

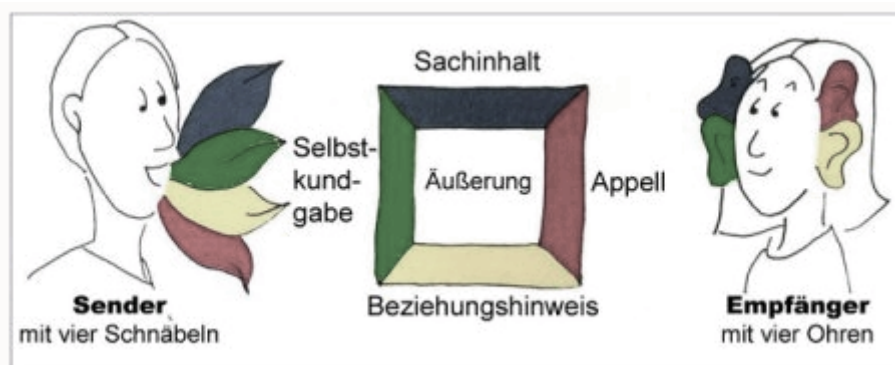
# Ausgewählte Aspekte zu Kommunikation unter besonderer Berücksichtigung psychosozial belasteter Kinder und Jugendlichen

## 1. Wirkung von Kommunikation und Sprache

### Das Kommunikationsquadrat (Schulz von Thun 1981)

Wenn ich als Mensch etwas von mir gebe, bin ich auf vierfache Weise wirksam. Jede meiner Äußerungen enthält, ob ich will oder nicht, vier Botschaften gleichzeitig:

- eine Sachinformation (worüber ich informiere) – blau
- eine Selbstkundgabe (was ich von mir zu erkennen gebe) – grün
- einen Beziehungshinweis (was ich von dir halte und wie ich zu dir stehe) – gelb
- einen Appell (was ich bei dir erreichen möchte) – rot



([www.schulz-von-thun.de](http://www.schulz-von-thun.de))

### Botschaftsträger bei der Kommunikation<sup>1</sup>

55 % Körpersignale

38% Stimme

7% Inhalt

Die eigenen Denkmuster beeinflussen den Klang der Stimmen und die Körpersignale.

### Bedeutung für die Kommunikation mit (trauma-) belasteten Kindern/Jugendlichen<sup>2</sup>

- Wir hören stets mit vier Ohren, sprechen aber bewusst oft nur zu einem oder zwei Ohren
- Eine Ansprache an das «Appellohr» alleine führt - eigentlich fast immer - zu Widerstand und Reaktanz
- Menschen mit traumatischen Erfahrungen füllen die Aussagen mit Sätzen und Annahmen über sich, die sie häufig gehört haben – und nicht im Sinne des Sprechers sind
- Es macht Sinn, Wünsche und Erwartungen auch mit Selbstaussagen und Beziehungsaussagen zu untermauern
- Bei Menschen mit belasteten Bindungserfahrungen ist wichtig, immer auch das Beziehungsohr bewusst zu adressieren - „Wir-Sprache“

<sup>1</sup> Mehrabian 1971

<sup>2</sup> vgl. Schmid 2015

- Kinder mit frühen und chronischen Stresserfahrungen reagieren sehr sensibel auf nonverbale Signale (Mimik, Gestik, Körperhaltung, Blick, Tonfall/Lautstärke, Kongruenz etc.)

### Einladung zur Selbstreflexion

- 1) Welche Glaubenssätze, Gewohnheiten, Erfahrungen beeinflussen meine Haltung, meine Art der Kommunikation? Welche sind förderlich? Welche sind eher hinderlich?
- 2) Welche verbale/nonverbale Arten der Kommunikation ermutigen, schaffen Sicherheit, fördern Selbstvertrauen und Beziehung, vermindern Stress- und Notfallreaktionen?
- 3) Welches sind typische, häufige verbale/nonverbale Arten der Kommunikation, die ängstigen, verunsichern, entmutigen, entwerten, irritieren etc., Stress- und Notfallreaktionen verstärken?

## 2. Der gute Grund<sup>3</sup> - Wertschätzendes Umdeuten<sup>4</sup>

«Reframing» bedeutet wertschätzende Umdeutung: Alles was der Mensch zeigt, macht einen Sinn in seiner Geschichte. Jedes Verhalten hat eine sinnvolle Bedeutung und Funktion, z.B. Schutz und Kontrolle.

- Achtsame Wahrnehmung subjektiver Konzepte eines Gegenübers, u.a. in der Beobachtung und im Zuhören
- Wertoffene Haltung, die mehrere Standpunkte berücksichtigt und die subjektive Erfahrung und Einschätzung würdigt
- Wertschätzendes Benennen und aktives, vorurteilsloses, hinterfragendes Nachfragen, indem auf direkte oder indirekt geäußerte Anliegen, Sorgen, Vorstellungen, Fantasien, Überlegungen und Wünsche Bezug genommen wird
- Detektiv, Detektivin sein für das Aufspüren tieferliegender Bedürfnisse, u.a. Bindungs- und Beziehungsbedürfnissen
- Fördern von Selbstverstehen und Selbstwirksamkeit
- Zuversicht vermitteln, dass Veränderungen möglich sind und sie dem Kind zutrauen zu lernen, es anders zu machen

## 3. Ressourcenfördernde, kindgerechte Kommunikation<sup>5</sup>

- Erschliessen von individuellen Ressourcen
- Kompetenzen und Ausdrucksmöglichkeiten erweitern
- Mit Augen, Ohren und Gefühlen auf *kleinste* Veränderungen, Erfolge, Gelungenes achten und diese ansprechen
- Kreative Ausdrucksmöglichkeiten oder Aktivitäten: Im Gespräch über ernste Dinge, ist es angenehmer/leichter, wenn man nicht auf direkten Augenkontakt besteht („Stress-Trigger“), besser zur Seite sitzen, etwas zusammentun, auf etwas schauen
- Wahlmöglichkeiten zur Verfügung stellen
- Selbstvertrauen, Gefühl der inneren und äusseren Sicherheit fördern
- Schlüsselwörter, Metaphern aus der Lebenswelt des Kindes verwenden
- Unterstützung durch Bilder (Bücher), Cartoons, Visualisierungen, Skizzen, Zeichnungen, Symbole, Modellieren etc.

<sup>3</sup> nach Alice Ebel in Weiss 2013, S. 122

<sup>4</sup> <http://www.uni-koeln.de/hf/konstrukt/didaktik/reframing>: Erickson M.H., Bateson G., Satir V.

<sup>5</sup> Steiner 2005

## Beispiele zu möglichen Formulierungen

**Fragend offenlassen, mögliche Erklärungen** (keine Feststellungen) **anbieten** und damit das Kind einladen, sagen zu können, was ein möglicher guter Grund ist, was die Absicht hinter dem Verhalten ist. Die Weil-Frage im Rahmen der Selbstreflexion (📖 Instrument (Fall)Reflexion)

*Fabian geht nicht gerne in den Turnunterricht, weil...*

Weil-Frage an das Kind: «*Du bist wütend, weil...?*»

«*Ich kann mir vorstellen, dass es dich total ärgert, wenn dich Maja anrempelt und du dafür sorgen willst, dass sie damit aufhört.*»

Ein Junge, plagt auf dem Pausenplatz regelmässig andere Kinder

„*Ich habe mir überlegt, was dir helfen könnte, damit du dich sicherer fühlst in der Pause?*“

Bsp. eines Vorschlages des Kindes: Zuwarten bis alle draussen sind, weil für ihn der Lärm und das Hinausrennen der Kinder grosse Aufregung (Rot im Stressbarometer) auslösen

**Vier Ohren-Botschaft:** (Statt: „Ich nehme dich nicht zum Fussball – du hast dein Ämtli noch nicht gemacht.“)

„*Ich möchte gerne mit dir zum Fussball spielen. Mit fehlt sonst ein toller Mitspieler. Ich sehe, dass dein Ämtli noch nicht gemacht ist und Sorge mich, ob du das bis zur vereinbarten Zeit schaffst.*“

«*Mir ist es wichtig, dass sich hier niemand über jemand anderen lustig macht und ich möchte nicht, dass in meiner Klasse jemand Angst haben muss. Ich werde mir überlegen, was wir alle tun können und ich möchte, dass du dir überlegst, wie du dazu beitragen kannst.*»

## Verstehende Haltung, welche Automatismus von Notfallprogramm würdigt, Entlastung von bzw. Vermeidung von Scham-, Schuldgefühlen etc.:

«*So wie du reagiert hast, reagieren viele Menschen. Damit hast du dich geschützt. Dass du heute manchmal wütend/traurig/unsicher bist, ist normal. Das was passiert ist, ist nicht in Ordnung/nicht normal.*»

«*Ich weiss, du willst das eigentlich nicht, aber du konntest nicht anders.<sup>6</sup> Sag weißt du, was bei Stress in unserem Kopf und Körper passiert? Ich habe darüber gerade ganz wichtige Dinge gelernt und dabei an dich gedacht. Soll ich dir darüber mehr erzählen? Das ist nämlich sehr spannend...»*

«*Wenn Kinder ganz viel erlebt haben, was sie erschreckt oder in Angst versetzt hat, denken viele sie seien falsch oder würden etwas falsch machen, wenn sie heute plötzlich so reagieren und niemand versteht, was los ist....»*

Je nach Resonanz nachfragen «*Vielleicht liege ich ganz falsch. Könnte es sein, dass du auch manchmal denkst, dass...?*»

Viele Kinder mit frühen und chronischen Traumatisierungen haben Schwierigkeiten zu mentalisieren<sup>7</sup>. Sie haben von den Eltern oft gehört/mitbekommen, dass sie schuld sind an negativen Gefühlen der Erwachsenen. Verstehen des Notfallprogramms bedeutet, sich selber zu versorgen und das Kind zu versorgen. Ermöglicht lernen am Modell. Statt: „Das was du gesagt hast, hat mich sehr verletzt...“

<sup>5</sup> Hensel 2010

<sup>7</sup> Asen 2014: Fähigkeit, mentale Zustände (Gefühle, Gedanken, Bedürfnisse etc.) bei sich und anderen wahrzunehmen und zu interpretieren

«Also jetzt ist grad kein guter Zeitpunkt, um über das Problem zu reden. Ich vertrage heute nicht so viel und da würdest du etwas abkriegen von meiner schlechten Laune, die nichts mit dir zu tun hat...»

«Jetzt bin ich viel zu aufgeregt, um klar denken zu können. Ich brauche eine kurze Pause, um mich zu beruhigen. Ich gehe an die frische Luft und komme in 5/10 Min. wieder und bringe uns etwas zu trinken mit...»

### **Kinder erfahren, dass sie nicht die Einzigen sind, Sie als Vertrauensperson für solche Probleme offen sind und Sie sie deswegen nicht verurteilen**

→Das Kind wird nicht direkt auf seine möglichen Erfahrungen angesprochen

«Es gibt Kinder, die haben, als sie ganz klein waren, nicht genug zu essen bekommen. Wenn sie dann grösser sind, sorgen sie dafür, dass sie nie mehr Hunger haben müssen, legen sich (vielleicht heimlich) einen Vorrat an...oder sie nehmen sich, was immer sie gleich kriegen können, weil sie denken, sonst ist am Schluss nichts mehr für sie da...»

«Manche Kinder gehen nicht gerne zur Schule, weil sie zu oft gehört haben, sie seien eh dumm.... Wenn man das oft genug gehört hat, denkt man, das sei vielleicht wirklich so, dann macht Lernen keinen Spass...»

«Ich habe einen Jugendlichen kennengelernt, der konnte erst gar nicht darüber reden, was ihm Kummer macht. Ihm hat geholfen mit Ton zu modellieren, so konnte er sich selber wieder beruhigen, wenn er ganz aufgeregt war...»

«Wow, so richtig heftig habe ich selber früher geflucht, wenn ich mich fühlte, wie ein Dampfkochtopf der gleich platzt. So habe ich dann alle erschreckt und sie sollten merken, dass sie mich ja in Ruhe lassen sollen...aber eigentlich wünschte ich mir, dass jemand meine Not erkennt und hilft.»

«Ich kann mir vorstellen, da gibt es eine Seite in dir, die will alles alleine schaffen und eine andere, die weiss, dass das gar nicht möglich ist, da es Probleme gibt, die man gar nicht alleine lösen kann...»

### **Empowerment, Förderung von Selbstwertgefühl, Zugehörigkeit, Ressourcen, Kind als Expertin/Experte abholen bzw. diese fördern**

«Manchmal denke ich, dass du glaubst, niemand würde dich wirklich mögen. Mich freut es und ich schätze es, dass du in meiner Klasse/in unserer Gruppe bist. Du bringst dich aktiv ein und hast immer wieder ganz überraschende\* Ideen...»

«Also weißt du, wenn ich mir vorstelle, was du in deinem Leben schon alles erlebt hast..., da habe ich grossen Respekt, ich wüsste nicht, wie ich damit umgegangen wäre! Was hat dir denn besonders geholfen?»

«Lass uns zusammen überlegen...» Was meinst DU dazu, welche Möglichkeiten es gäbe, das Problem zu lösen...?»

«Angenommen, ich würde jetzt einen ganz guten Freund/eine ganz gute Freundin fragen, der/die dich richtig gut kennt, was würde er/sie dir raten, welche Ideen hätte er/sie, um das Problem zu lösen?»

Offen/wertfrei sein für alle Vorschläge notieren (ggf. auch selber Beispiele einbringen, auch solche, die nicht günstig sind, aber als mögliche Option diskutiert werden können, indem Vor- und Nachteile erst im zweiten Schritt besprochen werden, z.B. durch Sortieren in grüne und rote Optionen

**Emotionen würdigen, klare Haltung transportieren mit offenem interessierten Nachfragen  
Beziehungsangebot** (statt Reaktion als persönlichen Angriff zu werten):

Haltung: Statt *DU* musst dich ändern, *Wir* können etwas ändern!

«*Mir ist es wichtig, dass wir uns hier nicht über andere lustig machen und ich möchte nicht, dass in meiner Klasse jemand Angst haben muss. Ich werde mir überlegen, was ich dafür tun kann und wie ich dich dabei unterstützen kann, damit du besser mit deinen MitschülerInnen klar kommst.*»

«*Ich sehe, dass du sehr aufgeregt bist und es dir jetzt gerade schwerfällt, neben Noemi zu sitzen. Ich frage mich, wo du jetzt am besten ruhig arbeiten kannst...*»

«*Ich finde gut, dass du misstrauisch bist. Es gibt gute Gründe vorsichtig zu sein. Womit würde ich dein Vertrauen definitiv verspielen?*»

**Orientierungshilfe, „fragendes Zutrauen“:**

«*Peter, ich sehe, dass es dir gerade schwer fällt ruhig zu sitzen. Schau dort auf die Uhr, noch 10 Minuten, dann ist Pause. Schaffst du das, bis dahin nochmals gut aufzupassen und du danach Pause machen kannst?*»

«*Du hast mir erzählt, dass du schlecht einschlafen kannst. Es gibt ein kleines Buch mit hilfreichen Tipps. Bist du interessiert, es mal anzuschauen?*»

**Statt Negation des problematischen Verhaltens bzw. was ein Kind nicht tun soll** («Hör auf rum zu zappeln»):

Kurze, klare Aufforderungen, dem Kind sagen, was es tun soll

Zum Kind hingehen, auf Augenhöhe mit dem Kind sprechen, freundlich aber bestimmt mit Namen ansprechen: «*Marc, setz dich hin. Nimm dein Heft.*»

Bei jüngeren Kindern, bei Kindern/Jugendlichen mit Behinderung: Ansprechen mit angemessenem Körperkontakt und/oder gleichzeitiges Handeln, Mithilfe von Pictogrammen und/oder unterstützter Kommunikation (Gebärdensprache)

**Ohne Worte**, z.B. zwischen zwei streitende Kinder stehen (Präsenz und Schutz):

Nonverbales Zeichen vereinbaren: Ich sehe dich, ich bin da!

Blick auf Bild, vereinbarte Geste als Erinnerung an vermittelte Coping-Strategie

**Aufmerksamkeit auf erwünschtes Verhalten lenken, statt auf unerwünschtes Verhalten**, z.B.

Kind kommt oft zu spät. Das Kind fragen, wenn es pünktlich kommt:

«*Wow, du bist ja super pünktlich. Wie hast du das geschafft?*»

**Klare Haltung gegenüber Grenzverletzungen und wer dafür verantwortlich ist**

Statt Drohungen «wenn - dann, entweder - oder» besser: «sowohl als auch»:

«*Du bist wütend, weil dir Leo das iPad weggenommen hat. Es ist ok wütend zu sein. Nicht ok ist, ihn dafür zu verprügeln. Lass uns zusammen herausfinden, wie du das Problem in Zukunft anders lösen kannst.*»

Wiedergutmachung besprechen, wenn Aufregung vorüber ist. «*Was denkst du, wie du das wieder in Ordnung bringen, wieder gut machen kannst.*»

«Wenn Eltern ihre Kinder schlagen, dann sagen sie oft, diese hätten es verdient. Dabei wissen die Erwachsenen, dass es nicht in Ordnung ist, was sie tun. Es ist klar die Person verantwortlich, welche jemand anderen Gewalt antut. Wenn Erwachsene dies machen, brauchen sie Hilfe, damit sie lernen, Probleme ohne Gewalt zu lösen.»

**Das Wort «aber»** entwertet meist eine vorangegangene Würdigung («Das hast du gut gemacht..., aber...»)

**Das Wort «und»** ergänzt das Gewürdigte:

«Wow, heute warst du aufmerksam und hast gut zugehört. Ich bin echt beeindruckt, weil es dir dein Nachbar nicht leichtgemacht hat und bald wird es dir auch gelingen, die Aufgabe richtig zu lösen.»

**Lösungsfokussierung statt Problemorientierung**, Zuversicht, Zutrauen, Ermutigung, „So tun als ob...“:

«Mal angenommen, es gelingt dir gut zuzuhören, wenn ich eine Aufgabe erkläre: Was würdest du dann anders machen?»

«Also es ist gar nicht so einfach, Gewohnheiten zu ändern. Beim Sport gibt es Coachs, damit das Team weiterkommt. Wie kann ich dich dabei unterstützen? Wer könnte dir noch dabei helfen, das zu schaffen?»

«Stell dir vor, du würdest einen Nachmittag mit den anderen spielen, ohne dass es zu einem heftigen Streit kommt: Was würdest du mir darüber erzählen, wie du das geschafft hast?»

«Du hast gestern gesagt, dass es dir schwer fällt einzuschlafen. Da kann ich gut verstehen, wenn du morgens Schwierigkeiten hast, um aus dem Bett zu kommen. Es gibt ein kleines Buch mit hilfreichen Tipps. Wollen wir das mal anschauen? Vielleicht finden wir etwas, das helfen könnte.»

«Beim Laufen lernen, fällt man erst auch oft um, da hast du's immer wieder probiert und nicht aufgegeben...»

«Weißt du, dass dem Erfinder der Glühbirne 99 Versuche missglückt sind, bevor er Erfolg hatte?»

«Welches neue Wort lässt sich aus denselben Buchstaben des Wortes FEHLER bilden?» (Lösung: HELFER)

**Detektiv sein für positive Ausnahmen.** Vermeiden oder korrigieren von «immer» bzw. «nie», denn niemand kommt immer zu spät oder passt nie auf.

«Manchmal fällt es dir schwer...» «Gestern beim Werken habe ich gesehen, dass du,... »

«Ich sehe, dass es dir gerade schwerfällt, dich zu konzentrieren. In welchen Situationen gelingt es dir besser? Was ist dann anders?»

«Schuhe binden ist gar nicht so einfach, dafür rennst du schon ganz schnell, wenn du sie anhast;-)»

**Nicht „ob“ „Ich frage mich, ob du das je schaffen wirst.“, sondern wie, was, wann, welche**

«Ich frage mich, was passieren würde, wenn du am Wochenende weniger Zeit vor dem Bildschirm verbringst? Wer würde das zuerst merken? Wie würdest du das schaffen, abzustellen? Wie können dich deine Eltern darin unterstützen? Wofür hättest du dann mehr Zeit? Was könnte sich sonst noch verändern?»

**Motivationsverstärker: «Ich will...Ich mache», Veränderungswünsche, Ziele konkretisieren** (statt Druckmacher «Ich muss/sollte...du musst/solltest» z.B.

«Ich schreibe heute Nachmittag 10 Minuten ohne Ablenkung an meinem Aufsatz.»

(Nicht „Du musst jetzt aufräumen!“) «In 5 Min., wenn der Zeiger auf ... ist (wenn der Wecker klingelt), ist Zeit zum Aufräumen»

### Als Experiment anregen, Neugier wecken sich neu zu entdecken

«Ich hätte da eine Idee. Magst du ein Experiment ausprobieren? Das ist aber gar nicht so einfach!» Bei positiver Reaktion: «Also stell dir vor, du sagst die nächste Woche statt „Nein“, „ok ich probiers“, wenn dir dein Lehrer eine Aufgabe gibt. Aber du darfst niemandem verraten, dass du dieses Experiment machst... Ich bin gespannt, lass dich überraschen, was passiert...»

**Statt Problem benennen** (Ungeduldig sein), **zu lernende Fähigkeit** benennen (Warten können) und mit Skala (1-10, Smiley) bewerten lassen: Aktuell, wohin in einem bestimmten Zeitraum

### Mutmach-Sätze und Botschaften, Bsp.

- When nothing goes right, go left.
- Alle Dinge sind schwer, bevor sie einfach werden.
- Nur wer Angst verspüren kann, kann auch Mut verspüren.<sup>8</sup>
- Nicht wie der Wind weht, sondern wie man die Segel setzt, darauf kommt es an!
- Life is like riding a bicycle. To keep your balance, you must keep moving.

### Bedeutung von Anerkennung und Komplimenten<sup>9</sup>

„Manchmal denke ich, dass 99% des Leidens, das ich behandle, damit zu tun hat, wie abgewertet sich die Leute fühlen durch Etiketten, die ihnen auferlegt wurden, oder durch abfällige Meinungen, die sie über sich selbst haben.“ (Lynn Hoffmann 1996)

### Worauf achten bei Kindern und Jugendlichen

- Kinder mit frühen, chronischen Traumata (Vernachlässigung, Gewalt usw.) erhalten meist viele kritische Rückmeldung und Aufmerksamkeit für problematisches Verhalten. Sie sind auf intensives Lob angewiesen, auch für Selbstverständlichkeiten
- Lob soll einfach und prägnant, ehrlich/echt sein, keine Übertreibungen: Kinder spüren, wenn etwas nur gesagt wird...
- Nicht nur: „Das hast du super gemacht“ bzw. nur das Ergebnis würdigen, sondern beschreiben, nachfragen, was das Kind genau wie gemacht hat, vor allem seine *Anstrengung* würdigen
- Auf positive Veränderungen, Entwicklungen, Unterschiede aufmerksam machen, statt Vergleich mit anderen, Fortschritte bewusst machen/benennen (früher-heute, Skalierung)
- Passend zu der Situation, aber auch: nebenbei, spontan, überraschend, wenn es das Kind nicht erwartet, vielleicht am nächsten Tag
- Als Ritual zu einer bestimmten Tageszeit (z.B. Tipp an Eltern für das Abendritual)
- Im „Erfolgstagebuch“, in Einzelkontakten (Resilienz-Gesprächen)
- Im Beisein von Eltern, einer anderen Lehrperson/Betreuungsperson, nachfragen, was andere besonders schätzen, worauf z.B. Eltern stolz sein können
- In der Gruppe/Klasse als Ritual (Wochenrückblick): Anerkennung für Gelungenes/Gelerntes mit Ampelmethode: Was war grün? (neben gelb und rot)
- „Ressourcogramm“ (Fähigkeiten/Stärken-Steckbriefe-Plakat)

<sup>8</sup> S.H. der 14. Dalai Lama

<sup>9</sup> Hengstler, Stalder 2011

### Verbale Möglichkeiten

- Wow, wie hast du (das) geschafft...
- Mir ist aufgefallen / ich habe den Eindruck, dass...
- Mich hat beeindruckt, wie du...
- Es gefällt mir, wie du...
- Da haben die anderen echt gestaunt, als du...
- Worauf dein Vater/deine Mutter besonders stolz sein kann...
- Wie kommt es, dass du so gut...
- Ich möchte dir gratulieren, dass du...
- Ich finde es einfach toll, wie du/ihr....
- Weißt du was mir gestern Abend in den Sinn gekommen ist, und ich dir gar nicht gesagt habe...
- Was ich dir schon lange sagen wollte...
- Ich schätze es, dass du da bist / dass du in unserer Schule, meiner Klasse bist!

### Nonverbal oder mit nonverbaler Verstärkung

- Akzentuieren in Mimik und Gestik
- „Daumen hoch“
- „Give me five“
- mit Arm/Faust
- Yeah - wie bei den Sportlern
- Faust an Faust (diese erhält so auch eine positive Zuschreibung)
- Blick - erfreutes Staunen
- Aufmunterndes anerkennendes „Zwinkern“

## 4. Mit Kindern und Jugendlichen über Gewalt an Kindern reden

### Mögliche Zugänge - Was ist zu beachten

- Einfache, konkrete Sprache
- Einbezug von themenspezifischen Materialien für Kinder und Jugendliche (diese auch niederschwellig zugänglich machen: In Klassenbibliothek, Plakat Kinderrechte etc.)
- Wichtige, sachliche Haltung und Botschaft: „Das gibt es!“, viele Mädchen und Jungen sind von Gewalt betroffen, es ist nicht in Ordnung (verboten) und das muss nicht so bleiben
- Das Thema im Alltag aufgreifen, darüber sprechen lernen, von Erfahrungen anderer Kinder erzählen, was sie erlebt haben, was ihnen geholfen hat (Ermutigung)
- Bei der Benennung von konkreten Gefahren, Erfahrungen mit denen ein Kind konfrontiert sein kann, mögliche Gefühle und Reaktionen von Kindern benennen, Ideen entwickeln, Lösungsmöglichkeiten aufzeigen, was Kinder und Jugendliche tun können (Fördern von Verstehbarkeit, Handhabbarkeit/Problemlösekompetenzen)
- Klar benennen, wer verantwortlich ist für Grenzverletzungen und Gewalt (viele Kinder denken, sie seien selber schuld, dass ihnen das passiert ist, sie sich nicht gewehrt haben)
- Informieren, dass es Hilfe für Kinder, Eltern und Familien gibt, dass es Leute und Stellen gibt, die sich mit dem Thema gut auskennen - nicht als Bestrafung, sondern Unterstützung
- Bei Fragen von Kindern/Jugendlichen evtl. Rückfrage stellen, was sie genau wissen wollen, auf die emotionale Botschaft der Frage achten ggf. darauf eingehen



- Bei Unsicherheit Fragen/Anliegen würdigen und sagen, dass ich selber kundig mache und darauf zurückkommen werde (es ist jederzeit möglich, auf etwas zurückzukommen, auch wenn man denkt, man habe nicht „gut, richtig“ reagiert!)

### **Zu vermeiden bzw. nicht hilfreich ist**

- Von bösen oder kranken Männern/Eltern/Menschen zu sprechen schafft bei den Kindern falsche Bilder: Sie haben eigene Bilder wie jemand aussieht der böse und krank ist, sie sind loyal ihren Eltern gegenüber (Besser: Wenn jemand andere verletzt, gibt es es etwas zu lernen und dabei braucht man manchmal Hilfe)
- Fachbegriffe, Fachsprache
- Zu viele Informationen auf einmal oder alters-unangemessene Informationen
- Moralisieren, Dramatisierung oder Angstmache

Es geht nicht darum, Kinder und Jugendliche zu ängstigen oder zu verunsichern. Enttabuisierung und das Zugänglichmachen von Informationen ermöglichen u.a. Betroffenen eine Neubewertung ihrer Erfahrungen und Bewältigungsstrategien, was eine konstruktive Bewältigung, gegenseitige Unterstützung unter den Kindern/Jugendlichen und die Inanspruchnahme von Unterstützung wesentlich erleichtert.

### **Grundsätze und Tipps für Mädchen und Jungen „Respekt ist Pflicht“**

- Du bist einzigartig und wertvoll
- Dein Körper gehört dir
- Dein Recht auf «NEIN»
- Grenzen erkennen, Grenzen achten
- Vertraue deinen Gefühlen
- Gute und schlechte Geheimnisse
- Sprich darüber und hol dir Hilfe

Als Grundlage für den Einstieg ins Thema bzw. Gespräche mit Kindern und Jugendlichen: Prävention und Intervention: als Plakat gestalten zu lassen

📖 Aus: Hengstler C. (2016) «Kinderschutz und Schule – Früh erkennen und handeln»:  
[www.sichergsund.ch](http://www.sichergsund.ch)  
 Kopiervorlage in 10 Sprachen: [www.kszsg.ch](http://www.kszsg.ch)