

## Vier Schritte für eine bessere Kommunikation mit Kindern



Manchmal ist es gar nicht so einfach, Kinder zu verstehen. Ist das kleine Engelchen zu Hause das netteste und bravste Wesen auf der ganzen Welt, werden uns Erziehungsberechtigten aus dem Kindergarten oder der Schule ganz andere Berichte zugetragen. Irgendetwas oder – jemand scheint Töchterlein oder

Sohnemann zwischenzeitlich ausgetauscht zu haben. Es ist beinahe so, als wären da Kräfte am Werk, derer wir nicht habhaft werden können. Versuchen wir dann genauer hinzuschauen und befragen den Nachwuchs nach dessen Einschätzung sind es immer die Anderen, die schuldhaft sind. Häufen sich die Auffälligkeiten, beginnen wir zu zweifeln – und zwar an uns selbst. Wir stellen alles auf den Prüfstand: Ist der Erziehungsstil zu lasch oder zu streng? Sind wir zu wenig zu Hause und damit nicht oft genug für unsere Kinder da? Bieten wir genug an Freizeit- oder Lernangeboten? Können sich die Kinder altersgerecht entwickeln oder sind wir zu umsorgend? Sind wir überhaupt gute Eltern?

Wenn Kinder sich auffällig verhalten, ist die Wahrscheinlichkeit tatsächlich sehr groß, dass irgendetwas nicht stimmt. Deswegen aber gleich die eigene Person infrage zu stellen und zu verzweifeln, ist der falsche Weg. Vielfach helfen uns einfache kommunikative Mittel, die es erlauben, den direkten Draht zu unseren Kindern wieder herzustellen und die Vertrauensbasis neu zu beleben. Möglicherweise können Ihnen die folgenden vier Schritte helfen, dass Kinder und Jugendliche ihr eigenes Fehlverhalten erkennen und selbstständig korrigieren.

Und vielleicht gehört auch bei Ihnen bald die Behauptung

- **Brave Kinder haben immer nur die anderen Eltern**

der Vergangenheit an.

Ich wünsche viel Freude beim Lesen.

Herzlichst Ihr Daniel Paasch



Institutsleiter IPE,  
Lehrtrainer für Kinder und Jugendcoaching

## Gute Kinder – böse Kinder



Vielleicht kennen Sie Schilderungen wie die Folgende:

„Mein Sohn – sechs Jahre alt – geht in die erste Klasse. Er hat sich anfänglich sehr auf die Schule gefreut. Umso mehr, da er ja schon im Kindergarten rechnen und auch lesen konnte. Jason ist ein lebhaftes aber auch sehr liebenswürdiges Kind. Die ersten Wochen in der Schule verliefen sehr gut. Jason wurde von der Lehrerin gelobt und erhielt regelmäßig

Fleißstempel in seine Arbeitshefte. Mittlerweile hat sich aber das Blatt völlig gedreht. Mehrfach die Woche erhalte ich Anrufe aus der Schule, dass sich mein Sohn unmöglich verhalten würde. Er würde die Regeln missachten, wäre frech und würde die anderen Kinder stören oder sogar zum Weinen bringen. Da er oft in Streitigkeiten verwickelt ist, darf er als Strafe nicht am Sportunterricht teilnehmen, was ihn natürlich traurig macht. Und obwohl er für sein Verhalten gerügt wird und sich zunächst einsichtig zeigt, ist er im nächsten Augenblick erneut respektlos gegenüber der Lehrerin, mit der die anderen Kinder scheinbar gut zurecht kommen.

Inzwischen werde ich alle paar Wochen zum Gespräch in die Schule eingeladen. Der nächste Termin steht schon wieder in wenigen Tagen an. Klar rede ich mit ihm zu Hause und mit kleineren Strafen, wie beispielsweise dem Verbot für eine Woche kein Nintendo spielen zu dürfen, versuche ich ihm die Konsequenzen seines Handelns deutlich zu machen. All das hilft aber nur sehr kurzzeitig.

Ich selbst bin alleinerziehend und muss bis 16:00 Uhr arbeiten. Ich habe schon ein schlechtes Gewissen, da ich nicht so sehr für ihn da sein kann, wie er es wahrscheinlich brauchen würde. Seinen Vater sieht Jason alle zwei Wochen. Dann ist er über das Wochenende bei ihm.

Ich wollte wegen Jasons auffälligem Verhalten einen Termin bei einem Kinderpsychologen vereinbaren. Der hatte aber erst in den kommenden Monaten Zeit für uns.

Inzwischen mag mein Sohn schon gar nicht mehr in die Schule gehen. Er fühlt sich einfach ungerecht behandelt. Sonntagsabends übergibt er sich regelmäßig und montags klagt er vor Schulbeginn über Bauchschmerzen. Trotzdem bringe ich ihn natürlich zur Schule und habe ständig das Gefühl, dass ich ihn dabei misshandle. Ich selbst fahre dann weinend zur Arbeit. Aber was soll ich machen? Ich habe Angst, dass Jason irgendwann sitzen bleibt oder später über keine gute Schulbildung verfügen wird. Ich weiß einfach nicht mehr weiter.“

Berichte wie diese erreichen uns sehr häufig. Eltern, gleich ob alleinerziehend oder nicht, geben sich die größte Mühe, damit ihre Kinder im späteren Leben über alle denkbaren Chancen verfügen. Und dem Schulbesuch wird nun mal dabei eine wesentliche Bedeutung beigemessen.

Wie im obigen Fall beschrieben, so freuen sich die meisten Kinder auch sehr auf die Schule. Das ist insofern nicht verwunderlich, da die kindliche Neugier geweckt ist und es neue Erfahrungen zu machen gilt. Für das sich entwickelnde Gehirn ist das ein echter Glücksfall. Da Kinder in diesem Alter noch nicht über ein ausgeprägtes vor allem aber fest definiertes Zeitverständnis verfügen, ist es ebenso nachvollziehbar, dass sie die Dauer und die Regelmäßigkeit des Schulbesuches schon mal als weniger erbaulich empfunden werden.



Und dennoch: Offensichtlich kommen einige Kinder mit den neuen Verpflichtungen besser zurecht als andere. Wenn Eltern mitbekommen, dass ihr Nachwuchs mit dem Komplex Schule so seine Probleme hat, machen sie sich überwiegend selbst große Vorwürfe. Nicht selten belastet die Eigenkritik das Beziehungs- oder das Berufsleben. Scheinbar leben die guten Kinder immer nur bei anderen Eltern.

Sich zu vergleichen hat aber noch nie jemanden geholfen – im Gegenteil. Ich selbst nenne diesen Prozess das Facebook-Phänomen. Nicht weil es etwa neu wäre, sondern weil es sich mittlerweile zu einer allgegenwärtigen Gepflogenheit entwickelt hat. Ein Klick auf das Profil eines anderen und schon sieht man offenbar, was einem das eigene Leben vorenthält.

Der **erste Schritt**, wie sollte es auch anders sein, beginnt also bei den Eltern. Besinnen Sie sich auf die guten Eigenschaften Ihres Kindes. Machen Sie es sich zur Gewohnheit, ihr Kind aus den Augen einer Person zu betrachten, die ausschließlich nur die positiven Aspekte erkennen kann. Nutzen Sie Gesprächssituationen, um ihr Kind dann auch darauf zu verweisen.

### **Erziehung ohne Inszenierungen**

Wenn Kinder scheinbar plötzlich beginnen, sich gegen Verhaltensregeln zu richten, dann hat dies meist immer einen oder gar mehrere gute Gründe. Möglicherweise mögen in diesem Zusammenhang auch Aspekte wie beispielsweise ADHS, Begabung, Intelligenz, Sensibilität oder Sensitivität eine gewichtige Rolle spielen. Wir sollten uns aber zunächst darüber im Klaren sein, dass Kinder über eine äußerst ausgeprägte soziale Kompetenz verfügen. Diese Eigenschaft muss ihnen also nicht über die Erziehung oder das Schulwesen anerzogen werden. Sie ist vorhanden und wird zunächst nicht durch andere Kriterien begrenzt. Insofern sind die Reaktionen von Jason, wie sie von der Mutter beschrieben werden, symptomatisch nicht aber ursächlich.

Was Kinder aber in jedem Fall übernehmen, sind Verhaltensweisen. Nicht von ungefähr heißt es, dass Kinder und Jugendliche ihr (direktes) soziales Umfeld spiegeln würden. Sie lernen eben durch Nachahmung und experimentieren damit innerhalb des eigenen Wirkungskreises. Auch wenn wir Eltern uns redlich bemühen, stets im positiven Sinne zu handeln und dies auch vor unseren Kindern



darzustellen und vorzuleben versuchen, agieren wir damit dennoch sehr eigennützig. Ja, wir gaukeln den jungen Menschen sogar etwas vor, denn das Leben hält nun mal verschiedenste Emotionen für uns bereit, die wir durch unser Verhalten so aber nicht offenbaren.

Unser Bestreben glückliche Kinder haben zu wollen, vernachlässigt den Aspekt, dass Kinder auch frustriert oder gar wütend sein dürfen. Wie sonst sollten sie lernen, dass zum Menschsein eben auch Bedürfnisse, Gefühle und Grenzen gehören, die es zu respektieren gilt.

**Zweiter Schritt:** Verabschieden Sie sich von dem Gedanken, immer perfekt sein zu wollen. Die perfekten Eltern gibt es nicht und das ist auch gut so. Kinder lernen von ihren Eltern. Gleiches gilt auch umgekehrt. Nicht das Wunschdenken für eine eh nicht vorhersehbare Zukunft sollte die Erziehung bestimmen, sondern die Authentizität. Und dazu gehört auch, wie wir schon im letzten Newsletter geschrieben haben: <http://bit.ly/1QDzl68>, dass Grenzen zu beachten sind.

### **Nicht das Kind, sondern das Verhalten bewerten.**

Wenn ich mit Eltern oder Lehrern spreche, wird mir sehr häufig mitgeteilt, dass man immer auf freundliche und verständnisvolle Art und Weise versuchen würde, verbal unerwünschten Verhaltensweisen der Kinder und Jugendlichen entgegenzuwirken. Selbst Bestrafungen und damit das zu grundliegende Fehlverhalten, werden sachlich und argumentativ ausgefeilt vorgetragen. Schließlich möchte man ja erreichen, dass die jungen Menschen den Ärger nachvollziehen können, den sie da auf sich geladen haben.

Jedoch senden Sie bei solchen Anlässen lediglich eine Botschaft an das Kind, die zu einem selbstwirksamen Glaubenssatz erwachsen wird: „Du bist nicht genug.“

Sie mögen unter Umständen gerade denken, dass der Paasch sich gerade selbst widerspricht. Erst regt er das Setzen von Grenzen an und jetzt sollen Ermahnungen falsch sein. Wie bitte kann das zusammengehen? Was auf den ersten Blick widersprüchlich sein mag, macht bei etwas näherer Betrachtung durchaus Sinn.

Wie schon gesagt, sind Kinder von Natur aus sozial. Lernen vollzieht sich – gerade in jungen Jahren – durch Nachahmung. Auch wenn wir als Eltern darauf aus sind, unser Verhalten nachvollziehbar zu gestalten, dürfen wir einen Aspekt nicht vergessen: Ausgiebige Belehrungen konzentrieren sich meist auf den Tatbestand als solchen und damit auf die Urheberchaft.



Damit lernen Kinder schließlich, dass sie aus Sicht der Erwachsenen über Defizite verfügen. Im schlimmsten Fall sind es diese einst durch das Unterbewusstsein aufgesaugten Botschaften, die das Leben des später jugendlichen oder erwachsenen Menschen insgesamt in Frage stellen.

Daher überprüfen Sie in einem **dritten Schritt** Ihre Kommunikation. Formulieren Sie aus Ihrer ganz persönlichen Sicht, was Sie an dem Verhalten als störend empfunden haben. Vermeiden Sie dabei das Kind als Verursacher zu benennen, sondern beschreiben Sie, was sie emotional bewegt. So es denn der Fall ist, sagen Sie beispielsweise ruhig, dass Sie als Mutter „das Stören im Unterricht traurig macht“ oder dass „Sie das Beschimpfen der Mitschüler selber sehr verletzt“. Da Kinder für gewöhnlich eine enge Bindung zu den Eltern haben, können sie solche Gefühle leichter nachvollziehen. Zudem wird das Kind nicht zum Objekt, sondern sein Verhalten. Überlegen Sie dann gemeinsam Alternativverhaltensweisen, die es einzuhalten gilt. Jetzt haben Sie gleichfalls eine Grenze aufgezeigt, die nicht von oben herab auferlegt worden ist.

### **Auch wenn die Zeit knapp ist: Reden Sie mit Ihrem Kind.**

Mit ist durchaus bewusst, dass gerade alleinerziehende Erwachsene an vielen Fronten zu kämpfen haben. Da kann es durchaus geschehen, dass die Kinder gelegentlich hinten anstehen müssen. Das ist keinesfalls beabsichtigt. Nur manchmal ist eben auch die stärkste Mutter und der beste Vater schlichtweg erschöpft. Wer sollte ihnen das verübeln?

Viele (extreme) Verhaltensweisen finden aber ihren Ursprung in einem Gefühl des Nicht-Wahrgenommen-Seins. Dabei ist es wichtig, dem Kind Raum zu geben, über alles zu sprechen, was es bewegt.

Nur so kann es seine Gesamtheit auch zum Ausdruck bringen. Hören Sie also einfach zu. Vermitteln Sie Ihrem Kind frühzeitig, dass es die wichtigste Position in Ihrem Leben innehat, und halten Sie sich auch daran. Wenn ein gemeinsames Gespräch mal nicht möglich ist, begründen Sie dies und bieten Sie eine Alternative an, die Sie auch einhalten sollten.



**Vierter Schritt:** „Möchtest Du über etwas reden“, ist ein Angebot, was Sie regelmäßig in die Erziehung mit einfließen lassen sollten. Sollte es während des Tages nicht möglich sein, mit Ihrem Kind zu sprechen, sorgen Sie für einen festen und regelmäßigen Termin, der beiderseits auch wahrzunehmen ist. Auch wenn Ihr Kind aktuell keine Themen hat, können Sie diese gemeinsamen Zeiten nutzen. Machen Sie Vorschläge, indem Sie verschiedene Gesprächsthemen beispielsweise auf kleine Karteikärtchen schreiben. Damit senken Sie mögliche Hürden und animieren Ihr Kind, dies ebenfalls zu tun. Lassen Sie das Kind dann einfach ein Thema ziehen. Um den Einstieg zu erleichtern, können Sie damit anfangen. Überlegen Sie aus Ihrer Sicht, was Ihnen selbst dazu einfallen mag und verbalisieren es. Auch hier sprechen Sie indirekt die Einladung aus, sich der Angelegenheit zu widmen, indem Sie zuhören.

Die Kärtchenvariante eignet sich auch sehr gut für ein hypothetisches Vorgehen. Obwohl die gesammelten und notierten Themen aus dem eigenen Lebensumfeld stammen, mag es sein, dass gerade ältere Kinder sich selbst nicht mehr damit direkt in Verbindung bringen lassen möchten. Schließlich gilt es ja, das eigene Ego vor etwaigen Vorwürfen zu bewahren. In solchen Konstellationen können Sie im Vorfeld die Regel festlegen, dass in der dritten Person oder eben imaginär gesprochen wird. Denn auch hier ist es Ihnen ja gegeben, hilfreiche Tipps oder Hinweise zu geben – eben nur durch die Hintertür. Aber auch dieser kleine Umweg kann große Erfolge mit sich bringen.

## Neues aus dem IPE

Am kommenden Montag können Sie im Zuge der Buchneuerscheinung „Potenziale entfalten – Begabungen fördern“ weitere Anregungen von mir rund um das Thema Mentaltraining auf dem Blog des Junfermann Verlags nachlesen. Hier schon mal die Webadresse: <http://blogweise.junfermann.de/>

Das Buch selbst können Sie gleichfalls direkt beim Verlag bestellen:

[http://www.junfermann.de/titel-76-76/potenziale\\_entfalten\\_begabung\\_foerdern-10600/](http://www.junfermann.de/titel-76-76/potenziale_entfalten_begabung_foerdern-10600/)



### Bildquellen:

- Kid making a face and showing his tongue. Isolated on white background; Urheber: @Jelena Ivanovic bei fotolia.com
- Compare gifts; Urheber: @andras\_csontos bei fotolia.com
- Boy; Urheber: @Natalia Vintsik bei fotolia.com
- You are a bad boy!; Urheber: @Photographee.eu bei fotolia.com
- audience; Urheber: @olly bei fotolia.com
- Buchcover: Potenziale entfalten – Begabungen fördern; ©Junfermann Verlag bei junfermann.de