

Elternabend vom 16. März 2006

Affektspiegelung als tragender Bestandteil erzieherischer Arbeit und als methodisches Prinzip der Interaktion zwischen Eltern und Kind / Lehrpersonen und Kind

Einleitung

Der heutige Elternabend wurde als Input-Abend angekündigt. Ich möchte Ihnen ein Thema vorstellen, das Sie alle eigentlich schon bestens kennen, das so simpel und logisch erscheint und das meiner Meinung nach dennoch sehr schwierig ist in der Anwendung. Vielleicht sitzt der oft gehörte Zweifel, ob der lösungsorientierte Ansatz zwar von der Idee her schon gut, aber in der Praxis eigentlich nicht wirklich umsetzbar sein könnte, genau hier.

Ich möchte diesen Abend benützen, um Ihnen (den Eltern und den Mitarbeitenden) ein paar Gedanken zu skizzieren zum Thema der Affektspiegelung. Ich mache dies, weil ich selber ganz stark der Überzeugung bin, dass nur einfach „WOWW“ (Arbeiten mit dem, was funktioniert) und „LoA“ nicht ausreichen, um die Kinder in die Selbständigkeit mit einem guten Selbstgefühl zu führen.

In der Entwicklungspsychologie wird unter anderem erforscht, wie sich das Selbst eines Menschen entwickelt. Die neusten Ergebnisse sprechen ganz klar dafür, dass wir als soziale Wesen nicht autonom eine Entwicklung durchlaufen, sondern dass wir angewiesen sind auf soziale Bindungen und auf Rückmeldungen. Dabei spielt der Begriff der **Affektspiegelung** eine ganz zentrale Rolle. Darum möchte ich diesen Begriff heute Abend etwas näher beleuchten.

Ich glaube, dass in diesen Prozessen der Schlüssel liegt für den Erfolg aller erzieherischen Bemühungen. Wenn wir das Kind in einem ersten Schritt nicht „abholen“, uns auf seine Gedanken- und Gefühlswelt nicht einlassen, sind die Aussichten auf Erfolg sehr eingeschränkt.

Ziel des Abends

Ziel des Abends ist es, Ihnen dieses „Instrument“ oder besser gesagt diese „Haltung“ bekannt zu machen und Sie zu ermutigen, es vielleicht einmal selber bewusst auszuprobieren und ein Gespräch mit Ihrem Kind neu anzugehen.

Vorbemerkung

In der Folge wird oft von der Mutter gesprochen. In der Regel ist die Mutter die erste Bezugsperson, mit der ein Kind in Kontakt ist. Gemeint sind aber sinngemäss alle „bedeutungsvollen“ Personen, also auch der Vater und mit zunehmendem Alter des Kindes auch die Kindergärtnerin, die Lehrerin, der Lehrer.

Affektspiegelung – Was ist das?

1. Baby-Talk

Erinnern Sie Sich, wie Ihr Kind auf dem Wickeltisch lag, aus dem Mittagsschlaf aufwachte, auf Ihrem Arm von Bekannten oder Verwandten begrüsst wurde, kurz: in einer Situation kommunizierte und mit Ihnen „sprach“? Wie Sie den Gesichtsausdruck des Kindes aufnahmen und nachahmten, wie Sie dann etwas Neues hinzufügten, Sich am verwunderten Gesichtsausdruck des Kindes freuten, das Ganze wiederholten, vielleicht Ihre Partnerin oder Ihren Partner riefen und versuchten, das Ganze noch einmal zu produzieren?

Diese Zwiesprache zwischen der Mutter und dem Kind beinhaltet ganz viele Komponenten.

In der Psychologie wird das, was zwischen Mutter und Kind passiert, als **Affektspiegelung** bezeichnet. Diese Affektspiegelung ist zuerst einmal die **Nachahmung** der Mimik des Kindes. Es geht dabei darum, dem Kind zu zeigen, dass es wahrgenommen und verstanden worden ist.

Gleichzeitig werden in diesem Interaktionsprozess die Grundlagen für die Affektregulierung gelegt. Beispiel: Das Baby ist erschrocken und weint. Die Mutter ahmt den Gesichtsausdruck nach, zeigt dem Kind dadurch, dass sie verstanden hat, dass das Kind erschrocken ist. Durch die Stimme, mit der die Mutter nun das Baby zu beruhigen versucht, **reguliert** die Mutter den Affekt: Das Kind sieht, dass der Schreck zwar berechtigt war (die Mutter sah ja auch erschreckt aus), dass die Bedrohung aber nicht

enorm ist, weil „nichts Schlimmes“ passiert. Das Baby fühlt sich wahrgenommen und verstanden, erhält aber eine neue Information von der Mutter: Nach einem Schreck kann man sich wieder beruhigen. Es ist nicht etwas Endloses und Endgültiges.

Ein dritter Punkt dieses Geschehens ist der Aufbau so genannter **Repräsentanzen**. Das Baby erinnert sich in einer zukünftigen Situation an diesen Moment und lernt, dass Erschrecken zwar unangenehm ist, aber nicht bedrohlich und in der Regel folgt die Beruhigung. Das Kind verinnerlicht die Erfahrung. In einer späteren ähnlichen Situation werden diese Repräsentanzen dann abgerufen. So betrachtet bestimmt die Affektspiegelung das spätere Identitätserleben, das Selbstgefühl.

Die Affektspiegelung ist aber nicht nur eine Wiedergabe der Gefühlsäusserungen des Kindes, um diesem die verschiedenen Gefühlsqualitäten *erlebbare, erinnerungsfähig und auch steuerbar* zu machen. Die Mutter nutzt die Affektspiegelung auch, um den Affektzustand des Kindes zu beeinflussen, und zwar in eine Richtung, *die sie für richtig hält*. Die Mutter bearbeitet dabei Themen, die das Kind vorschlägt. Ein gewisser *Rochat* bezeichnet die Rolle der Mutter als „affektive Nachrichtensprecherin“ zum Thema der kindlichen Gefühlsregungen. Nach *Rochat* wird es dabei deutlich, dass Selbstbewusstsein soziale Ursprünge hat. „Indem die Mutter selektiv mit den Äusserungen des Säuglings umgeht, schafft sich jede Mutter ihr Kind, und das Kind lernt sich nicht nur kennen, wie es ist, sondern vor allem auch so, wie es von der Mutter gesehen wird. Mit der Zeit sieht es sich mit den Augen der Mutter ohne zu wissen, dass es die Augen der Mutter sind, mit denen es sich betrachtet.“ Und weiter: „Es wird deutlich, auf welche Weise die bedeutungsvollen Anderen ihre Spuren hinterlassen. Nach dieser Konzeption (nach diesem Verstehensmodell) muss jede Äusserung des Kindes, wenn sie den Weg zur Bewusstwerdung geht, von der Bezugsperson markiert und bearbeitet werden.“

Wenn ich es mit anderen Worten noch einmal zusammenfasse, so rede ich in einem ersten Schritt von Markierung und Entkoppelung.

Ein Affekt kann *markiert* werden: Wenn ein Kind sich freut, *spielen* die Eltern mit seinem Lächeln; sie machen deutlich, dass sie *sein* Lächeln zurückgeben. Das Kind merkt auf diese Weise: Das, was es auf dem Gesicht der Eltern sieht, ist nicht der elterliche Affekt, sondern seiner. Das ist besonders wichtig, wenn das Kind wütend ist: Sähe das Kind echte elterliche Wut als Antwort, würde es vermutlich schon erschrecken; Die Eltern markieren ihren Wutausdruck so, dass das Kind sehen kann: Aha, ich bin wütend und die Eltern merken es. Oder anders ausgedrückt: Dadurch, dass der verärgerte Ausdruck auf dem Gesicht der Mutter *nichtsequentuell* bleibt (keine Folgen hat), kann das Kind merken, dass es sich beim Ärger, den es im Gesicht der Mutter sieht, um seinen eigenen Ärger handelt. Bei dieser Entkoppelung geht es darum, dass das Kind lernen muss, das Wahrgenommene richtig zuzuweisen. Es sieht den Gesichtsausdruck auf dem Gesicht der Mutter und muss lernen, diesen Ausdruck von der Mutter zu entkoppeln und bei sich zu verankern.

2. Kindsalter

In der Weiterentwicklung dieser Fähigkeiten folgen das „Tun-Als-Ob“ und die „Äquivalenz“. Sie entwickeln sich im Alter von ca. 1 ½ bis 4 Jahren.

Im so genannten **Als-Ob-Modus** wird die äussere Realität ausser Kraft gesetzt. Das Kind spielt mit einem Holzstab und weiss, dass dies ein Holzstab ist. Es stellt sich also ganz realistisch ein, entfernt sich dann aber von diesem Bezug und lässt den Holzstab ein Ruder werden oder ein Schwert ...oder ein Gewehr.

Hier werden die Kommentare der Erwachsenen zu diesem Modus wichtig. Sie haben die gleiche Funktion wie die Affektspiegelung auf dem Wickeltisch. Werden die Kommentare ebenfalls spielerisch gegeben, kann der Affekt des Kindes reguliert werden. Das anschauliche Beispiel von *Dornes*: Spielt das Kind z.B. ‚Papa totschiessen‘ und der Vater reagiert darauf mit realem Ärger und schimpft mit dem Kind, so wird aus dem Spiel Ernst, und der Kommentar des Vaters hat nicht zur Regulierung des aggressiven Impulses beigetragen, sondern zu Eskalation, Angst oder Verwirrung. Reagiert er darauf aber „markiert“ bzw. im Als-Ob-Modus, indem er auf eine dramatische, künstliche Weise stirbt, so hat er dem Kind damit signalisiert, dass man mit den eigenen Impulsen und Wünschen spielen kann, ohne dass sie eine Auswirkung auf die Realität haben. Sie sind eben Wünsche und keine wirklichen Handlungen, Gedanken und keine Taten, Repräsentationen von Realität und nicht die Realität selbst.

Davon wird der **Äquivalenz-Modus** unterschieden. Hier werden Gedanken so aufgefasst, als hätten sie ähnliche Effekte wie Ereignisse. Das Kind denkt an ein Gespenst und fürchtet sich, als wäre es wirklich im Schrank. Der Gedanke an einen möglichen Unfall lässt die Phobischen nicht mehr nach draussen gehen.

Bei Kindern können Eltern nun verdeutlichen, dass sie einen solchen Modus nicht teilen und dem Kind zeigen, dass im Schrank kein Gespenst ist; sie nehmen die Furcht des Kindes auf, reagieren selbst aber nicht geängstigt. Sie nehmen die kindliche Perspektive an und distanzieren sich zugleich.

Es gibt ein schönes Beispiel für das Wechselspiel von „Als-Ob“ und „Äquivalenz“. Kinder bis ins Alter von ungefähr vier Jahren sind dabei nicht in der Lage, die richtigen Antworten zu geben. Hier kommt ein neuer Begriff ins Spiel, nämlich der Begriff der **Mentalisierung**.

Dreijährige bringt man in ein Zimmer und zeigt ihnen eine Schachtel, auf der Smarties aufgedruckt sind. Es sind aber Bleistifte drin. Wenn man sie nun fragt, was ein von draussen hereinkommender Freund wohl meinen wird, was in der Schachtel sei, antworten sie: Bleistifte. Sie können die Perspektive des Anderen noch nicht zureichend imaginieren und sich vorstellen, dass er eine *falsche Überzeugung* haben wird. Und wenn man sie ein bisschen später fragt, was sie selbst vorhin meinten, was in der Schachtel sei, antworten sie ebenfalls „Bleistifte“. Aber ab dem vierten Lebensjahr beginnen sie das Problem der „*falschen Überzeugung*“ zu verstehen. Nämlich, dass es Meinungen über die Welt geben kann, die man für vollkommen richtig hält, die aber dennoch irrtümlich sind. Dass Meinungen also Konstruktionen, nicht Abbildungen der Welt sind. (Darum macht es keinen grossen Sinn, Kinder unter vier Jahren mit in eine Zaubervorstellung zu nehmen.)

Eine Definition von *Mentalisierung* finde ich besonders interessant, weil sie die Bedeutung dieser Leistung treffend ausdrückt. Sie stammt von einer Psychologin namens *Lotte Köhler*:

„Mentalisierung ist unsere Fähigkeit, das Verhalten anderer Menschen vorausszusehen und zu erklären und zwar in Begriffen ihrer mentalen Befindlichkeiten, also dessen, was sie annehmen, wünschen, hoffen, beabsichtigen, vortäuschen oder vorgeben ... Die Fähigkeit der Mentalisierung ist weitgehend unbewusst oder implizit. Sie ist eine kognitive Leistung, die dem eigenen Verhalten und dem anderer automatisch einen Sinn gibt.“

Wenn wir diese Fähigkeit, die Welt so zu verstehen, in diesen Zusammenhang stellen, können wir gut sehen, dass ihr Erwerb nicht einfach nur das Ergebnis einer individuellen geistigen Reifung ist, sondern im Rahmen von Interaktionen des Kindes mit seinen Eltern und anderen bedeutungsvollen Personen steht. So gesehen ist es von immanenter Wichtigkeit, dass die Eltern die Unterscheidung zwischen „als-ob“ und „Äquivalenz“ verstehen und in der Situation richtig treffen können.

3. Schwierigkeiten und Störungen

Die Ansprüche an die Eltern und an die anderen bedeutungsvollen Personen sind recht komplex und differenziert, um den notwendigen Spiegelungs- und Mentalisierungsprozess in angemessener Weise in Gang zu setzen. So müssen Eltern und Lehrer z.B.:

1. in der Lage sein, sich als psychisch vom Kind getrennte Wesen zu erleben, um seinen emotionalen Zustand als etwas ausserhalb Befindliches wahrnehmen zu können,
2. zur Wahrnehmung der innerseelischen Verfassung des Kindes fähig sein,
3. zu emotionaler Resonanz in der Lage sein,
4. ein Vertrauen entwickelt haben, eigene, aber auch fremde Affekte halten und regulieren zu können,
5. und schliesslich fähig sein, auf den affektiven Ausdruck des Kindes angemessen zu reagieren.

Störungen der Affektspiegelung durch fehlende Markierung

Die Gefahr besteht, dass die Kinder mit ihrem affektiven Ausdruck unsere eigenen Repräsentanzen zum Klingen bringen. Wenn ein Kind in grosser Not und grossem Kummer weint, löst es bei der Mutter unter Umständen nicht nur Hilflosigkeit aus, sondern rührt auch an deren eigene kummervolle Repräsentanzen (Einsamkeitsgefühle aus der eigenen Geschichte), die das für eine gelungene Spiegelung notwendige Erleben von Getrenntheit auflösen. Die Folge ist, dass das Kind seinen Affekt nicht von der Mutter entkoppelt und das tatsächliche Gefühl der Mutter erlebt. Auf Grund der fehlenden Markiertheit ist die von der Mutter / dem Vater zum Ausdruck gebrachte Affektspiegelung sequential (es hat Folgen) und konfrontiert das Kind mit den realistischen Folgen ihres Affektes. Das heisst: die Mutter fühlt sich nicht nur empathisch in den Kummer ihres Kindes ein, sondern erlebt selbst Kummer angesichts des Gefühlszustandes ihres Kindes und bringt diesen zum Ausdruck. Nun befinden sich also zwei Personen in einem negativen affektiven Zustand, den sie in ihrem Verhalten ausdrücken: das Kind, indem es weint und die Mutter, indem sie besonders „vorsichtig“ und ängstlich agiert. Für das Kind hat dies gravierende Folgen: Das Kind wird feststellen, dass es in einem hohen Grad Kontrolle über den Gefühlsausdruck der Mutter besitzt. Dies wird aber keine positive Erregung auslösen, sondern wirkt im Gegenteil stark beunruhigend, da das Kind die Erfahrung macht, dass seine negativen Gefühle „ansteckend“ wirken. In der Folge wird es nicht nur Schwierigkeiten in der Selbstwahrnehmung haben, sondern auch Mängel in der Errichtung von Selbstgrenzen erleben.

Störungen der Affektspiegelung durch inkongruentes Spiegeln

Eine andere Situation liegt vor, wenn die Bezugsperson nicht in der Lage ist, sich in die mentalen Erfahrungen des Kindes einzufühlen, sondern vorwiegend die eigenen Gefühls- und Bedürfnislagen in ihm wahrnimmt. Indem die Eltern ihre Affekte in das Kind hinein projizieren, werden sie, ohne es zu bemerken, nicht die affektive Gestimmtheit des Kindes, sondern die eigene spiegeln. Sie bieten dem Kind Affekte an, die mit seiner ursprünglichen emotionalen Verfassung nicht in Beziehung stehen und dadurch sein eigenes Ausdrucksverhalten entwerten. Das Kind wird in der Folge die Abwehr der Bezugsperson verinnerlichen und verliert damit die Basis für ein tragfähiges Selbstgefühl. Um sich selbst wahrzunehmen bleibt dem Kind nun die Möglichkeit, sich in Opposition zu den elterlichen Projektionen zu verhalten oder aber über eine Anpassung an die elterliche Welt auf eine eigene Ausdrucks- und Erlebnismöglichkeit zu verzichten. Konkret: Löst z.B. der Wunsch des Kindes nach Körperkontakt bei der Mutter Angst und abgewehrten Ärger aus, weil er bei den eigenen Eltern nie beantwortet wurde und die Mutter in ihrem Kind eher die versagenden eigenen Eltern sieht, könnte sich folgender Prozess abspielen: Die Mutter projiziert ihre eigene Abwehrreaktion auf das Kind und interpretiert in Verzerrung der Wirklichkeit den Wunsch des Kindes als Aggression. Den missverstandenen Affekt des Kindes moduliert sie dann, indem sie einen aggressiven Gefühlsausdruck markiert spiegelt. Das Kind macht damit, was wir bereits gehört haben:

- es nimmt den markierten Gefühlsausdruck der Eltern und verbindet ihn mit der eigenen Befindlichkeit (Entkoppelung).
- weil der Gefühlsausdruck der Eltern stark mit dem eigenen Erleben zusammenfällt (immer wenn das Kind Nähe sucht, kommt die Abwehr), wird das Kind den falsch gespiegelten Affekt mit seiner eigenen ursprünglichen Verfassung verknüpfen.
- Es kommt beim Kind zu einer Verzerrung der Selbstwahrnehmung und damit zu einer Spaltung seiner eigenen primären Repräsentation (Wunsch nach körperlicher Nähe als körperliche Erfahrung) und der entstandenen zweiten Repräsentation seiner mentalen Verfassung. Man spricht dann von verzerrten Selbstrepräsentationen, die keinen Bezug zur erlebten Gefühlslage haben.

Störungen der Mentalisierung im Entwicklungsverlauf

Es lässt sich leicht nachvollziehen, dass Eltern oder Lehrpersonen, die das Kind aus der Perspektive einer rigiden, von Übertragungen verzerrten Haltung wahrnehmen, ihm eine Version seiner selbst anbieten, die stark von ihren eigenen Repräsentanzen geprägt ist und das aktuelle kindliche Triebbedürfnis nur in verzerrter Form berücksichtigt und abbildet.

Ein paar Beispiele:

- Einem Kind, das angesichts seiner gierigen Impulse eine kritisch - ablehnende Reaktion seiner Eltern erlebt, wird über die elterliche Repräsentanz ein Bild seiner selbst angeboten, in dem seine primäre emotionale Verfassung durch die sekundäre Repräsentation entwertet wird. Der Internalisierungsprozess würde dann nicht heißen: „Die Eltern nehmen mich gierig wahr, also existiere ich (auch) als gieriges Wesen“ sondern eher: „Die Eltern lehnen mich als gierig ab, also existiere ich als abgelehntes gieriges Wesen.“
- Ein Kind, das angesichts seiner aggressiven Impulse auf verängstigte Eltern stößt, wird mit Repräsentanzen konfrontiert, in denen z.B. die von den Eltern wahrgenommenen kindlichen Ärgergefühle mit Angst und evt. abgewehrten Hassgefühlen beantwortet werden. Hier könnte sich folgendes Selbstwertgefühl entwickeln: „Die Eltern haben Angst, mich als zerstörerisch wahrzunehmen, daher existiere ich nicht (auch) als aggressives Wesen.“
- Ein Kind, das angesichts seiner sexuellen Impulse mit einer abwehrenden und verachtenden Haltung konfrontiert wird, erlebt in den Mentalisierungen der Eltern deren entwertete Repräsentanzen angesichts der eigenen Sexualität. Im Kind könnte sich folgendes Selbstgefühl entwickeln: „Die Eltern verachten mich, wenn sie mich als sexuelles Wesen wahrnehmen, daher verachte ich mich auch und existiere nicht als begehrendes Wesen.“

4. Konsequenzen für unsere erzieherische Arbeit

Arbeit mit den eigenen Repräsentanzen

Aus der elterlichen Perspektive wird deutlich, dass jeder Elternteil im Kontakt mit den Bedürfnissen seines Kindes unweigerlich in Berührung kommt mit den persönlichen inneren Konflikten, die sich psychogenetisch mit dem jeweiligen Antriebsbereich verbinden. Sind Eltern auf Grund eigener Unsicherheiten, Schwierigkeiten, Ängste, d.h. auf Grund ihrer eigenen inneren Repräsentanzen nicht in der Lage, das Kind in seinen Bedürfnissen in der notwendigen Feinfühligkeit zu beantworten, so nehmen sie unmittelbar, und zwar ohne es bewusst zu wollen und ohne es ohne weiteres ändern zu können, ganz wesentlich Einfluss auf die innere Situation des Kindes. Die Innenwelt der Eltern wird damit immer zur relevanten Aussenwelt der Kinder, da die Eltern ungewollt immer nur entsprechend der eigenen inneren Repräsentanzen reagieren können. Damit ergibt sich eine familiäre Situation, die dem Kind die gesamte Last der offenen und geheimen Konflikte der Familienmitglieder aufbürdet. Auf

diese Weise erhält das Kind die Funktion, Träger und Bote des elterlichen Unbewussten zu sein und damit häufig auch als Symptomträger zu fungieren.

Impulse für unsere Arbeit

Wir haben gesehen, dass sich das Selbst des Kindes von Anfang an interaktiv entwickelt. Kinder, bei denen diese frühen Dialoge nicht stattfanden, leiden in aller Regel unter schweren Persönlichkeitsentwicklungsstörungen.

Wir haben auch gesehen, dass zu einer gelungenen Affektspiegelung gehört, dass wir als Erwachsene uns getrennt vom Kind erleben, ein eigenes Selbst haben. Nur so kann das Kind sein eigenes Selbst aufbauen und ist befreit davon, unsere Geschichte weiter zu schreiben.

Auch bei unseren Schülern und Schülerinnen verhält es sich noch immer gleich wie bei den kleinen Kindern. Sie müssen das Gefühl haben, verstanden worden zu sein. Sogar bei uns Erwachsenen verhält es sich nicht anders. Wir kennen unsere Gegenüber, die jeden Satz mit „Aber ...“ beginnen. Wir sagen dann: „Mit dem kann man nicht reden.“

Das Selbst wird in den ersten Lebensjahren aufgebaut. Hier erhält der Mensch seine Prägung. Auf der anderen Seite ist das Selbst immer im Aufbau begriffen. Das spüren wir am besten, wenn wir uns zerstört und vernichtet fühlen und das Gefühl haben, gar niemand zu sein. Wir müssen uns in solchen Momenten zurückziehen und unser Selbst wieder aufbauen. Diese Feststellung macht uns Mut. Weil wir sehen, dass es „nie zu spät ist“.

Es gibt ein paar relativ einfache Regeln (einfach im Sinne von gut merkbar):

„Nimm dein Gegenüber nicht gegen dich.“

Wenn beispielsweise ein Kind erst am Abend spät zum Vater sagt, es habe die Hausaufgaben vergessen, dann hilft die Bemerkung, man hätte es doch beim Nachtessen noch gefragt, keinem von beiden. Vielmehr sieht es aus, als nähme man das Verhalten des Kindes gegen sich. Auch dem Kind ist so nicht geholfen. Es macht sich im Gegenteil doppelt schuldig und fühlt sich nicht verstanden. Besser ist es, dem Kind zum Beispiel zu sagen: „Das ist sicher sehr unangenehm für dich. Würdest du die Hausaufgaben am liebsten gar nicht machen?“ Jetzt hat das Kind die Möglichkeit, zu sagen, dass es sie ja machen muss und die Folgefrage wäre dann, wann es sie denn machen will (z.B. früher aufstehen?)

Auch wenn in unseren Augen das Gefühl des Kindes noch so unberechtigt zu sein scheint:

„Nimm das Gefühl des Kindes ernst.“

Ein Kind, das Sorgen hat, weil es sich von seinen Freunden nicht akzeptiert fühlt, hat dieses Gefühl auch dann, wenn die ganze Stube voller Freunde ist, die mit ihm spielen möchten. Offenbar gibt es Gründe, weshalb das Kind dieses Gefühl hat. Oder vielleicht will das Kind auf diese Weise sonst etwas ausdrücken. In dieser Situation wäre es geschickt, so zu beginnen: „Du fühlst dich nicht beliebt. Das ist ein ganz schreckliches Gefühl.“ Das Kind wird sich ernst genommen und verstanden fühlen. Das Gespräch kann weiter gehen. Wenn ich sagen würde: „Aber schau mal, du hast doch viele Freunde“, dann würde sich das Kind nicht abgeholt fühlen.

Zum Gefühl des Ernstgenommenseins gehört auch, dass ich, nachdem ich dem Kind gesagt habe, was ich wahrgenommen habe, frage, ob es wissen möchte, wie ich darüber denke.

„Lass das Gefühl des Kindes sein Gefühl sein.“

Nimm es ihm nicht weg, indem du interpretierst.

Um beim Beispiel von oben zu bleiben: Wenn sich ein Kind nicht beliebt fühlt bei den Kameraden, dann nützt es ihm nichts, wenn ich sage, dass ich das verstehen kann, dass ich aber auf der anderen Seite auch sehe, dass das Kind halt wenig nach draussen geht und nie von sich aus ein anderes Kind anruft.

Wenn wir die Gefühle des Kindes „sauber“ spiegeln mit Empathie und ohne Interpretation und ohne Wertung, dann wird das Kind von allein den weiteren Weg sehen und die Verantwortung für seine Entwicklung übernehmen.

Dies soll uns ermutigen, diesen Weg zu gehen und das zu lernen. Wir sind gefordert, an *unserer* Entwicklung und an *unseren* Haltungen zu arbeiten, damit das Kind *seinen* Weg alleine gehen kann.

Dazu wünsche ich Ihnen und mir viel Mut.