

Helga Kohler-Spiegel, Feldkirch, h.kohler-spiegel@ksnet.at

Montag 14. Mai 2012, Schulheim Chur, Masanserstrasse 205, Chur

Redetext (aus Datenschutzgründen ohne Fallbeispiele). Es gilt das gesprochene Wort.

Stärke statt Macht

Oder: **Wie wir unerwünschtem Verhalten von Kindern begegnen können**

Ich danke Ihnen für die Einladung hier zu Ihnen und für die Begrüssung.

Sie sind Tag für Tag mit „unerwünschtem“ Verhalten konfrontiert, sie erleben es im Alltag.

„Stärke statt Macht“ nimmt einen Zugang zum Thema auf, der viel mit uns als Erwachsenen zu tun hat. Haim Omer hat dieses Thema ausgefaltet, Remo Largo, Jesper Juul... Denn uns selbst können wir bewegen, ändern – andere nicht (wirklich).

Wir selbst: Stärke statt Macht

In Ihrem Elternsein, in Ihrer Arbeit hier im Schulheim haben Sie schon viele Momente von Ohnmacht erlebt, dessen bin ich mir sicher. Sie haben vielleicht auch schon Momente erlebt, in denen Sie sich „Allmacht“ gewünscht hätten. Unsere Realität als Menschen heisst, nicht „allmächtig“, aber auch – bis auf (hoffentlich) wenige Momente im Leben – nicht „ohnmächtig“ sein. die Realität heisst „teilmächtig“ zu sein: Wir können etwas bewirken, wir können etwas verändern... - aber halt nur teilweise. Dies anzunehmen, ist Voraussetzung für unsern heutigen Abend: Ich bin teilmächtig, ich kann etwas verändern.

Damit sind wir schon beim Kern: „Stärke statt Macht“ öffnet den Blick auf uns als Personen, als Erwachsene. Wir bleiben im Kontakt mit den Kindern, egal, was auf mich zukommt. Mit einem anderen Schlagwort ausgedrückt, könnten wir sagen: „Beziehung bildet die Basis für Erziehung“. Das ist eine hohe Anforderung, weil dies bedeutet, dass ich gerade dann, wenn es schwierig wird, mich nicht zurück ziehe, sondern standhalte. Es gibt kein Rezeptbuch, das genau sagt, was zu tun ist, sondern ich als Person bin wichtig, ich halte stand. Z.B. Wenn Sie pubertierende Kinder zuhause haben, kennen Sie das: Niemand weiss, ob der Satz oder die Geste in einem Moment gerade richtig ist, aber wichtig ist, dass ich selbst innerlich nicht zurückweiche, dass ich standhalte, dass ich die Situation durchstehe.

Regeln können helfen, sie bleiben wichtig, aber sie ersetzen nicht die Beziehung. Keine Hausordnung ersetzt mir die Konfrontation, es gibt kein Regelwerk, das verhindert, dass das Kind austesten muss, wer der Stärkere von uns beiden ist. Ich als Person bin gefragt.

Aber – wir werden etwas verlangsamen, ich mag Sie mit verschiedenen Gedanken anregen, nehmen Sie bitte einfach die Gedanken auf, die Ihnen hilfreich sind:

- Das unerwünschte Verhalten...
- Das betroffene Kind – Die Sprache der Kinder verstehen
- Der Kern: Meine Person – Meine Stärke
- Wie das unerwünschte Verhalten bei den Eltern bzw. im Team wirkt
- Was das im und mit dem System macht
- Und was hilft.... – Stärke statt Macht

1 Das unerwünschte Verhalten...

Es ist, finde ich, bereits die erste und eine besondere Herausforderung, das „unerwünschte Verhalten“ genau zu beschreiben. Als Eltern oder als Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Schulheim sind Sie ja immer Betroffene dieses Verhaltens, und das Betroffensein erschwert das genaue Hinsehen und die genaue Beschreibung.

Ich lade Sie gleich ein mitzudenken: Wenn ich mich einen Moment zurücklehne und zu beschreiben versuche, welches unerwünschte Verhalten mir in der vergangenen Zeit entgegengekommen ist:

- Was nehme ich genau wahr?
- Wie beginnt das Verhalten?
- Was nehme ich wahr, bevor ich dieses Verhalten sehe?
- Gibt es Symptome zur Ankündigung oder kommt es ohne „Vorwarnung“?
- Ist genau das ein wichtiges Element des Schwierigen, dass es so überraschend kommt?
- Steigert sich dieses Verhalten?
- Wie ist sein Verlauf?

Dann kann ich auch fragen:

- Gibt es Interventionen, gibt es ein Verhalten, das in diesem Moment hilfreich ist, die Situation besser macht?
- Gibt es Interventionen, gibt es ein Verhalten, das in diesem Moment kontraproduktiv ist, die Situation schlechter macht?
- Gibt es Interventionen, gibt es ein Verhalten, das in diesem Moment keine Wirkung zeigt, weder besser noch schlechter, sondern keine Veränderung für die Situation bringt?

Oft ist es gut, gemeinsam diese Szenen „unerwünschten Verhaltens“ in Worte zu fassen und zu beschreiben. Heute Abend erinnere ich Sie einfach daran: genau hinzusehen und zu beschreiben. Manchmal können wir ja solche Situationen nicht einfach „lösen“, sondern wir fragen: Was ist besser als die Situation selbst, was ist schlechter, was ist gleich gut? Und was schafft überhaupt ein wenig Luft?

Wahrnehmen und beschreiben was ist. Natürlich können wir noch erweitern:

- Was ist aufgrund des Krankheitsbildes, aufgrund der besonderen Bedürfnisse des Kindes nicht hilfreich, was könnte hilfreich sein?
- Wie reagieren die anderen Kinder? Welche Dynamik löst dieses Verhalten bei anderen Kindern aus?
- Verändert sich das unerwünschte Verhalten, wenn andere Personen dazu kommen?
- Wird es für mich anders, wenn andere, Kolleginnen und Kollegen oder vorgesetzte Personen dabei sind?

Also: Verschiedene Ebenen spielen mit, alle diese Aspekte beeinflussen das Thema.

2 Das betroffene Kind: Die „Sprache“ der Kinder verstehen“

Ein Kind setzt sich und seine Bedürfnisse, seine Gefühle, sein Empfinden in Szene. Es drückt sich mit den Möglichkeiten aus, die es zur Verfügung hat. Als Erwachsene können zu verstehen versuchen, was das Kind sagen will – was seine Not ist, seine Angst, sein Wille, wenn es ein solches Verhalten zeigt. Vielleicht klingt es komisch für Sie, aber: Wenn ich zu verstehen versuche, was mir das Kind auf seine Art „in Szene setzt“, sagen will, nur dann kann ich das Kind verstehen und passend darauf antworten...

Ein kurzes Fallbeispiel.

Die Sprache des Kindes verstehen lernen, bedeutet: Was will das Kind sagen, was kann das Kind nicht anders ausdrücken als auf diese Weise?

Noch ein kurzes Fallbeispiel. Ein Kind zeigt ein „unerwünschtes“ Verhalten, als Elternteil oder als Fachperson kann ich das Kind zu erziehen versuchen, immer wieder, ich kann ermahnen, loben... Ich kann zugleich auch zu erfassen versuchen, was das Kind durch dieses Verhalten ausdrücken will, was es vielleicht nur so ausdrücken kann. Und dann wird sichtbar, dass das Kind durch dieses Verhalten oft „erzogen“ wird. Anstelle von „Beziehung“ erlebt das Kind vor allem „Erziehung“: „mach schneller“, „sei nicht so laut“, mach langsam“, geh dorthin“, „mach das...“. Vielleicht ist es öfters möglich: Einen Moment das Kind direkt anzusehen, wahrzunehmen, einen Blick auf gleicher Augenhöhe oder ein paar Sätze auszutauschen, ohne erzieherischem Anliegen...

Es wird nicht immer funktionieren – leider. Das perfekte Rezept gibt es nicht. Aber viele Schulen in unserem Bereich haben darauf umgestellt: Stärke, ich bin in mir verankert, und ich lasse mich ein auf die Beziehung mit dir...

3 Der Kern: Meine Person – meine Stärke

Intensive Gefühle verändern unsere Wahrnehmung. Jeder Gedanke, den ich denke oder wahrnehme oder ausspreche oder höre, muss zuerst an den Gefühlen, d.h. am limbischen System vorbei. Wenn ich wahrnehme, dass ein Kind unerwartet aggressiv agiert, dann geht diese Wahrnehmung zuerst an meinen Gefühlen vorbei, bevor ich dieses Verhalten als solches realisiere. Und damit ist schon klar, damit sind zum Verhalten des Kindes bereits meine Gefühle aktiviert: Ärger oder Angst oder Ohnmacht... Meine Resonanz geschieht in Bruchteilen von Sekunden, und sie ist nicht identisch mit den Reaktionen anderer, weil eben die Trigger, die auslösenden Impulse individuell sind. Oder anders gesagt: weil jede Wahrnehmung, jeder Gedanke zuerst an den eigenen Gefühlen vorbei muss, die wiederum geprägt sind von meiner Geschichte, von meinen Erfahrungen über all die Jahrzehnte meines Lebens.

Diese meine Erfahrungen sind häufig verinnerlicht und abgelagert in „Glaubenssätzen“, in innerlich geronnenen Richtlinien zu meiner Orientierung. Wenn ich das Verhalten meines

Kindes, eines Schülers oder einer Schülerin wahrnehme, dies in mir Gefühle von Ohnmacht auslöst, und das noch verbunden ist mit einem Glaubenssatz in mir: „Wenn ich mir nur genug anstrengte, ist alles zu schaffen.“ Oder „Frauen müssen halt viel aushalten und tragen.“, dann wird verständlich, wie unterschiedlich der Umgang mit der Situation sein kann.

Also – es ist unverzichtbar, mich ein bisschen zu kennen, meine eigenen Gefühle (z.B. wie spüre ich Ohnmacht, Zorn, Angst...), Denkmuster (z.B. ich verstumme im Konflikt...) und „Verarbeitungen“ (z.B. so Glaubenssätze „ich muss schwierige Situationen selbst lösen...“) sowie – vor allem: mich selbst ernst zu nehmen.

Im Pädagogischen Bereich, vor allem in der Arbeit mit Jugendlichen mit besonderen Bedürfnissen, müssen Lehrpersonen (und vermutlich auch manchmal Eltern) verlieren können. Das meint kein schwaches, oder gar ängstliches Zurückweichen, sondern: Kann ich verlieren? Und was mache ich, wenn ich merke, da kann ich mich nicht mehr mit Macht durchsetzen?

Es sagt sich leichter als es ist: Ich bleibe in der Beziehung und ich halte stand. Haim Omer hat für diese Situationen sogenannte „sit ins“ entwickelt. Ich bleibe vor Ort, ich setzt mich hin, ich halte stand, ich sage kaum etwas, aber ich zeige, dass ich da bin, dass ich keine Angst habe, auch wenn ich nicht weiss, was als nächstes passiert, ich lasse mich nicht „verrückt machen“, ich lasse mir Zeit – wenn möglich, ich hole Luft zum Nachdenken – wenn möglich. Das braucht höchste Anstrengung: Standhalten, verlieren können, keine Angst haben – und: Ich bleibe ich Beziehung.

Dennoch gibt es natürlich Grenzen, falsches Verhalten bleibt falsch, egal wem gegenüber. Es bedeutet eben nicht, falschem Verhalten zuzustimmen oder „klein beizugeben“.

Ein kurzes Fallbeispiel.

4 Wie das unerwünschte Verhalten bei den Eltern bzw. im Team wirkt

Ich brauche die Wahrnehmung meiner selbst. Ich brauche die Wahrnehmung meines Gegenübers. Und ich brauche die Kolleginnen und Kollegen. Also – wir sind beim Elternpaar, wir sind beim Team. In all diesen Situationen ist es gut, nicht allein zu sein. Ein Partner, Angehörige, eine Freundin bzw. helfende Personen sowohl im privaten System als auch ein Team (inklusive vorgesetzter Person) im beruflichen Bereich sind nötig: Das Gegenüber hilft,

die eigene Wahrnehmung zu überprüfen, eigene Gefühle zu verstehen, indem wir sie aussprechen, abgleichen, auf Gemeinsamkeiten und Unterschiede hin verstehen: „Mir geht es so...“ „Geht es Dir auch so?“ „Kannst Du das verstehen, dass es mir so geht...?“ Das Gegenüber, das Team hilft uns, Variationen im Verhalten zu entwickeln, miteinander im Austausch werden wir sicherer, indem wir nicht verstummen, nicht vereinsamen...

5 Was das im und mit dem System macht

Damit müssen wir noch ganz kurz auf die Ebene des Systems schauen. Auf Systemebene geht es immer wieder darum zu sehen, wie bleiben wir handlungs- und steuerungsfähig, wo liegen Möglichkeiten, gemeinsam oder durch einzelne Personen (mit besonderen Funktionen im System) die Situation zu verändern und/oder zu begrenzen. Dies gilt für Familien – manchmal kann die Mama gerade nichts beeinflussen, aber die Oma schon... Dies gilt für Teams. Manchmal wird sichtbar, dass das Team der Lehrpersonen und Betreuungspersonen zusammen die Belastung reduzieren kann, manchmal ist klar, es braucht die Leitungsperson zur Veränderung. Manchmal ist es genau wichtig, dass jemand von aussen eingreift, manchmal ist das genau falsch. Leider lässt es sich nicht nach Lehrbuch sagen.

Und wieder - ein kurzes Fallbeispiel.

Im System fragen wir: Wer hat das Problem? Wer ist Teil des Problems? Wer ist Teil der Lösung? Wenn ich als erwachsene Person Teil der Lösung bin, muss ich dafür aushalten, dass ich auch ein bisschen etwas vom Problem abbekomme. Ich kann nicht Teil der Lösung sein wollen, ohne mich auf das Problem einzulassen. Wenn ich den Eindruck habe, es wird mir zu viel, ist es manchmal gut zu fragen: Wo zeigt sich das Problem? Wer hat das Problem? Bin ich Teil der Lösung? Wer könnte zur Lösung beitragen? Die klaren Fragen können entlasten...

Leitung: Im System spielen die Leitungspersonen eine wichtige Rolle, da diese einen jeweils zentralen Platz zu besetzen hat und Modell ist für diese Haltung: Stärke statt Macht.

Leitungspersonen – wie Eltern – sind für die Definition und Durchsetzung der Spielregeln in der Familie bzw. im Team ganz wichtig. Sowohl die konkreten Regeln als auch die informellen Bewertungen sind von Bedeutung.

6 Und was hilft.... Wie können wir unerwünschtem Verhalten begegnen

6.1 Wahrnehmen und ernstnehmen – in aller Klarheit

Es klingt einfach, wenn wir sagen, wahrnehmen und ernstnehmen sind wichtig. Ich kann nur zu Stärke finden, wenn ich hinschaue – und manchmal andere einbinde. Dazu gehört die Klarheit. Es macht mich meist bereits stark, wenn ich die Situation genau verstehe, wenn ich klar habe, worum es geht, dann ist schon viel gelöst.

6.2 Zugang zu meinen eigenen Gefühlen und Glaubenssätzen

Nicht sehr überraschend, dass ich nochmals auf den Umgang mit den eigenen Gefühlen und die Klarheit dabei zurückkomme. Wenn ich meine Gefühle kenne, meine Muster und meine Verarbeitungen, kann ich mich einlassen, manchmal auch verändern. Auch das schafft Stärke. Also – wenn ich meine eigenen Gefühle (z.B. wie spüre ich Ohnmacht, wie Zorn, wie Angst....), meine eigenen Muster (z.B. ich verstumme im Konflikt...), meine Glaubenssätze (ich muss schwierige Situationen selbst lösen....) kenne, stärkt mich das.

6.3 Fachwissen hilft

Natürlich hilft es im Umgang mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen, auch Fachliches über deren besondere Bedürfnisse zu wissen. Zugleich: Fachwissen darf nicht verhindern, dass ich genau auf das Kind schaue.

6.4 Die Sprache des Kindes verstehen

Der Blick geht dabei vom Kind aus: Was zeigt das Kind? Was braucht das Kind? Wie kann ich verstehen, was das Kind durch sein Verhalten ausdrücken will, was es nicht anders sagen kann?

Es ist ja nicht einfach, als Eltern besonders, dass das eigene Kind anders ist, so sehr, dass ich manchmal nicht verstehen kann, was das Kind erlebt und vor allem, was es mir mitteilen will.

6.5 Team und System – und die jeweiligen Regeln

Natürlich brauche ich die anderen Menschen, wie ich schon gesagt habe, um Wahrnehmungen auszudrücken und abzugleichen, um „zu reden“.

Regeln sind auf dieser Ebene angesiedelt: Falsches Verhalten bleibt falsch. Ein Kind verstehen zu wollen, heisst ja nicht, dass plötzlich unerwünschtes Verhalten richtig wird. Es braucht

Regeln, was in der Schule gilt, was beim Essen gilt (für die Kinder und für die Erwachsenen), und was auf dem Pausenhof gilt. Diese Regeln schaffen einen Rahmen und Orientierung. Aber es ist auch wichtig zu sehen, dass die Regeln einen Raum schaffen, in dem wir uns bewegen können. Oder in einem Bild gesagt: Ich kann wie ein Polizist am Rand stehen und schauen, dass kein Kind über den Rand geht. Oder ich achte auf die Regeln, und bin aber auch mit dabei, den Raum innerhalb der Grenzen zu „bespielen“, in Kontakt zu kommen, zu lachen und zu streiten...

Einen Raum schaffen, der Grenzen hat, hat ja den Sinn, dass innerhalb dieses Raums Begegnung möglich ist. *Und noch ein kurzes Fallbeispiel.*

Also – welche Regeln brauchen wir zuhause wirklich? Welche in der Schule? Regeln sollen helfen, einen Raum zu schaffen, in dem wir leben können. Das ist wichtig. Aber es wäre schade, wenn wir zu sehr Hüterinnen und Hüter der Grenzen sind.

6.6 *Unterstützung durch die vorgesetzte Person*

Die vorgesetzte Person kann helfen, Belastungen einzuordnen, neue Ideen zu finden... Sie kann (als nicht direkt betroffene Person) zu verstehen helfen, was sich da bei einem Kind gerade zeigt, welche Herausforderung es da gerade zu lösen gilt.

6.7 *Und immer wieder: Hilfen*

Die Veränderung liegt schon darin, dass wir zwischen „Problemen“ und „Herausforderungen“ unterscheiden. Lösungsorientiert heisst nicht, dass ich für jedes Problem eine Lösung habe, sondern dass ich im Problem zu verstehen versuche, was sich da zeigt, was da gelöst werden möchte. *Ein kurzes Fallbeispiel.*

Es gibt sinnvolle Lösungen im System und weniger sinnvolle. Es gibt Menschen, die suchen bei Schwierigkeiten die Lösung ausserhalb („Wir brauchen mehr Personal“), oder innerhalb im System („Was können wir als Team, als Eltern tun, damit es besser wird?“), oder bei sich („Was kann ich tun?“, manchmal auch „Was habe ich falsch gemacht?“). Meist geht es auch hier nicht um „richtig-falsch“, sondern darum, miteinander zu verstehen, welche Lösung jetzt tatsächlich hilfreich ist, was die Situation besser machen kann.

Der erste Schritt ist und bleibt: Nicht zu verstummen, miteinander besprechen, Austausch und Intervention, Aus- und Fortbildung... Aber natürlich auch: regelmässige Bewegung oder andere Formen des persönlichen Ausgleichs, Beziehungen und Freizeit... Und, nicht zu unterschätzen:

Humor, Lachen – Lebendigkeit. Dafür müssen wir Erwachsene etwas tun, gerade die Lebendigkeit, die Leichtigkeit und der Humor fallen uns nicht in den Schoss.

7 Schluss

„Stärke statt Macht“ – ich könnte auch nochmals sagen: Wir sind „teilmächtig“, nicht mehr und nicht weniger; wir können etwas bewirken. Regeln können helfen, aber sie ersetzen nicht die Beziehung. Deshalb meint „Stärke statt Macht“, selbst als Person Stand zu halten. Es erfordert Lebendigkeit – eine lebenslange Aufgabe, ich mag sie bewusst gleich nochmals betonen. „Stärke statt Macht“ beinhaltet, etwas über mich selbst zu wissen, manchmal in Distanz zu mir selbst gehen zu können und vor allem Sorge für sich selbst zu haben.

Ich bleibe im Kontakt mit mir, ich bleibe im Kontakt mit Dir. Das ist eine Lebensaufgabe. Leben und Arbeiten mit herausfordernden Kindern zwingt uns ständig, uns auch mit uns selbst zu beschäftigen, es ist wie ein „Selbsterfahrungstraining“. Um die Kraft für diese Aufgabe zu bewahren, wünsche ich Ihnen ganz viel Gutes, vor allem aber eine grosse Portion Humor und jemanden zweiten, mit dem Sie lachen können. Danke für Ihre Aufmerksamkeit.

Literatur – sehr exemplarisch:

Omer, Haim, Autorität durch Beziehung. Die Praxis des gewaltlosen Widerstands in der Erziehung, Göttingen 2010

Omer, Haim, Stärke statt Macht. Neue Autorität in Familie, Schule und Gemeinde, Göttingen 2010