

HERZENSBILDUNG

Vortrag von Monika Veit im Pfarrheim – Warum es so wichtig ist, Sozialkompetenz zu haben



Monika Veit kommt am 19. Juli ins Pfarrheim.

Herzensbildung – wie Eltern Kinder emotional stärken können“ lautet der Titel eines Vortrags, den Monika Veit aus Salzweg am

Mittwoch, 19. Juli, um 19.30 Uhr im Pfarrheim halten wird. Wir haben uns mit der Familien-Trainerin im Vorfeld unterhalten.

der Bedeutung, damit wir diese „IQ-Bildung“ auch sinnvoll im Leben nutzen können, dass wir frühzeitig „Herzensbildung“ bekommen. „EQ statt IQ“ heißt die neue griffige Erfolgsformel. Längst sind zum Beispiel den Firmen diese sogenannten Softfacts wichtig geworden, die sich auf der Gefühls- und Beziehungsebene abspielen und letztendlich über langfristigen Erfolg oder Misserfolg entscheiden.

Ein Mensch, der über einen hohen IQ verfügt, hat nicht automatisch das, was wir Persönlichkeit nennen. Natürlich kann das zusammenreffen. Aber es gibt eben auch Menschen, die nicht so einen hohen IQ, aber trotzdem eine Ausstrahlung haben, die beliebt sind, die in ihrem Umfeld etwas bewirken können, die aus einer Zurückhaltung heraus sehr präsent sind. Das ist mit Worten schwer zu beschreiben, aber wir spüren es, wenn jemand Persönlichkeit hat. Oft sind es die Menschen, die wir als Vorbild sehen.

Wie kann man Herzensbildung vermitteln?

Monika Veit: Ein Hirnforscher hat in einem Buch geschrieben: „Wir müssen dafür sorgen, dass Kinder sich wohlfühlen können.“ Dazu braucht es die drei Zs - Zeit, Zuneigung, Zärt-

lichkeit. Das ist schon einmal das Erste. Als zweite Grundlage gilt die bedingungslose Akzeptanz des Kindes, der Gedanke: „Es ist gut, dass es dich gibt, dass es gerade dich gibt.“ Wenn diese Basis nicht zu 100 Prozent gegeben ist (und es ist eben manchmal so, dass das Kind kein Wunschkind ist), dann können Eltern daran arbeiten. Man sollte immer aufpassen auf den Blick, den man auf sein Kind hat. Wenn es Ärger gibt in der Schule, wenn die Noten schlecht sind, wenn daheim nicht aufgeräumt wird, dann möchten wir das Kind anders haben und fangen an, an ihm herumzuschrauben. Wenn es in der Folge immer mehr Streit gibt, wenn das innere Ja zum Kind weggeht, wenn man mehr Stress als Liebe erlebt, dann scheitern auch alle Erziehungsmaßnahmen.

Die Eltern sollten wissen: Beziehung kommt vor Erziehung. Und da gibt's verschiedenes Handwerkszeug, um die Beziehungsgestaltung zu verbessern. Zum Beispiel beschreibendes Loben, aufmerksames Zuhören in Verbindung mit der Faustregel „ganz oder gar nicht“, mit „EmotionsCoaching“ Kinder durch kräftige Gefühle begleiten, ohne diese abzuwürgen. Wir Erwachsene sind da manchmal etwas unbeholfen, weil wir oft nicht wissen, wie wir

Was verstehen Sie unter dem Begriff Herzensbildung?

Monika Veit: In den letzten 20 bis 25 Jahre hat man mehr und mehr die Welt der Gefühle in den Blick genommen. Daniel Goleman schrieb den internationalen Bestseller „Emotionale Intelligenz“, in dem er spannende Forschungsperspektiven zu einem Thema, das uns alle angeht, zusammengetragen hat: die Vereinigung von Herz und Verstand. Wer Erfolg im Leben haben will, muss klug mit seinen Gefühlen umgehen können und das „Emotionale Alphabet“ beherrschen. Heute spricht man nicht mehr nur vom IQ, dem Intelligenzquotienten, sondern auch vom EQ, dem „Emotionalen Quotienten“.

Warum ist diese emotionale Intelligenz so wichtig?

Monika Veit: Es geht letztlich um Sozialkompetenz. Um diese zu erreichen, müssen Herz und Verstand in Einklang kommen. Unter dem Begriff Bildung versteht man häufig nur den Unterricht in der Schule, das Schreiben, Lesen, Rechnen usw. Dabei wäre es von entscheidender

mit starken Gefühlen von Kindern umgehen können.

Sie sind dreifache Mutter. Ist es Ihnen gelungen, ihren Kindern Herzensbildung zu vermitteln?

Monika Veit: Zunächst möchte ich betonen, dass man nie einen 100-prozentigen Anspruch an sich stellen sollte. Keiner ist ohne Fehler. Keine Mutter ist so gut, dass sie nur gut wäre fürs Kind, kein Vater ist so gut, dass er nur gut wäre fürs Kind. Ich denke, dass es meinem Mann und mir gut gelungen ist, unseren Kindern Herzensbildung zu vermitteln. Vor allem weil wir bereit waren, uns weiterzuentwickeln mit den Kindern, dazu zu lernen, nie in alten Mustern stehen zu bleiben und uns in schwierigen Phasen immer wieder neu einzulassen haben auf unsere Kinder. Man sollte nicht warten, bis das Kind nach einem Streit zu Krieche kriecht, sondern nach einer gewissen Zeit selbst das Gespräch suchen. Auch sollte man eigenes Fehlverhalten eingestehen. Man kann ja zum Beispiel sagen, dass man selber zu laut geworden ist, zu respektlos war. Man darf die Beziehungsgestaltung nie aufgeben – vor allem nicht, wenn's schwierig wird.