

Statt Tränen, träumen, trödeln, trotzen ... Schulzeit motiviert erleben



Anna strahlt. Die Angst vor Fehlern ist weg. Jetzt kann sie ruhig und konzentriert jede Frage beantworten.

«Ich habe Bauchschmerzen». Die achtjährige Angela lässt den Kopf hängen. Fröhlich klagt sie über Unwohlsein. Hauptsache, sie muss nicht in die Schule.

Lernen und Schule

Meine drei Kinder haben den Alltag oftmals heftig durcheinander gewirbelt. Wenn sie nach der Schule gereizt den Schulthek in die Ecke gepfeffert und erst einmal kräftig Dampf abgelassen und laut gestritten haben, dann war das manchmal erst der Anfang. Gehen Kinder gerne zur Schule, kommen sie zufriedener nach Hause, lernen leichter und bekommen bessere Noten.

«Irgend etwas stimmt nicht» – aber was?

Diese Frage hat mich als dreifache Mutter während Jahren angetrieben. Was steckt hinter einem offensichtlichen, auffälligen Verhalten: Sind es Selbstzweifel, Unsicherheit, Über- oder Unterforderung, Mobbing, Einsamkeit, Eifersucht, Ablenkung, Langeweile? Und wie gelingt es, die schädlichen Kreisläufe aus Gedanken und Gefühlen aufzuspüren?

Freude an der Schule gemeinsam entdecken

Kinder verstehen oftmals selber nicht, was mit ihnen los ist. Gefühle in Worte fassen ...? Geht nicht!

Aber: Niemand kann Dinge besser visualisieren als Kinder! Diese Fähigkeit setze ich bei meiner Arbeit mit Kindern ab sechs Jahren ein. Wir verwandeln die Angst, Wut oder Trauer einfach in ein greifbares Objekt. Das Thema bekommt so «ein Gesicht», wird fassbar. Was man sich vorstellen kann, lässt sich verwandeln, entfernen und ersetzen.

Und ganz wichtig: Es macht Kinder stark, die Veränderungen durch ihr eigenes Tun zu erzielen. Meine gezielte Anleitung und die Fragen wirken als Beschleuniger. Im

In Bildern denken! Dann geht die Post ab und Erfolge kommen schnell.



Schnitt benötigen wir je nach Thema zwei bis sechs Sitzungen.

Die Macht der Vorstellungskraft

Jeder Mensch hat, bewusst oder unbewusst, Bilder und Vorstellungen im Kopf. Stellen sie sich einmal eine Zitrone vor. Ganz automatisch haben Sie eine Vorstellung dazu. Und jetzt beissen Sie einmal herzhaft in die Zitrone rein. Grrrr... Haben Sie es bemerkt? Wir wissen, dass die Vorstellung ausgedacht ist. Und trotzdem löst der Gedanke eine physische Reaktion aus. Während einer Sitzung regen wir also in erfrischender Weise die Fantasie an, decken blockierende Muster auf und lösen sie. Mit der natürlichen Vorstellungskraft und den Impulsen, die wir gewinnen, versetzen wir Berge.

So haben mich Mütter auch schon angesprochen: «Warum wissen Lehrpersonen nichts von dieser Möglichkeit?»

Ich wünsche mir von Herzen, dass Kinder und Erwachsene spüren: Diese effektive Methode und die Kraft der Bilderreisen sind für mich nicht nur ein Job. Ich erlebe Gänsehaut-Momente, wenn Menschen

- sich besser konzentrieren können und einfacher lernen
- besser mit Konfliktsituationen umgehen
- Selbstvertrauen gewinnen
- Prüfungen besser bestehen
- sich geliebt, verstanden und angenommen fühlen

und Leichtigkeit ins Familienleben einkehrt.

Das treibt mich an und holt mich morgens glatt aus den Federn.

Kindern und Jugendlichen eröffnen sich neue Welten bei:

- Angst und Schlafproblemen
- Mobbing und Selbstvertrauen
- Lernblockaden und Prüfungsangst

mindTV – für Kinder gemacht

Habe ich Ihr Interesse geweckt? Dann kontaktieren Sie mich jetzt kostenlos und unverbindlich.

**Denise Amrein -
Schulzeit motiviert erleben
mindTV-Praktikerin und Kindercoach
Merkurstrasse 3 (beim Bahnhof),
8820 Wädenswil,
Tel. 079 666 91 30,
www.deniseamrein.ch**