

Von Ärgermäusen und Zauberjacken

Die NLP Schatzkiste für den Alltag mit Kindern. (Evelyne Maass et. al)



Katja Künzi, London

Ein Buch für alle, welche mit Kindern von 3 bis 13 Jahren zu tun haben. Seien es Eltern, Pädagogen oder auch Lehrer. Es ist eine wahre Schatzkiste und enthält unzählige Übungen, Spiele, Rituale, und Phantasiereisen. Sie sollen helfen die Kinder für das Leben zu stärken und den Eltern das Leben zu erleichtern.

Mir persönlich dient das Buch als Nachschlagewerk. Unsere Tochter ist mittlerweile vier Jahre alt und mehr und mehr Übungen kann ich mit ihr ausprobieren.

An diesem Buch gefallen mir eine Vielzahl von Punkten. Als erstes ist da die Sprache: Sie ist sehr gut verständlich, auch für NLP Laien. Fachbegriffe werden im Anhang erklärt was dem Verständnis zusätzlich hilft. Der Aufbau ist logisch und die Gestaltung übersichtlich gestaltet. Man findet sich in diesem Buch leicht zurecht, die geeignete Übung für das jeweilige Anliegen ist schnell gefunden.

Das Buch ist in folgende Kapitel gegliedert: Einleitung, Ziele, Ressourcen, Anker, Rituale, Lernen, Strategien, Blockaden und Ängste, Konflikte, Entspannung, Werte und Anhang.

Jedes der oben genannten Kapitel beginnt mit einer Einleitung, welche den Inhalt und die Thematik betrachtet. Danach folgen die praktische Übungen mit Hinweisen zu: Ziel der Übung, ab welchem Alter die Übung geeignet ist, wie lange sie dauert, wo sie stattfinden sollte, was für Materialien notwendig sind, wie auch die Anzahl und Art der Teilnehmer. Die Anleitungen der Übungen finde ich sehr verständlich und praxisgerecht beschrieben.

Gut gefallen mir auch die Übungsnamen, welche die Autoren gewählt haben: Zauberjacke, Wunschtreppe, Regenbogen sind einige Beispiele. Sie beflügeln das Vorstellungsvermögen und die Phantasie der Teilnehmer.

Zum Kapitel der Rituale habe ich den grössten persönlichen Bezug. Da wir vor kurzem umgezogen sind, ist mir bewusst geworden, dass Stabilität, Sicherheit und Geborgenheit Zuhause sehr gefragt sind. Da sind Rituale von grosser Bedeutung. Als Abendritual hatte ich schon seit langer Zeit unserer Tochter jeweils ein Büchlein vorgelesen. Eines Tages habe ich mir die Übung «Der Geschichtenerfinder» zu Herzen genommen und wie beschrieben eine passende Metaphern-Geschichte erzählt. Seitdem sind für unsere Tochter die Büchlein nur noch zweite Wahl und ich erfinde jeden Abend wieder eine neue Gute Nacht Geschichte. Gewisse Geschichten müssen jedoch auch über mehrere Tage gleich erzählt werden da unser Tochter diese liebt.

Weiteren persönlichen Bezug habe ich zum Kapitel der Blockaden und Ängste, wie auch zum Kapitel der Entspannung. Unsere Tochter durchlebt zur Zeit eine Phase starker Redeunflüssigkeit, welche ans Stottern grenzt. Nebst einer logopädischen Therapie bin ich auch sonst für alle unterstützenden Tools sehr dankbar. Unsere Tochter liebt es sich als Prinzessin oder Königin zu verkleiden und stolziert jeweils mit ihren Kostümen in der ganzen Wohnung umher. Ich ver-

suchte die Übung «Auf dem Laufsteg» mit ihr durchzuführen und konnte eine positive Wirkung wahrnehmen. Auch die Übung «Selbstentspannung» empfand ich als hilfreich. Natürlich ist es auch eine Freude zu sehen, dass die Übungen den Kindern Spass bereiten.

Von Ärgermäusen und Zauberjacken hilft mir im täglichen Umgang mit meiner Tochter. Ich finde immer wieder neue spannende Übungen welche uns helfen den Prozess des Aufwachsens und der Erziehung zu erleichtern. Ich werde es weiterhin gerne anwenden und es wird mich und unsere Tochter mit Sicherheit noch eine ganze Weile begleiten.

