

Alles im Griff!?? Wenn der Alltag mit Kindern in die Tiefe des Lebens führt.

Glauben wir immer noch, wir müssten Kindern das Leben beibringen? Wie lernen sie, woran orientieren sie sich? Ist es nicht unser eigenes Verhalten und brauchen wir damit nicht die Bereitschaft, *selbst* mit Kindern zu wachsen? Alltag mit Kindern könnte sich als Ausbildung für unser eigenes Leben erweisen; das beste Seminar, das wir je besucht haben?

Aus einem kurzen Einblick in die Themen die mich gerade bewegen, ist wieder mal ein Essay geworden. Lest einfach mal rein.... vielleicht trägt euch die Leidenschaft und das Interesse bis zum Ende des Artikels.

Fragen > Antworten

Wenn wir das „Alte“, das Autoritäre mit Kindern nicht mehr wollen, wie geht denn dann das „Neue“? Geht Autorität auch ohne *autoritär*?

Eingreifen, bei Gefahr und Konflikten, ja, unbedingt! Aber wie? Wollen wir Kinder immer noch in den Griff kriegen? Wenn nicht, wie verhalten *wir* uns, wenn uns ihr Verhalten nicht passt? Was tun, wenn Kinder nicht tun, was wir wollen? Soll in den besten Familien und Einrichtungen vorkommen...

Zurücklehnen und gewähren lassen, oder anders, ganz anders da sein? Können wir uns kümmern, ohne die alten Muster von drohen, schimpfen, maßregeln fortzusetzen?

Und können wir uns kümmern, ohne uns ständig Sorgen zu machen?

Was erwarten wir eigentlich von einem Kind? Wie kommt es, dass wir uns so oft ärgern, empören, ja voller Widerstand reagieren, weil unser Kind ganz anders ist, als es sein und sich verhalten *sollte*? Und wie kommen wir heraus aus dem alten Kampf?

Glauben wir ja nicht, wir wüssten so genau, wer unser Kind ist, was es zu tun, und was es zu lassen hat... und wer wir selbst überhaupt sind! Und glauben wir ja nicht, wir könnten genau wissen, wie das mit Kindern „geht“... damit es endlich keine Probleme mehr gibt und wir alles im Griff hätten?

Und wenn es also immer wieder Schwierigkeiten gibt, obwohl wir uns doch so sehr bemühen, wer ist Schuld? Macht jemand etwas falsch? Oder sind Schwierigkeiten dazu da, uns in die Gegenwart zu bringen, uns einzulassen und genauer hinzuschauen? Und um zu lernen, dass wir vom Leben besser nicht erwarten, was es uns nicht geben kann?

Rätsel und Möglichkeiten

Besser sammeln wir Erfahrungen und öffnen wir uns für neue Spuren. Für mich hält diese Forschungsreise seit über 25 Jahren an. Das Leben selbst bleibt voller Geheimnisse und Rätsel, voller Unwägbarkeiten, aber auch voller Möglichkeiten. Alltag mit Kindern ist

selten romantisch, und auch für mich im Kindergarten immer wieder herausfordernd. Doch genau so lernen wir, sind wir gezwungen, immer wieder neu hinzuschauen. Gleichzeitig bin ich viel im Kontakt mit Eltern und Pädagog:innen, die ihre Erfahrungen und Fragen teilen.

Fragen zu stellen ist ein guter Anfang. Die Antworten sind dabei gar nicht so entscheidend. Auch ich weiß nicht, wie das mit Kindern „geht“. Und ich will keine Antworten auf all diese Fragen liefern. Aber ich kann Erfahrungen teilen – aus 25 Jahren mit Kindern, Eltern und Pädagog:innen. Ein faszinierendes Forschungsprojekt. Je tiefer wir hineinschauen, desto deutlicher wird, dass der Alltag mit Kindern in die Tiefe des Lebens überhaupt führt. Die entscheidende Ressource liegt in der Kraft der Gegenwart, Aufmerksamkeit und Präsenz.

Ich kenne dich nicht wieder...

Identität - kürzlich sprachen wir mit einer Workshops-Teilnehmerin über ihren kleinen Sohn, der im Kindergarten plötzlich ein ganz anderes Gesicht zeigt. „Grad aus den Windeln wird er zum Krieger“, so nannte ich das mit einem Augenzwinkern, was seine Mutter beschrieb: Nach schwieriger Eingewöhnung hat ihn nun ein großer Held unter seine Fittiche genommen. Seine Mutter ist zunehmend genervt und gefordert, weil er sich zuhause auch von dieser Seite zeigt.

Besorgt fragt sie: „Wie kann ich ihn bestärken, wieder mehr ‚sich selber zu sein‘ und nicht zu sehr eine Rolle, die er meint, sein zu müssen?!"

„Aber wer ist er denn wirklich?“, frag ich zurück.

Wir bleiben unser Leben lang auf der Suche nach einer Identität, um quasi Boden und Basis für uns und unser Wirken hier auf der Erde zu finden; aber solche Vorstellungen und das Zimmern und Stricken eines „Ich“, einer Identität, darf vorläufig bleiben. Ja, es ist eine der großen Aufgaben der Lebenskunst, uns von einer solchen Identität zu lösen. Es ist und bleibt eine Geschichte, die wir uns über uns selbst erzählen. Es schränkt uns immer auch ein und kann der Dynamik des Lebens auch entgegenstehen. Aus spiritueller Sicht geht es darum, unsere Bilder und Vorstellungen von „uns selbst“ immer wieder loszulassen. Wir (und andere!) tun nur so, als wüssten wir/sie genau, wer wir sind.

Doch wir verlieren uns im Workshop nicht in philosophischen Fragen, wir bleiben ganz konkret. Zum einen ist es natürlich gut, den Kleinen in seinen Versuchen, verschiedene Rollen und „Identitäten“ auszuprobieren, gut zu begleiten. Die Mutter hilft ihm tatsächlich, sich nicht von dieser neuen Rolle vereinnahmen zu lassen, und sich aus der Umklammerung seines Freundes zu lösen. Denn ja, auch diese Rolle, dieser Ausflug in eine Vorstellung seiner selbst, kann ihn auch einengen. Zugleich ist es seine ureigene Aufgabe, das Leben in seiner Vielfalt zu erfahren, „sich selbst“ (was auch immer das ist) auszuprobieren. Und ähnlich wie wir alle, auch als Erwachsene noch, nimmt er Vorbilder, Modelle aus seiner Umgebung auf, um verschiedene Spuren auszuprobieren. (Stichwort heute *Influencer!*) Mitten in unserer Erforschung dieser Dinge stößt die Mutter schließlich auf eine eigene Schlüsselszene in ihrer Geschichte. Als sie mit fünfundzwanzig Jahren nach langem Zögern bis hin zu einer beginnenden Depression sich zu der Entscheidung durchringt, ihren erlernten Beruf aufzugeben, steht ihre Mutter

in Tränen aufgelöst und fassungslos vor ihr: „Ich kenne dich nicht mehr!“ Was für die (nun erwachsene) Tochter ein Befreiungsschlag ist, wird zu einem Moment tiefer Entfremdung von ihrer Mutter. Diese Szene zu erinnern, hilft ihr, darauf zu achten, dass wir auch mit unseren Kindern gut daran tun, uns nicht zu genaue Vorstellungen davon zu machen, wer wir sind, und dass jeder Mensch das Recht darauf hat, ein anderer zu werden und Erwartungen anderer zu enttäuschen.

Die große westliche Frage

In dieser wie in vielen anderen Geschichten mit unseren Kindern stoßen wir auf Verunsicherung, wir stoßen an; ja, wie oft haben wir das Gefühl, wir verlieren die Kontrolle: „*Das geht doch nicht! So darf er sich nicht benehmen! Das muss er doch verstehen! Das kann doch nicht sein, dass sie noch immer nicht so weit ist...*“

In solchen Momenten geraten wir in das Fahrwasser einer kulturellen Eigenschaft und eines Erbes, die der spirituelle Lehrer Anthony de Mello schon vor 50 Jahren „die große westliche Frage“ nannte. Wie lautet sie? „Wie kriegen wir das in den Griff!??“

Wenn wir noch tiefer blicken, bringt diese Frage die grundsätzliche Unsicherheit des Lebens zum Ausdruck, diese Unwägbarkeiten, die wir in unserer Kultur des Machens und Leistens, sowie im Erledigungsmodus im Alltag weitgehend verdrängen, und die uns dann doch immer wieder einholen: Das Leben, schon der nächste Augenblick und selbst dieser hier und jetzt ist nie wirklich verfügbar. Nichts ist „garantiert“, und immer wieder stößt uns etwas vor den Kopf. Der buddhistische Lehrer und Bestsellerautor Ajahn Brahm brachte es sinngemäß so auf den Punkt: Wenn wir etwas vom Leben erwarten, was es uns nicht bieten kann, betteln wir um noch mehr Leiden. Nicht nur die Herausforderungen des Alltags plagen uns, sondern auch unsere Reaktion darauf: Es sollte doch anders sein(, als es ist)! Wir empören uns, gehen in den Widerstand, in den Kampf – gegen die *Realität!*

Natürlich besteht eine gewisse Planbarkeit in unseren Abläufen. Aber immer ist da dieser Stachel, der uns darauf hinweist: Es läuft nicht alles so, wie du es dir ausgedacht hast, wie du es erwartest, möchtest, oder gar minutiös getaktet hast. Das holt uns oft genug schon in den kleinen Dingen des Alltags ein – gerade mit Kindern! Noch eindrucksvoller trifft es uns, wenn das Leben, das „Schicksal“, wie auch immer wir es bezeichnen wollen, mit einer Krankheit „winkt“, einem Unfall, einem Todesfall, einer Grenzerfahrung... Dann bleibt die Zeit gefühlt stehen, wir werden herausgerissen aus unserer eingebildeten Sicherheit, der Boden schwindet eigentlich nicht, sondern es zeigt sich plötzlich die eigentliche „Bodenlosigkeit“, die immer schon da ist, die Ambivalenz des Lebens in ihrer Zerbrechlichkeit. Auf wunderbare Weise verdichtet in dem Satz: „Der Mensch plant. Gott lacht.“ Ich glaube nicht, dass es ein hämisches Lachen ist. In meiner Gottesvorstellung lächelt Gott eher. Und er grinst auch nicht, weil er/sie uns nicht gut gesonnen wäre, sondern weil wir glauben, wir hätten es im Griff, wo doch alles von Anfang bis zum Ende ein völliges Geheimnis ist und bleibt.

Von den Sollte-Sätzen zum Forschungsprojekt

Wenn wir also auf unser Hadern stoßen, dass die Dinge anders sein sollten, als sie sind (bei unseren Kindern und - wenn wir genau hinschauen - ja auch bei anderen Menschen, und schließlich auch bei uns selbst!!), dann können wir das als Chance nützen, mit dieser Unwägbarkeit des Lebens Kontakt aufzunehmen. Sobald wir hadern, sind wir bei den Sollte-Sätzen, wir stoßen uns an der Realität dieses Augenblicks, unseres Kindes, unseres eigenen Lebens. „Vom *Sollte* zur Neugier“, zum Interesse, so beschrieb es kürzlich ein spiritueller Lehrer. Anstatt uns daran den Kopf zu stoßen, können wir langsam einüben, diesen Unterbrechungen unserer Abläufe und unserer scheinbaren Alltagskontrolle anders zu begegnen. Mit Kindern bekommen wir dazu endlos Gelegenheit. Um diese Gelegenheiten zu nützen, müssen wir uns einlassen, anstatt innerlich und äußerlich dagegen anzukämpfen. Kürzlich hat es eine Mutter in Kürze und mit Würze so beschrieben: „Es geht nur *mit* den Kindern, *mit* dir selber und *mit* dem ganzen ‚Scheiss‘, nicht dagegen.“

Für mich ist es eine wesentliche Spur in der eigenen Erfahrung und in der Begleitung von Eltern und Pädagog:innen geworden: Uns bewusst machen, wie oft wir automatisch in den Widerstand gehen – gegen das Verhalten unserer Kinder, gegen den gegenwärtigen Moment, gegen das Leben, gegen das, was gerade geschieht! *Mein Kind sollte... es sollte nicht dauernd... das muss er/sie doch verstehen... das geht doch gar nicht...* Wir haben solche Sätze alle, und natürlich stecken in vielen diesen Situationen und Sollte-Sätzen Aufgaben für uns, unsere Kinder zu begleiten, Grenzen zu setzen, etc.... Aber wenn wir nicht aufpassen, bleibt unsere Haltung im alten Paradigma der Erziehung stecken, so dass wir immer noch glauben, wir müssten *unsere Kinder* „in den Griff kriegen“, ihr Verhalten auf Linie bringen, anstatt zunächst einfach mal zur Kenntnis zu nehmen, dass es Schwierigkeiten gibt, dass nicht alles glatt läuft, dass Kinder eben Kinder sind, und das Leben einfach das Leben ist, das sich oft nicht so verhält, wie wir es gerne hätten. Und das wichtigste: und oft ist dabei niemand eigentlich Schuld, oder macht etwas falsch!

Hinschauen statt Empören, Kontakt statt Kontrolle

Wir fragen immer noch zu oft – und gern die Expert:innen – was wir tun müssen, damit unsere Kinder ihr Verhalten ändern. Als ob wir eine Rezept oder eine Bedienungsanleitung suchen würden, im schlimmsten Fall, um Fehler auszumerzen. Aber Kinder sind keine Geräte! Wir kriegen sie nicht in den Griff, wir dürfen viel stärker unseren Blick darauf lenken, was denn gerade passiert. Wir können anfangen, damit zu *rechnen*, dass manche Dinge immer wieder passieren. Und dann machen wir statt eines Kampfes ein Forschungsprojekt daraus. Wir lernen viel besser hinzuschauen, anstatt sofort nach Fehlern und Rezepten zu suchen, bevor wir noch überhaupt sehen oder spüren, was denn gerade los ist. Im Alltag mit Kindern beobachten wir immer noch diesen „Erziehungsreflex“, weil wir selbst so erzogen wurden. Wenn wir den bemerken, und gelegentlich suspendieren, aussetzen, für den Moment hinter uns lassen, können wir viel besser *hinschauen*; und es erklärt sich uns manches, wir verstehen vielleicht sogar etwas, und wissen dann vielleicht auch besser, was zu tun ist. Aber oft genügt allein schon das hellwache Dasein, unsere Präsenz, die für Sicherheit oder auch Klarheit sorgt,

auch indem wir z.B. die Grenze sind, die wir setzen wollen, anstatt sie nur verbal einzufordern. Entscheidend ist aber, dass wir endlich unsere *Empörung*, unseren *Widerstand* erkennen und loslassen, die unserem Kind subtil oder offen zu verstehen gibt: Du bist falsch! Wir *trennen* uns also innerlich von unserem Kind (oft weil wir uns blamiert fühlen) und der aktuellen Situation – die ungünstigsten Voraussetzungen, um Schwierigkeiten zu lösen! Wenn wir unsere Empörung, unseren Kampf zurücklassen, gelingt es viel besser, uns *einzulassen* und im hellwachen Kontakt zum Kind und zum Augenblick eine Situation adäquat zu begleiten.

Unerzogene Kinder

In meinem Buch nehme ich auf einen E-mail Wechsel mit Martina Bezug, die mir von den Streitereien mit ihrem sechsjährigen Sohn schreibt. Sie will mit ihm und dem kleinen Bruder in den Garten gehen, auch weil drinnen schon gar nichts mehr geht:

Er ging dann wieder rein und hat dann die Haustür zugeworfen, ich hab mir nur gedacht. „Mensch, hat der einen Spinner, der ist ja oft wie ein Pulverfass...“ Er kam dann wieder rausgestürmt und schrie vom ersten Stock runter und brüllte mich an.

Und da beginnt sie plötzlich ihren inneren Raum zu nützen, der in den letzten Jahren langsam gewachsen war. Sie lässt sich nicht von der „Szene“ ihres Sohnes mitreißen, sondern lässt sich ein, bleibt nicht im inneren Widerstand oder Kampf hängen, sondern bleibt gegenwärtig und erkennt: *Aha, das war dann auch die Scham in mir, die ich des Öfteren gespürt habe, wenn der da so herumschreit und alles die Schwiegereltern wieder mitbekommen und sie sich denken: „Na die Martina, das ist eine Mutter... Die hat da so unerzogene Kinder...“* Sie verliert sich aber weder in Reflexionen, noch in Selbstmitleid, sondern legt geistesgegenwärtig den Schalter um und lässt ihre Gefühle los und sagt: *Markus, es ist alles okay, komm einfach raus, alles gut.“ Er wurde dann gleich ruhig. Ich habe ihm dann nochmal die Jacke angezogen. Er meinte, die Wut sein immer noch da. Wir gingen zur Nachbarin, die ersten Blumen anzuschauen, und es war dann einfach um... Und ich war noch nicht oft stolz auf mich, doch heute war ich es dann doch mal. Und diese Stimme in mir, die da sonst oft laut war [und ihr Kind und sie selbst so oft kritisiert hatte] und gesagt hat: „Das geht zu weit, der soll jetzt aufhören...“, ist ganz leise geworden.*

Und vor ein paar Tagen beschrieb sie mir wieder so eine Situation:

War es gestern auch nur dieser kleine Moment? Auch so eine Situation die sich immer wieder gestellt hat und mich auch immer wieder gestresst hat. Im Vorhinein war ich da oft schon nervös oder versuchte die Situation zu vermeiden, aber das geht natürlich nicht. ... Markus (6) ist nach den Hausaufgaben irgendwie körperlich "wuselig", gleich gereizt, wenn ich was sage. Paul (4) spielt derweil etwas und Markus will ihm dann in sein Spiel "reinpfluschen", ihn necken, einen Streit anfangen. Er tut das öfter wenn er so drauf ist. Ich geh dann oft dazwischen irgendwie, will den Markus abhalten. Er macht natürlich weiter, lässt sich nicht von mir abhalten. Fängt dann oft mit mir einen "Streit" an etc. Er lacht meistens dabei. Heute habe ich dann gesagt zu ihm: "I mag jetzt nicht streiten mit dir, hör auf jetzt." Natürlich hört er nicht auf.... er wird öfters grob und ich

schick ihn raus aus dem Raum, er geht dann in die Garderobe und ich denke mir: "Was kommt jetzt wieder? Schuhe nach mir werfen usw.. Schon wieder???" Es war dann nur ein Hüpfball, der in meine Richtung flog. "Ist das jetzt wieder so ein „Beziehungszeug“ wie neulich Abend,...." hab ich mich gefragt. Keine Ahnung, irgendwie habe ich ihn angestupst mit den Fingern, er hat mich angeschaut, kurz irgendwie "Nichts", einen kleinen Moment lang. Hat er gemerkt, dass ich nicht aggressiv war? Dann habe ich ihn gefragt: "Wie war es in der Schule usw.....?" Er ist dann noch herumgelaufen im Gang und hat mir dann freudig erzählt und wir haben über den Vormittag geredet.

Martina ist hier einen weiten Weg gegangen, heraus aus ihren gefühlten täglichen Kämpfen, und sie ist oft immer noch verunsichert, ob sie nicht doch strenger sein müsste, ob sie ihre Söhne nicht zu viel gewähren lässt... Ich bin überzeugt, dass sie im Gegenteil dabei ist, diese klitzekleinen Momente zu entdecken, wo es entscheidende Abzweigungen gibt; wo wir entweder auf einen Kampf einsteigen, oder ein "Spiel"- oder Beziehungs-Angebot des Kindes annehmen bzw. selbst eines machen; dabei ist klar, dass sie nicht passiv bleibt, ihre Verantwortung nicht wahrnehmen würde. Sie ist präsent, nur anders als es früher üblich und geboten war! Und dann nimmt die Situation nicht mehr den immer gleichen Verlauf, endet nicht in der immer gleichen Streiterei, Schimpferei, Kämpferei...

Nett war gestern. Geht Autorität ohne autoritär?

Früher versuchten Erwachsene Kinder auf autoritäre Weise in den Griff zu kriegen. In den letzten 40, 50 Jahren wollen viele Erwachsene Kindern gegenüber nicht mehr autoritär sein, und sie haben es mit Nett-Sein versucht. Aber, wenn wir Kinder mit Reden und Erklären nicht in den Griff kriegen, fallen wir leicht in die alten Muster zurück, werden laut, drohen, strafen und sagen Dinge, die wir eigentlich nicht mehr wollten. Und dann fragen wir uns, ob wir (wieder) strenger sein sollten, oder wo das Problem liegt, oder wie denn das Neue geht, wenn wir das Alte nicht mehr wollen.

„Geht Autorität auch ohne autoritär?“ Ohne es so ausdrücklich am Plan zu haben, bin ich doch in den vergangenen 30 Jahren unter anderem dieser Frage nachgegangen. Wer mit Kindern arbeitet, Verantwortung für Familie oder eine Gruppe von Kindern trägt, der kommt recht bald mit „nett“ nicht mehr weiter. Wir brauchen den Mut zum Buhmann, also Mut zu Entscheidungen, für die wir nicht geliebt werden. Mit unseren oberflächlichen Versuchen „nett“ zu sein, meine ich, Konflikten aus dem Weg zu gehen, aus Angst, wir würden das Wohlwollen, die Liebe der Kinder verlieren. Mitunter müssen wir uns „Blödmann“ gefallen lassen, etwas das ich als Kind, ja Jugendlicher nie zu meinem Vater oder sonst einem Erwachsenen gesagt hätte. Das ist heute anders, und ich bin froh, dass dieses große Gefälle nicht mehr da ist.

Kinder ärgern sich, wenn wir Entscheidungen treffen. Das ist o.k. Wir können darüber streiten, was sie in ihrem Ärger alles dürfen. Aber es ist sinnlos mit ihren Gefühlen zu hadern, und hilft niemandem, wenn wir an ihr Verständnis appellieren, wo doch gerade im Vordergrund völliger Frust steht. Es ist hilfreich, ihren Gefühlen Raum zu geben. An ihren Gefühlen ist nichts Falsches. An unseren Entscheidungen oft auch nicht. „Wir

dürfen Entscheidungen treffen, Kinder dürfen Gefühle haben“ – das ist einer der Sätze, den ich seit vielen Jahren als „Deal“ Eltern und Pädagog:innen anbiete (schon lange bevor der „Deal“ von Donald Trump redundant, ja grotesk geworden ist). Später wird sich der Satz dann umdrehen, als Heranwachsende werden sie Entscheidungen treffen und wir dürfen Gefühle haben. Schließlich dürfen wir alle lernen, Verantwortung für unsere Entscheidungen wie für unsere Gefühle zu übernehmen. Das gilt natürlich für alle zwischenmenschlichen Beziehungen. Wichtig ist nur, dass wir uns davon lösen, immer mit Entscheidungen zu hadern, manchmal unser Leben lang, und oft auch mit den Gefühlen. Wir dürfen alle wütend sein – und natürlich dürfen wir im Laufe der Jahre lernen, achtsam mit unseren Gefühlen umzugehen. Nur wenn wir die Gefühle eines Kindes nicht aushalten, oder ihnen ausweichen möchten, dann werden wir im Alltag vage bleiben oder gar keine Entscheidungen treffen, obwohl wir als Erwachsene die *Aufgabe* haben, auf das große Ganze zu schauen und für die Atmosphäre in unserer Familie oder unserer pädagogischen Einrichtung Verantwortung zu übernehmen.

„Er darf das. Du bist die Mama. Kümmere dich!“

Unübertroffen brachte es kürzlich eine Mama auf den Punkt, sie beschrieb sich und ihre Gedanken in einer Situation, als wieder mal Ungemach drohte: „*Ist der jetzt schon wieder unruhig! Kann er das noch immer nicht!? Wird es jetzt wieder eskalieren?*“ Und dann (zu sich selbst): „*Du bist die Mama. Er ist halt gerade so drauf. Er darf das. Kümmere dich!*“ Das Kümmern muss nicht zwangsläufig ein Tun sein, „kümmern“ kann auch einfach (?) darin bestehen, jetzt hellwach zu sein und für das Kind da zu *sein*, was ja erfahrungsgemäß oft viel schwieriger ist, als irgendetwas zu *tun*!

Sie bleibt nicht bei der grundsätzlichen Akzeptanz seiner Gefühle und seines Verhaltens stehen, sondern erinnert sich daran: „*Kümmere dich*, er kann nicht anders, aber jetzt bist auch du dran!“ Und sie übt sich darin, Aufmerksamkeit aufzubringen, wenn sie schlicht nötig ist. Wie oft hören wir diese Standarderklärung, die wieder das angebliche Falschsein des Kindes andeutet: „*Der sucht halt wieder mal Aufmerksamkeit...*“ oder „*der sucht wieder mal Grenzen...*“. Die Mutter lernt, mit den Aggressionen ihres Sohnes langsam anders umzugehen. Sie nimmt sie weniger persönlich; sie beginnt damit zu rechnen, dass Gefühlsausbrüche (wieder) vorkommen. Anstatt sich über sie zu empören, kümmert sie sich, aber nicht mehr wie früher mit Schimpfen und Maßregeln, und auch nicht mit Nett Reden, sondern indem sie sich emotional weniger einlässt, auf seinen Kampf nicht mehr einsteigt, und mehr und mehr kleine Abzweigungen findet, wo sich durch Loslassen von Empörung, Widerstand und Kampfbereitschaft, sowie dem Verzicht auf subtile Botschaften, Dinge wie *von selbst* lösen können, weil *wir* loslassen, weil *wir* nicht kämpfen, weil *wir* uns von unseren *eigenen* Gefühlen nicht fortreißen lassen – anstatt das von den Kindern zu erwarten! Nur ein Moment der Präsenz, der Klarheit ohne Vorwurf und Urteil, oder ein Augenblick, oder buchstäblich ein paar Finger einfachen liebevollen Kontakts, wie bei dem Streit zwischen Mutter und Sohn vorher!

Wenn wir also heute als Eltern oder Pädagog:innen mehr zulassen, die groben Hierarchien zurücklassen, die letztlich auf Unterdrückung und das Recht des Stärkeren gründen, dann

darf das nicht, und dann *muss* das nicht bedeuten, dass wir in eine Haltung des Laissez-faire fallen, im Sinne eines Alleinlassens, eines Rückzugs, eines Gewährenlassens aus Wurstigkeit, Hilflosigkeit oder Bequemlichkeit. Wir bleiben die Erwachsenen, und wir bleiben wichtig, aber anders als früher. Wir bleiben hellwach präsent, wir spüren, wo es uns braucht, weil wir nah genug dran sind, vor allem dort, wo Schwierigkeiten immer wieder auf ähnliche Weise auftauchen. Wir schauen viel genauer hin als früher, wo man zur Not einfach mal herumgeschrien hat oder gar ein paar Ohrfeigen verteilt hat. Wir schauen hin, lassen uns darauf ein, mehr und mehr zu erforschen, was denn gerade los ist, bevor wir versuchen, Störungen schnell schnell weg zu machen, oder weg zu labern. Wenige Worte, klare Körpersprache. Beschreiben statt erklären, Urteile weglassen, auch auf (vorschnelle oder unnötige) Täter-Opfer-Zuschreibungen verzichten, niemanden in die Enge treiben.

Das geht bis dahin, dass wir sogar über „das Böse“ nachdenken können. Sind Kinder manchmal absichtlich „böse“, gemein, verletzend?? Eine spannende Frage, der Anne Hackenberger und ich zuletzt im [Podcast von Mit Kindern wachsen](#) nachgegangen sind. Wenn wir nüchtern über das Böse in der Welt und in uns allen nachdenken, werden wir feststellen, dass es auch nur eine der vielen Samen und Möglichkeiten in uns ist (siehe den Krieger zu Beginn des Artikels), und es darum geht, welche wir hegen und pflegen. Vielleicht könnten wir „Bösesein“ letztlich als eine „Fehlform“ von Selbstwirksamkeit sehen. Aber ich bin da für mich auch erst am Anfang, und ich freu mich, wenn ihr mal in den Podcast reinhört, oder wenn wir uns sogar bei einem der vielen Angebote treffen, die es in nächster Zeit gibt, um gemeinsam weiter nachzudenken.

Die große östliche Antwort

Und damit haben wir implizit schon eine die Antwort auf de Mellos *Wie krieg ich das in den Griff?* – die „große westliche Frage“. Die „große östliche Antwort“ lautet: *Gar nicht! Wir kriegen es nicht in den Griff. Wir schauen nur sehr genau hin!* Der Paradigmenwechsel, die Kehrtwende in unserem Bemühen, Kinder respektvoll zu begleiten und eine neue Haltung zu entwickeln, geht damit einher.

Wir kriegen nichts in den Griff, und deswegen *brauchen* wir es auch nicht in den Griff zu kriegen. Ja, es ist ein Eingeständnis, ein Loslassen, ein Auslassen – die große Lebensaufgabe. Aber ist das nicht auch eine Riesen *Entlastung*? Gerade für so viele Eltern und Pädagog:innen heute, die es so gerne „richtig“ machen wollen, die ihr Bestes geben, und dann immer wieder feststellen, dass es trotzdem Schwierigkeiten gibt. Es ist die Illusion der heilen Welt, die zum großen Bumerang bemühter Eltern wird: „Wenn wir uns nur fest genug bemühen, gibt es keine Schwierigkeiten.“ Und wenn es dann *doch* Schwierigkeiten gibt, hat sich jemand nicht fest genug bemüht?... muss jemand etwas falsch gemacht haben oder immer noch machen? Das Kind, andere, ich selbst?? Meine Dauer-Parole der letzten Jahre ist: Schwierigkeiten bedeuten nicht automatisch, dass jemand etwas falsch macht. Auch in der aktuellen Ausgabe der [Zeitschrift Mit Kindern wachsen](#) ist ein Auszug aus meinem Buch abgedruckt mit dem Titel „*Unsere Welt ist, wie*

sie ist, und niemand muss dabei etwas falsch machen.“ Das ist natürlich ein gewagter Titel – dann natürlich läuft so so vieles falsch in unserer Welt. Und wir kennen die bösen Buben, die so viel Leid über die Welt bringen... Und doch erschöpfen wir uns leicht im Hadern damit, wie es alles sein *sollte*. Dass diese neue Haltung nicht bedeutet, uns hilflos oder bequem zurückzuziehen, haben wir schon in den Beispielen aus dem Alltag mit Kindern gesehen. Es wäre interessant, das auf unseren Umgang mit den Tragödien und „dem Bösen“ in der Welt anzuwenden.

Verhalten reparieren?

Hier ein letztes kleines Beispiel, an dem sich der Paradigmenwechsel in der Haltung zu Kindern zeigen lässt. Ich komme in meinen Workshops gerne darauf zurück:

Eine Krippenpädagogin stellte vor einigen Jahren eine völlig verständliche Frage: „Wie bring ich dem Paul bei, dass Beißen keine Lösung ist?“ Die Frage klingt naheliegend, aber zugleich zeigt sich darin, wie uns unser Erziehungsreflex wie so viele Fragen an die Expert:innen in die Irre führt. Und doch ist sie genial, weil sie genau unser altes Muster aufzeigt: Sie lenkt den Blick zu einseitig darauf, das Verhalten eines Kindes zu reparieren. Ich kann hier nicht auf die Details eingehen, und wir können lange über Beißen und ähnliche *No-go's* sprechen. Um es abzukürzen, schlage ich als Alternative zur Frage der Pädagogin vor, wir machen uns stattdessen auf die Suche danach, was *wir* tun können, damit er nicht mehr beißen *muss*!

Natürlich müssen wir im Fall schnell eingreifen – aber nicht um dem klitzekleinen Paul sein „böses Verhalten“ auszutreiben, sondern um alle Beteiligten zu schützen. Aber gleichzeitig können wir anfangen, damit zu rechnen, dass es wieder passieren wird. Und wir können ein Forschungsprojekt daraus machen, was den kleinen Paul stressst, und wie wir dafür sorgen können, dass er nicht mehr diesen Notausgang nimmt, um für sich zu sorgen. Die Richtung ist für mich klar: anstatt zu schimpfen, zu drohen, einzuschüchtern, zu maßregeln oder auch nur zu *erziehen*, anstatt die Dinge in den Griff zu kriegen, ziehen wir es vor, nah dran zu sein, genau *hinzuschauen*, was denn hier eigentlich los ist. Wir hadern nicht länger mit dem Verhalten, sondern versuchen einfach nur unsere Aufgabe zu übernehmen, alle zu schützen, für Sicherheit und Geborgenheit zu sorgen. Und wenn wir Worte machen, lernen wir zu beschreiben, was gerade passiert (ist), was los ist, und was wir selbst tun, z.B. dass wir „jetzt ganz in der Nähe bleiben“, dass wir „dazwischengehen, damit sich niemand weh tut“. So wächst Vertrauen (bei den Kindern wie bei uns selbst), auch in unsere Präsenz und Begleitung. Und manchmal können wir unser Verhalten anpassen, näher dran sein und Spannungen früher erkennen; und manchmal lösen sich damit die Dinge wie von selbst. Und manchmal braucht das auch seine Zeit.

Die Kraft der Präsenz und die großen Aufgaben des Lebens

Wir brauchen eine machtvolle und mutige Präsenz, die nicht mehr auf die alte Form von Macht durch Unterdrückung setzt, sondern auf die Kraft wohlwollender und (argloser,

urteilsfreier) Aufmerksamkeit. Diese Haltung baut auf die zwei wesentlichen Übungen und zugleich spirituellen Aufgaben des Lebens: Einlassen und Auslassen. Sie begleiten uns mit jedem Atemzug. Atem wie Leben überhaupt und auch die Begleitung von Kindern sind ein Kontinuum dieses Ein-und-Aus: Uns ganz einlassen, ankommen in der Situation, und zugleich unsere ersten Reflexe bremsen und aus-lassen, loslassen, und am besten nicht schnell etwas tun oder sagen, wenn nicht Gefahr in Verzug ist. Und sobald wir unsere Sollte-Sätze entdeckt haben, können wir sie anschauen, vielleicht lächeln („Ah, da bist du ja wieder...“) und suspendieren, gehen lassen. Und wieder ein-atmen: Uns wieder ganz einlassen, weil wir wissen, wir haben schon eine Aufgabe, wir beschreiben vielleicht, was gerade passiert, und bleiben arglos, indem wir das Verhalten eines Kindes als seine/ihre Antwort auf die gegenwärtigen Umstände sehen – egal ob sie uns gerade gefallen oder nicht. Und natürlich schützen wir vor Übergriffen, die Kinder und auch uns selbst – auch wenn wir uns auf dem Weg der Gewaltlosigkeit darauf einstellen können, dass wir manchmal auch einstecken lernen dürfen.

Immer wieder hellwach und präsent, aber nichts erzwingen, und niemanden bedrohen. Wenn wir uns darin üben, treten wir einen Übungsweg der Achtsamkeit an, der Gewaltlosigkeit, des Friedens und der Liebe. Keine romantischen Ideen und keine erdrückenden Ideale, sondern step by step, langsame Zentimeter, heraus aus alten Mustern und Zwängen, hinaus in die Weite, dem Neuen Raum geben, den Griff lösen und alle besser atmen und leben lassen.