

Wie helfe ich meinem ängstlichen Kind? Tipps für besorgte Eltern!

Der Artikel behandelt, wie Eltern und Lehrer in Zeiten von Ängsten und Unsicherheiten, z.B. nach einem Attentat, Kinder unterstützen können. Experten empfehlen, kindgerechte Informationen bereitzustellen und aktiv auf Fragen einzugehen, um Sicherheit und Vertrauen zu fördern.

Zwattendorf, Österreich -

In einer Zeit, in der Ängste und Unsicherheiten bei Kindern zunehmend sichtbar werden, wird die Bedeutung der emotionalen Unterstützung durch Eltern und Pädagogen immer klarer. Laut den Experten von ORF Kärnten ist es entscheidend, dass Betroffene, insbesondere Kinder, die Möglichkeit haben, ihre Ängste offen zu besprechen. Psychologin Zwattendorfer rät dazu, die Themen zu thematisieren, um den Kindern Sicherheit zu geben und ihnen zu zeigen, dass ihre Sorgen ernst genommen werden. Vor allem sollten Erwachsene die Situation kindgerecht erklären, um das Gefühl von Angst und Unsicherheit zu lindern.

Eltern fragen sich oft: Ist die Angst meines Kindes normal? Wie kann ich ihm helfen? Starke Kids betont, dass Ängstlichkeit und Schüchternheit ganz natürliche Eigenschaften sind, die in den meisten Fällen kein Grund zur Besorgnis darstellen. In vielen Fällen sind sie angeboren und können durch Überfürsorglichkeit der Eltern verstärkt werden. Ein Verständnis für die Ängste des Kindes zu entwickeln, ist unerlässlich, um ihnen zu helfen, mutiger und selbstbewusster zu werden. Durch Geduld und

gezielte Unterstützung können Eltern ihrem Kind helfen, seine Ängste zu überwinden, wie auch das Starke Kids Konzept beschreibt.

Strategien zur Unterstützung

Um ängstlichen Kindern zu helfen, empfehlen die Experten von ORF und Starke Kids verschiedene Ansätze. Geschichten, die Mut machen, können das Unterbewusstsein des Kindes stärken. Zudem sollten Eltern darauf achten, ihre eigene Angst nicht auf ihre Kinder zu übertragen. Positive Formulierungen und das Setzen kleiner Ziele sind zentral, um das Selbstbewusstsein des Kindes schrittweise zu fördern. Auch die Möglichkeit, eigene Meinungen zu äußern und Entscheidungen zu treffen, unterstützt das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

Es ist wichtig, die Ängste des Kindes ernst zu nehmen, ohne sie zu bagatellisieren. Die offene Kommunikation über Ängste und Sorgen, gepaart mit aktiver Unterstützung und Verständnis, kann entscheidend dazu beitragen, dass Kinder ihre Ängste überwinden und gestärkt daraus hervorgehen. **ORF Kärnten** und **Starke Kids** bieten wertvolle Informationen, die Eltern und Erziehern helfen, ängstliche Kinder besser zu verstehen und zu unterstützen.

Details	
Ort	Zwattendorf, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• kaernten.orf.at• starkekids.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at