

Gespräche mit Eltern achtsam und ressourcenorientiert führen

Gesprächserfahrungen mit Eltern und Erzieher/innen aus Workshops und Vorträgen ■ Angesichts der aktuellen Lebenssituation mit existenziellen Verunsicherungen, Unwägbarkeiten und Ängsten werden Gespräche zwischen Eltern und Erzieherinnen/Erziehern, sowie eine Kita übergreifende Elternarbeit an Bedeutung gewinnen – das Bedürfnis nach Orientierung, Sicherheit, Achtsamkeit, Zuversicht und menschlichem Miteinander wird ein zentrales Thema sein.



Marie-Anne RaitheI

Heilpraktikerin für Psychotherapie, EMDR-Therapeutin (DGMT / VDH), Coach/systemische Ausrichtung (DVNLP) Trauma sensible Begleitung von Kindern in Institutionen Autorin des Fachbuchs HERZWESEN®-Lernen mit allen Sinnen

Auf eine nicht absehbare Zeit müssen aktuell alle mit großen Veränderungen umgehen lernen. Insbesondere Eltern müssen ihr Familienleben komplett neu organisieren. Ohne die Möglichkeit zu haben, ihr Kind in die Kita zu bringen, im Austausch mit den Bezugserziehern/-erzieherinnen über die kleinen und großen Sorgen zu sein, müssen sie Wege und neue Strukturen innerhalb kürzester Zeit finden, für alles, was bereits gut etabliert war und für das es tägliche Abläufe gab. Soziale Kontakte sind für alle nahezu nicht möglich – Spielen mit Freunden, die Großeltern besuchen, Familie und Freunde einladen, all dies geht nicht – und die Eltern sind in dieser Zeit die einzigen Bezugspersonen für ihre Kinder.

» [...] für die Zeit nach der Krise wird es eine große Aufgabe von Erziehern/Erzieherinnen sein [...] den Raum für Gespräche in der KiTa neu zu gestalten.«

Das Leben von Kindern und Eltern hat sich unvorhersehbar in kürzester Zeit verändert – für die Zeit nach der Krise wird es eine große Aufgabe von Erziehern/Erzieherinnen sein und auch eine

Chance für alle, den Raum für Gespräche in der KiTa neu zu gestalten.

Als Kursleiterin des sozial-emotionalen Kompetenztrainings HERZWESEN®-Lernen mit allen Sinnen stehe ich Kindern, Eltern und Fachkräften zur Seite und spanne rund um Themen von psychosozialer Entwicklung, Erziehungs- und Ernährungsfragen und Förderung von sozial-emotionalen Kompetenzen, insbesondere für den Übergang von der Kita zur Grundschule, den Bogen auf. Die Förderung von Achtsamkeit, das Erleben von Selbstwirksamkeit, Zukunftsoptimismus und Selbstvertrauen stärkt die psychische Widerstandsfähigkeit aller im System Kita. So ist es möglich sich von Belastungen, steigendem Stress, Krisensituationen, häufigen Veränderungsprozessen ohne anhaltende Beeinträchtigungen auch wieder zu erholen.

Als systemischer Coach unterstütze ich Erzieher/innen in Coachings und Workshops dabei, ihre Fachkompetenzen in spezifischen Kontexten und themenübergreifend zu erweitern. Ein besonderer Fortbildungsschwerpunkt ist es, Achtsamkeitsangebote mit dem Fokus auf Selbstfürsorge für Erzieher/innen zu integrieren, damit die täglichen Herausforderungen und Stresssituationen leichter gemeistert werden können und eine einführende Beziehung zu sich selbst, den Kindern und ihren Eltern wohlwollend gestaltet werden kann – eine achtsame Haltung ist eine wichtige Grundlage für eine gelingende Gesprächskultur!

Eine achtsame Haltung im Gespräch im Hier und Jetzt- was ist das?

Die beste Weise, sich um die Zukunft zu kümmern, besteht darin, sich sorgsam der Gegenwart zuzuwenden. (Thich Nhat

Hanh) Im Hinblick auf die existenziellen Themen in unserer Welt ist gerade im System Kita für alle eine achtsame Haltung sehr hilfreich. In den Gesprächen mit Eltern, Kindern und auch im Team sowie bei der Reflexion eigener Gedanken und Gefühle ist der Fokus auf den gegenwärtigen Moment gerichtet.

Wenn Elternarbeit in dieser Zeit besonderer Herausforderungen so gestaltet wird, dass neben Schwierigkeiten auch die Potenziale erlebbar werden, ist Weiterentwicklung und Wachstum möglich.

Gestaltendes Miteinander im Gespräch als Ressource

Erfahrbar wird häufig auf Seiten der Erzieher/innen, dass es ein wahrer Balanceakt ist, Elternarbeit und Gespräche so zu gestalten, dass Wünsche und Bedürfnisse nach Klärung, Ansätze für Veränderung mit Worten einführend begleitet werden. Die Achtsamkeit für die Sprache und eine hohe Sensibilität für die Macht und Wirkung von Worten entscheidet darüber, ob Eltern im Gespräch offen und präsent bleiben. Wenn Gefühle und Bedürfnisse zwischen den Worten hängen bleiben, wird deutlich, dass genau an dieser Nahtstelle Irritation, Überforderung, Unverständnis, Enttäuschung sichtbar werden. Es erscheint mir bedeutend für die Elternarbeit zu sein, weniger Gespräche auf Lösungen zu fokussieren, als vielmehr ein gestaltendes Miteinander zu praktizieren, das beide Seiten bereichert. Dann sitzen sich zwei Menschen gegenüber, die Verhalten und Emotionen eines Kindes gemeinsam verstehen wollen. Akzeptanz sowie Wertschätzung und Würdigung werden dann auch spürbar.

»Die größte Ressource liegt in jedem Menschen selbst.« (Marie-Anne RaitheI)

→ KITA-MANAGEMENT // ELTERNGESPRÄCHE FÜHREN

Gestaltung von Gesprächen

Gespräche mit Eltern sind bedeutend und bieten immer auch Momente für Perspektivwechsel, wenn zwei Menschen so miteinander in Kontakt treten, dass sie voneinander lernen können. Wertschätzung im Austausch über die Entwicklung des Kindes lässt die Ressourcen um das Kleine, Gute würdigen und Hilfestellungen mit Zuversicht ins Gespräch bringen. Verbunden mit Eigenschaften wie Offenheit, Präsenz, Akzeptanz und Mitgefühl gelingt es so vielmehr im gegenwärtigen Augenblick urteilsfrei mit sich selbst und Eltern in Kontakt zu treten.

» Die Achtsamkeit für die Sprache und eine hohe Sensibilität für die Macht und Wirkung von Worten entscheidet darüber, ob Eltern im Gespräch offen und präsent bleiben.«

Die Chance besteht darin, sich in das »Hier und Jetzt« einzufühlen – Geschehnisse und Ereignisse aus der Vergangenheit sind vorbei – die Zukunft noch nicht erreicht. Das Gedankenkarussell wird gestoppt, Herz und Verstand werden frei, das Vertrauen in die eigenen Kompetenzen und Intuition werden gestärkt.

Wenn sich Erzieher/innen einen Moment zum Innehalten Zeit nehmen und ihr eigenes Befinden reflektieren, entwickeln sie auch ein Verständnis für sich selbst und akzeptieren, dass sie nicht immer gleich gut ausbalanciert, nicht immer optimal eingestellt und vorbereitet auf jedes Gespräch sein können. Die eigenen Grenzen werden erfahrbarer, ein achtsamer Umgang mit sich selbst und anderen rückt mehr in den Fokus, Überforderung kann besser vermieden werden.

Ob nun ein Elterngespräch darüber ansteht, weil der 5-jährige Max sich nicht in eine Gruppe integrieren lässt oder die 6-jährige Nina wieder einnässt, obwohl sie schon lange vorher trocken gewesen ist, das Ansprechen von Problemen, wenn z.B. Aggressionen und Gewalt von einem Kind ausgehen und Erziehern/Erzieherinnen eigene Grenzen spüren lassen – die Anlässe und Themen für persönliche Gespräche sind sehr vielfältig. Auch wenn manches Mal nur eine kurze Zeit für ein Gespräch zur Verfü-

→ KOOPERATION DURCH BITTEN STATT DURCH FORDERUNGEN

Um Inhalte in einem Elterngespräch so zu gestalten, dass beide Seiten mit dem Eigentlichen in Kontakt kommen, ist es wichtig eine Beziehungsebene zu finden und Dinge wie sie auch gerade sind anzunehmen. So werden beide Seiten gesehen, gewürdigt und fühlen sich auch in ihrem eigenen Sosein ernst genommen. Aus dem Herzen heraus, als Bitte und nicht als Forderung, können Dinge angesprochen werden – dies ist z.B. auch ein wichtiger Schritt in der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Der wesentliche Unterschied zwischen Bitte und Forderung liegt in der Wahlfreiheit. Wird die Bitte mit einer Haltung einer Offenheit im Ergebnis vermittelt, können im Gespräch auch Widerstand, Verweigerung, Rebellion oder Irritation vermieden werden und einen echten Austausch möglich machen.

gung steht, werden direkt wichtige Dinge im Elterngespräch achtsam angesprochen und Eltern haben das Gefühl, dass ihre Meinung dazu auch wichtig ist. Sie fühlen sich ernst genommen!

Die eigene Reflexion

Gerade in diesen Zeiten ist es eine Art der Psychohygiene sich erst einmal selbst gut zu reflektieren und sich selbst die Frage zu stellen, was genau in diesem Elterngespräch geschehen soll. Was genau ist der Wunsch und das Bedürfnis für dieses Gespräch? Möchte ich die Mutter informieren, etwas klären, sie um etwas bitten? In einem weiteren Schritt kann es bedeutend sein, für sich selbst zu vollziehen, wieviel Raum lasse ich auch meinem Gegenüber, wenn eine Mutter von ihren Erfahrungen im häuslichen Umfeld und in der Freizeit berichtet. Dann ist es ein gestaltendes Miteinander von zwei Menschen, die sich respektvoll begegnen. So ist es möglich in den Erfahrungsaustausch zu gehen, um eine Ressource auch im Kita-Alltag nutzbar zu machen. Was dann manches Mal geschieht, ist auch erstaunlich und lässt im Kontakt auch Wege eröffnen. Neue individuelle Möglichkeiten können miteinander entdeckt werden – insgesamt werden Kompetenzen aller erweitert.

Konkret an einem Beispiel möchte ich aus meiner Praxiserfahrung mit Elterngesprächen berichten und die Integration neuer Sichtweisen aufzeigen.

Fallbeispiel, Mädchen 5 Jahre alt

Die Kita gibt den Eltern die Empfehlung zur Teilnahme an dem sozial-emotionalen Kompetenztraining. In der Kita sind bereits regelmäßige Gespräche mit den Eltern geführt worden. Eine 1:1 Betreuung wird in Erwägung gezogen,

da das Kind in eine Großgruppe kaum integrierbar ist. Das Mädchen wird als rechthaberisch und andere bevormundend beschrieben. Es soll Spielsachen wegnehmen, in Mal- und Spielprozesse vorlaut eingreifen und Kinder in ihrer freien Entfaltung einschränken. Auf Empfehlung der Kita haben die Eltern ihr Kind dem SPZ vorgestellt. Eine langwierige und in verschiedene Richtungen gehende Diagnostik hat weder Verhaltensauffälligkeiten noch eine andere Störung gezeigt. Die Gespräche zwischen Kita-Leitung und Eltern sind festgefahren. Ängste werden in den Gesprächen auf beiden Seiten deutlich. Das Training bekommt eine übergroße Bedeutung für Eltern und Kita, da die 5-Jährige immer heftiger mit Verhaltensweisen reagiert, die zu massiven Ausgrenzungen der Kinder untereinander führen.

In einem Elterngespräch vor Start des Trainings erzählt mir die Mutter davon, dass auch sie ihr Kind bevormundend zu Hause und in der Freizeit erlebe. Sie könne ihr Kind nicht



Abb. 1: Kinder drücken ihre Bedürfnisse und Gefühle in Bildern aus.

KITA-MANAGEMENT // ELTERNGESPRÄCHE FÜHREN ←

verstehen, und nun habe das SPZ nach einem halben Jahr keine klare Diagnose stellen können. Die Aussage der Oberärztin, dass sie ein hochsensibles Kind habe, findet sie bei all den großen Belastungen ausweichend. Als ich die Mutter darum bitte, davon zu erzählen, was ihre Tochter gut kann und worin sie begeisterungsfähig ist, nehme ich eine deutliche Entspannung in ihr wahr. »Sie sei sehr kreativ, male gerne, setze ganz feinsinnig Farben ein und erzähle dann auch Geschichten zu ihren Bildern,« sagt die junge Mutter. Dies tue sie gerne, auch in ihrer Freizeit. Nun spricht sie auch von ihrer eigenen Betroffenheit, wie viel Angst sie hat, wenn ihre Tochter in ihrem Sosein von anderen Kindern immer mehr ausgegrenzt werde. Eine 1:1 Betreuung sei etwas wie ein Stempel auf dem Kopf zu haben »Ich bin nicht in Ordnung« und ihre Scham und auch das Leid dahinter werden sichtbar. Nach ihrem Wunsch für ihre Tochter gefragt, antwortet die Mutter, dass diese auch eine Chance habe in der Gruppe ihren Platz zu finden.

→ WICHTIG

Wenn es im Gespräch gelingt auf Augenhöhe darüber zu sprechen, was genau Angst, Unbehagen u.a. auslöst, worin Hilflosigkeit und Verzweiflung liegen, wird ein Raum zwischen beiden Menschen für das geöffnet, was uns alle auch letztlich wieder verbindet – für ein Miteinander, das auch den Raum für Gefühle öffnet.



Abb. 2: Bilder eignen sich ideal als Instrument zur Kommunikation mit Kindern.

Im Training hat es mir geholfen, genau hinzuschauen, was geschieht, wenn die sechs Kinder aufeinandertrafen. Die 5-Jährige wurde in den Momenten unterstützt, wenn sie sich selbst nicht mehr gut reguliert bekommen hat. Es passierte tatsächlich Erstaunliches, denn das Mädchen nahm sehr viel mehr wahr, was geschah und sprach dann über ihre Gefühle und Bedürfnisse. Wenn sie andere Kinder tadelte, nahm sie dann auch den Rückzug eines Kindes, ein anderes Mal dessen Traurigkeit wahr.

Sie selbst spürte mehr ihre eigenen Gefühle von Traurigkeit und Alleinsein und ließ sie aussprechen, wie gerne sie auch in der Gruppe sei. Kleine Annäherungen an die Gruppe erfolgten. »Ich male gerne«, sagte sie dann auch und fassbar wurde wie sehr sie auch den aktuellen Moment genießen konnte. Sie wirkte offener und interessiert an Kontakt mit den anderen Kindern. Der Spaß und die Freude mit allen Sinnen Erfahrungen beim Malen und Geschichten erzählen zu machen, entdeckte die 5-Jährige als Fähigkeit und Ressource für sich. Sie inspirierte auch die anderen Kinder und begeisterte die ganze Gruppe Neues auszuprobieren.

Was für mich als Leiterin in dem sozial-emotionalen Kompetenztraining sichtbar wurde war ein Loyalitätskonflikt, in dem das Mädchen stand und sie in Form von sich wiederholenden Mustern dazu veranlasste, die Starke, die Überlegene sein zu müssen. Es war der Konflikt der Mutter, für den sie glaubte Verantwortung zu übernehmen. Die Überforderung der Mutter in ihrem Homeoffice-Job sowie eine mangelnde Durchsetzungskraft gegenüber dem Chef waren bereits am Morgen Dinge, mit denen die Tochter vor der Kita in Telefonaten konfrontiert war. Gefühle von Traurigkeit, Hilflosigkeit und Ängsten wurden im Umgang mit anderen in den Kita-Alltag verschoben. Sie zeigten sich in Phänomenen von Rechthaberei, Bevormundung u.a., die einen geduligen Weg der klein(st)en Schritte mit viel Aufmerksamkeit, Offenheit, Akzeptanz und Achtsamkeit von Kita-Leiterin, Kindesmutter und mir erforderten. Gerade dies hat allen auch geholfen, das Verhalten und die Emotionen des Mäd-

chens zu verstehen, zu würdigen und in Gesprächen auch so zu kommunizieren. Das Angebot von weiterführenden Gesprächen über örtliche Träger wurden vonseiten der Kita für die Familie möglich gemacht.

» In dieser multimedialen Welt [...] ist die Entwicklung einer Gesprächskultur der Achtsamkeit sowie eine Haltung von Wertschätzung und Würdigung unabdingbar.«

Fazit

Auf der Seite der Erzieher/innen werden eine hohe Belastbarkeit, gute Kommunikationsfähigkeiten sowie eine hohe Sensibilität, Intuition und Empathie sowie auch eine multiprofessionelle Ausrichtung gefordert. Eine Erzieherin brachte es in einer Fortbildung einfach auf den Punkt: »Ich soll von morgens gleich mit der Ankunft bis am Nachmittag beim Abholen für alle Anliegen immer ein offenes Ohr haben. Ich habe keine fünf Minuten mal einfach durchzuatmen.« Die Kommunikation zwischen Eltern und Fachkräften ist ein besonders sensibler Bereich. Vertrauen in eigene Kompetenzen, enorme Widerstandsfähigkeit, eine besondere Einfühlung in die unterschiedlichsten Themen sowie eine gute Reflexionsfähigkeit werden verlangt. In dieser multimedialen Welt mit vielen neuen und großen Herausforderungen ist die Entwicklung einer Gesprächskultur der Achtsamkeit sowie eine Haltung von Wertschätzung und Würdigung unabdingbar! ■

Literatur

Rosenberg, M. (2016): *Gewaltfreie Kommunikation – Eine Sprache des Lebens*. Junfermann Verlag.

Gaschler, F./Gaschler, G. (2020): *Ich will verstehen, was du wirklich brauchst: Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern – Das Projekt Giraffenraum – Mit einem Vorwort von Marshall B. Rosenberg*. Kösel-Verlag.

Harris, R. (2013): *Wer dem Glück hinterherrennt, läuft daran vorbei: Ein Umdenkbuch*. Kösel-Verlag.

*Psychohygiene für Erzieher*innen (Das Buch ist ein Selbsthilfebuch und leicht verständlich und amüsant geschrieben. Viele kleine Übungen unterstützen in sich wieder Ruhe und Konzentration zu finden und sie sind in wenigen Minuten umsetzbar.)*