

## Hochsensibilität - Wehleidigkeit und Trost

Die Angst vieler Eltern, dass ihre Kinder auf Grund von zu viel Trost wehleidig werden könnten, ist unbegründet. Das ist ganz eindeutig nicht möglich! Wehleidigkeit wird im Gegenteil gerade bei jenen Kindern vermehrt beobachtet, die von Erwachsenen begleitet werden, welche emotional nicht oder zu wenig auf ihr Kind eingehen können. Die Gründe dafür sind vielfältig. Zum Beispiel durch Zeitdruck, emotionale Belastungen oder zu wenig eigene Trosterfahrungen in der Kindheit. Trösten fällt auch dann schwer, wenn Erwachsene den Schmerz und die Gefühle der ihnen anvertrauten Kindern als ihre eigenen erleben und gleich „Lösungen“ anbieten möchten. Diese schnellen Lösungen sind meist kopfgesteuert, aber die Gefühle der Kinder sind ein Körpererleben.

*„Trost bedeutet für Kinder, in schwierigen Situationen Zuversicht und Ermutigung zu erfahren.“*

Leider werden sensible oder hochsensible Kinder oft als wehleidig bezeichnet, aber wir tun diesen Kindern und Eltern unrecht. Manche Kinder empfinden körperlichen oder emotionalen Schmerz stärker als andere. Sie brauchen angemessen Trost und Verständnis und gerade keine Bewertungen. Vielleicht ist nach dem Laufradsturz die Verletzung am Knie gar nicht so schlimm, aber das Kind weint und schreit trotzdem. Vielleicht ist dann der emotionale Schmerz, der nicht sichtbar ist, so gravierend. Kinder brauchen immer Trost, werden unsere Kinder wehleidig, sollten Erwachsene noch einmal prüfen, ob sie das Kind beim Trösten bisher geschwächt oder gestärkt haben. Auch Wehleidigkeit ist eine Botschaft an die Eltern und Erwachsenenwelt und es gilt diese zu verstehen.

Passende Veröffentlichungen:

**Trosttankstelle** als Ideengeber fürs Trösten und begleiten von Kindern – enthalten in der **Broschüre „Die Kraft des Tröstens“** für 10€  
Oder alles über die Bindungsstärkung von Kindern: **Schulungsbox Bonding – Bindung – Bildung** für 65€ [mit dem Code-Wort „Trost“ für 50€]