

## Kinder stärken!

Kein Kind ist von Natur aus schwach. Alle Kinder haben die Chance, aufrecht und aufrichtig durch das Leben zu gehen, so gut es ihren Möglichkeiten entspricht. Aber Kinder können massiv geschwächt werden, durch Erniedrigung, Gewalt und andere Entwürdigungen. Diese Kinder brauchen in besonderem Maße Stärkung. In Schule und Kita, in der Jugendhilfe oder in therapeutischen Praxen.

### Stärkung des Selbstbewusstseins

Insbesondere hochbelastete Kinder leiden unter geringem Selbstbewusstsein, auch wenn sie das manchmal zu verbergen suchen. Wer mit seinen Bedürfnissen ins Leere geht oder wie ein Objekt behandelt wird, fühlt sich nicht wert, beachtet und gewürdigt zu werden. Das nagt am Gefühl, etwas wert zu sein und auf seine Kompetenzen zu vertrauen. Dieses Selbstbewusstsein kann nicht einfach durch „positive“ Gedanken verändert werden. Es ist durch negative Erfahrungen entstanden und benötigt neue, positive Erfahrungen der Wertschätzung und der Wirksamkeit. Diese sollten wir ermöglichen und die Kinder dabei begleiten, durch Resignation und Misstrauen hindurch.

### Stärkung des Inneren Kerns

Jeder Mensch hat einen Inneren Kern. Er erscheint in keinem Anatomieatlas und in keinem Röntgenbild, aber jeder Mensch kann ihn spüren. Es ist der innere Ort, von dem auch Menschen Entscheidungen treffen, etwas bewerten, ihren Impulsen folgen oder nicht. Auch Kinder haben diesen Inneren Kern, er entwickelt sich durch Vorbilder und eigene Erfahrungen. Wenn Kinder lange und mehrfach schweren Entwürdigungen ausgesetzt sind, verkümmert diese Innere Kern. Er kann sich nicht entwickeln, was manchmal durch herausforderndes Verhalten versucht wird, zu überspielen.

Diese Kinder brauchen – wie alle Kinder, aber in besonderem Maße – eine Stärkung ihres inneren Kerns durch Erfahrungen, dass ihre Bewertungen, Gefühle und Impulse ernst genommen und gewürdigt werden.

### Stärkung der Beziehungsfähigkeit

Kinder sind wir alle Menschen soziale Wesen. Sie leben in Beziehungen und lernen in Beziehungen. Es sind andere Menschen, die ihnen Gutes tun oder sie verletzen. Wer keine oder zu wenig stärkende Beziehungen erfahren hat, wer immer wieder ins Leere ging und Gewalt und Beschämung erfahren musste, ist in seiner Beziehungsfähigkeit eingeschränkt oder hat sie verloren. Solchen Kindern begegnen wir in Schule, Kita, Jugendhilfe und Therapien zuhauf. Sie brauchen neue, würdigende, konstruktive Beziehungserfahrungen, ein stärkendes Beziehungstraining.

Solche Angebote für hochbelastete Kinder (und Jugendliche)<sup>1</sup> sind Aufgabe für alle, die Kinder begleiten. Es reicht nicht, dies zu fordern. Es bedarf konkreter Überlegungen, wie, mit welchen Methoden und Angeboten diese Stärkungsprozesse angegangen werden können.

Udo Baer

---

<sup>1</sup> Wenn in diesem Beitrag von Kindern die Rede ist, sind immer auch Jugendliche gemeint.