

Heute könnt ihr ein schönes Bild für  
den Winter basteln:

„Schneewolke basteln auf Papier“

**Material:**

Weißes Bastelpapier  
Blauer Fotokarton im DIN  
A 4  
Format  
Watte  
Schere  
Bastelkleber



**Bastelanleitung:**

Zeichnet eine Wolke  
auf weißes Bastel-  
papier.  
Dann schneidet die Wolke aus.

Formt aus Watte lauter  
einzelne Schneeflocken.  
Klebt nun die Wolke auf den blauen Hintergrund.  
Zuletzt noch die Watte-Schneeflocken verteilt auf  
das blaue Papier kleben.  
Schon ist eure Schneewolke fertig.

„Hingeschaut“  
Elternbrief 02/2021



Cartoon: Renate Alf [www.renatealf.de](http://www.renatealf.de)

Thema:  
„Auch das Aushalten von Unsicherheiten will gelernt  
sein“

## „Auch das Aushalten von Unsicherheiten will gelernt sein“

- o Momentan leben wir nun mal in unsicheren Zeiten und niemand kann z.B. verlässlich sagen, wann und wie eine Rückkehr zu mehr Normalität im Alltag aussehen wird. Nicht nur Kinder brauchen ein Gefühl von Sicherheit und Verlässlichkeit im Leben, sondern auch wir Erwachsene haben eine angeborene Abneigung gegen das Unbekannte und Unkontrollierbare, wie verschiedene Studien immer wieder belegen: So schätzen Menschen z.B. fälschlicherweise ihre Gewinnchancen beim Lotto höher ein, wenn sie die Zahlen selbst aussuchen anstatt welche zugewiesen zu bekommen – die Gewinnchancen sind jedoch jeweils gleich.
- o Auch bei Ihren Kindern können Sie solche Kontrollstrategien beobachten: Wenn Sie beim Vorlesen oder Erzählen einer bereits bekannten Geschichte sich nicht an den genauen Wortlaut halten, kann dies zu heftigen Protesten beim Kind führen. Dahinter steckt die Erwartung und Unsicherheit des Kindes, dass die Geschichte genauso wie immer ablaufen und ein gutes Ende nehmen wird. Sie unterliegen also der Annahme, durch Beeinflussung des Erzählstils des Erwachsenen den guten Ausgang der Geschichte sicherstellen zu können. Auch Erwachsene erschaffen sich noch sogenannte „Kontrollillusionen“, schätzen die Möglichkeit der eigenen Einflussnahme auf nicht berechenbare Situationen falsch ein (s.o.).
- o Aber warum ist es eigentlich so wichtig zu lernen, auch mal mit Unvorhersehbarkeiten leben zu können? Wenig oder völlig unkontrollierbare Situationen kontrollieren zu wollen zerstört jede Gelassenheit und würde auf Dauer zu Überforderung, Stress oder starken Hilflosigkeitsgefühlen sowie Enttäuschung und Ratlosigkeit führen, wenn es dann doch anders kommt als man gedacht hat.

- o Eine wichtige Fähigkeit zum Umgang mit Unwägbarkeiten im Leben stellt die sogenannte „Ambiguitätstoleranz“ dar (Fähigkeit, Widersprüchliches und Ungewisses auszuhalten). Besitzt man diese, neigt man weniger zum Schwarz-Weiß-Denken, kann Widersprüche aushalten, erwartet keine sofortigen Antworten auf unklare Fragen und bewertet unklare irritierende Informationen nicht automatisch als negativ.
- o Neben der Sicherheit, die Sie Ihren Kindern im Alltag vermitteln durch verlässliches Dasein, Einhaltung von Ritualen, Wertschätzung etc., können Sie auch ab und zu etwas tun, damit Ihre Kinder lernen, Unsicherheiten besser auszuhalten. Wenn wir bei dem Beispiel des Geschichtenerzählens bleiben: Warum nicht ab und zu mal eine spannende Änderung einbauen, natürlich unter Erhalt eines positiven Endes? Oder mal einen anderen Weg zum Kindergarten gehen und dabei z.B. Beobachtungen über die andere Umgebung machen? Oder die Sitzordnung am Tisch verändern? Ebenso wichtig ist es für Kinder zu erleben, dass Eltern auch nicht auf alles eine Antwort haben. So können Sie z.B. gemeinsam auf Antwortsuche mit Ihrem Kind gehen. Bei unbeantwortbaren Fragen ist es sinnvoll, ehrlich zu sagen, dass niemand das weiß und dass das auch okay ist. Wenn Sie als Eltern im Beisein des Kindes diskutieren und unterschiedliche Sichtweisen vertreten, wäre es wichtig für Ihr Kind zu erleben, dass Sie gegenseitig unterschiedliche Ansichten anerkennen und respektvoll damit umgehen können. Dies und viele weitere Gelegenheiten bietet der Alltag Ihnen, um ihren Kindern neben der nötigen Sicherheit auch eine Toleranz gegenüber unsicheren Situationen mitzugeben.

Sonja Höller

**Noch ein kleiner Hinweis:** Haben Sie schon einmal unseren Elternonlinekurs ausprobiert? Sie können ihn ganz bequem von zu Hause aus anonym und online durchführen! *Viel Spaß dabei!*

