PRAXISLEITFADEN FÜR ELTERN UND FACHKRÄFTE

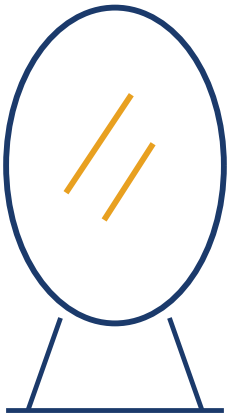
Der Spiegel

Warum Kinder selten auf Worte reagieren – aber fast immer auf Beziehung.

„Kinder hören nicht nur, was wir sagen. Sie erleben vor allem, wie wir ihnen begegnen.“

von Matteo Lencioni

Pädagoge, Systemischer Berater, Psychologe · 20 Jahre Einrichtungsarbeit · Kinder- und Jugendhilfe Bayern



DAS BILD

Ein Spiegel bewertet nicht. Er zeigt.

Heute Morgen haben Sie Ihrem Kind gesagt: „Bleib ruhig.“ Zwei Minuten später sind Sie selbst laut geworden.

Kein Vorwurf. Das passiert in den engagiertesten Familien. Aber es zeigt, wie ein Spiegel funktioniert: Er sagt Ihnen nicht, wie Sie aussehen sollten. Er zeigt lediglich, was gerade da ist.

Genau so wirken Beziehungen auf Kinder. Kinder beobachten Erwachsene sehr genau. Nicht nur ihre Worte. Sondern ihre Stimme. Ihre Körpersprache. Ihre Geduld. Ihre Unsicherheit. Ihre Gelassenheit.

Sie lernen deshalb oft weniger durch das, was wir erklären. Sondern durch das, was sie täglich erleben.

Warum Worte manchmal verlieren

Genau hier entsteht ein Widerspruch.

Erwachsene investieren viel Energie in Erklärungen. Sie sagen: „Rede respektvoll.“ Während sie selbst genervt antworten. Sie sagen: „Hab Geduld.“ Während sie selbst unter Zeitdruck stehen.

Kinder erleben dadurch zwei Botschaften. Eine über Worte. Eine über Beziehung. Fast immer wirkt die zweite stärker.

Kinder folgen selten unseren Erklärungen. Sie orientieren sich an unseren Beziehungen.

AUS DER PRAXIS

„Warum schreist du eigentlich?“

Eine Mutter berichtete, ihr achtjähriger Sohn schreie bei jeder Kleinigkeit. Schon kleine Frustrationen führten zu lautem Protest. Immer wieder erklärte sie ihm, dass man Probleme ruhig lösen könne. Doch nichts veränderte sich.

Im gemeinsamen Gespräch fiel etwas anderes auf: Immer dann, wenn Konflikte entstanden, wurde auch die Mutter lauter. Nicht aus Boshaftigkeit. Sondern aus Überforderung.

Der Junge lernte dadurch unbewusst: In schwierigen Situationen werden Stimmen laut. Nicht weil seine Mutter ihm das beibringen wollte. Sondern weil sie es selbst gerade nicht anders konnte.

Was Eltern häufig überrascht

Kinder übernehmen nicht automatisch das Verhalten ihrer Eltern. Sie orientieren sich jedoch an dem, was Beziehungen ihnen täglich zeigen.

Das bedeutet nicht, dass Eltern an allem schuld sind. Es bedeutet, dass Erwachsene den größten Einfluss darauf haben, welche Beziehung Kinder erleben.

Kinder lernen Beziehung nicht durch Erklärungen. Sie erleben sie.

DER PERSPEKTIVWECHSEL

Warum Beziehung stärker wirkt als Worte

DER SPIEGEL SAGT NICHT, WER SCHULD IST

Er hilft uns zu erkennen, wo Veränderung beginnen kann.

Bindungsforschung und Entwicklungspsychologie zeigen, dass Kinder vor allem in sicheren Beziehungen lernen. Sie beobachten, wie Erwachsene mit Fehlern umgehen, Konflikte lösen, Frustration aushalten, Grenzen setzen und Verantwortung übernehmen.

Diese Erfahrungen werden zum inneren Modell dafür, wie Beziehungen funktionieren. Deshalb verändert Beziehung häufig mehr als die beste Erklärung.

DIE PRAXIS

Bevor Sie reagieren, stellen Sie sich drei Fragen.

1. **Was erlebt mein Kind gerade durch mich?**
2. **Passt mein Verhalten zu dem, was ich vermitteln möchte?**
3. **Welche Beziehungserfahrung nehme ich meinem Kind heute mit?**

Die Haltung dahinter
→ Weniger erklären. Mehr vorleben.
→ Weniger Perfektion. Mehr Authentizität.
→ Weniger Kontrolle. Mehr Beziehung.

Fazit

Ein Spiegel verändert niemanden. Er macht sichtbar, was bereits da ist. Kinder brauchen keine perfekten Erwachsenen. Sie brauchen Erwachsene, die bereit sind, auch ihr eigenes Verhalten immer wieder zu reflektieren.

Denn Kinder lernen nicht nur, wie wir mit ihnen umgehen. Sie lernen, wie Menschen grundsätzlich miteinander umgehen.

Kinder hören unsere Worte. Aber sie glauben unseren Beziehungen.

Kinder sehen uns nicht so, wie wir sein möchten. Sondern so, wie wir ihnen begegnen.

WEITERFÜHREND

PERSÖNLICHE FACHBERATUNG

Wenn Sie in einem Fall feststecken oder Orientierung für Ihre Familie suchen: Ich biete Fachberatung für Fachkräfte und Familien an.

Pädagoge, Systemischer Berater, Psychologe · 20 Jahre Einrichtungsarbeit · Kinder- und Jugendhilfe Bayern

WEITERE METAPHERN DER REIHE

- Die Feuerwehr – Wann sollte ich reagieren?
- Der Eisberg – Was steckt wirklich dahinter?
- Der Kompass – Wie gebe ich Orientierung?
- Der Gärtner – Was braucht Entwicklung?
- Der Kapitän – Wer hält den Kurs?
- Der Rucksack – Welche Last trägt mein Kind?
- Der Echo – Welche Muster gebe ich weiter?
- Der Anker – Wie entsteht Sicherheit?
- Der Leuchtturm – Wie werde ich zu einer verlässlichen Orientierung?

BÜCHER ZUM THEMA

„Kinder sehen, die sonst niemand sieht“ und die Arbeitshilfe „Starke Wurzeln“ – für alle, die tiefer einsteigen möchten.

LITERATUR & VERTIEFUNG

Bandura, A. (1977): Social Learning Theory. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

Tronick, E., Als, H., Adamson, L., Wise, S. & Brazelton, T. B. (1978): The Infant's Response to Entrapment between Contradictory Messages. Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 17 (1).

Stern, D. N. (1985): The Interpersonal World of the Infant. New York: Basic Books.

Bauer, J. (2005): Warum ich fühle, was du fühlst. Hamburg: Hoffmann und Campe.

Watzlawick, P., Beavin, J. H. & Jackson, D. D. (1969): Menschliche Kommunikation. Bern: Huber.

Gerhardt, S. (2004): Why Love Matters. How Affection Shapes a Baby's Brain. Hove: Brunner-Routledge.