

Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin Nicki Tuschl

# Kinder stark machen: „Alles fängt zu Hause an“

Von EVA HAUNHORST

Oelde (gl). Als „leidenschaftliche Kinderstärkerin“ bezeichnet sich die Oelderin Nicki Tuschl, die sich 2020 als Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin selbstständig gemacht hat. „Die Glocke“ hat mit ihr unter anderem darüber gesprochen, was Kinder in Corona-Zeiten, aber auch grundsätzlich belastet und wie Eltern sie darin unterstützen können, eine starke Persönlichkeit zu werden.

„Die Glocke“: Wie kam es dazu, dass Sie Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin geworden sind?

Tuschl: Meine ältere Tochter war als kleines Kind sehr schüchtern, konnte sich schlecht von mir trennen. Ich bin ein lösungsorientierter Mensch und habe mich gefragt: Wie kann ich mein Kind stärken? Ich habe Bücher gelesen und Vorträge besucht und habe dabei meinen späteren Ausbilder Daniel Duddek kennengelernt, der mit der Familienbildungsstätte kooperiert.

„Die Glocke“: Was sollte man mitbringen, um in diesem Berufsfeld erfolgreich zu sein?

Tuschl: Man sollte ein Gespür für die Bedürfnisse der Kinder haben und den absoluten Wunsch und Willen, die Kinder zu stärken, indem man ihnen zeigt und

ihnen das Vertrauen schenkt, dass alles bereits in ihnen steckt. Jedes Kind kann alles schaffen.

„Die Glocke“: Inwiefern stehen wir Erwachsenen dem manchmal im Wege?

Tuschl: Jedes Kind hat wunderbare Eigenschaften und Stärken, aber leider wird spätestens im Kindergarten verglichen und bewertet. Wir Eltern reden mit zunehmendem Alter der Kinder eher über das, was nicht gut läuft, über Schwächen. Vorher, nachdem die Kinder geboren sind, freuen wir uns über alles, was sie schon gelernt haben. Später aber nehmen wir das umso selbstverständlicher hin und richten den Blick eher auf die Defizite.

„Die Glocke“: Inwiefern ist der Kontakt mit Eltern ein wichtiger Teil Ihrer Arbeit?

Tuschl: Die Arbeit mit Eltern ist besonders wichtig. Oft ist ihnen nicht bewusst, welchen großen Einfluss sie auf ihre Kinder haben und nehmen können. Alles fängt zu Hause an. Wenn da der sichere Hafen ist und Eltern Kinder und Jugendliche bedürfnisorientiert begleiten, kann man alle Herausforderungen meistern. Damit alle Bezugspersonen die gleiche Sprache sprechen, schule ich Pädagogen zum Thema „Einheitlicher Umgang mit Konfliktsituationen“.



Unter dem Motto „Selbstbewusst und Stark“ bietet die Oelderin Nicki Tuschl beispielsweise in Kindergärten und Grundschulen Trainings an, hier ein Foto aus dem St.-Hedwig-Kindergarten.

## Zur Person

Die Oelderin Nicki Tuschl (44) ist gelernte Ergotherapeutin und hat nach eigenen Angaben Fort- und Weiterbildungen im Bereich Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung gemacht. Zudem hat sie sich als Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin für Kinder und Jugendliche sowie als Kinder- und Jugendcoach ausbilden lassen und sich im vergangenen Jahr in diesem Bereich selbstständig gemacht. In Kürze beendet Tuschl zudem ihre Ausbildung als Persönlichkeitstrainerin für Jugendliche.



Unter dem Motto „Selbstbewusst und Stark“ bietet Tuschl beispielsweise Trainings in Kindergärten und Grundschulen, selbst organisierte Kurse für Kleingruppen oder für Eltern und Kinder sowie Einzel-Coachings und Vorträge für Eltern und Pädagogen an, beispielsweise auch zu Cybermobbing (Mobbing im Internet).

# Meinung anderer über sich nicht wichtiger nehmen als die eigene

„Die Glocke“: Können Sie ein Beispiel für verschiedene Herangehensweisen von Eltern, Pädagogen und Ihnen als Trainerin nennen?

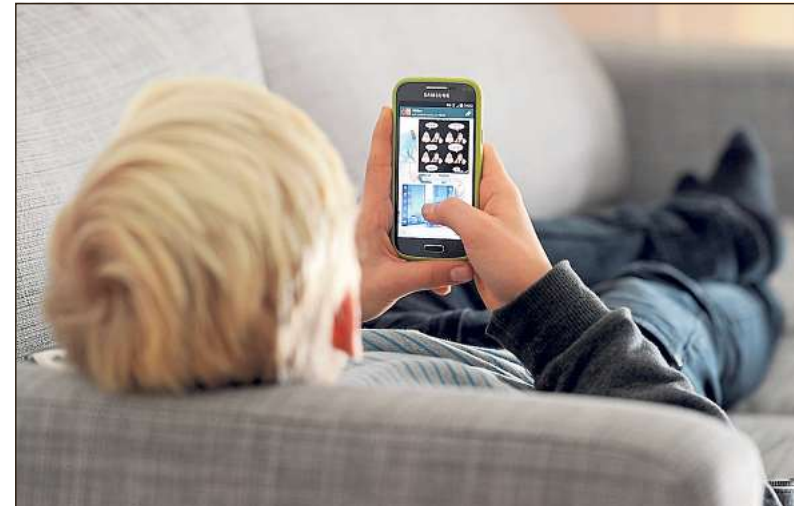
Tuschl: Allein schon bei der Frage, wie sie mit Beleidigungen umgehen sollten, bekommen Kinder unterschiedliche Ratschläge. Eltern sagen meistens: „Lass dir das nicht gefallen, du musst dich wehren.“ Erzieher oder Lehrer raten: „Komm, wir klären das. Oder klärt das untereinander.“ Und ich rate: „Schenk denjenigen keine Aufmerksamkeit und geh weg – zu Freunden, die dir gut tun.“

„Die Glocke“: Muss man aber Konflikte nicht auch austragen?

Tuschl: Das heißt nicht, dass man allen Konflikten aus dem Weg gehen soll, auf keinen Fall. Aber wenn ich die Meinung anderer über mich wichtiger nehme als meine eigene Meinung über mich, dann lasse ich mich schnell verunsichern. Wenn ich mich bei Beleidigungen wehre, dann ist das oft der Beginn von größeren Streitigkeiten und Konflikten. Was will der andere? Er will Aufmerksamkeit und Beachtung. Wenn er die Aufmerksamkeit von mir bekommt, wird er vermutlich weitermachen.

„Die Glocke“: Schüchterne Kinder, die selbstbewusst und stark werden – das klingt gut. Wie kann das gelingen?

Tuschl: Gelingen kann es, wenn man die Voraussetzungen dafür schafft: den sicheren Hafen zu Hause, das heißt: bedingungslose Liebe und das Vertrauen in die Fähigkeiten der Kinder. Wir Eltern und Pädagogen können dazu beitragen, dass jedes Kind den eigenen Wert erkennt und dadurch über sich hinauswächst. Grenzen gibt es nur, wenn wir nicht daran glauben, dass jedes Kind die Stärke in sich hat und sich nur noch nicht traut, sie zu zeigen.



Mobbing sei heutzutage durch die digitalen Sozialen Medien 24 Stunden an sieben Tagen in der Woche möglich, betont Nicki Tuschl. Daher sei es wichtig, dass auch Kindergärten und Schulen bei aufkommenden Problemen frühzeitig eingreifen. Symbolfoto: Tobias Hase/dpa

# Viele Kuscheleinheiten, Freude und Leichtigkeit

„Die Glocke“: Nimmt Mobbing heute eher zu oder eher ab?

Tuschl: Mobbing nimmt zu. Konflikte, das Ärgern anderer gab es immer. Das gehört zur Persönlichkeitsentwicklung. Das Problem heute ist aber, dass Mobben nicht mehr nach der Schule aufhört, sondern durch die Sozialen Medien 24 Stunden an sieben Tagen in der Woche weitergeht und im Schutz der Anonymität oder räumlichen Distanz eine heftige Brisanz annimmt. Deshalb ist es sehr wichtig, dass Kindergärten

und Schulen Handlungsbedarf erkennen und präventiv arbeiten sowie bei aufkommenden Problemen frühzeitig eingreifen.

„Die Glocke“: Was sind die größten Probleme von Kindern, mit denen Sie zu tun haben?

Tuschl: Das sind zum einen Themen, die es immer gab: Beleidigungen, das Wegnehmen von Gegenständen, Ausgrenzung und Provokationen. Zum anderen aber auch die Sozialen Medien. Zudem ist der Druck, der auf Kindern lastet, heute sehr viel

größer als früher. Das soziale Gefüge hat sich in den vergangenen 20 Jahren enorm verändert. Oft arbeiten beide Elternteile, der schulische Ganztag ist hinzugekommen, ebenso die veränderte Mediennutzung.

„Die Glocke“: Wie sollten Eltern darauf reagieren?

Tuschl: Sie sollten das Augenmerk darauf lenken, dass sie in der Zeit, die bleibt, echtes Interesse an ihren Kindern zeigen. Sie sollten sie fragen, wie es ihnen geht, welche Wünsche und Be-

dürfnisse sie haben. Kinder dürfen jedes Gefühl haben, sie dürfen wütend, neidisch oder traurig sein. Das müssen Eltern aushalten und ihnen Strategien aufzeigen, wie sie damit umgehen können. Klar sein muss aber auch: Nicht jedes Verhalten ist erlaubt.

„Die Glocke“: Was brauchen Kinder nach dem Corona-Jahr 2020 nun besonders?

Tuschl: Wir können wohl noch nicht abschätzen, was dieses Jahr alles bewirkt hat. Generell ist es wichtig, den Blick mit den Kin-

dern auf das Positive zu richten. Das ist schwer, wenn man selbst stark betroffen ist, aber ich denke, dass es eine wichtige Fähigkeit ist, die jeder erlernen kann und die uns bei weiteren Herausforderungen schützt. Konkret bedeutet das zum Beispiel: zu Hause kreativ werden, den Sport ins Haus holen oder gemeinsam draußen Zeit verbringen. Kinder brauchen viele Kuscheleinheiten und möglichst viel Freude und Leichtigkeit – als Gegenspieler von Sorgen und Unsicherheit.

Kardiologe Dr. Diethold Schneider hat Praxis verkauft



Zum 1. Januar hat Dr. Diethold Schneider, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, seine Praxis in Oelde an die JO MED MVZ GmbH verkauft.

# „Für meine Patienten ändert sich nichts“

Von JANA HÖVELMANN

Oelde (gl). Dr. Diethold Schneider, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, hat seine Praxis an der Bahnhofstraße 10 in Oelde zum 1. Januar an die JO MED MVZ GmbH verkauft – eine hundertprozentige Tochter der Stiftung des Josepchs-Hospitals in Warendorf, der aktuell fünf Praxen angehören. Für seine Patienten ändere sich nichts, verspricht der 61-Jährige.

Schneider persönlich ist ab sofort als Leitender Arzt in der von ihm im Jahr 1998 gegründeten Praxis angestellt. „Einen medizinischen Vorgesetzten habe ich nicht“, sagt er. Wohl aber gebe es mit dem MVZ abgestimmte wirt-

schaftliche Rahmenbedingungen. Er verzichte auf einen Teil seines bisherigen Einkommens. „Aber das mache ich gern.“ Denn dafür trage er künftig weniger Verantwortung – zum Beispiel hinsichtlich Personalfragen und der Anschaffung teurer Geräte.

Am Herzen liege der Stiftung insbesondere die Verzahnung von ambulanter und stationärer Behandlung – ein Aspekt, der für den Oelder Kardiologen nicht neu ist. „Ich blicke auf eine lange, intensive fachliche Kooperation mit dem Josepchs-Hospital zurück“, sagt er. Die Patientenzufriedenheit sei hoch, die Fachkräfte vor Ort seien schnell erreichbar. Dennoch betont er: „Vertraglich gebunden bin ich an das Kranken-

haus nicht.“ Patienten, die eine Behandlung in einer anderen kardiologischen Klinik bevorzugten, könnten diese ebenso erhalten.

Die Entscheidung für den Verkauf sei wohlüberlegt gefallen, betont der Mediziner, der während seiner Zeit als Assistenzarzt von 1988 bis 1990 im Warendorfer Krankenhaus tätig war. Ein Jahr hätten die Verhandlungen in Anspruch genommen. „Ich wollte meine Füher nach einem Nachfolger rechtzeitig ausstrecken, bevor ich in den Ruhestand gehe“, sagt er. Ziel sei, bis zu seinem 67. Lebensjahr zu arbeiten. „Am liebsten so, wie ich es in den vergangenen Jahren auch getan habe. Und das ist auf diesem Weg möglich.“ Auch seine Mitarbeite-

rinnen – vier Medizinische Fachangestellte und eine Schreibkraft – seien übernommen worden. Nicht zuletzt ergäben sich für sie durch den Verkauf verbesserte Fortbildungsmöglichkeiten. „Und sollte ich einmal länger krankheitsbedingt ausfallen, ist eine Facharztvertretung durch Oberärzte aus Warendorf und damit die Aufrechterhaltung des Betriebs möglich.“

Perspektivisch könne die Praxis sukzessive von einem Nachfolger, zum Beispiel aus dem Josepchs-Hospital, übernommen werden, sagt Schneider. Zeit zur Einarbeitung bleibe genügend. Fest steht: „Der Erhalt des Oelder Standorts ist auf Dauer vertraglich garantiert“, betont er.

Covid-19

## Zwei weitere Todesfälle

Oelde (gl). Zwei weitere Todesfälle in Zusammenhang mit Covid-19 hat das Gesundheitsamt des Kreises Warendorf gestern für Oelde gemeldet. Ein 90-jähriger Mann und eine 87-jährige Frau aus Oelde sind verstorben. Damit stieg die Zahl der Todesfälle in Zusammenhang mit Covid-19 in Oelde offiziell auf 19.

Darüber hinaus registrierte das Gesundheitsamt sechs Neuinfizierte und drei Gesundheitsmeldungen. Die Zahl der aktiven Fälle erhöhte sich von 59 auf 60. Der Sieben-Tage-Inzidenz-Wert für die Stadt Oelde lag gestern bei 102,6, der für den Kreis Warendorf bei 169,9.

Umstellung

## Abfälle lose in die Gelbe Tonne werfen

Oelde (gl). Die Umstellung von gelben Säcken auf gelbe Tonnen für Wertstoffabfälle ist nach Angaben der Stadt Oelde angelaufen. Bis Freitag dieser Woche werden wie gehabt die gelben Säcke eingesammelt, allerdings schon nach dem neuen Kalender mit den veränderten Abholtagen für die Bezirke 6 und 9. Ab Dienstag, 12. Januar, wird das Unternehmen Pre Zero gelbe Tonnen an die Haushalte in allen Ortsteilen verteilen. Das wird etwa zwei Wochen dauern.

Bis zum Eintreffen der Tonnen können die Haushalte ihre Wertstoffe weiterhin in gelben Säcken sammeln und zur nächsten Abfuhr Anfang Februar neben die gelbe Tonne legen. Dann werden zum letzten Mal gelbe Säcke abgeholt.

Die Verpackungsabfälle sollen laut Stadt lose in die Tonne gepackt werden, nicht in einer Tüte oder einem alten gelben Sack. Bei der Abfuhr Anfang Februar sollen die gelben Säcke neben der Tonne stehen und nicht in die Tonne gestopft werden. Im Haus kann der Verpackungsmüll weiter über eine Tüte gesammelt werden. Der Inhalt sollte aber in die gelbe Tonne ausgeschüttet werden, um die Verwertung der Wertstoffe zu erleichtern.

St. Vitus Lette

## Kinder in Uganda werden unterstützt

Lette (gl). Am kommenden Samstag, 9. Januar, werden in Lette ab 9 Uhr die ausgedienten Weihnachtsbäume eingesammelt. Mit dem Erlös wird dieses Jahr ein Projekt der Sternsingeraktion, ein Zentrum für Straßenkinder in Uganda, unterstützt. Um eine kontaktlose Spende zu ermöglichen, wird den Haushalten ein Infoblatt mit Hinweisen auf eine Spendeninternetseite der Aktion eingeworfen.



### Ihr Draht zu uns

**Lokalredaktion**  
Ruggestraße 27/29 · 59302 Oelde  
E-Mail .....oe@die-glocke.de  
Telefon ..... (0 25 22) 73 - 340  
Telefax ..... - 329  
Roland Hahn (Leitung) ..... - 321  
Eva Haunhorst  
(Stv. Leitung) ..... - 322  
Jana Hövelmann ..... - 324  
Till Junker ..... - 326  
Conny Kingma  
Stefanie Helmers  
Karoline Springer

**Kreis Warendorf**  
Maria Kessing (Leitung) ...  
..... (0 25 81) 93 10 - 41

**Lokalsport**  
E-Mail .....sport@die-glocke.de  
Henning Hoheisel ..... - 122  
Telefax ..... - 166

**Servicecenter**  
Aboservice  
Telefon ..... (0 25 22) 73 - 220  
Anzeigenannahme  
Telefon ..... (0 25 22) 73 - 300  
Telefax ..... (0 25 22) 73 - 221  
E-Mail  
servicecenter@die-glocke.de  
Öffnungszeiten  
Mo.-Do. 7 bis 17.30 Uhr  
Fr. 7 bis 16.30 Uhr  
Sa. 7 bis 12 Uhr

**Internet**  
www.die-glocke.de