

Reden und reden lassen

- *die Kunst der Kommunikation mit Kindern*

Hier erfahren Sie mehr zum Thema:

[Mühlán, Das große Familien-Handbuch](#)
[Reden und reden lassen – Kommunikation mit Kindern](#)
[Vortrag 1516](#)

(CD oder Download mit Seminarunterlagen)

Bei den Eheseminaren von Team.F stellen wir immer wieder fest, dass ausgerechnet das Gespräch zwischen den Ehepartnern zu den größten Herausforderungen gehört. Wenn es nun den Eltern schon so schwer fällt, offen und wertschätzend miteinander zu sprechen und aufeinander einzugehen, wie mag dann das Gespräch mit ihren Kindern aussehen?

Gut zuhören

Schon der Schreiber des Jakobusbriefes wusste, dass es darauf ankommt, ein guter Zuhörer zu sein: „Jeder Mensch sei schnell zum Hören, langsam zum Reden, langsam zum Zorn“ (Jakobus 1,19).

Dieser Vers nennt interessanterweise die drei wesentlichen Bereiche von Kommunikation: hören, reden und nonverbale Botschaften.

Zuhören ist eine der wichtigsten Aufgaben für Eltern! Wenn Sie Ihren Kindern nicht zuhören, werden sie sich jemand anders suchen! Jeder braucht jemanden, der ein offenes Ohr für ihn hat.

Schon Babys haben das Bedürfnis, sich mitzuteilen und ernst genommen zu werden. Ich erinnere mich, wie ich mich – meine fünf Monate alte Marie auf dem Schoß haltend - mit einigen Freunden aufgeregt unterhalte. Es dauert nicht lange, da kräht die Kleine dazwischen, so, als wenn sie etwas zum Gespräch beitragen wolle. Ich schaue ihr aufmerksam in ihre blauen Augen und antworte. „Großartig, was du mir erzählst. Ich wünschte mir nur, ich könnte dich besser verstehen.“ Na, und jetzt geht es erst richtig los! Mit wilder Gestik erzählt sie mir alle Erkenntnisse ihres kurzen Lebens. Auf diese Weise fühlt sich ein Kind angenommen und wird von Anfang an ermutigt, sich mitzuteilen.

Kleine Kinder sind glücklicherweise noch sehr direkt. Insgeheim wünsche ich mir, dass die Großen ähnliche Signale setzen, wenn sie sich zu kurz gekommen fühlen. Wenn meine damals vierjährige Tirza den Eindruck hatte, ich hörte nicht richtig zu, fasste sie mir in den Bart und drehte meinen Kopf so, dass ich ihr in die Augen schauen musste. Dann gab ich mir aber alle Mühe, ein guter Zuhörer zu sein!

Eltern nehmen die Anliegen und Probleme ihrer Kinder oft zu leicht. „Das ist doch nicht so schlimm!“ oder „Wenn du groß bist, hast du alles wieder vergessen!“ sagen sie leichthin.

Dabei grübeln und leiden Kinder genauso wie Erwachsene.

Haken Sie ihre Fragen und Probleme nicht einfach als „Kinderkram“ ab. Nehmen Sie diese Anliegen ernst. Ein Kind, das einen verständnisvollen Zuhörer findet, fühlt sich geborgen und kann zuversichtlich in die Zukunft schauen. Ein Kind, das ermutigt wird, seine Empfindungen zu äußern, kann sie besser verarbeiten.

Ermöglichen Sie Ihrem Kind, zu den Privilegierten zu gehören, die zu Hause Aufmerksamkeit und Wertschätzung erfahren! Das wird Ihre „Familienbande“ enger knüpfen und das Kind vor anderen „Banden“ bewahren.

Natürlich muss ein Kind auch belehrt werden - aber manchmal hat es keine „Predigt“ nötig, sondern braucht jemanden, der ihm anerkennend zuhört. Schlechte Zuhörer haben laufend Patentantworten und fertige Urteile parat und verstehen es, ihre Erwachsenenweisheit so herauszustellen, dass ein Kind alle Lust verliert, sich weiter zu unterhalten. Hat Ihnen ein Kind auch schon einmal entgegengeschleudert: „Mit dir kann man nicht reden. Du weißt ja doch alles besser.“?

Wenn Sie zu schnell mit Ihrer „Weisheit“ zur Stelle sind, müssen Sie sich unbedingt bremsen und sich sagen: „Ich will alles erfahren, was mein Kind denkt und empfindet. Also halte ich den Mund und lass’ es ausreden!“ Jede vorschnelle Unterbrechung könnte Ihnen wichtige Informationen vorenthalten.

Mit folgender Frage können Sie sich im Zaum halten und Ihrem Kind noch mehr entlocken: „Das hört sich ja interessant an. Kannst du mir mehr darüber erzählen?“

Worte sind Symbole dessen, was im Herzen vor sich geht. Gute Zuhörer achten über die Worte hinaus auf Gefühle, die dahinter stehen und auf deren Ursachen. Beim Zuhören gehen sie zwei Fragen nach: „Was empfindet mein Kind?“ und „Warum empfindet es so?“

Wenn Sie Ihrem Kind auf diese Weise zuhören und zum Reden ermutigen, dann spürt es: Ich werde geliebt! Wenn es das weiß, fühlt es sich in seinem Selbstwertgefühl bestätigt. Und wenn es sich wohl fühlt, ist es in der Lage, zu der Persönlichkeit heranzureifen, die Gott beabsichtigt hat!

Gute Fragen stellen

Aber was, wenn Kinder nicht viel erzählen? Dann sollten Sie lernen, bessere Fragen zu stellen!

Schlechte Fragen können einfach mit „Ja“ oder „Nein“ beantwortet werden. Gute Fragen sind offen, geben also keine Antwort vor. Es ist klüger, zu fragen: „Was hast du heute erlebt?“, als: „Hattest du heute einen guten Tag?“.

Die erste Frage fordert das Kind auf zu erzählen, was es beschäftigt und was ihm wichtig war, während die zweite mit einem kurzen „Hmm“ oder „Nö“ beantwortet werden kann. Fragen, die Antworten offenlassen, fördern Kommunikation. In sich abgeschlossene Fragen lassen ein Gespräch gar nicht erst aufkommen, weil sie mit einem Wort beantwortet werden können.

Als Gedankeanstoß hier einige Gegenüberstellungen: Statt „Geht es dir gut?“ lieber „Du siehst traurig aus. Erzähl mal, was los ist.“

Statt „Na, endlich alles erledigt?“ lieber „Du hast lange über den Schularbeiten gesessen. Was hat dir so viel Mühe gemacht?“

Statt „War es schön bei deiner Freundin?“ lieber „Was habt ihr miteinander gespielt?“

Und wenn Sie Fragen stellen, dann bitte nicht so, dass Ihr Kind meint, es würde verhört. Sie wollen doch nicht, dass es sich gleich wieder verschließt.

Sie gewinnen das Vertrauen Ihres Kindes eher, wenn Sie es nach seiner Meinung zu bestimmten Dingen fragen. Jeder fühlt etwas, hat eine Meinung und kennt die von anderen.

„Wie denkst du über das und das?“ oder „Was ist deine Meinung zu...“

Wenn das Gespräch schwer fällt, fragen Sie geschickter Weise zunächst, was andere denken, bevor Sie persönlich werden: „Sag mal, wie denken deine Freunde darüber?“ Über andere zu sprechen fällt leichter, als gleich über sich zu reden.

Selbst, wenn Sie etwas unmöglich finden und ganz anderer Meinung sind, sollten Sie nicht gleich mit Ihrem Urteil kommen, sondern lieber antworten: „Das ist ein interessanter Standpunkt. Hast du weiter darüber nachgedacht?“

Diese Art Gespräch hilft jedem Familienmitglied, den anderen besser kennen zu lernen und sich zu öffnen.

Gut erzählen

Wem zugehört wird, kann selbst ein guter Zuhörer sein. Kinder, deren Erzählbedürfnis befriedigt ist, sitzen auch ganz gerne und lauschen, wenn vorgelesen oder erzählt wird. Vorlesen ist eine Vorstufe zum Erzählen und etwas, was im Fernsehzeitalter in vielen Familien einfach fehlt. Lesen Sie gute Kinderbücher vor. Hinterher können Sie über das reden, was Sie gemeinsam geschmökert haben. Der nächste Schritt ist, wechselweise einen Teil vorzulesen und einen selbst zu erzählen. So können Sie sich im Erzählen üben. Denn: Vorlesen ist schön, erzählen noch viel schöner! Wer gut erzählen kann, gewinnt seinen Zuhörer auf Anhieb.

Beobachten Sie Kinder verschiedener Alterstufen genau, lernen Sie ihre Welt besser kennen und ihre Sprache sprechen. Wer mit Kindern spricht, braucht eine einfache, bildreiche Sprache und muss Gefühle beschreiben können.

Spicken Sie Aussagen immer wieder mit Beispielen: „Du bist ja flink wie eine Rakete!“, „Du sperrst dein Mäulchen auf wie ein Vögelchen im Nest!“ oder „Du meckerst wie eine aufgeregte, kleine Ziege, der man das Futter weggenommen hat!“

Humor ist dabei sehr wichtig. Merken Sie sich gute Witze und nette Anekdoten und lachen Sie viel miteinander.

Erzählen Sie aus Ihrem Leben. Jüngere und ältere Kinder sind brennend daran interessiert, was ihre Eltern angestellt und gedacht haben, als sie in ihrem Alter waren.

„Papa, erzähl mal von früher. Ja, als du noch zur Schule gegangen bist. Oder wie du Mama kennen gelernt hast!“

Fällt es Ihnen schwer, frei aus Ihrem Leben zu erzählen? Dann nehmen Sie sich doch die Fotoalben oder Dias von früher vor und beschreiben Sie, welche Erlebnisse sich hinter den Bildern verbergen.

Aus dem eigenen Leben zu erzählen ist wichtig! Denn es ist eine ideale Möglichkeit, ganz zwanglos Ihren Lebensstil weiterzugeben: von Ihren Niederlagen, Ihren Lernschritten und Ihren Idealen zu reden. Aber ehrlich bleiben und nicht übertreiben oder etwas vertuschen. Kinder, die Ihre Eltern lieben und achten, bewahren die Erzählungen als Vorbild oder Warnung im Herzen. Sie werden deren Prinzipien auf ihren eigenen Lebensstil übertragen.

Dr. Eberhard Mühlhan