

## NEIN SAGEN AUS LIEBE

Nein sagen bedeutet Verantwortung übernehmen, Verantwortung für sich selbst und für die anderen. Jeder von uns hat die Aufgabe, oft ist es eine große Herausforderung, Sorge zu tragen für seine Bedürfnisse, seine Talente, seine Begabungen. „Ja sagen“ zu sich selbst erfordert oft auch ein „Nein“ gegenüber anderen. Das „schlechte Gewissen“, der Wunsch „beliebt zu sein“, „ja geliebt zu werden“, „alles richtig machen zu wollen“ macht es oft so schwer, die persönlichen Grenzen zu erkennen und auch zu ziehen.

„Nein sagen aus Liebe, aus Liebe zu sich selbst und zu den anderen“ bezeichnete Frau Hauck, Familientherapeutin, Mediatorin und Mutter von 5 Kindern als ein entscheidendes vorbeugendes Verhalten, um sich vor einem „Burn-out“ zu schützen. „Klare Eltern – starke Kinder – Nein sagen aus Liebe war das Thema eines Vortragsabend mit Frau Hauck am 2. Oktober im Pfarrsaal. Kinder brauchen klare Antworten. Aus falscher Sorge um die gute Beziehung, reden wir Eltern zu viel, erklären wir zu viel, lassen wir zu viel zu, und erwarten von den Kindern, dass sie selbst die Entscheidung für etwas treffen, uns diese abnehmen.

Entscheidend ist, dass wir Eltern authentisch sind, deutliche, klare und gleichbleibende Standpunkte vertreten und diese sagen und das immer wieder. „Nein“ zu einem bestimmten Thema und das immer wieder kann Ärger,

Wut, „Beleidigtsein“ seitens der Kinder zur Folge haben, was wir Eltern gelassen aushalten sollten. In einem Frustzustand können Kinder nicht lieben.

Von großer Bedeutung ist eine wertschätzende, klare



Der Vortrag von Josefa Hauck wurde von vielen interessiert verfolgt

Sprache. Kinder wollen wertvoll sein, angenommen sein mit ihren Interessen, eine kindliche Sprache ist nicht notwendig. Wir sollen unsere Kinder würdig behandeln, wenn wir „Nein“ oder „Ich will das nicht“ sagen. Ein falsches Verhalten soll nicht eine Strafe, sondern die Frage nach Wiedergutmachung zur Folge haben, denn in dieser Formulierung fällt der Verletzungspunkt weg. „Was brauchst du, um es wieder gutzumachen?“

Die Kindheit prägt den Menschen und wir Eltern

lassen vieles aus unserem Kindsein bewusst und oft auch unbewusst in unser Familienleben einfließen. Die Beschäftigung mit unserer eigenen Kindheit lässt uns die eigenen Verhaltensmuster besser verstehen. So manches kann dann langsam losgelassen

zu, dass einige Fragen auch beantwortet werden konnten, vieles zum Nachdenken angeregt hat und manches einfach nur den Mut zur Umsetzung im Alltag braucht.

Frau Josefa Hauck arbeitet als Familienberaterin,

werden, und das für uns Gute, unsere eigenen Bedürfnisse und Werthaltungen können noch stärker unseren Kindern gegenüber ausgesprochen werden. Ein „Ja“ zu mir selbst, braucht oft auch ein „Nein“ zu anderen!

Der Abend war sicherlich zu kurz, um alle Entwicklungsphasen zu diesem Thema zu beleuchten, da wäre eine ganze Vortragsreihe notwendig. Aber die vielen Einzelgespräche mit der Referentin beim gemütlichen Teil am späteren Abend lassen den Schluss

Psychotherapeutin und Mediatorin mit Familien, Paaren und Kindern in Leibnitz, Deutschlandsberg und Voitsberg und ist erreichbar unter Tel.: 0676/5788887 oder per Mail: [josefa.hauck@gmx.at](mailto:josefa.hauck@gmx.at)

Aufgrund des großen Interesses an diesem Thema werden wir uns bemühen für März 2010 einen weiteren Vortragsabend zu einem spannenden Familienthema zu organisieren.

**Maria, Andrea und Vinzenz**

## EHEJUBILÄUMSFEIER

für Paare, die 40, 45, 50, 55, 60 und mehr Jahre verheiratet sind.

Wir danken allen Ehepaaren, dass wir mit Ihnen Ihr hohes Jubiläum feiern durften, und wir freuen uns sehr auf Ihr Kommen beim nächsten Jubiläumsfest.

Bedanken möchten wir uns auch ganz herzlich bei Walter Winter und dem Ensemble der Chorgemeinschaft für die wunderbare musikalische Gestaltung dieser Ehejubiläumsfeier und Eva Draxler, Stefanie Kurzmann, Margaretha Heinisch, Maria Kowald und Andrea Seewald für die köstlichen Torten.

Wir bitten um Verständnis, dass wir über die

Ehejubiläumsfeier am 22. November für Paare, die in diesem Jahr 20, 25, 30, 35 Jahre verheiratet

sind, erst im nächsten Pfarrblatt berichten, da die Zeitung bereits vorher in den Druck gegeben wurde. Auf

der Homepage der Pfarre sind einige Fotos zu sehen – [www.pfarre-wildon.at](http://www.pfarre-wildon.at)



### PAARE IM GESPRÄCH

Der nächste Abend zu „Paare im Gespräch“, zum „Miteinander reden, austauschen, lachen, einfach du und ich sein“ findet am Freitag, den 15. Jänner 2010 im Pfarrhof statt.

Wir wünschen Ihnen als Paar und in Ihrer Familie ein paar Momente im Advent, die Wärme und Licht geben.

Maria Nagy, Andrea und Vinzenz Schmer-Galunder/Arbeitskreis für Paare, Ehe und Familie



Das Ehe und Familie Team gratuliert dem Ehepaar Cernko