



## Magazin: Wie Erziehung gelingt

**Was tun** bei Lernproblemen oder Mobbing? Was ist Doping fürs Gehirn von Kindern? Antworten von Hirnforschern und anderen Experten auf 72 Seiten in „Erzieht uns, aber bitte richtig!“. Exklusiv für Vorteilsclub-Mitglieder um 9,90 statt 12,90. [shop.kleinezeitung.at](http://shop.kleinezeitung.at)



Heißt das nun, man soll nach dem Grundsatz unserer Großeltern („Nichts gesagt ist gelobt genug“) vorgehen? „Natürlich nicht. Wenn ich mich als Elternteil über eine Leistung des Kindes aufrichtig freue, ist Lob absolut angebracht.“ Es kommt nicht so sehr darauf an, ob gelobt wird, sondern wie und wofür. Und es geht um die Authentizität der Eltern, auch beim Aussprechen von Lob.



**Herbert Renz-Polster**  
KK/JUDITH POLSTER

noch besser.“ Insofern ist durchaus auch Kritik gegenüber Kindern erwünscht, „es kommt eben darauf an, wie man es sagt“, meint Renz-Polster. Wenn ein Kind lobenswerterweise bei der Gartenarbeit hilft, dabei allerdings alle Blumen knickt, sollen Eltern das in wertschätzender Art ansprechen: „Kritik gehört zum Miteinander, auch zu jenem mit Kindern. Bei passend formulierter Kritik hat niemand das Gefühl, er sei blöd und ungenügend.“

Das Geheimnis wertschätzender Kritik ist oft der Zeitfaktor. Renz-Polster: „Nicht im Affekt reagieren, sondern einen guten Moment abwarten. So kann man Dinge generell im Guten klären.“

**Dazu gehört**, in wertschätzender Art ehrlich zu sein. „Angenommen, ein Kind malt ein kraliges Bild. Da kann man die Gelegenheit nützen, um ihm einen Impuls zu geben, es anders zu machen. Indem man etwa sagt: Ich glaube, das kannst du

## UNI STANFORD

### Übertriebenes Lob macht Mädchen Stress

Carol Dweck, Psychologin von der Uni Stanford, beschäftigte sich in mehreren Studien mit den Auswirkungen von Lob. Sie fand etwa heraus, dass übermäßiges Lob vor allem schüchterne Mädchen im Volksschulalter

in Stress versetzt. Die Forscherin empfiehlt deshalb gezieltes Lob für erkennbare Anstrengungen. Ein Kind zu sehr für seine Fähigkeiten und Begabungen zu preisen, findet sie hingegen kontraproduktiv.

## BEZIEHUNGSCOACH

# Nach Fehlgeburt: „Ich trauere sehr“

**DER FALL.** Morgen wäre der errechnete Geburtstermin unseres Kindes, das ich in der zwölften Schwangerschaftswoche verloren habe. Ich trauere sehr, doch das kann mein Mann nicht verstehen. Was läuft hier falsch?

(Irene Z.)



**Sabine und Roland Bösel**  
Beziehungsberater und Autoren

## Liebe Irene!

Ein Kind zu verlieren, ist etwas sehr Einschneidendes im Leben und wir finden es toll, dass Sie sich Unterstützung bei Ihrer Trauer holen und sie nicht unterdrücken. Nehmen Sie sich die Zeit, um von Ihrem nicht geborenen Kind Abschied zu nehmen. Lassen Sie Ihrem Mann gleichzeitig genug Raum, damit er seine Art von Abschied findet. Für Frauen ist so ein Verlust viel unmittelbarer, weil das Kind ja auch in ihrem Körper gelebt und auch gestorben ist. Dass Sie der Abortus sehr beschäftigt, ist daher verständlich. Bei Männern wirken oft Glaubenssätze wie „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“. Viele brauchen daher mehr Zeit, damit sie langsam an diesen Schmerz und den Verlust herangeführt werden.

Gebührend Abschied zu nehmen ist jedoch auf jeden Fall sehr wichtig, damit Sie beide das Leben wieder in vollen Zügen genießen können. Dafür haben wir Menschen Rituale gefunden, die dabei helfen. Auch wir verwenden in unserer psychotherapeutischen Praxis ein sehr effektives Ritual: den sogenannten „Abschiedsdialog“. Laden Sie Ihren Mann ein, am Tag der errechneten Geburt einen würdigen Platz zu finden – in der Natur, in Ihrem Garten oder auf Ihrer Terrasse. Sammeln Sie alle Gegenstände, die Sie mit diesem Kind verbinden, und „begraben“ Sie sie. Oder Sie verbrennen die Gegenstände, verstreuen die Asche und machen sich dabei bewusst, dass mit dem Kind ein Stück von Ihnen beiden verstorben ist. Gleichzeitig halten Sie sich vor Augen, dass Sie beide leben und dankbar sind, dass Sie einander haben.

**Sabine und Roland Bösel** beraten gemeinsam seit Jahrzehnten Paare: [www.boesels.at](http://www.boesels.at)