

Dinge der Woche

Schöne
Bescherung

Glühwein und Spekulatius
seit September. Wo bleibt da
die Besinnlichkeit?



Von Tom Hörner

Ein von mir hoch geschätzter Kollege bat mich, aus gegebenem Anlass ausnahmsweise auf aufgewärmte Kalauer zu verzichten und etwas Besinnliches zu schreiben. Wenn von mir hoch geschätzte Kollegen mit einer Bitte an mich herantreten, überlege ich nicht lange, sondern mache, wie mir geheißen. Doch in dem Fall fällt es mir schwer, den Wunsch zu erfüllen. Seit Anfang September werde ich mit Glühwein und Spekulatius aus dem Discounter abgefüllt. Da ist es mit der Besinnlichkeit irgendwann vorbei.

Ein Kalauer für
Feinschmecker

Wobei, wenn ich es mir genau überlege, es gab doch zumindest einen besinnlichen Moment in dieser Woche. Dies war der Fall, als mein Kleinstwagen tadellos durch die Vorsorgeuntersuchung kam. Ich weiß, manche sagen Tüv dazu, obwohl das genau genommen nicht fair ist gegenüber Dekra und Co., bei denen man auch die HU (Hauptuntersuchung) machen kann. Ich bleibe aber, wenn's ums Auto geht, bei Vorsorgeuntersuchung, denn vor jeder Tüv-Prüfung bin ich mindestens so angespannt wie vor meiner jährlichen Hauptuntersuchung beim Urologen.

Aus Gründen der Besinnlichkeit, verknäule ich mir jede Bemerkung zu dieser ehrenwerten Medizinabteilung, obwohl ich ein paar erstklassige Urologenwitze kenne.

Gern gehe ich vor dem Fest auch zum Friseur, nicht, weil es nötig wäre, sondern, um hinterher den Schnitt mit dem Ausruf „Schöne Bescherung!“ zu würdigen. Ein Kalauer für Feinschmecker.

Einen Hauch von Besinnlichkeit verspreche ich mir zudem vom Weihnachts-singen in einem Fußballstadion an diesem Sonntag. Und dem Besuch des Stuttgarter Weltweihnachtszircus, obwohl sogenannte Tierschützer davor gewarnt haben, weil dort Pferde und Tauben zum Zwecke der menschlichen Belustigung vorgeführt würden. Als jemand, der bereits in seiner Kindheit schamlos das Treiben in einem Floh-zirkus genoss, juckt mich das wenig. Habe mir sagen lassen, es gibt ein paar von Menschen vorgetragene artistische Nummern in dem Programm, die man keinem Gaul zumuten würde.

In einem Punkt
ist Trump Vorbild

Vielleicht noch ein besinnlicher Gedanke zu einem Mann, der außerhalb der AfD hierzulande wenig gelitten ist. Man kann manches gegen den US-amerikanischen Präsidenten Donald John Trump einwenden. Wie ich etwa der Berliner „taz“ entnommen habe, kommen wegen dessen restriktiver Zollpolitik zahlreiche an die liebe Verwandtschaft in Übersee adressierte Weihnachtspäckchen retour. Aber in einem Punkt ist Donald Trump für mich ein absolutes Vorbild. Noch kein Mensch hat so eindrucksvoll belegt, wie falsch der Spruch „Eigenlob stinkt“ ist.

Jetzt, da wir ja gewissermaßen unter uns sind: Ist Ihnen irgendjemand bekannt, der Ihre Fähigkeiten und Talente besser zu würdigen weiß, als Sie selbst? Mir fällt da – auf mich bezogen – kein Mensch ein, nicht mal der eingangs erwähnte von mir hoch geschätzte Kollege wäre dazu in der Lage. Aus diesem Grund habe ich diese Woche mit dem Verfassen meines Nachrufs begonnen. Ich will nicht zu viel verraten, aber der Umfang dieser Kolumne reicht da bei Weitem nicht.

So, jetzt ist dieser Text doch besinnlicher geworden als anfangs befürchtet. In diesem Sinne schließe ich mit einem dreifach kräftigen Halleluja und wünsche ein frohes Fest.

„Darf ich dich bitte
anschnallen?“

Eltern haben oft das Gefühl, dass die Kommunikation mit dem Kind nicht zu dem führt, was sie eigentlich erreichen wollen. Experten zeigen anhand typischer Sätze, warum klare, präzise Aussagen so wichtig sind.

Von Sandra Markert

Ich beobachte heute so oft Eltern, die einfach drauflosplappern“, sagt Andrea Gemmer, die als Kommunikations-coach vorrangig Eltern und pädagogische Fachkräfte in Kitas zum Thema klare Kommunikation schult. Nicht selten hätten sie dabei das Handy in der Hand oder würden nebenbei noch etwas anderes machen – und sich dann wundern, dass das Kind einfach nicht seine Schuhe anzieht, obwohl man es ihm schon dreimal gesagt hat.

„Ein Gespräch erfordert aber Präsenz, Augenkontakt und eine klare, starke Aussage darüber, was ich wirklich vom Gegenüber möchte“, sagt Andrea Gemmer. Das sei häufig anstrengend, weil Eltern im Alltag viele Grenzen setzen müssten. „Da braucht es die klare, innere Haltung, das muss man üben. Aber man macht es damit sich selbst und den Kindern leichter“, sagt Andrea Gemmer.

Folgende sieben Beispielsätze aus dem Alltag vieler Familien zeigen, was in der Kommunikation mit Kindern häufig schief läuft – und noch wichtiger, wie denn die Alternativen aussehen könnten.

1. „Darf ich dich bitte anschnallen?“

Das klingt genauso freundlich wie die Frage: „Wollen wir die Hände waschen?“ oder „Sollen wir jetzt gehen?“. Das Problem daran: „Häufig verpacken Eltern etwas in eine Frage, das eigentlich gar keine ist“, sagt die Pädagogin Birgit Ertl, die in Stuttgart eine Praxis für Menschlichkeit in Erziehung und Beziehung betreibt. Das passiere, weil sie die Kinder mit einbeziehen wollen, sie ernst nehmen, es ihnen recht machen wollen. „Aber es gibt nun mal Dinge, die können Kinder gar nicht entscheiden, und dann darf man ihnen auch nicht das Gefühl geben, es wäre so“, sagt Birgit Ertl.

Denn jede Frage ist eine Einladung zur Diskussion. „Wenn die Meinung der Kinder dazu dann gar nicht gehört wird, macht das natürlich etwas mit ihrem Selbstwert“, sagt Andrea Gemmer. Deshalb: Wenn Eltern etwas tun wollen (nach Hause gehen) oder tun müssen (das Kind anschnallen), dann sollten sie dies auch als klare Aufforderung oder Feststellung formulieren.

2. „Was möchtest du essen?“

Insbesondere bei kleinen Kindern ist die Wahrscheinlichkeit hier hoch, dass sie mit „keine Ahnung“ antworten. „Bei so vielen Wahlmöglichkeiten sind sie einfach überfordert, es reicht völlig, zwei Alternativen anzubieten“, sagt Birgit Ertl. Einen kleinen Spielraum zu lassen findet auch Familienberaterin Kerstin Schmied, die auch bei der Online-Plattform [elternleben.de](https://www.elternleben.de) mitarbeitet, eine gute Idee: „So hat das Kind immer noch das gute Gefühl, etwas mitentscheiden zu dürfen.“ Also, lieber fragen: „Nudeln oder Kartoffeln?“

3. „Wie war's in der Schule?“

Auch dieses Gespräch ist mit einem „gut“ oder „schlecht“ als Antwort meist schneller zu Ende als es angefangen hat. Ähnlich sieht es aus mit „Was ist eigentlich los?“ oder „Erzähl doch mal!“. „Das ist einfach viel zu allgemein formuliert, um darauf etwas zu erwidern“, sagt Kerstin Schmied. Sie empfiehlt, nach konkreten Ansatzpunkten zu suchen („Was habt ihr heute im Sportunterricht gemacht?“). „Oft setzt das dann einen Redefluss in Gang“, so Schmieds Erfahrung.

4. „Benimm dich.“

In früheren Zeiten gab es Birgit Ertl zufolge viele allgemeingültige Erziehungswerte, die heute im Sprachgebrauch oft noch so übermittelt werden („Man schlägt nicht“, „Man muss teilen“). „Sie haben aber in dieser Formulierung nichts mit dem Kind zu tun“, erklärt Kerstin Schmied. Sie beobachtet, dass Eltern zu solchen Sätzen oft neigen, wenn sie das Gefühl haben, dass Außenstehende jetzt ein gewisses Verhalten vom Kind erwarten (also, dass es ruhig am Tisch sitzt, nicht schlägt, teilt). „Sie wollen die Situation schnell klären, dadurch entsteht Druck und Stress, und sie gehen zu wenig auf das Kind ein“, sagt Schmied. Oft erreiche man genau das Gegenteil. Deshalb gilt auch hier: Dem Kind klar und ruhig erklären, was man genau möchte (zum Beispiel: „Bitte leise reden“).

Ähnlich sieht es aus mit der Aufforderung: „Räum dein Zimmer auf!“ Das ist Andrea Gemmer zufolge viel zu unkonkret, das Kind weiß gar nicht, wo es anfangen soll. „Wir haben so einen großen Wortschatz, den dürfen wir auch gern benutzen“, findet sie. Also: die Puppen ins Bettchen legen, die Legosteine in die Kiste werfen, die Autos ins Parkhaus parken. „Wenn ich das klar und kurz formuliere, hat das Kind auch gar keine Zeit, sich zu überlegen, ob es das nun machen möchte oder nicht“, sagt Andrea Gemmer.

5. „Da brauchst du keine Angst haben.“

Ein großer Hund angeleint am Wegesrand: „Da brauchst du doch keine Angst haben!“ Besuch von der Verwandtschaft: „Komm, sei doch nicht so schüchtern.“ Ein leicht aufgeschürftes Knie: „Das ist doch gar nicht so schlimm!“ „Eltern meinen es mit solchen Sätzen gut, sie wollen das Kind trösten oder ihm helfen“, sagt Kerstin Schmied. Aber: Sie verleugnen mit diesen Aussagen die Gefühle der Kinder. Bei diesem kommt an: Offenbar ist es falsch, was ich tue oder fühle, jedenfalls erfülle ich damit nicht die Erwartungen meiner Eltern. „Ernst nehme ich das Kind, indem ich seine Gefühle benenne, ruhig mit ihm über die Situation spreche und versuche, gemeinsam herauszufinden, was los ist“, sagt Birgit Ertl. Sie beobachtet, dass Eltern häufig dazu neigen, schnell eine Lösung präsentieren zu wollen („Da machen wir jetzt ein Pflaster drauf.“)

Manchmal merke ein Kind beispielsweise aber auch in dem Moment, in dem es sich wehgetan hat, dass es vielleicht auch einfach müde ist vom Tag oder einfach nur mal in den Arm genommen werden möchte.

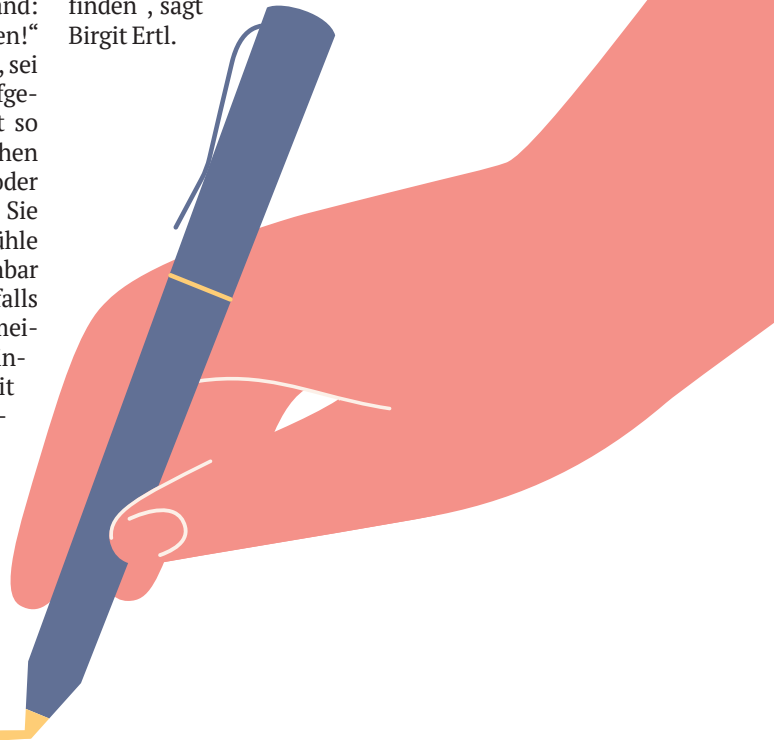
6. „Immer lässt du deine Jacke auf dem Boden liegen!“

Andrea Gemmer fällt zu solchen Pauschal-Aussagen („ständig“, „immer“, „nie“) das Sprichwort „Erst denken, dann reden“ ein. Sie empfiehlt, sich zu überlegen, wie es einem selbst geht, wenn man eine solche Aussage hört und wie verletzend solche Worte sein können. „Hinzu kommt, dass Vorwürfe immer Widerstand erzeugen“, sagt Kerstin Schmied. Und dass Kinder grundsätzlich keine Verhaltensweisen bewusst an den Tag legen würden, nur um ihre Eltern zu ärgern.

„Nach einem langen Schultag ist das Kind vielleicht einfach müde, und kaum ist es zu Hause, wird es schon wieder ermahnt, das mag keiner hören“, sagt Kerstin Schmied. Man könne das Kind erst einmal richtig begrüßen und ankommen lassen und dann darauf hinweisen: „Schau mal, da liegt noch deine Jacke. Häng sie doch auf.“ Dann würde Birgit Ertl auch weggehen. „Bleibe ich stehen und schaue zu, wie das erledigt wird, ist das für das Kind eher unangenehm“, so Ertl.

7. „Wenn du jetzt nicht kommst, dann gehe ich ohne dich.“

Die wahrscheinlichste Reaktion auf eine solche Drohung bei kleinen Kindern ist Angst. Sie kommen, weil sie sich wirklich sorgen, allein zurückgelassen zu werden. „Meist wird die angedrohte Konsequenz aber ja ohnehin nicht umgesetzt“, sagt Andrea Gemmer. In diesem Fall verunsichern sie das Kind, und es lernt, dass es sich nicht auf das verlassen kann, was die Eltern sagen. Oft sind leere Drohungen eine Form von Hilflosigkeit der Eltern. „Auch hier lohnt es sich, Interesse an den Bedürfnissen des Kindes zu zeigen und mit klaren Worten ohne lange Diskussion einen Kompromiss zu finden“, sagt Birgit Ertl.



Botschaften fördern die Entwicklung

Das Kind sehen Wie man mit jemandem spricht, hat viel mit der Haltung einer Person gegenüber zu tun. „Kinder haben vier zentrale, soziale Grundbedürfnisse. Haben Eltern diese im Blick und senden sie entsprechende Botschaften an das Kind, fördert dies die Entwicklung enorm“, sagt der Pädagoge Christof Horst, der das „Kess-erziehen-Institut für Personale Pädagogik“ in Bonn leitet. Einmal wollen sie dazugehören und sich geliebt fühlen. Dann spüren, dass sie wichtig sind und Bedeutung haben. Kinder wollen sich fähig fühlen und altersgemäß auch selbst Entscheidungen treffen. Ein letztes soziales Grundbedürfnis ist, sich sicher und geborgen fühlen zu können. Durch Zuwendung wie auch durch klare Regeln, die für ein gutes Familienklima sorgen. *mar*

Klare Optionen vorzuzeichnen,
kommt Kindern entgegen.

Foto: Adobe Stock/Mary Long

