

Kinderängste

rund um den Schulbetrieb

Till Reckert

till.reckert@icloud.com

Pädiatrische Gemeinschaftspraxis

Dr T Reckert, A Marx, AJ Rotar und Dr J Gerhardt

Lederstraße 120, 72764 Reutlingen

07121-334438

13.1.2020 VHS Pfullingen

- Berenike, nach medizinisch problemloser Schwangerschaft gute Geburt *03/10, Mutter Abiturientin, wohnt bei ihren Eltern.
- Frühkindliche Entwicklung normal, Laufen bei U6, 300 Worte bei U7, „Arztphobie“ nach Impfungen,
- Mutter studiert Wirtschaftswissenschaften, als das Kind 3 Jahre alt ist. U8 und U9 gut, Einschulung.
- Mit Beginn 3. Klasse über 50% der Tage ganztags Kopfw. 3d in 3 Monaten deshalb gefehlt.
<< Schule, << Lernen, > Draussen, > Reiten.
- 4. Klasse: Angst vor schlechten Noten bei Diktat. Konzentrationsprobleme bei einfachen Worten. Daher stehe Gymnasialempfehlung in Frage (sonst immer mindestens 2-). Schlechte Noten führen zu Selbstzweifeln mit Schlafproblemen und Selbsttötungsgedanken. Liest viele Sachbücher, vielseitig interessiert.

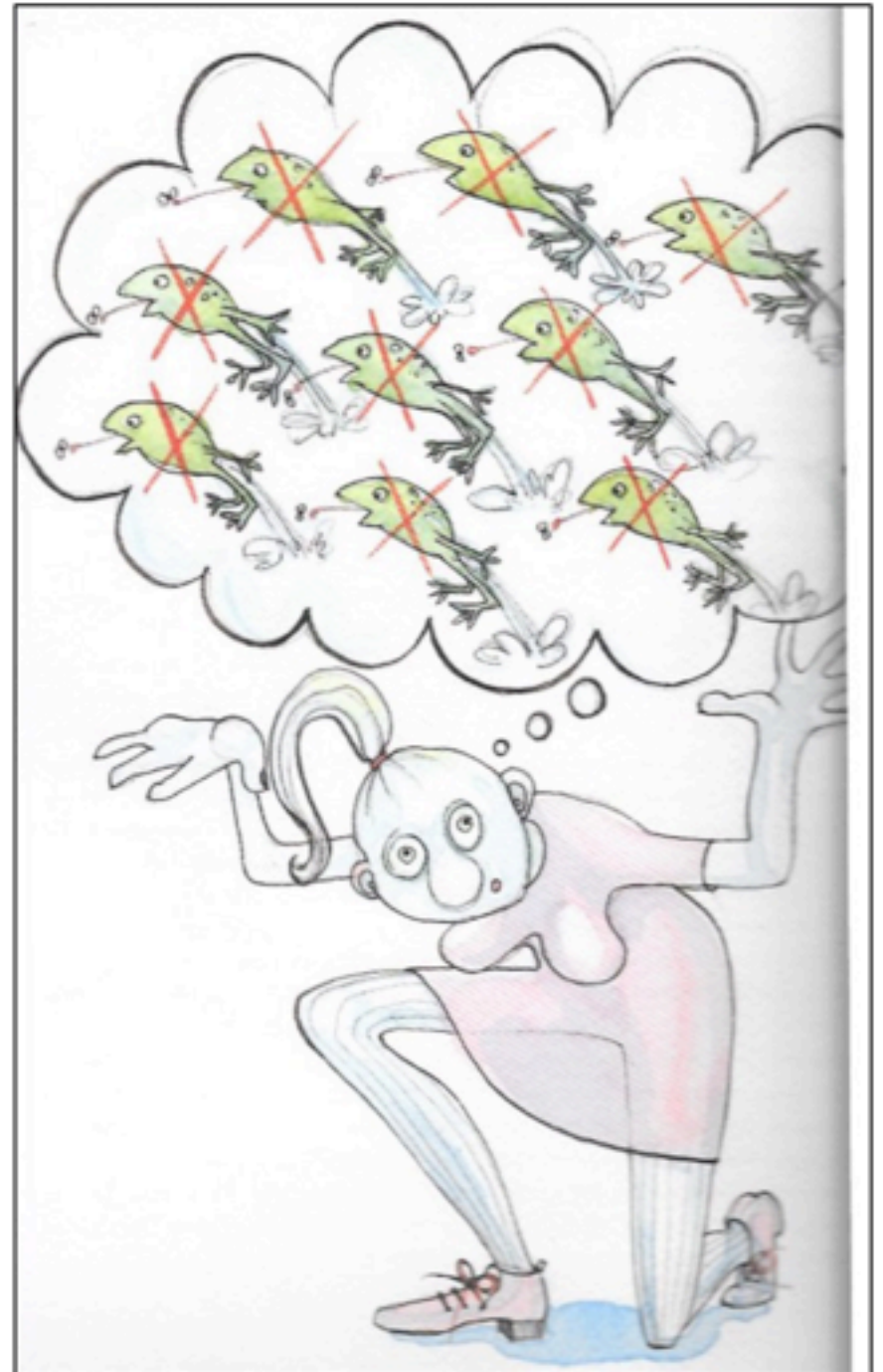
Angst...

- ... ist überlebensnotwendigerweise unangenehm.
- ... sitzt „wie in den Knochen“ und strahlt in die Seele.
- ... hat mit unserer Kleinheit in der großen Welt zu tun.
- ... fürchtet Grenzverletzungen oder Entgrenzung.
- ... ist zu „dumm“ als dass man mit ihr diskutieren könnte.
- ... behindert weitere Entwicklung wenn man in ihr verharret.
- ... kann nur durch Erfahrung und Tun kleiner werden.
- ... wird, wenn sie überwunden wird, zu Selbstgefühl:

Der wahrhaft Mutige achtet die Angst als Warnerin

Der übermütige Prahler hat Angst vor Meinung der Anderen

Denk nicht an grüne Frösche,
oder:
Du brauchst keine Angst haben....



Angst bekämpfen?

Besser das Seil beim Tauziehen loslassen

Hat die Angst einmal eingesetzt, hat es keinen Sinn, gegen sie anzukämpfen

Akzeptieren Sie die Anwesenheit und machen Sie weiter mit dem, was getan werden muss.

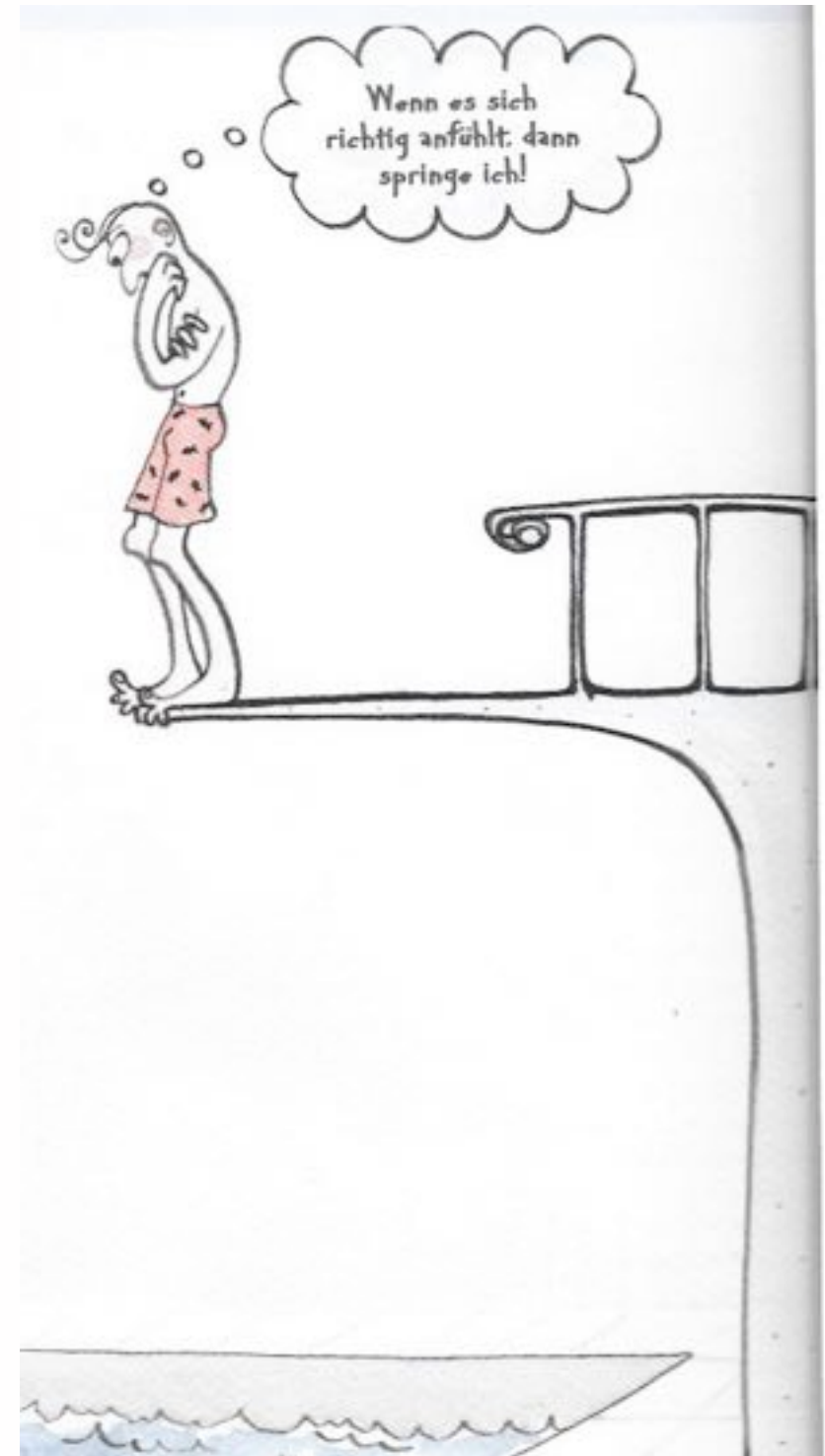
Lassen Sie das Seil los!



Menschen wissen oft, was sie tun sollten, aber sie warten darauf, dass es sich richtig anfühlt.

Oft glauben sie, dass eine Therapie verändern wird, wie sie fühlen werden.

In Wahrheit müssen wir im echten Leben herausfinden, dass etwas gut funktioniert. Das verändert das Gefühl.



Am liebsten tun wir, was wir bereits können

Denn Neues müssen wir gegen unsere Gewohnheit / unser Gehirn lernen (und es dabei umbilden)

Schon Bekanntes tun wir mit unserem an Erfahrung gebildeten Gehirn und fühlen uns darin sicher.

Tuen Sie etwas Neues, von dem Sie glauben, es noch nicht zu können, das macht mutig.



Das Gras wächst nicht,
wenn man dran zieht.
Man muss gießen ...

Erziehung ist:
Sich gegenseitig
Selbsterziehung
ermöglichen,

erst durch Nachahmung,
dann durch Erfahrung
und zuletzt durch Einsicht.



Habe ich die Angst oder hat sie mich?

Habe ich als Erwachsener Zugriff auf das Kind (in mir)?

- Schelten sie (sich) nicht.
- Lassen Sie (sich selbst) nicht im Stich.
- Seien Sie freundlich zu (sich selbst und) der Verletzbarkeit.
- Erlauben Sie ihrem Erwachsenen-Ich, das inzwischen so viel mehr versteht, das Kind(heits-Ich) zu trösten, zu versorgen - und zu ermutigen durch Taten



Wenn Sie mit Ihrem Kind so umgehen, kann es später selber besser mit (dem Kind in) sich umgehen.

-> Also: Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit.

Selbstbewusstsein

Macht ein „fehlendes Selbstbewusstsein“ unsicher?

So wenig, wie „schlechtes Wetter“ Regen verursacht.

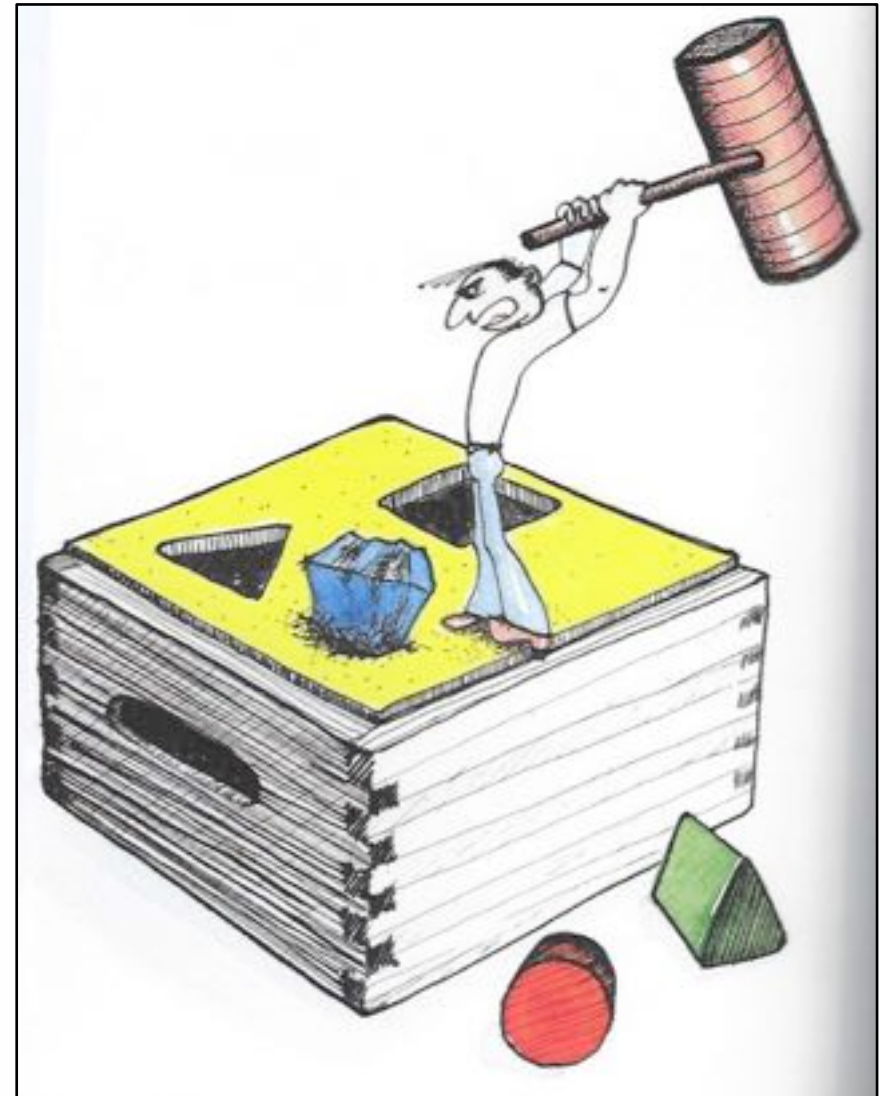


Einfach einen größeren Hammer nehmen, wenn der kleinere nicht reicht?

Wenn etwas, das bisher gut funktioniert hat, plötzlich nicht mehr funktioniert, intensivieren wir oft die Bemühungen.

Irgendwann resignieren wir.

Sollte man sich in einer Sackgasse fühlen, nützt manchmal die Frage nach einer Strategieänderung.



Schulbeginn

Glücklich die Kinder, die sich auf die Schule freuen.

Die wichtigste Vorbereitung auf die Schule ist das ungestörte kindliche Spiel. Spiel ist dem Kind Arbeit.

Denn so wie die Kinder heute spielen, so arbeiten sie morgen: Gründlich und beharrlich oder zerstreut und gelangweilt.

Gutes Kinderspielzeug ist zu 90% Kind und zu 10% Zeug

Je selbstständiger Kinder zum Schulbeginn sind, desto beglückender wird das Neue.

Psychosomatopsychische Kreisläufe

Begleitsymptome der Angst machen wieder Angst:

- Bauchschmerzen
- Übelkeit, Erbrechen
- Kopfschmerzen
- Rückenschmerzen (Verspannungen)
- Herzrasen, Hyperventilation
- Schwindel
- Schlafprobleme
- Müdigkeit
- Konzentrationsprobleme
- Negatives Selbstbild
- Leidende Familie (-> Teufelskreis)

Schulentschuldigungen durch den Arzt?

Im Regelfall nicht, denn:

- Schule ist für den Schüler da, nicht andersherum.
- Schüler ist schulpflichtig, Eltern entschuldigungspflichtig. Ab 18 ist der Schüler selbstverantwortlich.
- Die Schule *darf* ab dem 10. Fehltag oder bei häufigen Fehltagen eine Arztentschuldigung verlangen.
- Ärztliche Schulentschuldigungen tragen im schlimmsten Fall zum Erhalt von Vermeidungsstrategien bei (denn jeder Schüler kann den sterbenden Schwan in der Praxis machen).
- Besser: Verbindung mit der Schule aufnehmen (mit Elterneinwilligung), zur Zusammenarbeit zwischen Schule und Eltern anregen, nicht diese ersetzen.

Lernbegierig oder ehrgeizig?

Wie klein ist das,
was einer ist
wenn man's
an seinem Dünkel misst.

Wilhelm Busch

Lernen um der Sache willen
für den (hoffentlich geliebten) Lehrer
oder für Noten, Belohnungen und Vergleiche?



jameda

einfach zum passenden Arzt

Arztsuche

Termin buchen

Experten-Ratgeber

Für Ärzte



Login/Registrierung

Was

z. B. Zahnarzt, MRT oder Dr. Müller

Suchen

jameda

Premiumkunden
können ein
Profilbild
hinterlegen

Dr. med. Till Reckert

Arzt, Kinderarzt

Dres. Arnold Josef Rotar Andrea M



07121/3344380



Gesetzlich Versiche

Dr. Reckert

Arzt, Kinderarzt

Bewertungen

Welche Bewertungen wollen Sie sehen?

Filtern und sortieren

Datum (neueste)

Alle

(Sie sehen alle Bewertungen)

Note 1 0

Note 2 0

Note 3 0

Note 4 0

Note 5 1

Note 6 0

Bewertung vom 26.01.2019

5,0

Kurz angebunden

Wirkt überheblich, nicht zu glauben das er Kinderarzt ist. Nimmt sich keine Zeit, redet seinen Text zu Krankheit xy wie auswendig gelernt runter, bei nachfragen wird auch noch die Sprechstundenhilfe unfreundlich. Einmal und nie wieder

[mehr](#)

Archivierte Bewertungen

Bewertung vom 31.07.2015

1,2

Super Arzt für die Kids

Wir haben von unserem KIA zu Herrn Reckert gewechselt, da wir mit dem Arzt vor Ort nicht mehr zufrieden waren. Dafür nehmen wir auch gerne die lange Anfahrt von 30 bis 60 min. in Kauf. Dr. Reckert ist immer stets bemüht, alles

Note **5,0**

4 Bewertungen

Bewerten

Für Noten
arbeitet man
nicht besser als
für den Sinn.

Mobbing

Wiederholtes und regelmäßiges, vorwiegend seelisches Schikanieren, Quälen und Verletzen eines einzelnen Menschen durch eine beliebige Art von Gruppe.

In der Familie, in der Peergroup, in der Schule, am Arbeitsplatz, in Vereinen, Wohneinrichtungen (Heimen) oder Gefängnissen, in Nachbarschaften oder im Internet.

Typisch sind Demütigungen, Verbreitung falscher Tatsachenbehauptungen, Zuweisung sinnloser Aufgaben, Gewaltandrohung, soziale Isolation oder eine fortgesetzte, unangemessene Kritik.

Faktoren, die Lernen beeinflussen

Kindliche Depression (-0,35)

Eigenes Smartphone (-0,32)

Schlafstörungen (-0,28)

Eigener Zugang zu soziale Medien (-0,14)

Durchschnitt aller bekannten Faktoren (+0,4)

Arbeitsgedächtnis (+0,65)

Selbstwirksamkeitserwartung (+0,77)

Selbsteinschätzung eigener Leistung (+1,22)

20 Bitten von Kindern an ihre getrennten Eltern

(www.karin-jaeckel.de/werhilft/waskinderwollen2.html)

3. ... Macht den anderen nicht schlecht vor mir. ...
4. Redet miteinander wie erwachsene Menschen... Und benutzt mich nicht als Boten.
6. Gebt mich nicht wie ein Paket vor der Haustür meines anderen Elternteils ab. ...
10. Streitet euch nicht vor mir. ...



Diese Auszüge gelten auch für Erziehungspartnerschaft Elternhaus <-> Schule.
Besonders, wenn das Kind "schwierig" ist. Ohne dies ist alles weitere umsonst.

Neue Autorität nach Haim Omer

7 Säulen:

1. Von Distanz zur Präsenz
2. Von Kontrolle zur Selbstkontrolle
3. Von Hierarchie zur Vernetzung
4. Von Eskalation zur Deeskalation
5. Von Dringlichkeit zur Beharrlichkeit
6. Von Abschottung zur Transparenz
- 7. Von Vergeltung zur Versöhnung**

Quellen: Internet, Bücher, Präsenzausbildung im Institut Pro Visio Reutlingen