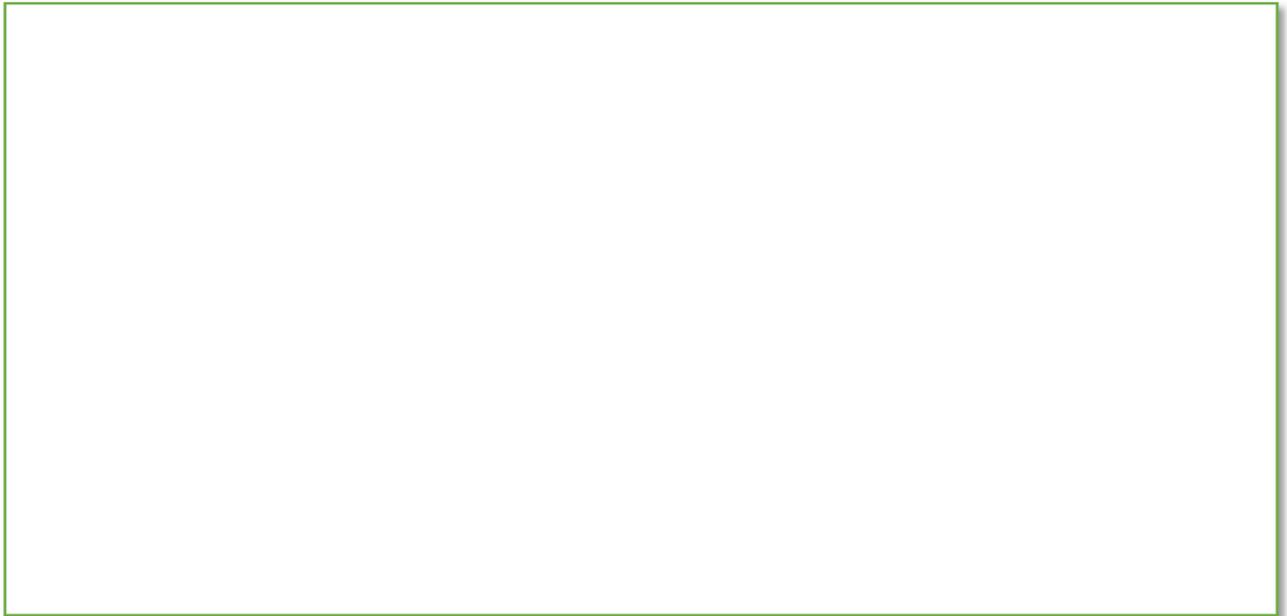


Siebte Einheit

Konflikte mit Kindern

Eine Übung:

Malen sie eine Situation, die typisch für einen Konflikt mit ihrem Kind ist. Lesen Sie bitte erst im Anschluss die Fragen, die ich an Sie stelle!



Wenn Sie sich nun Ihre Skizze ansehen...

- Was fühlen Sie?
- Welche Rollen nehmen Sie ein?
- Um welche Grenzen geht es?
- Sind Regeln unklar?
- Um was geht es in dem Konflikt wirklich?

Konflikte die sich permanent wiederholen:

Wenn sich Konflikte immer wieder an dem gleichen Thema wiederholen, so ist das meist ein Konflikt auf struktureller Ebene (dazu mehr im Text oder Podcast).

7. Konflikte mit Kindern

Dies ist nun der letzte Teil dieser Reihe. Sie haben wahrscheinlich schon bemerkt, dass sich fast alles um das Thema Konflikte handelt. Das hat mit meinem Blickwinkel zu tun. Ich arbeite vor allem im Bereich der Konfliktbearbeitung und habe deswegen meine Konfliktbrille auf. Wenn Sie sich noch an die erste Einheit erinnern, geht es um Konflikte, die entwicklungspezifisch angelegt sind. Kinder durchlaufen Entwicklungsphasen und fordern in diesen Phasen bestimmte Zugänge und Handlungen ein. Wie in den ersten Lebensmonaten Ihr Kind Ihre Nähe will und braucht, so ist es in der Pubertät die Sicherheit und die Orientierung, die es testet und sucht. Im zweiten Teil dieser Reihe haben Sie die Gefühle mitbekommen. Unsere Sinne und Gefühle teilen uns auf der personalen Ebene mit, dass etwas geändert werden müsste. In der dritten Einheit geht es vor allem um Rollenbilder, die wir von uns und unseren Kindern haben. Sind wir coole Eltern? Hoffentlich nicht! Sie sind liebende und sorgende Eltern und im Kontakt mit Ihren Kindern. Dazu brauchte es die vierte Einheit zu den Grenzen. Kontakt entsteht, wenn wir eine Grenze also eine Kante haben. Gibt es keine Grenze, finden Kinder keinen Kontakt und „taumeln“ von einem Kontakt zum nächsten. Die 5. Einheit beschäftigte sich mit den Regeln, die mit den Werten verbunden sind. Vielleicht haben Sie sich mittlerweile auf einige Familien-Regeln einigen können. Dazu brauchen Sie die Kommunikation. Wie sprechen wir miteinander? Bringen wir uns in ein Gespräch ein oder spalten wir uns ab? Existieren wir in der Beziehung? Gibt es da auch ihr Kind?

Heute geht es um die Auseinandersetzung mit den Kindern und wie diese gelingend geführt werden kann. Der Aufbau dieser Reihe ist die Grundlage für eine gelingende Konfliktbearbeitung.

1. **Ihre Haltung** zum Konflikt ist die Basis für alles, was da auf Sie zukommt. In der ersten Einheit finden Sie dazu eine besondere Einladung. Sie führen die Konflikte, weil Sie sich dabei selbst weiter entwickeln wollen. Es geht also nicht darum, das Kind einzuhegen oder gerade zu biegen. Sondern auch um Sie!

Mit dieser Haltung haben Sie die fantastische Möglichkeit, mit Ihrem Kind einen weiteren Schritt zur Entwicklung Ihrer selbst zu machen. Führen Sie die Konflikte um Ihrer Selbst willen.

Das gilt auch für Sie als Vorbilder. Ihre Kinder, wie auch Sie selbst lernen überwiegend durch Nachahmung. Das ist nicht schlimm, denn als soziale Wesen sind Sie auf das Gegenüber angewiesen und achten deswegen besonders auf die Menschen, die Ihnen wichtig sind. Rivalität oder Wettbewerb (Konkurrenz) sind auch eine Form der Nachahmung. Aus diesem Grund brauchen Kinder lebendige Beispiele, dass Streit normal ist und nicht gleich in die Katastrophe führt. Im Anhang habe ich Ihnen ein sehr schönes Buch von Dagmar Geißler empfohlen. Dabei geht es um den Streit der Eltern. Haben Sie bitte Meinungsverschiedenheiten, Ärger aufeinander, fühlen Sie sich genervt von Ihrer*m Partner*in und versöhnen Sie sich bitte wieder vor den Kindern. Für Kinder wird es existenziell, wenn das Gegenüber massiv abgewertet wird, Verachtung ausgeübt oder nur noch dann gestritten wird, um eine Trennung zu begründen. Eltern zu erleben, die sich nie streiten, ist für Kinder ebenfalls problematisch. Denn jedes Kind braucht den Streit, um sich mit Grenzen, anderen Meinungen oder der eigenen Entwicklung auseinander zu setzen. Erfahren sie nur „gewaltfreie“, abgeklärte und unzugängliche Eltern, so geht das Vertrauen in die Beziehung verloren. Das streitende Kind wäre ständig in einem Defizit. Systemisch ist es noch fataler, denn Kinder übernehmen unbewusst den nicht ausgetragenen Konflikt und machen ihn sich zu eigen.

2. Um was geht es eigentlich? Wenn Sie mit Ihrem Kind in einen Konflikt geraten, dann ist das wesentlich, was Sie dabei wahrnehmen. Ihr Kind trödelt wieder einmal am Morgen. Sie erleben Ihr Kind wie es in einer Zeitlupe in den Tag startet. Sich anzuziehen, wirkt wie ein Martyrium. Das Frühstück einzunehmen veranlasst in Ihnen die Angst, dass der Becher, der in ungeheurer Langsamkeit gen Mund bewegt wird, vielleicht noch stehenbleibt und nicht mehr weiterkommt, usw. Wenn Sie hier eine Brüllkaskade loswerden, kann es zu einer kurzfristigen Beschleunigung kommen, die dann aber bei dem Anziehen der Schuhe oder dem Zusammensuchen der Schulsachen zu einer noch gesteigerten Verlangsamung führt. Um was geht es? Ihr Kind ist sehr langsam am Morgen? Sie sind sehr gestresst? Wichtig: Sie können diesen Konflikt auf keinen Fall in diesem Augenblick besprechen. Was Sie in der Situation machen können: tief durchatmen, Ihren Gefühlen Ausdruck verleihen und hoffen, dass Ihr Kind Ihr echtes Gefühl akzeptiert und auch über das eigene spricht. Sie können aber nicht weiter darauf eingehen, denn Ihr Kind hat eine Schulpflicht. Zu dem Begriff „Echt“ möchte ich noch erwähnen, dass manche Ratgeber Ihnen ein paar Gefühle an die Hand geben, die Sie zwar benutzen können, doch langfristig wird damit Ihre Glaubwürdigkeit zerstört. Ärgern Sie sich lieber gegenseitig und versuchen Sie das Beste draus zu machen. Ohne Gewalt und Abwertung bringen Sie Ihr Kind immer noch in die Schule oder den Kindergarten. Nur, klären können Sie diesen Konflikt nicht! Wenn Sie dann am Abend oder Nachmittag eine gemeinsame Zeit finden, besprechen Sie diese Auseinandersetzung. Vielleicht ist es auch ein Thema für die Familienkonferenz.

Wenn Sie z.B. am frühen Abend die Ruhe und Zeit haben, den Konflikt zu besprechen, stellen Sie einfach fest: „Heute Morgen hatten wir einen heftigen Streit. Wir haben es nicht geschafft rechtzeitig aus dem Haus und zur Schule zu kommen. Darüber will und muss ich mit Dir jetzt sprechen.“ Ich vermute, Sie werden keine Begeisterungstürme dafür ernten. Doch bleiben Sie dran und holen Sie sich die Einwilligung von Ihrem Kind für das Gespräch. Wichtig ist es, einen Zeitrahmen von vielleicht 30- 45 Min. auszumachen. Stellen Sie sich auch eine Uhr in die Nähe. Der Zeitrahmen gibt Ihnen und Ihrem Kind die Sicherheit, dass nach dieser Zeit weitergespielt oder gearbeitet werden kann. Ist das Thema in diesem Zeitrahmen nicht zu klären, so ist der Konflikt in einer Familienkonferenz besser aufgehoben.

Um was geht es? „Heute Morgen hatten wir einen heftigen Streit. Wir haben es nicht geschafft rechtzeitig aus dem Haus und zur Schule zu kommen. Darüber will und muss ich mit Dir jetzt sprechen.“

Mein/ Dein Gefühl: In den vorher gehenden Einheiten habe ich über das Gefühl geschrieben. **Was fühlen Sie in diesem Augenblick**, wenn sie mit Ihrem Kind sprechen? Ich freute mich meist, dass wir das jetzt klären können. Es kann auch sein, dass ich noch ziemlich ärgerlich war, da ich mich gekränkt gefühlt habe. Es hatte auch Situationen gegeben, in denen ich mich geschämt hatte, da ich verbal getobt habe. Mit der Benennung des Gefühls entsteht Kontakt. Wir verhindern die „Schuldsschleife“. Wir sind dann bei uns und nicht beim „Schuldigen“, den*die wir anklagen wollen. Es ist für Kinder gut, wenn wir anfangen. Warten Sie bitte nicht darauf, dass Ihr Kind seine*ihre Gefühle schildert. Da sind Vorleistungen einfacher als ein Machtspiel über die Gefühle. Das Gefühl bleibt auch so stehen, wie es genannt wurde. Es gibt keine Diskussion, ob es berechtigt ist oder nicht. Wenn Ihr Kind Ihnen Vorwürfe macht, fragen Sie ihn*sie nach dem Gefühl. Wenn Sie nur Vorwürfe machen, halten Sie inne und benennen Sie Ihr Gefühl. Wenn diese Konfliktbearbeitungsmethode eingeführt wurde, werden sie ihre

Kinder darauf aufmerksam machen. Das Schema hänge ich ihnen an diese Seiten an.

Was steckt dahinter?

In unserem Grundschul- und KiTaprojekt haben wir für diese Phase eine Referenzfigur. Den Adler, der aus seiner Draufsicht die Dinge entdeckt, die wir im ersten Moment nicht sehen. Es geht um die Frage: Was hat alles in den Konflikt hineingespielt? Bzw. was hat dazu beigetragen, dass dieser Streit so eskaliert ist? In dieser Phase tragen Sie gemeinsam alle Faktoren zusammen, die Ihnen einfallen. Ich bin da immer wieder von den Kindern überrascht. Sie haben oft eine große Gabe, die Dinge zu sehen, die wir Erwachsene ausblenden. Es braucht nur den geschützten Rahmen dafür. All die Dinge, die in dieser Phase angesprochen werden, können auch auf ein Papier geschrieben und in die Mitte des Tisches gelegt werden. Am Ende der Sammlung finden sich viele Themen. „Ich komme zu spät ins Bett“; „Ich erwarte selbstständiges Handeln.“ „Ich bin traurig, weil meine beste Freundin, mein bester Freund in der anderen Gruppe ist.“, „Mich nervt die Lehrkraft, da sie an mir immer nur herum kritisiert.“ „Ich bin völlig entnervt, da ich einen neuen Kollegen bekommen habe, der schon eine Stunde früher im Büro ist und so tut, als würde ich zu spät kommen.“ Sie können die Liste fortsetzen und Ihnen fallen bestimmt noch einige Aspekte ein, die hineingespielt haben.

Was brauche ich, was brauchst Du damit wir morgen und in den nächsten Tagen besser starten können? Hier geht es um die konkrete Umsetzung Ihrer beiden Bedürfnisse. Es geht nicht um eine Lösung! So kann es für Ihr Kind eine Sanduhr sein, an der es erkennt, wie viel Zeit es noch hat. Der Verzicht auf einen Medienkonsum am Morgen. Ein früheres Zubettgehen kann für beide hilfreich sein. In den meisten Fällen finden Eltern wie Kinder konkrete Vereinbarungen, die sie dann auch umsetzen. Klar, kann es manchmal auch um eine Entschuldigung für ein Fehlverhalten gehen. Nur bei einer Konfliktbearbeitung hilft die reine Entschuldigung nicht weiter, denn die Ursache für das wiederkehrende Problem würde dabei nicht bearbeitet.

Dies sind nun die vier Schritte, die sich in unserer langjährigen Arbeit herauskristallisiert haben. Damit finden Sie konkrete Wege für ein angenehmeres Leben miteinander. Der Konflikt hat dazu beigetragen, dass sie und ihr Kind in eine Verantwortung für den gemeinsamen Morgen gegangen sind. Ähnlich ist es bei vielen anderen Alltagskonflikten.

Es gibt Konflikte, die sich immer wiederholen. Sie fühlen sich wie in einem Hamsterrad gefangen. Sie haben eine berechtigte Angst vor einer Eskalation. Die Zwänge werden immer mehr. Der Druck nimmt zu. Solche Konflikte sind selten von selbst zu bearbeiten. Wir nennen sie „strukturelle Konflikte“. Es geht dabei um Rollen, Zeit, Raum oder Macht. **Ein Beispiel:** Sie haben sich von Ihrer*in Partner*in getrennt und das Kind ist hauptsächlich bei Ihnen. Sie beginne eine neue Beziehung und Ihr*e neue*r Partner*in möchte, dass Ihr Kind sie*ihn als Mama oder Papa anspricht. Wenn Sie sich Ihrer Rolle klar sind, unterbinden Sie ein solches Begehren. Ihre neue Beziehung hat vor allem mit Ihnen zu tun. Er oder sie kann keinesfalls diese gewünschte Rolle einnehmen. Es ist weder für das Kind noch für Sie selbst akzeptierbar, da Ihre Beziehung keinerlei Verantwortung für die Erziehung des Kindes hat. Er*sie kann Vertrauen aufbauen, doch nur in der Rolle als Ihr*e Freund*in. In solchen

Rollenunklarheiten liegt oft ein Keim der Gewalt. Kinder sind in diesem Fall sehr klar und würden sich weigern. Das kann bis in die Verachtung gegenüber dieser Person gehen. Der Vertrauensverlust überträgt sich auch auf Sie selbst. Damit wäre sehr früh Ihre erzieherische Durchsetzungsfähigkeit gefährdet. Um sich dann aber durchzusetzen, wählen dann Erwachsene das Mittel der Züchtigung, um doch noch in diese Rolle zu gelangen. Das gelingt nicht und so wiederholen sich diese Prozesse bis in die massive Eskalation. Dies zu unterbrechen, braucht externe Hilfe. Dafür gibt es Erziehungsberatungsstellen.

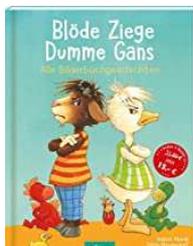
Wir sind nun am Ende angelangt. Wenn sie einen Teil der Tipps umgesetzt haben, verfügen Sie nun über ein Gefühlsrad, Regeln, die sichtbar aufhängen, eine regelmäßige Besprechung (Familienkonferenz) und nun am Ende eine sehr effektive Methode um Konflikte zu besprechen.

Ich wünsche Ihnen weiterhin viele fruchtbare, konstruktive Auseinandersetzungen mit Ihren Kindern. Vergessen sie nicht, damit wachsen wir.

Literaturempfehlungen:



Dagmar Geißler: Manchmal gibt es einfach Streit,
In dem Buch streiten sich die Kinder und die Eltern. Es wird beschrieben, welche Ängste es beim Kind auslöst und welche Normalität ein Streit auch hat.



Isabell Abedi: Blöde Ziege, Dumme Gans,
In dem Bilderbuch wird deutlich, dass wir uns über uns ärgern müssen, um eine lebendige Beziehung miteinander zu haben. Eines der wunderbaren Bücher, das nicht mit dem pädagogischen Zeigefinger sofort einen Streit in die moralische Nische steckt.

Auf meiner Seite habe ich eine Liste von Büchern zur Scheidung: <http://fit-for-conflict.de/wp-content/uploads/2019/10/scheidung15.pdf>



Karl-Heinz Bittl: Konflikte konstruktiv bearbeiten, eine allgemeine Einführung in den ATCC-Konfliktbearbeitungsansatz.

Zu erhalten über info@eiccc.org