WAT äntueren?

Wat ass Léift?

4-6 Joer

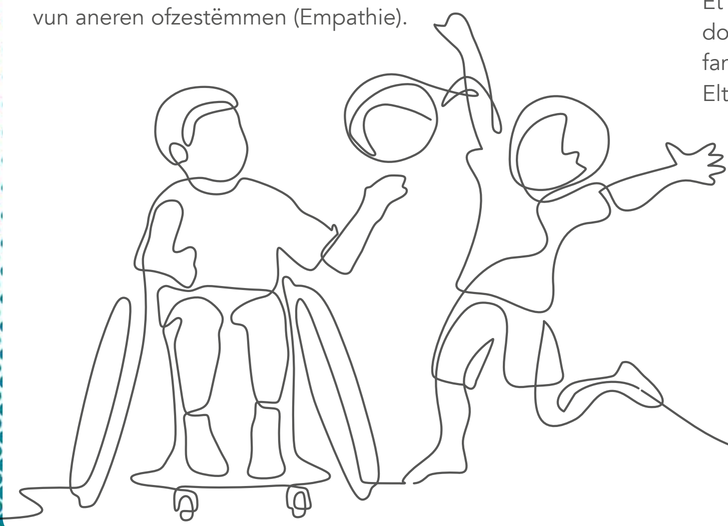
Ënnert dem Afloss vun den Emotiounen

Vläicht laacht Dir iwwer dës Fro, déi Iech méiglecherweis einfach an naiv erschéngt, oder beäntwert se op eng negativ Manéier: „Léift ass egal wat" oder „Dat gëtt et net". Natierlech ginn et vill méiglech Äntwerten op dës grouss Fro, awer dat Wichtegst ass, dass ee seet, wat ee fillt, a gläichzäiteg opmierksam bleift, well hannert dëser Fro stécht munchmol eng aner: „Bass du frou mat mir?" oder „Kann ee frou mat mir sinn?"

Als Eltere musst Dir Iech keng Suerge maachen: D'Fro „Wat ass Léift?" ass net onbedéngt sexuell gemengt. Dës Fro bezitt sech genee esou vill op Gefiller wéi op Bezéiungen. Et geet ëm Gefiller an Emotiounen – dat, wat een empfënnt. Gefiller, déi, wa se agesat ginn, dem Mënsch erlaben, sech selwer an anerer z'entdecken.

„Theoretesch" Repèren

Dës Fro ka schonn an engem ganz fréien Alter gestallt ginn. Mat 4 bis 6 Joer frënne Kanner sech mat anere Persounen un (munchmol hunn d'Kolleegen dat selwecht Geschlecht, munchmol en anert) a verbanne Frëndschaft a Gefiller oft mat „verléift sinn". Zum Beispill soe si, dass si an hir Mamm/hire Papp, hire Schoulmeeschter, hir Joffer, hir Kanéngchen etc. verléift sinn – ouni iergendeng sexuell Konnotatioun. Et ass einfach hir Aart, d'Gefill vun „ee gär hunn" auszedrécken. An dësem Alter léiere Kanner, hir eegen Emotiounen op déi vun aneren ofzestëmmen (Empathie).



HIWÄIS:

- **Wat ass e Gefill?** Et ass eng (laang) Reaktioun, déi ech fir mech selwer oder aner Mënschen empfannen.
- **Wat ass eng Emotioun?** Eng Emotioun ass eng staark Reaktioun (maximal 3 bis 4 Minutten) op eppes, wat vu bausse kënnt. Emotiounen erméiglechen et dem Kierper, entspriechend ze reagéieren.
- **Wat ass Léift?** Fir Léift gëtt et keng universell Definitioun. Et kann en intensiivt an agreabelt Gefill sinn, dat d'Leit dozou bréngt, sech méi no ze kommen an zesummenzefannen. Et gi verschidden Zorte vu Léift (d'Léift vun den Elteren, vun de Kanner, Leidenschaft ...).

Dat éischt Gefill vu Léift empfënnt een am Allgemenge mat ca. 7 bis 9 Joer.

De beschte Frënd/Frëndin trëtt oft mat 8 bis 9 Joer an d'Liewe vum Kand.

D'Meenung vun den Experten/Expertinnen

Et ass wichteg ze verstoen, dass sech Kanner op Basis vun deem entwéckelen, wat si vun hiren Eltere kréien, inklusiv d'Aart a Weis, wéi si hir Emotiounen ausdrécken a mat hinnen ëmginn.

Wann et ëm sexuell an emotional Educatioun geet, tendéiere mir dozou, eng vun de wichtegste Komponenten ze vergiessen: Affektivitéit.

Affektivitéit ëmfaasst all d'Gefiller an Emotioune vun enger Persoun. Als Elteren ass et wichteg, de Kanner bäizebréngen:

- hir Reaktiounen opgrond vun deem, wat se fillen, ze kontrolléieren
- d'Emotioune vun anere Leit z'erkennen
- mat hiren Emotiounen a Gefiller via-à-vis vun aneren ëmzegoen (mat hinnen iwwer Frëndschaft, Léift etc. ze schwätzen) a si positiv auszedrécken.

Heifir musse mir an der Lag sinn, eis Affektivitéit fir si auszedrécken, och ouni Wierder, andeems mir si an den Aarm huelen, si drécken ...

Wann et fir Iech wichteg ass, mat Äre Kanner iwwer Léift a Sexualitéit ze schwätzen, a wann Dir Iech dobäi wuel fillt, da sollt Dir mat dësen Themen net waarden, bis si am Teenageralter sinn. Andeems Dir weist, dass Dir an der Lag sidd, Äntwerten op Froen zu dësem Thema ze ginn, drot Dir dozou bäi, den Dialog bei dëse Froe wärend hirer ganzer Entwécklung a bis an de Jugendalter z'erliichteren.

Tipps a méiglech Reaktiounen

- **Denkt drun, d'allgemeng Fiche Nr. 2 ze liesen.**
- Huelt Iech Zäit a lauschtert Ärem Kand wierklech no. Him ze soen „Ech lauschteren dir no“, ass eng gutt Méiglechkeet, fir e Gespréich unzefänken.
- Äntwert vläicht net direkt. Huelt Iech Zäit:
  - fir anzeschätzen, wat et weess oder denkt,
  - fir erauszefannen, wat et wëll gewuer ginn.
- Hutt keng Angscht, réischt zu engem méi spéiden Zäitpunkt eng Äntwert ze ginn, wann Dir Zäit braucht: „Ech wäert mech informéieren an dir dann eng Äntwert ginn.“
- Äntwert op all d'Froen, mä probéiert net, alles soen ze wëllen. Dir musst net direkt an den Detail goen – eent nom aneren.
- Eng einfach Äntwert geet dem Kand oft schonns duer: „Du hues vläicht Loscht, si oft oder all Dag ze gesinn an ëmmer mat hir ze spillen. Et kann een dës Persoun drécken oder hir e Kuss ginn, wa si domat averstanen ass.“
- Schonn engem Kand kann een an enger verständlecher Sprooch erklären, wat Awëllegung heescht, a mat guddem Beispill virgoen, z. B. d'Kand net zwéngen, seng Tatta oder eng aner Persoun ze kussen, wann hatt dat net wëll (cf. Fiche iwwer d'Thema Awëllegung).
- **Denkt drun, Emotiounen z'identifizéieren a se ze benennen. Frot et, wéi et sech fillt.** Zum Beispill kënnt Dir e Buch huelen an einfach iwwer d'Geschicht schwätzen: „Huet d'Geschicht dir gefall? Firwat? Wat hues du gefillt?“
- Sot him, dass Dir frou mat him sidd: „Ech si frou mat dir.“

Hëllefsmëttelen

Emotiounen:

- Content, fâché !
- Les petites (et les grandes) émotions de la vie
- Les émotions (mes p'tites questions)
- Ich und meine Gefühle
- Ein Dino zeigt Gefühle
- A mengem klengen Häerz
- Mein erstes Aufklärungsbuch, Loewe Verlag
- Ich bin ganz schön wütend!
- Lilly/Luis (Anrich Verlag)
- Les cahiers Filliozat: mes émotions
- La couleur des émotions
- **Kaartespill**: Le langage des émotions
- **De Film** Vice Versa / Inside out / Alles steht Kopf

Léift:

- C'est quoi l'amour?
- Roméo et Juliette – Shakespeare pour les petits
- Les Monsieur Madame Je t'aime
- Timalin
- Das Farbenmonster
- Kindergarten
- All You Need Is Love.
- Le Loup qui cherchait une amoureuse
- Robot in Love.
- Lapin Bisou

Eng Bibliothéik mat Material, en nëtzleche Lexikon, eng Bibliographie, wichteg Adressen etc. Dir fannt all eis Hëllefsmëttelen an den „Annexe“-Fichen op dem Site **www.watantweren.lu**

planning familial