



Selbstbewusstsein

Mut und Selbstvertrauen sind wichtig, damit Kinder ein glückliches Leben führen können.

Liebe Eltern,

wussten Sie eigentlich, dass Ihr Kind beim Treten, Schlagen und Auspowern noch viel mehr lernt, als es auf den ersten Blick scheint – und das fürs Leben? Kampfkunstunterricht stärkt nicht nur Muskeln und Knochen. Kampfkunst-Kids haben zudem ein stärkeres Selbstbewusstsein! Wer seine Kräfte einzuschätzen weiß und seine Grenzen kennt, kann mutig und selbstbewusst auf andere zugehen. Kampfkunstunterricht ist lebensnotwendig für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes!

Durch Erfolge in der Kampfkunstwelt erlangt Ihr Kind ein starkes Selbstbewusstsein – auch in der Alltagswelt

Im Unterricht helfen wir Ihrem Kind, seine körperlichen Kräfte richtig einzuschätzen. Immer mal wieder wird es sich in fairen Wettkämpfen mit anderen Kindern messen. Wenn es gewinnt, ist das ein Kick fürs Selbstbewusstsein. Und wenn es manchmal verliert, kann ihm unsere und Ihre Ermutigung helfen, es noch einmal zu versuchen, weil auch das Verlieren gelernt sein will!

Speziell in unseren Team- und Partnerdrills lernen Kinder fürs Leben. Damit aus einer Übung das Meiste herausgeholt werden kann, sind Regeln notwendig. Fairness steht hoch im Kurs. Sie müssen zum Beispiel warten, bis sie an der Reihe sind und Bewegungen aufeinander abstimmen, damit ein gutes Team entsteht. Sie lernen, gemeinschaftlich für etwas verantwortlich zu sein, und verbessern ihre Kooperationsbereitschaft. Das Durchhaltevermögen wird ebenfalls gestärkt. Doch auch die pure Bewegung nützt Ihrem Kind: So lernt es beispielsweise durchs Kämpfen, seine Aggressionen abzubauen, es wird mutiger und traut sich mehr zu.

Wenn Ihr Kind regelmäßig zum Kampfkunstunterricht geht, kann es davon nur profitieren. Es wird motorisch geschickter und verbessert sich zusehends. Dieser Erfolg stärkt das Selbstbewusstsein, schließlich hat Ihr Kind ihn sich selbst erarbeitet. Und wenn es bei Wettkämpfen, Gürtelprüfungen oder Vorführungen zeigen kann, was es schon alles kann, ist das noch mal eine besondere Motivation.

Buchtipp

„Widerstandsfähig und selbstbewusst: Kinder stark machen fürs Leben“

Katharina Zimmer, dtv, 8,50 Euro (Oktober 2005)

Wie Eltern ihre Kinder zu starken Individuen erziehen können, die Herausforderungen annehmen und trotz Schwierigkeiten selbstbewusst durchs Leben gehen, zeigt die Autorin anhand entwicklungspsychologischer Erkenntnisse.

Diesen Monat befassen wir uns mit:

Woche eins:

Alle Hindernisse und Schwierigkeiten sind Stufen, auf denen wir in die Höhe steigen

— Friedrich Nietzsche

Woche zwei:

Wer sich nicht entscheiden kann, muss die Folgen der Entscheidungen hinnehmen, die andere für ihn treffen.

— Unbekannt

Woche drei:

Im Hafen ist ein Schiff sicher, aber dafür ist es nicht gebaut.

— Seneca

Woche vier:

Niemand weiß, was er kann, wenn er es nicht versucht.

— Publilius Syrus