln
Kneten
Malen und Zeichnen
Sand- und Wasserspiele

ICH PACKE MEINE SCHULTASCHE

Routine schaffen

Kinder, denen gezeigt wird, wie sie am besten ihre Schultasche ein-und auspacken profitieren von der gelernten Ordnung.
Zeige deinem Kind, wo es seine Jause, seine Federtasche und seine Hefte am besten hingeben soll. Ordnung zu halten muss gelernt werden.

GESUNDE JAUSE

Von Anfang an

Gesunde Ernährung hat einen Einfluss auf unsere Psyche und auf unsere Konzentration. Hilf deinem Kind dabei den Blutzuckerspiegel konstant zu halten indem du ihm eine ansprechende, gesunde Jause zubereitest.

EIN KLARES GEGENÜBER sein.





Auf der Suche nach meinem persönlichen Glück bin ich von einer Ausbildung zur nächsten gerutscht. Ich habe dann tatsächlich in keiner Ausbildung mein Glück gefunden, aber ich bin über die Jahre hinweg meinem persönlichen inneren Zuhause immer näher gekommen - und letztendlich angekommen. Um aus einer psychischen Erkrankung herauszukommen und in einem guten Leben zu landen ist wohl nicht durch einen Artikel in einer Zeitschrift erreicht. Wie gerne würde ich mir wünschen, dass euch das Lesen dieser Zeilen bereits so sehr bereichert, dass ihr in eurem guten Leben ankommen könnt!

Ich glaube, dass ich durch das Teilen meines „guten Lebens" lediglich Ideen liefern kann, wie man ein gelingendes, symptomfreies, ja sogar vollends glückliches Leben führen kann.
Und die Antwort auf mein Glück findet sich im Innen, in meinem inneren Zuhause. Wen lasse ich in meinen Raum? Wie richte ich ihn ein? Wie behandle ich mich selbst? Wie gehe ich mit mir um? Gönne ich mir ausreichend Ruhe, ausreichend Kreativität, ausreichend Auslastung?



Wir treffen jeden Tag hunderte kleine Entscheidungen - für uns, oder für andere, und damit manchmal auch gegen uns.
Es startet mit der Kleidung, dir wir tragen, den Gegenständen, die uns umgeben, die Bettwäsche, in der wir schlafen, die Blogger:innen, denen wir folgen, das Essen, das wir essen, die Freund:innen, die wir hören und die Arbeit, die wir erledigen. Wir können im Außen sehr viele Entscheidungen FÜR uns treffen. Ganz oft, entspannt so etwas schon. Ganz oft entspannt es schon, wenn wir endlich auf unsere innere Stimme hören, anstatt zu tun, was von uns erwartet wird.
Und mit jeder kleinen Entscheidung können wir uns mehr für uns entscheiden und letztendlich uns selbst zuwenden.

Wir Menschen sind zudem beziehungsangewiesen. Wir brauchen Menschen um uns herum, besonders in den jungen Jahren, die an uns glauben, die uns zuhören und Raum schenken. Wir brauchen Personen, die uns sein lassen, wie wir sind und für das akzeptieren und respektieren, wer wir sind.

Und wenn wir solch ein Umfeld nicht hatten und nicht haben, dann macht es mehr als Sinn, sich so jemanden „Zuzukaufen", in Form einer professionellen Beziehung, also einer Psychotherapie.
Auch ich habe vor meiner Entscheidung selbst Psychotherapeutin werden zu wollen, viele Stunden Selbsterfahrung bei unterschiedlichen Therapeut:innen gemacht. Letztendlich habe ich meine persönlichen Mentor:innen gefunden, die mich wieder erden und wachsen lassen, wenn ich den Eindruck habe, festzustecken. Und das ist ein großartiges Geschenk, dass ich mir selbst mache. Wann immer mich Gedanken einschränken, mache ich mir einen Termin zur Selbsterfahrung aus. Es ist gut zu wissen, dass ich immer „unconditional positive regard" tanken kann, wenn ich es brauche. Und das hilft mir, bei mir zu landen und mein „inneres Zuhause" aufgeräumt und ordentlich zu halten.

Tägliche „self-Check-ins"

Okay, das hört sich komisch an. Aber ich nehme mir jeden Tag die Zeit mich zu fragen, wie es mir geht und was ich bräuchte, um den Tag weiterhin gut zu meistern. Dabei bin ich ehrlich und versuche wirklich auf mich zu hören.
Das kann dann schon einmal bedeuten, dass ich schnell zum nächsten Supermarkt husche und mir eine Wassermelone hole, oder auch meine Lieblingslieder aufdrehe während ich meine Dokumentationen schreibe.

Manche Personen verwechseln „für sich einstehen" mit „egoistisch sein". Ich denke, mein Umfeld nimmt mich als alles andere als egoistisch wahr. Ich weiß lediglich, was ich brauche um gut für mich da zu sein, nur so kann ich auch gut für andere Personen da sein. Das beinhaltet meine Familie, meine Freunde und auch meine Klient:innen in der Psychotherapie.



LERNSTALL

Bindungsorientierte Pädagogik - ein Traum, der vielmehr zu einer Lebensaufgabe geworden ist, steht nun in den Kinderschuhen. Wie stark dieser Impuls bereits ist, wird mir immer wieder deutlich, wenn ich alte Niederschriften meiner Schulzeit finde. Ich erinnere mich noch gut an das Gefühl, dass ich in der Schule hatte, als ich selbst noch Schülerin war. Ich schätze, dass es mit fünfzehn angefangen hat, dass ich die komplette Sinnhaftigkeit der Schule hinterfragt habe. Still und heimlich, in mir drinnen. Auch im Austausch mit meinen SchulkollegInnen stellte ich fest, dass bei mir dieser Drang stärker ausgeprägt war, als bei anderen. Ich habe also jeden Tag nur darauf gewartet, dass ich endlich maturieren dürfte, um diese Zeitverschwendung endlich zu beenden. In mir sprudelte es vor Ideen, vor Neugierde und vor Kreativität- doch ich bekam in der Schule nicht den Raum, diese auszuleben. Im Gegenteil – mir wurde jeglicher Raum genommen. Denn ich musste mich mit Fächern beschäftigen, die mich nicht interessierten. Mit LehrerInnen, die ich als inkompetent wahrgenommen habe. Also wartete ich. Machte fleißig meine Hausaufgaben, und hoffte, dass die Schulzeit endlich ein Ende nehmen würde. Um einmal alles anders machen zu können. Und so bekam ich die Idee Pädagogik und Psychotherapie zu studieren. Eine fabelhafte Kombination, wie ich finde. Wie sehr mein Drang nach Veränderung in mir schlummerte, zeigt meine damalige Einleitung meiner Bachelorarbeit. Diese möchte ich gerne hier einfügen: „Ich träume von einer Welt, in der Menschen ihre Nächsten und sich selbst lieben können. Ich male mir eine Welt aus, in der die Einzigartigkeit eines jeden Menschen akzeptiert und bewundert wird. Ich hoffe auf das Leben in einer Gesellschaft, die nicht mehr von Leid und Stress geprägt ist. Doch ich blicke in die Augen der Menschen und sehe so viele abgestumpfte Wesen, die den Glauben an das Gute und den Glauben an sich selbst verloren haben. Ich bin der Überzeugung, dass Schule einen gravierenden Einfluss auf die psychische Entwicklung eines Menschen hat. Dies kann positive, allerdings auch negative Effekte auf die psychische Gesundheit haben. Die Institution Schule sollte sich dieser Macht bewusst sein. In der Resilienzförderung sehe ich die Möglichkeit, die psychische Gesundheit von Kindern in den Mittelpunkt der Erziehungsarbeit zu stellen. Es ist ein schöner Gedanke, Kinder auf dem Weg zu widerstandfähigen und reflektierten Persönlichkeiten zu unterstützen, weshalb ich mich für dieses Thema entschieden habe. Zusätzlich konnte eine Verbindung zwischen der Pädagogik und mehreren Fachbereichen geschaffen werden, wodurch sich diese Thematik als äußerst faszinierend darstellte." (Christina Jäger, 2017) Und so landete ich selbst an zwei Schulen und stellte fest, dass ich dort nicht den Spielraum bekommen konnte, den ich für mein Arbeiten gebraucht hätte. Und so habe ich mich der Pädagogik abgewandt – um nun ein paar Jahre später festzustellen, dass mich diese Vision nicht loslässt. Bindungsorientiert und tiergestützt. Lernstall.

Ganzheitliche Entwicklungsförderung.



LERNSTALL

vom Baby zum Schulkind

Magische Jahre



Ganzheitliche
Entwicklungsförderung.

Lernstall

EIN BLICK AUF KINDERHERZEN