

Dem Kind zuhören

Zuhören – was heisst das? Jemand spricht, und eine andere Person hört zu. Es klingt so selbstverständlich, beinahe banal. Die aktive Rolle spielt ja der Erzähler oder die Erzählerin; wer hingegen "nur" zuhört, scheint passiv zu sein. Doch wir erfahren es immer wieder: So einfach ist es nicht! Im Gegenteil: Was eine gute Zuhölerin oder ein guter Zuhörer zu tun hat, ist anspruchsvoll, bedeutsam und entscheidend. Dies gilt vor allem auch für Erwachsene, die mit Kindern im Gespräch sind.

Aktiv zuhören

Der Begriff des Aktiven Zuhörens ist mittlerweile weit herum bekannt. Damals von Carl R. Rogers (1902-1987) für die psychotherapeutische Arbeit geprägt wird er seit Jahren in Kommunikationsschulungen gelehrt, gelernt und eingeübt. Niemand bestreitet, dass für eine konstruktive Gesprächsführung das aufmerksame Zuhören ebenso wichtig ist wie das klare und verständliche Reden. Dennoch bemühen wir uns in der Regel viel mehr um gutes Sprechen als um gutes Zuhören. Das gilt auch für die Erziehung: Wie viele Eltern und Lehrpersonen sind sehr darauf bedacht, sich den Kindern verständlich zu machen! Sie strengen sich an, die Dinge richtig zu sagen, am besten mehrmals und immer wieder zu erklären, was die Kinder tun und lassen sollten. Oft sind diese Bemühungen wenig erfolgreich, und der Spruch, wonach Erziehung heisse, hundertmal dasselbe zu sagen, bewahrheitet sich keineswegs.

Indessen wird viel weniger Energie darauf verwendet, in kommunikativen Situationen – gerade auch mit Kindern – gut zuzuhören. Ein wenig verallgemeinernd könnte man sagen: Wir reden viel und hören kaum. Dass es für die gesunde Entwicklung von Kindern unablässig ist, ihnen aktiv zuzuhören, ist den Erziehenden oft zu wenig bewusst.

Hören, hinhören, zuhören

Worin unterscheidet sich hören, hinhören und zuhören? Hören können wir, ohne uns zu bemühen. Sofern wir gesund sind, hören wir automatisch. Akustische Reize dringen an unser Ohr, angenehme und unangenehme. Es kann uns kaum entgehen, wenn ein Kind schreit wie am Spiess, ohne dass wir die Ohren spitzen. Wir können mit irgendetwas beschäftigt sein, das uns voll in Anspruch nimmt, und sofort werden wir aufmerksam. Anders verhält es sich, wenn sich ein Kind weniger auffällig bemerkbar macht. Oft lassen wir uns dann ungern stören und nehmen kaum auf, was es wirklich sagen möchte. Und wenn wir uns ihm zuwenden, sind wir vielleicht doch nicht mit ganzer Aufmerksamkeit dabei. Innerlich mit anderem beschäftigt hören wir nur "mit halbem Ohr" zu oder überlegen gleichzeitig, was wir nachher selbst sagen wollen. Dabei entgeht uns nicht selten einiges von dem, was uns das Kind zu sagen hätte.

Wir können durchaus hinhören, ohne aktiv zuzuhören. Dabei nehmen wir meistens nur ungefähr auf, was das Kind meint. Die Rede von Kindern ist ja kaum druckreif; sie haben je nach Sprachentwicklung ihre eigene Ausdrucksweise, die sich von unserer stark unterscheidet. Wer innerlich unbeteiligt, distanziert oder passiv abwartend hört, bekommt oft das Wesentliche nicht mit. Das Kind selber aber könnte den Eindruck bekommen, es werde ihm ernsthaft zugehört und merkt dann vielleicht enttäuscht, dass es nicht verstanden wurde. Echt zuhören heisst jedoch, sich ins Gegenüber hineinzusetzen, ihm volle Aufmerksamkeit zu schenken und dabei nicht nur auf den Inhalt, sondern auch auf Zwischentöne zu achten. Und diese äussern Kinder nicht selten offensichtlich und freimütig. Ein wertvolles Informationspotenzial entgeht uns, wenn wir sie überhören.

Wenn wir dem Kind bei Gelegenheit jedoch hundertprozentig zuhören, verstehen wir nicht nur besser, was es sagt. Wir fördern auch seinen Ausdruck und stärken sein Selbstwertgefühl. Es darf die Erfahrung machen, dass es "etwas zu sagen hat", das wichtig genug ist, angehört und aufgenommen zu werden. Zudem wirkt aktives Zuhören vorbildlich: Das Kind wird auch in diesem Bereich nachahmen, was wir ihm vorleben.

Sieben Tipps möchten Sie anregen, im konkreten Alltag den Kindern zu geben, was sie brauchen: Erwachsene, die sie ernst nehmen in ihren Äußerungen, indem sie ihre "Botschaften" aufnehmen und versuchen, sie zu verstehen.

Tipp 1: Zeigen Sie Interesse!

Kinder merken bald, wer sich für sie interessiert – oder eben nicht. Tragisch ist es allemal, wenn die nächsten Bezugspersonen kaum wissen, was ihre Kinder wirklich bewegt. Was wir nicht unbedingt gern hören, müssten wir aber umso aufmerksamer aufnehmen. Manche Eltern sind zu sehr fixiert auf eigene Bilder, die sie sich von ihren Sprösslingen machen und zu wenig offen für das, was sie als eigenständige Wesen kundtun. Kinder können ganz anders sein, als Eltern sie wünschen und denken. Interessiertes Zuhören stellt eigene Vorstellungen in den Hintergrund und lässt sich ganz auf das Kind ein.

Tipp 2: Schenken Sie Gehör!

Die sprachliche Wendung ist zutreffend: Es ist ein Geschenk, von jemandem gehört zu werden. So ist es tatsächlich, heute mehr denn je: In hektischen Zeiten, die auch jungen Eltern viel abverlangen, ist es keine Selbstverständlichkeit, gut zuzuhören. Allein schon die Zeit fehlt oft, oder auch die nötige Energie, wenn man nach getaner Berufsarbeit noch den Kindern zuhören muss. Aber es lohnt sich – nicht nur für das Kind! Wir selbst werden beschenkt, und manchmal überrascht. Wie vieles klingt aus Kindermund einfach köstlich, interessant und durchaus originell. Vieles nehmen die Kinder ja ganz anders wahr als wir. Sie erleben zum ersten Mal, was uns längst bekannt ist. Wenn sie es erzählen, können wir durchaus über längst Selbstverständliches etwas Neues hören, das wir noch nie oder schon lange nicht mehr beachtet haben.

Tipp 3: Wenden Sie sich zu!

Es ist durchaus möglich, während dem Ausräumen der Geschirrspülmaschine zu hören, wie das Kind erzählt, dass es im Kindergarten ausgelacht wurde und in der Puppenecke nicht mitspielen durfte. Sie hören wohl seine Worte, und seinen traurigen Tonfall hören Sie mit – sogar sein Weinen. Wenn Sie aber einen Moment innehalten und das Kind in die Arme nehmen, erfahren Sie mehr. Sie werden gleichsam "zwischen den Worten" hören, so wie man in einer gehaltvollen Lektüre zwischen den Zeilen liest. Das heisst nicht, dass Sie immer gleich alles liegen oder fallen lassen müssen, wenn Ihr Kind den Mund aufmacht. Aber Ihr Gespür wird Sie nicht im Stich lassen: Wann immer Sie merken, dass Ihr Kind mehr braucht als nur die halbe Aufmerksamkeit, wenden Sie sich ihm zu. Oft ist es gar nicht nötig, viel mehr zu unternehmen. Allein das Aussprechen von Verletzungen kann schon einiges heilen – falls jemand da ist, der aktiv zuhört.

Tipp 4: Hören Sie mit dem Herzen!

Ein chinesischer Spruch sagt, dass beim Zuhören die Ohren Augen bekommen. Welche Weisheit! Wer wirklich hört, "sieht" innerlich, was erzählt wird. So wird es Ihnen auch ergehen, wenn Ihr Kind Ihnen eifrig berichtet, was es erlebt hat. Sie werden hören und sehen – und dabei auch mitempfinden. Halten Sie Ihr Mitgefühl wach, aber nicht übertrieben besorgt, sondern so, dass das Kind sich echt verstanden fühlt. Eine Überreaktion kann das Kind irritieren, wenn es die Botschaft, die es bringt, selber anders einschätzt. Klar gibt es Situationen, die uns erschrecken. Dabei ist es umso wichtiger, seine Sicht der Dinge nachzuvollziehen. Seine Sorge, seine Freude, seine Wut oder Trauer soll wie von ihm gemeint bei uns ankommen, bevor wir reagieren. Wenn Kinder spontan erzählen, sind sie in der Regel ganz authentisch, und sie verdienen es, zunächst ausreden zu können und angehört zu werden, ehe wir unseren eigenen Standpunkt erklären.

Tipp 5: Nehmen Sie Anteil!

Zuhören heisst Anteilnehmen im wörtlichen Sinn: Ich nehme die Teile an, die man mir mitteilt. Einfühlsame Rückfragen können die Anteilnahme intensivieren: "Wie hast du das gemacht?" "Was hast du nachher gesagt?" "Und dann, wo bist du hingegangen?" Aufgepasst – solche Fragen können auch kontrollierend oder gar vorwurfsvoll wirken. Das ist auf keinen Fall gemeint. In unserem Sprechtun, in der Art, wie wir die Fragen stellen, wird das Kind statt dessen unser inneres Dabeisein spüren. Diese Zuwendung hilft ihm wiederum, uns zu vertrauen und auch das zu erzählen, was vielleicht schwierig oder heikel auszusprechen ist.

Tipp 6: Denken Sie über das Gehörte nach!

Manchmal erzählen uns Kinder etwas, das wir nicht so schnell vergessen. Es kann Erfreuliches oder Belastendes sein. Solche Botschaften sind wichtig genug, um sie später noch zu überdenken oder mit einer andern Person zu besprechen. Oft ist es gut, andere zu Rate zu ziehen, die auch mit Kindern zu tun haben. Im Gespräch mit ihnen lässt sich einiges klären. Manchmal berichten uns Kinder aber auch Erstaunliches oder Erheiterndes, an das wir uns gerne wieder erinnern. Erzieherinnen und Erzieher erzählen sich manchmal solche Anekdoten, über die man staunen oder einfach nur schmunzeln kann.

Tipp 7: Halten Sie die Ohren offen!

Wohlverstanden, es geht nicht darum, alles zu hören, um ja nichts zu verpassen. Aber wir müssen lernen, Wichtiges aufzunehmen. Kinder verschaffen sich von selbst Gehör, wird gesagt. Aber nicht alle tun es. Es gibt jene, die sich nur mit leisen Tönen bemerkbar machen. Im Kontakt mit schüchternen Kindern – die es auch heute noch gibt! – ist es besonders wichtig, einfühlsam zu sein. Aufmerksame Kontrolle könnte sie nämlich noch mehr einschüchtern. Hingegen verschafft wertschätzendes, echtes

Interesse auch den Zugang zu eher verschlossenen Individuen. Sie fordern uns in besonderer Art heraus, gerade dadurch, dass sie uns nicht herausfordern. Mit unserem besonderen Feingespür werden wir es auch ihnen ermöglichen, sich angstfrei zu äussern, wenn sie etwas beschäftigt.

Vreni Merz