

	Seite
<i>Mechthild Ziegler:</i> Kommentar	2
<i>Martina Ziegler:</i> Editorial	3
<b>Thema: SICHER UND GEBORGEN AUFWACHSEN</b>	
<i>Claudia König, Martina Ziegler:</i> Sichere Kinder werden sichere Erwachsene – wie Gefühle, Erinnerungen und Erfahrungen prägen	4
Die beste Starthilfe ins Leben: Durch Bindung Sicherheit geben	5
Kindern Chancen geben – ungleiche Startbedingungen ausgleichen	11
Vererbte Narben – wie ein Trauma erlebt und vererbt werden kann	15
<b>Seite für junge Leute</b>	
Seminar: Fit für Arbeit – Entwicklung von Eigenverantwortung	18
<b>Bundesverband</b>	
Seminar: Fit für Arbeit – Entwicklung von Eigenverantwortung	21
Familienwochenende in Schramberg	26
<b>Bücher</b>	29
<b>Landesverbände</b>	
Jubiläumsfeier in Sachsen	30
<b>Impressum</b>	31

*Thema der  
LERNEN FÖRDERN-Ausgabe 4/2023:*

## **Rollenbilder und Vorbilder: Wie wollen wir leben?**

## *Liebe Leserinnen und Leser!*

Veränderungen und Umbrüche gehören wohl zum (menschlichen) Leben. Vieles können wir selbst beeinflussen, doch manches bricht einfach so über uns herein. Bestes Beispiel dafür: die Auswirkungen der Corona-Pandemie, durch die viele Selbstverständlichkeiten infrage gestellt wurden. Vor allem Kinder hatten und haben darunter zu leiden, aber auch viele Erwachsene litten und leiden, weil sie mit diesen Veränderungen, Einschränkungen und neuen Anforderungen nicht gut klarkamen. Warum verunsichern Veränderungen? Warum provozieren Einschränkungen? Warum reagieren wir oft verärgert, unsicher, aggressiv, wütend, traurig oder frustriert darauf?

Dahinter laufen in der Regel Mechanismen ab, denen wir uns gar nicht bewusst sind – nicht bewusst sein können: Erinnerungen und Erfahrungen, die sich tief in uns, in unserer Psyche und unserem Körper abgespeichert haben, weshalb wir emotional reagieren, wie unterschiedlich das sein kann, zeigen die einleitenden Beispiele ab S. 4

Die folgenden Ausführungen zur Bindungstheorie veranschaulichen, wie entscheidend Sicherheit in jeder Beziehung ist: Nur wenn es uns Erwachsenen gut geht, wenn wir uns sicher fühlen, können wir auch Kindern guttun und ihnen die Sicherheit geben, die sie dringend brauchen, ab S. 5

Dabei haben Eltern nicht alles in der Hand, denn für die Entwicklung eines Kindes spielen viele Faktoren eine Rolle und nicht alle Faktoren können wir beeinflussen oder verändern. Was uns aber helfen kann, ist, diese Faktoren zu kennen, mehr dazu ab S. 11. Am eindrücklichsten zeigen dies Ergebnisse zur Trauma-Forschung und zur transgenerationalen Weitergabe von Traumata, S. 15

Damit es Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen gut geht, müssen viele Bedingungen zusammenkommen. Wichtig ist für uns als soziale Wesen aber vor allem der Kontakt zu anderen und Austausch mit anderen: Beziehungen, die uns guttun und positive Erlebnisse, die uns zeigen: „Du bist gut so, wie du bist.“, „Wir schätzen dich so, wie du bist.“ Erfahrungen, die unsere Mitglieder auch bei Veranstaltungen von LERNEN FÖRDERN machen können, lesen Sie dazu unsere Berichte ab S. 18

Beim Seminar „Fit für Arbeit“ kamen Jugendliche, junge und ältere Erwachsene zusammen, um mehr darüber zu erfahren, wie sie Eigenverantwortung entwickeln können. Während die Jugendlichen und jungen Erwachsenen dabei ihre eigenen Fähigkeiten erproben und verbessern konnten, ab S. 18, erfuhren ihre Eltern und erwachsenen Begleiterinnen und Begleiter, wie sie dabei unterstützen können, ab S. 21

Bei unserem Familienwochenende in Schramberg standen natürlich auch Sport und Spaß auf dem Programm, im Vordergrund stand jedoch der gemeinsame Austausch, bei dem Eltern über ihre Erfahrungen und Erlebnisse berichten und von denen der anderen profitieren konnten, ab S. 26

Beachten Sie auch unsere Buchempfehlungen auf S. 29

Herzlichen Glückwunsch zu guter Letzt nach Leipzig, wo in diesem Jahr das 30-jährige Jubiläum gefeiert werden konnte,

bleiben Sie optimistisch!

Martina Ziegler