

Tipp für Eltern: „Nicht dazwischenquatschen“



Die lieben Kinderlein: Wie Eltern sie mit der richtigen Ansprache erreichen, ist Thema eines Vortrags in Speyer. Foto: dpa

Herr Dr. Rogge, folgende Szene: Das Kind kommt aus dem Kindergarten. Ich frage: „Was habt ihr gemacht?“ und es sagt: „Gespielt.“ Was habe ich falsch gemacht?

Eigentlich haben Sie alles falsch gemacht. Solche Fragen empfindet das Kind als Ausfragen. Die Mutter kann froh sein, dass das Kind das Wort „gespielt“ sagt, sich nicht umdreht und wegläuft. Hinter der Frage ist zwar ein elterliches Interesse, aber kein wirkliches. Kinder brauchen

Raum und Zeit, um etwas zu erzählen. Sie brauchen das Gefühl, dass jemand wirklich interessiert ist. In der Psychologie nennt man das „aktives Zuhören“.

Wie funktioniert „aktives Zuhören“?

Man sitzt mit dem Kind zusammen und zeigt durch Kopfnicken, durch Mimik und Gestik: „Ich bin bei dir“ und „Ich höre dir zu“. Aktives Zuhören heißt auch, nicht dazwischenzuquatschen, wenn ein Kind etwas erzählt. Das wissen die Eltern im Prinzip auch – zum Beispiel beim Gute-Nacht-Ritual, wenn Mutter und Kind oder Vater und Kind Zeit haben und das Kind vom Tag erzählt. Übrigens empfinden Kinder gerade Großeltern als kompetentere Gesprächspartner, weil die Zeit haben, sich auf das Kind einzulassen.

Wenn man aber wenig Zeit dafür hat ...

Man muss Rituale schaffen, in denen man für sich Zeit hat – statt oberflächlicher Fragen. Das Kind kommt aus sich raus, aber nicht direkt nach dem Kindergarten. In dem Moment ist es besser, das Kind erst einmal anzulächeln und in den Arm zu nehmen.

Wie spricht man im Unterschied zu jüngeren Kindern mit Jugendlichen?

Da gilt dasselbe. Es kommt hinzu, dass bei Pubertierenden die Gleichaltrigen wichtig werden, mit denen man quatschen kann. Auch hier werden Großeltern und Paten wichtig, die nicht so dran sind.

Welche Erfolgsschlüssel gibt es für eine gute Kommunikation?

Beziehung ist das A und O. Man zeigt: „Ich habe Zeit für dich und erzähle auch etwas von mir. Ich frage dich nicht nur aus, sondern will Anteil an deinem Geschehen nehmen. Das heißt aber nicht, dass ich alles wissen will. Du kannst dich auch ausleben.“

Also auch eine bestimmte Gleichberechtigung in der Beziehung ...

Mit dem Wort Gleichberechtigung habe ich Schwierigkeiten. Ich finde das Wort „Gleichwertigkeit“ besser. Man ist gleich viel Wert.

Meinen Sie damit eine freundschaftliche Beziehung?

Nein, nicht Freundschaft! Eltern können nicht Freunde der Kinder sein. Kinder finden Eltern, die sich zu ihren Freunden machen, einfach schrecklich. Gleichwertig heißt, voneinander zu lernen: Kinder lernen etwas von den Eltern, was die Kommunikation angeht. Und Eltern lernen etwas von den Kindern, nämlich zum Beispiel authentisch und direkt zu sein, nicht um den heißen Brei herumzureden.

Heißt das auch, Grenzen zu zeigen?

Ja, wir haben momentan so eine Harmonisierung. Sie zeigt sich im Wort „wir“, etwa wenn man zum Zweijährigen sagt: „Wir wollen jetzt schlafen gehen“. Dann nimmt das Kind das ernst und sagt: „Leg dich zu mir“.

Bei älteren Kindern könnte das dann Streit bedeuten.

Ja. Konflikte und Streit gehören dazu. Wichtig ist, dass es Sachkonflikte sind, wie das Aufräumen oder Nach-Hause-Kommen. Eltern und Kinder sollen nicht um oder über die Beziehung streiten. Manche sagen „Mein Kind streitet so heftig“. Ja! Das Kind traut sich das, weil es sich in der Beziehung zu den Eltern sicher ist. Die meisten Eltern haben das nicht erlebt. Streit mit ihren Eltern war verbunden mit Liebesentzug. Aber erst auf der Basis einer festen Beziehung kann man sich herrlich streiten.

Und wie geht gute Kommunikation?

Man soll in Ich-Botschaften reden, kurz und knapp reden und authentisch sein. Das heißt: Mimik und Gestik müssen mit dem Gesagten übereinstimmen. Ein gelächeltes Nein ist kein Nein. Zweites: keine Doppelbotschaften rauslassen. Drittens: Erziehung ist Beziehung. Ich kann nur kommunizieren, wenn ich in Beziehung zu meinem Kind und zu mir selber bin. Vor allem muss man nicht immer die perfekte Mutter oder den perfekten Vater abgeben. Sondern: Jeder ist ein Mensch mit Stärken, aber auch mit Unzulänglichkeiten. Das muss man annehmen. Dann funktioniert Kommunikation. An manchen Tagen besser, an manchen weniger gut. Die Tage, an denen es funktioniert, sollten Eltern genießen. (lacht)

Zur Person

Jan-Uwe Rogge, Sozialwissenschaftler aus Schleswig-Holstein, ist Familien- und Kommunikationsberater sowie Autor von mehr als 15 Büchern über Erziehungsfragen.