



Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern

Mit Kindern einfühlsam leben,
Konflikte achtsam begleiten

Rosemarie Höller

Viel zu oft lenken wir in der Erziehung die Aufmerksamkeit auf Fragen wie: „Warum hat ein Kind dieses Verhalten?“, oder: „Wie ist es in diese Situation gekommen?“ Wir suchen nach Erklärungen und wollen analysieren, diagnostizieren, psychologisieren. Damit trennen wir uns vom Kind ab, anstatt uns mit seinem momentanen Verhalten zu verbinden und ihm so die Chance zu geben, als Individuum, als einzigartiges Wesen gesehen zu werden. In weiterer Konsequenz wird das Verhalten des Kindes noch irritierender auf seine Umwelt wirken.



Durch das Instrumentarium der „Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg“ könnten unsere Bildungseinrichtungen menschlicher werden. Schließlich lernen die Kinder vor allem durch unsere Vorbildwirkung und werden alles nachmachen, was wir ihnen vorleben. Das gilt für unser gesamtes Tun, im Besonderen aber für unsere Sprache.

Persönliche Vorbemerkungen

Nach 20 Jahren als Lehrerin im Pflichtschulbereich hatte ich genug. Genug von einem Schulsystem, in dem großteils noch immer die – manchmal fragwürdige – Wissensvermittlung über der Beziehungsarbeit steht. Und das, obwohl inzwischen die Neurobiologie eindeutig nachgewiesen hat, dass Lernen nur über Beziehung und Begeisterung und nicht über Ausübung von Druck und Angst funktioniert.

Als ich also im Jahre 2003 mein Lehrerdasein an den Nagel gehängt hatte und neue Herausforderungen suchte, fiel mir glücklicherweise das Buch „Gewaltfreie Kommunikation – aufrichtig und einfühlsam miteinander sprechen“ von Marshall B. Rosenberg in die Hand. Sofort wusste ich, dass dies mein Thema ist.

Es folgten intensive Ausbildungs-/Trainingssequenzen in Gewaltfreier Kommunikation, unter anderem versuchte ich dabei, Kindern die „Giraffensprache“, wie die Gewaltfreie Kommunikation von Rosenberg liebevoll genannt wird, nahezubringen. Heute, nach vielen Jahren der Auseinandersetzung mit Kindern, Eltern und PädagogInnen sowie vor allem durch das diesem Artikel zu Grunde liegende Kindergartenprojekt in Krottendorf bei Weiz in der Steiermark, weiß ich:

Empathie, also das „Sich-in-einen-anderen-Menschen-Einfühlen“, ist das unerlässliche Instrument für die Beziehungsaufnahme mit Kindern – besonders in Konflikten, schmerzhaften Prozessen oder angstbehafteten Situationen. Als Pädagogin verbinde ich mich ganz mit den Gefühlen und Bedürfnissen des Kindes und signalisiere ihm dann: „Ich bin für dich da, ich höre dir zu.“ Kinder sind dankbar, wenn sie gehört und ernst genommen werden bzw. mitbestimmen können.

Das Kindergartenprojekt: Hintergründe und Erfahrungen

Im Kindergarten Krottendorf begleite ich Kinder und Pädagoginnen einmal monatlich, dreimal im Jahr informieren wir die Eltern über die Fortschritte und geben Anregungen bzw. Ideen, wie sie in bestimmten Situationen empathisch mit ihren Kindern umgehen können. Inzwischen hat sich auch eine Elterngruppe formiert, die in Workshops die Gewaltfreie Kommunikation lernt und anhand eigener Beispiele übt. Alle Beteiligten sind zugleich Lernende und Lehrende – auch die Kinder, denn sie erlernen die „Giraffensprache“ sehr schnell. Das wird wohl damit zusammenhängen, dass sie in ihrem Sprachgebrauch noch nicht so „verdorben“ sind und die „Wolfsprache“, wie Rosenberg unsere herkömmliche Sprache benennt, noch nicht so automatisch verwenden wie die Erwachsenen.



Praxisfotos aus dem Kindergarten Krottendorf bei Weiz



Wenn ich oft Beschwerden von PädagogInnen über die Verrohung der Sprache von Kindern und Jugendlichen höre, kann ich nur erstaunt den Kopf schütteln. Woher haben diese Kinder all die Wörter und Ausdrücke? Natürlich aus der Welt der Erwachsenen, sei es aus den (von Erwachsenen gemachten) Medien oder aus dem direkten Umgang mit den Großen. Besonders starke und verletzende Wörter verwenden Kinder zumeist dann, wenn sie be-

sonders starke und unangenehme Gefühle haben. Statt die Not, den Schmerz und die unerfüllten Bedürfnisse dahinter zu hören, fangen wir Erwachsenen oft an, das Kind zu belehren, zu kritisieren. Das aber kann das Kind in diesem Augenblick überhaupt nicht hören, wodurch ein „Teufelskreis“ beginnt: Das Kind fühlt sich nicht verstanden und gerät vielleicht noch mehr in Rage. Eltern bzw. PädagogInnen sind selbst wütend oder ratlos und wenden sich innerlich vom Kind ab, was auf beiden Seiten noch mehr Emotionen hervorruft. Standen in früheren Zeiten die Bedürfnisse der autoritär Erziehenden absolut im Vordergrund, so haben heute mancherorts allein die Kinder das Sagen. Die Gewaltfreie Kommunikation aber hat die Bedürfnisse aller im Blick und betrachtet sie als gleichwertig. PädagogInnen kennen und benennen also ihre Bedürfnisse ebenso, wie sie auch die Bedürfnisse des Gegenübers sehen und benennen.

Wir stärken Kinder am ehesten dadurch, dass wir empathisch für sie da sind, ohne immer gleich für sie Lösungen vorzuschlagen oder Schiedsrichter zu sein. Als Pädagogin bzw. auch als Elternteil werde ich bei Konflikten nie die vorangegangene Situation ganz durchschauen. Wozu also RichterIn sein, wenn es auch mit Einfühlung geht? Hören wir Kinder, nehmen wir sie ernst und trauen wir ihnen zu, selbst Lösungen zu finden. Auch unangenehme Gefühle wie Zorn, Frust, Angst, Trauer sind für Kinder wichtig und wir sollten sie ihnen – wie der dänische Familientherapeut Jesper Juul immer wieder betont –

zumuten, denn das stärkt sie. Sie spüren das Vertrauen der Erwachsenen, bestimmte Situationen aushalten und selbst überwinden zu können.

Manchmal werde ich gefragt, ob die Einfühlung tatsächlich genüge und es nicht doch mein Eingreifen bräuchte? Meine Antwort lautet: „Handeln ist nur nötig, wenn Gefahr in Verzug ist, wenn ich also ein Kind vor (körperlicher) Gewalt schützen muss.“

Im Kindergarten Krottendorf, so erzählen mir die Pädagoginnen, hat sich das Verhalten der Kinder stark verändert, etwa wenn es um Konflikte oder um das Beschuldigen anderer geht. Sie kommen zwar manchmal zur Pädagogin, doch oft sind sie schon wieder weg, noch bevor diese etwas Einführendes sagen konnte. Viele Kinder sind umgänglicher und weniger aggressiv geworden, sie benehmen sich empathischer, sensibler und achtsamer gegenüber anderen. Große gehen mehr auf Kleine ein, der Umgang untereinander ist freundlicher und höflicher als früher und es werden viel weniger Schimpfwörter verwendet. Am Anfang des Projekts sorgte die Tatsache, dass es keine Strafen mehr gab, für manche Irritation.

Zwei konkrete Alltagsbeispiele

Beispiel 1

Bei einem Elternworkshop erzählte mir eine Mutter die folgende bekannte Szene: Beim Einkaufen sah ihr dreijähriges Kind ein Spielzeug, das es unbedingt haben wollte, und begann, weil es nicht gekauft wurde, unsäglich zu schreien. Da erinnerte sich die Mutter an das im Workshop Gelernte und wandte sich

dem schreienden Kind einfühlsam zu: „Bist du sehr zornig?“ Die Antwort war ein lautes Ja. Nach einigen Momenten fragte die Mutter: „Und wolltest du einfach Spaß haben?“ Wieder brüllte das Kind ein lautes Ja – und vergaß dabei den dringenden Wunsch nach dem Spielzeug. Mutter und Kind gingen relativ entspannt aus dem Geschäft. Nicht die Erfüllung des Bedürfnisses stand im Mittelpunkt, sondern das Gehörtwerden.

Kinder wissen im Prinzip ganz genau, dass sie nicht alles bekommen können, aber sie wünschen sich – wie wir Erwachsenen auch – ernst genommen und gehört zu werden. Nicht immer sollten wir einander sofort mit Kommunikationssperren wie Belehrungen, Drohungen, Befehlen etc. konfrontieren.

Ein Kind, das empathisch begleitet aufwächst, wird mit seinen Mitmenschen ebenfalls empathisch umgehen. Ist das nicht gerade in unserer egoistischen, medien- und konkurrenzgeprägten Gesellschaft außerordentlich wichtig, in der menschliche Beziehungen oft hinter suchthafter Handy- und Internetkonsum auf der Strecke bleiben?

Beispiel 2

Wer kennt im Zusammensein mit Kindern die folgende Situation nicht? Vor Beginn oder während einer Spielphase taucht plötzlich ein Kind weinend bei der Pädagogin auf und erzählt herzerreißend, dass ein anderes Kind etwas Schlimmes gesagt oder getan hat. Üblicherweise reagieren PädagogInnen (das war auch am Anfang unseres Kindergartenprojektes so), indem sie das beschuldigte Kind zu sich holen und zur Rede stellen. Genau das erwartet das weinende Kind. Der „Täter“ ist gestellt, das „Opfer“ meist zufrieden. Eigenartigerweise kommen immer dieselben Kinder ...

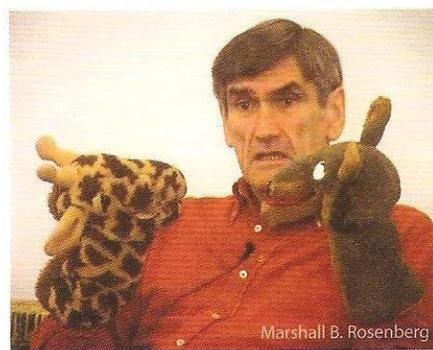
Eines Tages wurde mir bewusst, dass man mit dieser Reaktion Kinder zu einer Opferhaltung erzieht, die sie schwächt. Und natürlich wird auch das „Täter-Kind“ geschwächt, indem er/sie nach der Anklage meist bestraft wird. Meine Erkenntnis lautet, dass das weinende Kind nichts anderes als Einfühlung braucht, im Sinne von: „Bist du jetzt traurig?“, „Bist du genervt?“ oder „Möchtest du auch gern mit-spielen?“ Anfangs sind die Kinder irritiert und drücken mit verwundertem Blick aus: „Hol die schlimmen Kinder und bestrafe sie.“ Wenn aber nichts Derartiges geschieht, so gehen sie schnell wieder ihres Weges und suchen nach eigenen Lösungen.

Resümee

In all den Jahren meiner Arbeit in Klassen, Gruppen und mit PädagogInnen bzw. Eltern ist mir eines klar geworden: Es wird viel zu viel geredet. Wenn wir uns in Belehrungen, im Argumentieren, im Kritisieren verlieren, schaltet unser Gegenüber ab. Niemand will ständig kritisiert oder beschimpft werden – weder wir Erwachsene noch unsere Kinder. Weil wir es aber häufig tun, geht das zu Lasten der Qualität in unseren Beziehungen.

Zusätzlich zu einer einfühlsamen, empathischen Grundhaltung stellt die Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg ein wunderbares Werkzeug dar. Vor allem, wenn man einen Konflikt ansprechen oder etwas mitteilen möchte, ohne andere zu kritisieren. Die PädagogInnen und Eltern lernen hier eine Sprache, die ein respektvolles Miteinander ermöglicht. Und die Kinder hören schon früh, wie sich ihre BegleiterInnen in Ich-Botschaften mit eigenen Gefühlen und Bedürfnissen mitteilen, indem sie klare Beobachtungen anstelle von Bewertungen, Interpretationen oder Verallgemeinerungen ausdrücken.

Es ist mein großes Anliegen, dass PädagogInnen ihre Arbeit und ihre Sprache reflektieren, damit es uns gemeinsam gelingt, zu wertvollen BegleiterInnen unserer wunderbaren Kinder zu werden. ■



Marshall B. Rosenberg

Literaturhinweise

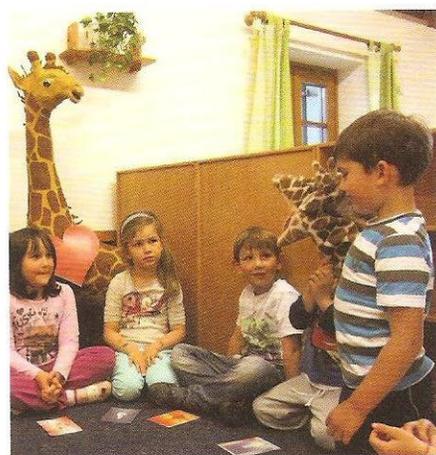
Marshall B. Rosenberg (10. Auflage 2012): Gewaltfreie Kommunikation – Eine Sprache des Lebens. Paderborn: Junfermann-Verlag.

Serena Rust (2006): Wenn die Giraffe mit dem Wolf tanzt – Vier Schritte zu einer einfühlsamen Kommunikation. Burgrain: Koha-Verlag.

Posth, Rüdiger (2013): Gewaltfrei durch Erziehung – Versuch einer Pädagogik des friedlichen Zusammenlebens. Münster: Waxmann.

Omer, Haim/ Lebowitz, Eli (2012): Ängstliche Kinder unterstützen – Die elterliche Ankerfunktion. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Von Hiigers, Barbro / Ellneby, Ylva (2012): Die Kunst, mit Kindern zu reden. Freiburg: Lambertus.



Rosemarie Höller

Jahrgang 1960. Langjährig als Pflichtschullehrerin tätig, Trainerin für gewaltfreie Kommunikation und „Empathisches Coaching“. Referentin im kindergartenpädagogischen Fortbildungsbe-
reich in der Steiermark.

