



Bibiana Falkenberg,  
Psychologin, Supervisorin und Coach  
typischfamilie@zweiundmehr.at

## TYPISCH FAMILIE?

# ERZÄHL MIR WAS: ICH VERSTEHE DICH!

## PHILIPP

kommt am Nachmittag von der Schule nach Hause. Die Frage seines Vaters, wie es denn in der Schule gewesen sei, beantwortet er mit „okay“. Auch darauf folgende Fragen entlocken ihm keine Informationen über die Geschehnisse des Tages. Sophie ist beim Abendessen nicht zu stoppen, sie erzählt, was sie alles im Kindergarten erlebt hat, egal ob ihre Eltern ihr zuhören oder nicht. Sarah kann mit den Fragen ihrer Mutter nichts anfangen. Sie schaltet auf lautlos und hängt ihren eigenen Gedanken nach.

Wer kennt das nicht, das Gefühl, dass das, was man im Gespräch hinüberbringen will, einfach nicht ankommt, nicht gehört wird, ins Leere geht. Die gleiche Sprache zu verwenden, heißt noch lange nicht, eine gemeinsame Sprache zu sprechen.

Ein gutes Gespräch mit Kindern zu führen, ist keine Selbstverständlichkeit. Doch es gibt sie – diese brillanten Momente, die uns vor Augen führen, welche Bereicherung es ist, jemanden mit Worten zu erreichen und so Nähe zu schaffen.

## KOMMUNIKATION

Durch das Gespräch wird die Beziehung zum Kind gestaltet, gleichzeitig ist es aber auch eine wichtige Erziehungs- und Bildungsschiene.

Studien haben ergeben, dass durch intensive Gespräche die kognitiven Prozesse und Sprachkompetenzen stimuliert werden.

Wie schon Paul Watzlawick, der berühmte Kommunikationswissenschaftler, formuliert hat, „kann man nicht nicht kommunizieren“, d.h. Kommunikation passiert immer, sowohl mittels der gesprochenen Sprache als auch der nichtgesprochenen. Blickkontakt, Mimik, Gesichtsausdruck, Körperhaltung, Gestik etc. bestimmen ganz wesentlich die Qualität eines Gesprächsverlaufes.

Sobald Gedanken in Worte verwandelt werden, ist der Verlust des ursprünglich Gedachten vorprogrammiert. Wenn dann die Worte gesprochen werden, in Folge gehört und dann verstanden werden, kommt es mit jedem Schritt zu einem weiteren Verlust von Information. Wie im Spiel „Stille Post“, wenn eine ganz andere Mitteilung verstanden wird, als sie primär gedacht worden wäre.

Darum ist nicht das wahr, was ich als Elternteil gemeint habe, sondern das, was bei meinem Kind angekommen ist.

## KINDER ERREICHEN

Jedes Kind hat sein ihm eigenes Gesprächsverhalten. Auch die Gesprächsbereitschaft ist von Kind zu Kind unterschiedlich. Dazu kommt, dass die jeweilige Tagesverfassung, unmittelbare Ereignisse und Erlebnisse u.v.m. mitgestalten.



Fotos: istockphoto.com



Wenn Sie Fragen und/oder Meinungen rund um das Thema Familie haben, schreiben Sie an: [typischfamilie@zweiundmehr.at](mailto:typischfamilie@zweiundmehr.at) oder an das Familienmagazin ZWEI & MEHR, c/o Kinderbüro Steiermark, Karmeliterplatz 2, 8010 Graz.

Kindern zu signalisieren, dass man als Ansprechperson zur Verfügung steht und für ein Gespräch bereit ist, sollte mittels Körperhaltung, einem aufmunternden Satz u.ä. hilfreich unterstützt werden. So wird dem Kind ohne Druck Gesprächsbereitschaft signalisiert. Am wichtigsten ist es, Raum und Zeit zu schaffen, damit ein gewolltes Gespräch zustande kommt. Zeit zum Sprechen, Nachdenken, Fragen stellen – mit einem Wort Verlangsamung der Kommunikation ohne Zeitdruck – ermöglicht die Bereitschaft und erhöht das Verständnis.

## ZUHÖREN, UM WIRKLICH ZU VERSTEHEN

Michael Ende beschreibt das Zuhören-Können in seinem Buch „Momo“ folgendermaßen: „Momo konnte so zuhören, dass dummen Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, was den anderen auf solche Gedanken brachte, nein, sie saß nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme...“

Jemandem wirklich zuzuhören, bedeutet auf die tiefere Bedeutung zwischen den Zeilen und Worten zu horchen. Den Menschen wahrzunehmen und sich in ihn hineinzusetzen. Zu erfassen, was wirklich gemeint ist und ausgedrückt werden soll, bezogen auf die Person und nicht auf die Wirkung. Wer vom anderen wirklich gehört wird, fühlt sich anerkannt, wertgeschätzt und beachtet.

## ELTERN

In Gesprächen mit Kindern ist neben dem Zuhören auch hilfreich, das Gesagte zusammenzufassen und auf Gefühle einzugehen, um zu überprüfen, ob man das, was das Kind gemeint hat, auch wirklich verstanden hat. Wichtig ist, dass auf die Äußerungen von Kindern in einer altersgemäßen Sprache geantwortet, gefragt und Stellung genommen wird, damit Verstehen möglich ist.

Kinder merken sehr schnell, ob sie wirklich gehört werden, und sie öffnen sich nur dann, wenn sie das Vertrauen haben, dass sie so, wie sie sind, akzeptiert werden. Machen Kinder schon von klein an immer wieder die Erfahrung, nicht wirklich gehört zu werden, erwarten sie das auch nicht mehr als Jugendliche. Familiäre Sprachlosigkeit ist somit nicht plötzlich da, sie entwickelt sich.

## KINDER

Aber auch Kinder müssen lernen, empathisch zuzuhören. Voraussetzung dafür ist, dass sie vor allem am Vorbild der Eltern gelernt haben, dass es spannend sein kann, zu erforschen, was der/ die Andere wirklich sagen will. Dass es toll ist, wenn man nicht nur auf die Worte, sondern auch auf die Gefühle eingeht und so auch selbst seine Emotionen einbringen kann. Und dass es bereichernd ist, wenn man erkennt, dass Menschen sich in brillanten Momenten so zeigen können, wie sie sind.

## ALBANISCH

### Tipike Familjare: Një bisedë e mirë

Të realizohet një bisedë e mirë me fëmijët nuk është e vetkuptueshme. Të përdorësh një gjuhë të njëjtë, nuk do të thotë aspak të flasësh gjuhën e përbashkët. Komunikimi ndodh përherë, si nëpërmjet gjuhës së folur ashtu edhe nëpërmjet asaj të pafolur. Pasi që të fliten fjalët, si pasojë, të dëgjoen dhe pastaj të kuptohen, me secilin prej këtyre hapave, vie deri te një humbje e informatës. Prandaj, nuk del si e vërtetë ajo që unë si prind e kam menduar, por ajo që ka mbërritur te fëmija im. Gjëja më e rëndësishme është, që të krijohet hapësirë dhe kohë, në mënyrë që të realizohet një bisedë e dëshiruar. Në bisedat me fëmijët, krahas dëgjimit, ndihmon shumë edhe që të përmblihen gjërat e thëna si dhe të merren parasysh edhe ndjenjat, në mënyrë që të provohet/verifikohet se a është kuptuar ajo që ka menduar ta thotë fëmija. Fëmijët e vërejnë shumë shpejt, se a po i dëgjoni dhe ata hapen vetëm atëherë kur e fitojnë besimin/bindjen se pranohen të tillë siç janë. Mirëpo edhe fëmijët duhet të mësohen të dëgjojnë në mënyrë empatike. Parakusht për këtë është, që ata para së gjithash, duke marrë shembull nga prindërit, të kenë mësuar se mund të jetë shumë argëtuese të zbulohet se çfarë dëshiron të thotë në të vërtetë tjetri/tjetra.