Wie Kinder und Erwachsene lernen, sich richtig zu verstehen

geschrieben von Redakteur | Februar 3, 2021

Ein Interview mit Joanna Faber über Konflikte und demokratische Erziehung:

Adele Faber und Elaine Mazlish haben das erfolgreichste Elternbuch aller Zeiten geschrieben. Ihre Methoden wurden oft kopiert. Jetzt hat Adeles Tochter Joanna einen eigenen Ratgeber verfasst. In den USA ist er längst ein Bestseller und nun ist er auch in Deutschland erschienen. Im Interview spricht sie über ihr Buch und gibt viele praktische Tipps.

Weil sie nie zuhören…

Sie hören nie zu – ist die häuftigste Klage, die wir von fast allen Eltern, ErzieherInnen und Lehrkräften über Kinder zu hören bekommen. Aber mit einigen cleveren Tools können wir diese Problematik angehen und uns Gehör verschaffen. Darüber haben wir mit Joanna Faber, der amerikanischen Pädagogin und

Autorin von **„Wie Sie sprechen sollten, damit Ihr Kind Sie versteht“** gesprochen.

Joanna hatte nicht vor, eine Fortsetzung des Bestsellers „So sag ich’s meinem Kind“ zu schreiben, den ihre Mutter, Adele Faber gemeinsam mit Elaine Mazlish verfasst hatte. Tatsächlich wehrt sie sich dagegen.

„Das sind große Fußstapfen, die es zu füllen gilt“, sagt Joanna, selbst Erziehungsexpertin und Pädagogin, die das „So sag ich’s meinem Kind“-Konzept in Erziehungsworkshops selbst praktiziert. Das Buch, das detaillierte Methoden der Eltern-Kind-Kommunikation beschreibt, verkaufte sich mehr als drei Millionen Mal und ist damit das erfolgreichste Elternbuch weltweit.

Aber Joanna wollte gemeinsam mit ihrer Freundin aus Kindertagen, Julie King, praktische Ratschläge anbieten, die sich speziell an kleine Kinder richten. „Wir hörten von so vielen Leuten, die sagten: ‚Ich liebe diesen Ansatz, aber was mache ich, wenn mein Zweijähriger sich die Schuhe nicht anziehen will?’“ berichtet Faber. „Es ist schwer, die Theorie in die Tat umzusetzen, besonders wenn man mittendrin ist.“

(Foto: Joanna Faber und Julie King bei einer ersten Kooperation)

Das Ergebnis ist ihr neues Buch, **„Wie Sie sprechen sollten, damit Ihr Kind Sie versteht – Ein Überlebenshandbuch für Eltern mit Kindern im Alter von 2 bis 7 Jahren“.** Wir sprachen mit Joanna darüber, warum Kinder ihre Eltern manchmal ignorieren, über die Kraft des Spielens und darüber, warum Kommandos nach hinten losgehen können.

Ihre Mutter hat das weltweit meistverkaufte Erziehungsbuch geschrieben. Es ist in Deutschland unter dem Titel „So sag ich’s meinem Kind“ erschienen. Warum haben Sie „Wie Sie sprechen sollten, damit Ihr Kind Sie versteht“ geschrieben? Wie unterscheidet es sich von dem Buch deiner Mutter?

Joanna: Wir haben dieses Buch für all die Leute geschrieben, die sagen: „Ich liebe diesen So-sag-ich’s-meinem-Kind-Ansatz zur Kindererziehung, aber… was mache ich, wenn mein Zweieinhalbjähriger schreit, weil er das Hundefutter nicht essen darf… oder nicht auf die Kühlschrankregale klettern darf… oder sein batteriebetriebenes Feuerwehrauto nicht mit in die Badewanne nehmen darf…“

Joanna und Julie bei der Arbeit an ihrem Buch

Kleine Kinder leben nun mal in ihrem eigenen Reich. Sie sind

voller großer Ideen und großer Gefühle. Aber sie haben noch nicht ganz begriffen, wie die Welt funktioniert. Es braucht eine besondere Mischung aus Geduld, Festigkeit und Humor, um das Leben mit Kleinkindern zu überleben. Julie und ich dachten, es wäre eine großartige Idee, ein Buch zu schreiben, das zeigt, wie Erwachsene diesen wunderbaren So-sag-ich's meinem Kind-Ansatz in ganz konkreten Situationen anwenden können, die für kleinere Kinder typisch sind. Wir ordneten das Buch nach typischen Herausforderungen wie Essen, Schlafen, Geschwisterrivalität und so weiter. Wir haben 100 Prozent reale Geschichten von Eltern aus unseren Workshops und aus unserem eigenen Leben als Eltern und Lehrer verwendet, um die Methode zu illustrieren. Das Buch ist also nicht akademisch und belehrend. Es spiegelt die Verrücktheit des tatsächlichen Lebens mit kleinen Kindern wider.

Das Buch ist also nicht akademisch und belehrend.
Es spiegelt die Verrücktheit des tatsächlichen
Lebens mit kleinen Kindern wider.

Sie haben auch viel über Kinder mit Autismus geschrieben. Warum das?

Joanna: Die Eltern dieser Kinder sehen sich in den typischen Kindererziehungsbüchern oft nicht repräsentiert. Also haben wir alle Geschichten von Eltern mit nicht-neurotypischen Kindern gesammelt und gezeigt, wie sie diese Methoden an die Entwicklungsbedürfnisse ihres jeweiligen Kindes anpassen können.

Nun zur Kernfrage: Warum hören Kinder nicht auf ihre Eltern? Sollten wir uns in den letzten paar tausend Jahren nicht so entwickelt haben, dass wir kooperative Kinder haben?

Joanna: Ja, das wäre doch zu schön! Das Problem ist, dass wir Erwachsenen uns intensiv für eine ganze Reihe von Dingen interessieren, die unseren Kindern völlig egal sind. Zum Beispiel sind wir besessen von der Zeit. Wann haben Sie das

letzte Mal gesagt: „Wir werden zu spät kommen!?“ Wahrscheinlich heute Morgen. Kinder kümmern sich nicht um die Zeit. Sie kümmern sich um das, was sie gerade tun. Und sie mögen es nicht, gehetzt zu werden. Wir Erwachsenen machen uns ständig Sorgen um die Sauberkeit – „Du musst dir die Hände waschen, ein Bad nehmen, deine Haare waschen…“
Die meisten Kinder wären vollkommen zufrieden damit, mit klebrigen Fingern, schmutzigen Knien, stinkenden Füßen und Haaren, die mit Haferflocken und Joghurt verklumpt sind, durchs Leben zu gehen. Wir möchten, dass sie ihre Spielsachen wegräumen und ihr Zimmer sauber halten. Sie würden gerne mit ihren Lastwagen und ihren Buntstiften im Bett schlafen. Und so weiter. Kinder können sich das vorstellen. Wir haben somit radikal unterschiedliche Vorstellungen.

Die meisten Kinder wären vollkommen zufrieden damit, mit klebrigen Fingern, schmutzigen Knien, stinkenden Füßen und Haaren, die mit Haferflocken und Joghurt verklumpt sind, durchs Leben zu gehen.

Warum sagen wir unseren Kindern nicht einfach, dass sie ihre Jacke aufhängen sollen oder, dass sie aufhören sollen zu quengeln?

Joanna: Stellen Sie sich mal vor, Sie kommen von der Arbeit nach Hause und Ihr Partner sagt: „Oh, gut, du bist zu Hause. Zieh deine Jacke aus, häng sie auf, setz dich hin und iss dein Essen. Beeil dich, hast du mich gehört, ich sagte, setz dich hin.‘ Selbst wenn das Essen gut riecht und Sie müde sind, gibt es etwas in Ihnen, das sich dagegen sträubt, weil niemand gerne gesagt bekommt, was er tun soll. Kinder bekommen den ganzen Tag lang gesagt, was sie tun sollen, und sie haben die gleichen nachtragenden Gefühle, die Erwachsene bekommen, wenn man uns sagt, was wir tun sollen.

Kinder bekommen den ganzen Tag lang gesagt, was sie tun sollen, und sie haben die gleichen nachtragenden Gefühle, die Erwachsene bekommen, wenn man uns sagt, was wir tun sollen.

Wie sollen wir also unsere Kinder dazu bringen, zu kooperieren?

Joanna: Kinder werden tagsüber viel herumkommandiert. Es gibt so viele Dinge, die wir sie tun lassen müssen. Und natürlich mag niemand das Gefühl, herumkommandiert zu werden. Kein Kind und kein Erwachsener. Es gibt uns das Gefühl, trotzig zu sein. Befehle erzeugen automatisch Widerstand. Wenn wir also einen Befehl raushauen, arbeiten wir gegen unsere eigenen Interessen.
Um ein einfaches Beispiel zu geben, ist einer unserer Vorschläge, einen Befehl oder eine Drohung durch eine Wahlmöglichkeit zu ersetzen.
Anstelle von „Zieh jetzt deinen Schlafanzug an, sonst gibt es keine Gute-Nacht-Geschichte für dich!“ könnten wir sagen: „Willst du deinen Schlafanzug auf die normale Art und Weise anziehen… oder von innen nach außen?“ Oder: „Willst du ihn mit offenen Augen anziehen, oder willst du es mit geschlossenen Augen versuchen?“

> *Die dem Buch zugrunde liegenden Basisdaten, auf denen die praktischen Beispiele, Impulse und Sprachvorschläge aufgebaut sind, stimmen mit bedeutsamen Forschungsergebnissen aus den Feldern der Konfliktpsychologie sowie der Kommunikationswissenschaft überein und damit ist diese Publikation zugleich auch für elementarpädagogische Fachkräfte ein lesenswertes Praxislehrbuch zur weiteren Verbesserung der eigenen Sprachkompetenz.*
>
> *Prof. Dr. Armin Krenz auf* ***kindergartenpaedagogik.de***

Das hört sich danach an, als würden Sie dazu raten, dass Eltern ein bisschen albern sein sollten, wenn sie wollen, dass ihre Kinder etwas tun…

Es stimmt, dass dem eine humorvolle Grundhaltung zugrunde liegt. Viele der Vorschläge in unserem Buch haben spielerische Elemente. Kinder reagieren sehr stark auf Verspieltheit. Das

kann fast magisch sein. Ein übler Konflikt lässt sich so in eine freudige Aktivität verwanden.
Ich hatte eine Mutter in meinem Workshop, die berichtete, dass sie mit ihrem Sohn erbitterte Kämpfe wegen des Aufräumens der Bauklötze hatte. Sie hatte mehrfach gedroht, sie wegzuwerfen, ohne erkennbaren Erfolg. Sie hatte ihn gezwungen, sie aufzuräumen, indem sie seine Hand über jeden einzelnen Klotz klemmte, seine Hand in die Klotztasche zwang und dann seine Finger von dem Klotz abzog. Du kannst dir wahrscheinlich vorstellen, wie unangenehm diese ganze Tortur war!
Nach unserer Workshop-Sitzung über Alternativen zu Befehlen und Drohungen beschloss sie, dass der Klotzsack mit einer schroffen, „klotzigen" Stimme sprechen sollte. „Ich habe Hunger! FÜTTERE MICH MIT KLÖTZEN!" Plötzlich rannte ihr Kind durch den Raum, um leckere Klötze aufzusammeln… Und auch sein älteres Geschwisterchen kam zur Hilfe. Der Klotzsack war vollgestopft mit Klötzchen, und er machte viele Kommentare über die verschiedenen Geschmacksrichtungen und den Zustand seines Verdauungstraktes. Eine neue Aufräumroutine war geboren.
Natürlich sind wir nicht immer in der Stimmung für Spiele, aber wenn wir die Energie aufbringen können, ist es ein mächtiges Werkzeug!

Bei unser Methode finden sich Wege, die Kinder dazu bringen, sich kooperativ zu FÜHLEN, so dass das Familienleben harmonischer verläuft, anstatt Wege zu benutzen, die Kinder wütend und trotzig machen.

Manche Eltern vertreten schlicht die Meinung, ihre Kinder sollten einfach gehorchen, ohne sich immer Spiel und Spaß ausdenken zu müssen. Was können Sie diesen Eltern sagen?

Joanna: Es ist mehr als nur Spaß und Spiel. Es ist schon richtig. Wir wollen, dass unsere Kinder gut erzogen sind. Bei unser Methode finden sich Wege, die Kinder dazu bringen, sich kooperativ zu FÜHLEN, so dass das Familienleben harmonischer

verläuft, anstatt Wege zu nutzen, die Kinder wütend und trotzig machen, während sich die Eltern frustriert fühlen. Letztlich schätzen wir alle den Geist der Kooperation und Fürsorge mehr als blinden Gehorsam, der meist nur auf Gewalt beruht.
Wir wollen, dass unsere Kinder auch noch kooperativ sind, wenn sie größer sind als wir. Und indem wir die Werkzeuge in diesem Buch verwenden, einschließlich der Problemlösung und das Erkennen und Anerkennen von Gefühlen, modellieren wir für unsere Kinder auch fürsorgliche und respektvolle Wege, um Konflikte mit anderen Menschen in ihrem Leben zu lösen.

Was anfangs nach mehr Arbeit aussieht, wird sich am Ende als Erleichterung ihres Lebens herausstellen.

Die Eltern fühlen sich vielleicht zu müde und glauben nicht, dass sie das noch leisten können.

Joanna: Sie arbeiten für ein größeres Ziel. Und es ist nicht so schwer, wie es sich manchmal anhört. Sobald Eltern anfangen, solche Dinge zu tun, stellt sie fest, dass auch sie das Leben ein bisschen mehr genießen können, weil die Kinder kooperativer sind. Die Eltern und ErzieherInnen kommen mit weniger Kämpfen und mehr Spaß und mehr guten Gefühlen durch den Tag. Was anfangs nach mehr Arbeit aussieht, wird sich am Ende als Erleichterung ihres Lebens herausstellen.

Viele Eltern haben das Gefühl, dass alle anderen ihre Familiensituation besser im Griff haben. Kennen Sie das auch?

Joanna: Wir sitzen in unseren kleinen Kernfamilien fest und wissen nicht, was für Kämpfe es gibt. Jeder denkt, dass sein Kind das einzige ist, das zusammenbricht, wenn es vier Dinge malen muss, die mit einem B beginnen. Aber überall in der Stadt weinen Kinder hysterisch über ihren Hausaufgaben. In unserem Buch versuchen wir, dieses Gemeinschaftsgefühl wiederherzustellen, so dass man einen Blick auf all die Eltern werfen kann, die mit denselben Herausforderungen auf dieselbe

menschliche, unvollkommene Weise umgehen.

In unserem Buch versuchen wir, dieses Gemeinschaftsgefühl wiederherzustellen, so dass man einen Blick auf all die Eltern werfen kann, die mit denselben Herausforderungen auf dieselbe menschliche, unvollkommene Weise umgehen.

Welchen Rat hast du für Eltern, die sich verzweifelt fühlen?

Joanna: Manchmal müssen sie sich eine Auszeit für sich selbst nehmen. Sagen sie sich: „Ich sehe, mein Kind will, dass ich mir sein Bild ansehe und es braucht das, aber ich kann das jetzt nicht. Ich brauche fünf Minuten, um mich hinzusetzen und meinen Tee zu trinken.‘ Ein Zweijähriger kann sie nicht verstehen. Aber ein Vierjähriger, der sich mit der Sprache der Gefühle beschäftigt hat, kann das schon. Sagen sie nicht: „Du bist böse, du belästigst mich, lass mich in Ruhe“. Sage sie: „Ich fühle mich mürrisch und müde und ich brauche ein wenig Zeit.“

Sei zu dir selbst so freundlich und nachsichtig wie zu deinen Kindern und gib dir selbst genauso viele Chancen, wie du sie deinen Kindern gibst.

Noch ein letzter Rat?

Joanna: Sei zu dir selbst so freundlich und nachsichtig wie zu deinen Kindern und gib dir selbst genauso viele Chancen, wie du sie deinen Kindern gibst. Behandle dich selbst liebevoll. Wenn dein Kind das sieht, bist Du ihm ein gutes Vorbild.

Das Buch von Joanna Faber und Julie King ist bei Oberstebrink unter dem Titel **„Wie Sie sprechen sollten, damit Ihr Kind Sie versteht – Ein Überlebenshandbuch für Eltern mit Kindern von 2 bis 7 Jahren“** erschienen, ISBN 978-3-96304-026-9, 24 €.