

### Ins Gespräch mit Ihrem Kind kommen/Im Gespräch mit Ihrem Kind bleiben

Liebe Eltern,

„Was war heute in der Schule los? Wie war's in der Schule?“, ist vermutlich eine häufige Frage, die Sie als Eltern Ihrem Kind an einem Schultag stellen. Ihre Tochter/Ihr Sohn antwortet Ihnen darauf vielleicht mit einer ausführlichen Schilderung oder aber recht einsilbig, pampig, womöglich gar nicht.

Wenn Ihr Kind Ihnen ausführlich schildert, was bei ihm an seinem Vormittag und vielleicht teils am Nachmittag los war, haben Sie wahrscheinlich das Gefühl, gut informiert zu sein, was Sie wohl in der Regel beruhigt.

Erhalten Sie jedoch eine sehr abweisende, eine spärlich ausfallende oder gar keine Antwort, dann sind Sie wenig informiert. Was dahinter steht, können Sie nur vermuten. Diese Ungewissheit erzeugt in der Regel Unruhe und den Wunsch, auf irgendeinem Wege mehr zu erfahren.

Wir erfahren in der Beratung und auch als Lehrkräfte immer wieder, dass schon in der Unterstufe letzteres der Fall sein kann. Wenn Ihnen das bekannt vorkommen sollte, wollen wir Ihnen mit diesem Elternbrief ein paar Tipps an die Hand geben, wie Sie von Ihrem Kind etwas über dessen Schultag und Alltag erfahren können. Denn der Elternsprechtag und Besuche in der Sprechstunde bei einzelnen Lehrkräften liefern Ihnen zwar wichtige, aber nur punktuelle und unvollständige Informationen über den schulischen Alltag Ihres Kindes. Doch was Ihr Kind wirklich – auch über den schulischen Alltag hinaus – bewegt, das erfahren Sie am besten direkt von Ihrem Kind.

#### ***(1) Warum sollten Sie als Eltern überhaupt über den Schulalltag Ihres Kindes Bescheid wissen?***

Lehrerinnen und Lehrer können zwar vieles, aber keineswegs alles beobachten. Sie haben eine Vielzahl an Kindern zu unterrichten, sind oft gezwungen ihr Augenmerk auf die Leistungen und deren Erhebung zu richten und erleben Ihr Kind aufgrund des Fachlehrerprinzips am Gymnasium nur in einzelnen Fächern. Sie interagieren mit Ihrem Kind zudem vorwiegend im Unterricht und erleben es weniger in einem offeneren Umfeld und in der sozialen Interaktion mit Mitschülerinnen und Mitschülern. Der Blick auf die Leistungen und den Unterricht ist ein wichtiger Aspekt, aber eben nur ein Teilaspekt. Um die Schülerinnen und Schüler umfassend zu begleiten, tauschen sich die Fachlehrkräfte einer Klasse immer wieder in pädagogischen Sitzungen aus und stimmen sich in einzelnen Maßnahmen ab. Nichtsdestotrotz sehen Lehrkräfte oft nur extreme Verhaltensausrprägungen und Gruppenkonstellationen. Im negativen Falle sind Probleme dann bisweilen schon etwas fortgeschritten.

Sie als Eltern sind die erste Vertrauensperson Ihres Kindes, zu der es bislang die längste und wichtigste Beziehung hat. Sie haben in jeder Hinsicht die Fürsorgepflicht für Ihr Kind. Lehrer sollen und können also nie der Ersatz für Eltern sein, auch nicht am „Arbeitsplatz“ des Kindes. Ihr Kind verbringt sehr viel Zeit dort und macht dort wichtige Erfahrungen. Daher dürfen dieser Ort und diese Zeit für Sie keineswegs eine intransparente Blackbox sein, sondern es soll vielmehr ein durchlässiger Austausch die Regel

sein. Sie als Eltern begleiten die Entwicklung Ihres Kindes sowohl in außerschulischer als auch in schulischer Hinsicht. Auch wenn Schule und Elternhaus stets in kooperativem Austausch stehen, liegt die letztliche Verantwortung für und die Entscheidung über die Schullaufbahn Ihres Kindes stets bei Ihnen als Eltern.

Wenn wir uns die Schullaufbahn Ihres Kindes bildhaft vorstellen, sitzen Sie mit Ihrem Kind zusammen am Steuer eines Bootes und manövrieren gemeinsam durch die Zeit am Gymnasium. In schweren Zeiten müssen Sie wahrscheinlich gemeinsam dem einen oder anderen Problem – möglichst frühzeitig – entgegensteuern und in guten Zeiten nehmen Sie Kurs auf schöne Ereignisse und feiern vielleicht Erfolge. Aus welcher Richtung der Wind gerade wie stark weht und was Ihr Kind damit bewegt, können Sie zuallererst von Ihrem Kind selbst erfahren. Bei Ihnen als Eltern sollen sich viele, wenn auch nicht alle, Informationen bündeln.

Selbstverständlich soll das Maß, in dem Sie als Eltern als Steuermann und -frau gebraucht werden, weniger werden. Ihr Kind soll mit zunehmendem Alter immer mehr selbst das Ruder in die Hand nehmen, Eigenverantwortung übernehmen und eigene Entscheidungen treffen. Kurz gesagt: Es wird immer mehr von Ihnen als Steuermann oder -frau lernen und selbstständiger werden. Gerade deshalb ist es aber wichtig, dass Sie das Ruder zunächst gemeinsam in Händen halten und Sie Ihrem Kind am Steuerrad ein gutes Vorbild sind.

Aus Erfahrung wissen wir, dass insbesondere in Zeiten von Pubertät und Mittelstufe trotz kontinuierlich wachsender Eigenverantwortung eine kleinere oder größere Delle in Manövrierfähigkeit und Einsicht eintreten kann und das obwohl Gegenwind herrschen und die See rau sein mag. Nutzen Sie daher die Zeit während der Unterstufe, in der Sie und Ihr Kind noch durch ruhige Gefilde segeln. Schaffen Sie ein Fundament und eine Vertrauensbasis, die vielleicht in stürmischeren Zeiten etwas ins Wanken geraten mag, aber trotzdem Bestand hat.

## ***(2) Wie schaffen Sie eine vertrauensvolle Gesprächsbasis?***

Ihr Kind sollte zunächst einmal darüber **Bescheid wissen, warum** Sie sich eigentlich für seinen Schultag interessieren. Erklären Sie Ihrer Tochter/Ihrem Sohn beispielsweise in Ihren Worten und so wie es Ihnen angemessen erscheint, was Sie unter Punkt (1) gelesen haben. Es könnte Ihnen also z.B. darum gehen, dass es Ihrem Kind gut geht, dass es Freude in und an der Schule hat, dass alles einen guten Weg für es geht, dass es gesund bleibt etc.

Schenken Sie Ihrem Kind Zeit und **schaffen Sie Räume**, in denen Ihr Kind seine Freude und Probleme mit Ihnen teilen kann. Fragen Sie nicht erst dann nach, wenn Sie Probleme vermuten, sondern zeigen Sie beständiges und echtes Interesse am Alltag Ihres Kindes.

Die Eltern-Kind-Beziehung kann und soll nicht in allen Belangen eine Beziehung gleichberechtigter Partner sein. Führen Sie dennoch diese alltäglichen Gespräche auf **Augenhöhe**. Versuchen Sie kein Gefälle zwischen sich und Ihrem Kind aufzubauen.

Erschaffen Sie einen Raum, in dem Ihr Kind einfach mal etwas loswerden oder „Dampf ablassen“ kann, ohne, dass Sie als Eltern die Aussage Ihres Kindes kommentieren. Vielleicht sagt Ihr Kind auch von sich aus einen Satz wie: „Mama/Papa, hör mir einfach nur mal zu!“ Versuchen Sie also **nicht** sofort zu **be-werten**, was Ihr Kind sagt oder tut. Somit zwingen Sie es auch nicht unmittelbar in eine Position, in der es sich für irgendetwas rechtfertigen muss.

Es wird vermutlich vorkommen, dass in einem dieser Gespräche einmal ein größeres, ernsthaftes Problem zutage tritt. Das elterliche Fürsorgegefühl drängt Sie vielleicht dazu, sofort eine Lösung für dieses Problem zu finden oder es gar selbst zu lösen. Bevor Sie jedoch selbst handeln, bedenken Sie unbedingt, dass Ihr Kind Ihnen etwas im Vertrauen erzählt hat. Besprechen Sie mit Ihrem Kind zunächst genau, ob und wenn ja, wie Ihr Kind oder Sie gemeinsam eine Lösung finden können. Bei manchen Problemen mag Ihr Kind vielleicht zunächst nicht einsehen, warum Ihrer Einschätzung nach Handlungsbedarf besteht. Erklären Sie dann Ihre Beweggründe sowie Sorgen genau und planen Sie gemeinsam

das Vorgehen. Nur so erfährt Ihr Kind von Ihnen, dass ein Gespräch mit Ihnen einen **geschützten Rahmen** hat. Darauf soll sich Ihr Sohn/Ihre Tochter stets verlassen können.

### ***(3) Wo und wann fragen Sie nach?***

Wenn Ihr Kind nicht von sich aus frei von seinem Schultag berichtet, werden Sie vermutlich nachfragen. Bevor Sie Ihrem Kind jedoch die Frage stellen „Wie war's heute in der Schule?“, stellen Sie sich selbst zuerst folgende Frage: „Habe ich gerade überhaupt Zeit und Kapazitäten für ein Gespräch oder hoffe ich insgeheim, dass die Antwort einfach nur ein schnelles „Gut“ ist?“ Wenn Sie selbst gerade keine Zeit oder keinen Kopf für eine ausführliche, vielleicht auch problembehaftete Antwort haben, verschieben Sie die Frage besser auf einen etwas späteren Zeitpunkt. Auf diese Weise erfährt Ihr Kind, dass das nicht eine alltägliche Floskel, sondern eine ernstgemeinte Nachfrage von Ihnen ist, Sie sich **Zeit** für eine Unterhaltung nehmen und Sie ein **echtes Interesse** am Schulalltag Ihrer Tochter/Ihres Sohnes haben. Wenn Ihr Kind sehr „geladen“ nach Hause kommt und vielleicht seine Schultasche in die Ecke wirft oder wenn es sehr traurig ist, versuchen Sie zunächst einmal die Emotionen zu sehen, anzunehmen und aufzufangen. Wenn Ihr Kind dabei nicht von selbst mit einer Erklärung „lossprudelt“ und sich etwas von der Seele reden möchte, findet sich in dieser ersten Wut oder Trauer meist kein geeigneter Zeitpunkt für detaillierte Nachfragen. Helfen Sie Ihrem Kind zur **Ruhe** zu kommen und verschieben Sie genaue Nachfragen auf einen späteren Zeitpunkt.

Sie kennen Ihren Familienalltag am genauesten und können damit sicherlich sehr gut einschätzen, wann eine Unterhaltung am besten passt. Das kann beim gemeinsamen Essen, bei einem Spaziergang etc. sein. Experimentieren Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, wann Sie am besten ins Gespräch kommen. Probieren Sie **verschiedene Situationen und Tageszeiten** aus. **Fragen Sie Ihr Kind**, wann es selbst am liebsten etwas erzählen möchte. Achten Sie aber dabei immer darauf, wann es auch für Sie gut passt und stimmig ist. Selbstverständlich ist dabei nicht jeder Tag gleich und nicht an jedem Tag ist Zeit für ein ausführliches „Problemgespräch“. Es geht vielmehr darum, eine generelle Routine und Regelmäßigkeit zu schaffen, auf die sich Ihr Kind verlassen kann.

### ***(4) Wie fragen Sie nach?***

Am Nachmittag soll sich keinesfalls das „Ausfragen“ der Lehrkräfte in der Schule fortsetzen. Vermeiden Sie daher bohrende Fragen. **Erklären Sie** vielmehr **Ihr Interesse** mit Worten, wie „Ich möchte gerne wissen, was dich umtreibt.“ oder „Ich möchte ein bisschen teilhaben an dem, was bei dir am Vormittag so los war.“

Nehmen Sie sich selbst vielleicht folgendes Bild zur Hilfe: **Eine Frage soll ein Türöffner sein**. Durch Ihre Frage betreten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind einen Raum. Sehen Sie sich in diesem Raum um, indem Sie an der Frage dranbleiben, die **Frage** eventuell **vertiefen** und sich einen Moment Zeit für dieses Thema nehmen. Auf diese Weise merkt Ihre Tochter/Ihr Sohn, dass Sie sich echt interessieren. Vermeiden Sie es, sofort eine Frage zu einem anderen Thema zu stellen und somit eine neue Tür aufzustoßen, ohne sich vorher ausreichend umgesehen zu haben. Denn so kann es passieren, dass Sie nur oberflächliche Antworten und damit keine echten Informationen erhalten. Vertiefendes Nachfragen könnte beispielweise so aussehen: Ihr Kind antwortet auf Ihre Frage „Wie war's in der Schule?“ recht oberflächlich „Alles gut.“ Sie könnten weitergehend nachfragen „Was genau war denn alles gut? Was macht den heutigen Tag denn gut für Dich?“

Geschlossene Ja-Nein-Fragen können schnell zu bohrendem Nachfragen führen und das Gespräch für Sie als Eltern recht mühsam machen. **Offene Fragen** hingegen **regen zum Erzählen an**. Wir wollen Ihnen im Folgenden ein paar Beispiele für mögliche Fragen geben, die über das bloße „Wie war's in der Schule hinausgehen?“. Diese Zusammenstellung ist jedoch keineswegs erschöpfend, nur als Anregung zu verstehen und eine Frage muss selbstverständlich auch immer zu Ihnen als Fragender/Fragende passen.

„Wann hast Du heute in der Schule herzlich gelacht? Was war das Verrückteste, das Du in dieser Woche erlebt hast? Was machst Du eigentlich, wenn es Dir richtig zu viel ist? Was machst Du, um Dich zu beruhigen? Was ist Deine Spezialität in der Schule? Was zeichnet Dich aus in der Schule? Was machst Du gerade am liebsten in der Schule? Wie schaffst Du ... in der Schule? Was kann man im Unterricht von Dir sehen/hören? etc.“

Im Laufe der vergangenen Jahre haben sich Ihre Nachfragen und die Erzählungen Ihres Kindes sicherlich bereits deutlich gewandelt. Selbstverständlich wird sich dies weiterhin verändern. Gestehen Sie Ihrem Kind zu, dass es Ihnen so manche Dinge mit zunehmendem Alter nicht mehr erzählen wird, sondern die Bezugsgruppe der Gleichaltrigen immer wichtiger werden wird. Das heißt Ihre Fragen und **Gespräche** werden sich **gemäß des Alters** Ihres Kindes **verändern**. Begründen Sie aber nichtsdestoweniger Ihr berechtigtes Interesse an sozialen und schulischen Angelegenheiten (s. Punkt (1)).

Wie gehen Sie damit um, wenn Ihr Sohn/Ihre Tochter nein zu einem Gespräch sagt und eine Antwort verweigert? Nehmen Sie zunächst einmal dieses „Nein“ an und gestehen Sie Ihrem Kind zu, dass es momentan nicht mit Ihnen sprechen möchte. Machen Sie aber deutlich, dass Sie ein **pauschales dauerhaftes „Nein“ nicht annehmen** werden. Fragen Sie nach: „Wann soll ich stattdessen fragen? Wie kann ich etwas von Dir erfahren? Wie muss die Situation sein, damit Du mir etwas erzählst? etc.“

### ***(5) Familienrituale pflegen***

Für diese Eltern-Kind-Gespräche kann es sehr hilfreich sein, **feste Rituale in der Familie** ein- oder fortzuführen und zu pflegen. Diese sollen in den Wochenalltag eingebettet sein. So kann z.B. immer eine gewisse Zeit bei einem Spaziergang am Wochenende, während eines gemeinsamen Hobbys oder auf der Fahrt dorthin für ein Gespräch zwischen Ihnen und Ihrem Sohn/Ihrer Tochter „reserviert“ sein. Vielleicht ist es bei Ihnen auch üblich, dass beim Abendessen **jedes Familienmitglied** etwas von seinem Tag erzählt. Lassen Sie dabei nicht nur die Kinder am Tisch sprechen. Erzählen auch Sie als Eltern etwas von Ihrem Arbeitstag, Ihrem Alltag oder besonderen Gegebenheiten. Schildern Sie dabei auch, wenn Sie sich über etwas geärgert oder gefreut haben. Ihr Kind kann somit etwas von Ihnen erfahren und lernt zudem, dass es ganz normal ist von seinem „Arbeitsplatz“, seinem Tag und seinen Gefühlen zu berichten. Unterschätzen Sie dabei nicht, dass Sie momentan in der Regel das wichtigste **Rollenmodell** für Ihr Kind sind und Sie dies, wenn auch andere Vorbilder im Laufe der Pubertät hinzukommen und an Bedeutung gewinnen werden, als Eltern für gewöhnlich ein Leben lang bleiben werden. Vielleicht dürfen auch Sie selbst bei diesen Gesprächen in der Familie die Erfahrung machen, wie gut und befreiend es sein kann, manche Dinge auszusprechen.

Zum Abschluss wünschen wir Ihnen in diesem ganz besonderen Jahr besinnliche Weihnachten – wenn auch vielleicht anders als gewohnt – einen guten Jahresausklang und viel Zeit für gute Gespräche, um in echten Kontakt zu kommen und zu bleiben.

Viele Grüße,

Manuela Witte in Zusammenarbeit mit Gesche Fehn und Christian Eppelin  
für das Beratungsteam