

Intelligenz des Herzens (Teil 2)

Partizipation: Vom Wunderwort zur Selbsterfahrung

Dass Kinder besser lernen, wenn es uns gelingt, eine authentische und gleichwürdige Beziehung zu ihnen aufzubauen, vermittelte die dänische Psychologin und Familientherapeutin Helle Jensen in letztem Heft. Im zweiten Teil ihres Gespräches mit Jutta Gruber erfahren wir, dass dies auch der beste Urgrund für die Erfahrung von Partizipation und Demokratiebildung ist.

Es scheint, als gäbe es mehr Erziehungsratgeber und pädagogische Trends als je zuvor. Mit musikalischer Früherziehung, Bilingualität und Angeboten für kleine ForscherInnen fördern wir bereits die Jüngsten. Wie beurteilen Sie diese Entwicklung in Schulen und Kindertageseinrichtungen?

Grundsätzlich finde ich es gut, wenn wir uns für Kinder interessieren. Allerdings sollte immer die Beziehung mit dem Kind an erster Stelle stehen. Wir dürfen Beziehung nicht durch Methode ersetzen. Schönste Ideen wie Aufenthalte in der Natur, Malen oder andere Formen von Kreativität fördern Kinder nicht, wenn wir sie ihnen überstülpen. Kinder sind Menschen und nicht Objekte, an denen wir Methoden ausprobieren.

Wodurch unterscheidet sich Beziehung von Methode?

Man fühlt den Unterschied, sobald man einen Klassenraum betritt: Übernehmen hier die Lehrenden die Verantwortung für die Qualität der Beziehung mit den SchülerInnen oder überlassen sie diese den SchülerInnen? Wenn ich von Kindern Respekt, Interesse und Empathie wünsche, muss ich ihnen genau das selbst entgegenbringen und meine Aufgabe nicht darin sehen, ihnen während bestimmter Zeiten bestimmte Inhalte zu verabreichen.

Die Wurzeln Ihrer pädagogischen Haltung finden sich in der klientenzentrierten Gesprächstherapie nach Carl Rogers und der Gestalttherapie nach Fritz Perls.

Ja, das stimmt. Beide stellten die menschliche Begegnung in den Mittelpunkt ihrer nicht-direktiven, dialogischen Therapieprozesse. Walter Kempler, einst enger Mitarbeiter von



Fritz Perls, entwickelte in den 1970er-Jahren zusammen mit Jesper Juul u.a. aus diesem humanistisch-existenzialistischen Ansatz die erlebnisorientierte Therapie. Deren Orientierung im Hier und Jetzt, Authentizität und Selbsteinbeziehung der TherapeutInnen bzw. der pädagogischen Fachkräfte ist grundlegend für meine Arbeit.

Bedeutet Partizipation, dass Erwachsene Macht abgeben müssen?

Partizipation ist eins von diesen Wunderwörtern. Alle verwenden sie und kaum jemand weiß, was sie in der Praxis bedeuten. Ich will es mal so sagen: Partizipation verlangt, dass wir unsere autoritäre Haltung ablegen. Zu denken, dass Kinder alles machen müssen, was Lehrende von ihnen wollen, ist eine altmodische Haltung. Was wir brauchen, sind Menschen mit einer natürlichen inneren Autorität – Menschen die präsent und empathisch sind, Interesse für ihr Gegenüber zeigen und ihrer Mitwelt respektvoll begegnen. Mit Menschen, die ihre eigenen Grenzen kennen und zeigen und die Grenzen der anderen sehen und respektieren, läuft es gut im Klassenraum, in der Kindertageseinrichtung und in der Familie.

In Teil 1 unseres Interviews stellten wir fest, dass viele Menschen den Kontakt zu sich selbst verloren haben. Wie kann das geschehen?

Ja, leider geschieht das. Als Baby sind wir alle in gutem Kontakt mit uns selbst und mit den Menschen um uns herum. Wir sind soziale Wesen von Anfang an. Ohne Beziehung würde kein Baby überleben. Diese uns angeborene Kompetenz verlieren wir letztlich durch Erziehung. Für Kinder ist es oft wichtiger, mit den Erwachsenen in Kontakt zu bleiben, als mit sich selbst. Wir kooperieren und verlieren dabei uns selbst, unsere Integrität und das Gefühl für unsere Grenzen. Ein Kind, dessen Grenzen oft überschritten werden, macht



eine Art von Dissoziation. Es ist dann weniger im Kontakt mit sich und fühlt die Überschreitung seiner Grenzen weniger schmerzhaft. Allerdings bemerkt es dann auch weniger gut, wenn es seinerseits Grenzen überschreitet.

Fällt Ihnen ein Beispiel ein für solch eine Kooperation?

In meiner Kindheit war es, insbesondere für Mädchen, unerwünscht Wut zu zeigen. Ein Kind, das mit seiner Wut nicht ernst genommen wird, kooperiert und unterdrückt die Wut. Um später nicht dieselben Fehler wie unsere erwachsenen Bezugspersonen zu machen, können wir z.B. durch Achtsamkeitsübungen lernen, unseren Körper, unsere Atmung, unser Herz und unsere Gefühle wieder intensiver zu spüren. Unser Körper ist ja immer da und steht als Seismograf unserer Befindlichkeit zur Verfügung und unser Herz ist mehr als ein physiologisches Organ, sondern mit Empathie und Freundlichkeit verknüpft. Auch Therapie kann eine gute Idee sein. Therapie hilft uns die Angst vor unseren einst unerwünschten Gefühlen und damit auch vor denen unserer Kinder zu verlieren.

Könnte mehr Selbstfürsorge und das Mitteilen unserer Bedürfnisse ein erster Schritt zu mehr Partizipation sein?

Auf jeden Fall! Partizipation beginnt mit Selbstfürsorge. Dafür vielleicht ein Beispiel aus der Praxis: Oft wollen wir, dass

die Kinder sich ändern, wenn ihr Verhalten uns irritiert. Z.B. in der Anziehsituation, bevor es zum Spielplatz geht. Den Kindern zu sagen: »Jetzt halt doch mal still«, »Nicht mit den Schuhen Fußball spielen« oder »Mach mal selbst den Reißverschluss zu, das kannst du doch schon« ist für mich keine Option. Um den Stress aus der Situation zu nehmen, sollten wir uns stattdessen fragen, wie wir uns in der Situation fühlen. Wie bin ich in die Situation gegangen? War ich schon darauf eingestellt, dass es gleich anstrengend wird? Wie anwesend war ich in der Situation? Was erlebte ich, als ein Kind sich nicht anziehen wollte? War ich verspannt? Wie atme ich, wenn ich mich an die Situation erinnere? Oft wird die Atmung dann flach und damit auch unsere Empathie – die mit uns selbst und die mit dem Kind. Und wenn wir uns verlieren, verlieren wir auch den professionellen Blick auf die Situation und unsere Fähigkeit zu kreativen Lösungen.

Was ändert sich, wenn wir diese Zusammenhänge bewusst erleben?

Vor der nächsten Anziehsituation gelingt es mir dann vielleicht, einmal gut durchzuatmen, im Kontakt mit mir und meiner inneren Kraft zu bleiben und konstruktive Lösungen für irritierende Situationen zu finden. Eine solche Lösung kann auch darin bestehen, die Situation einer Kollegin zu überlassen, die dieser emotional gewachsen ist. Unsere eigenen Grenzen wahrzunehmen und zu zeigen ist pädagogisch gesehen professioneller, als zu versuchen, sich als ExpertIn für alles darzustellen. Unser eigener Umgang z.B. mit Wut ist für ein Kind lehrreicher als eine Belehrung zum Umgang mit Wut.

Und wenn es uns mal nicht gelingt, ein gutes Vorbild zu sein?

Fehler machen ist nicht schlimm, wenn wir uns dafür entschuldigen. Ich habe vor einiger Zeit Erwachsene, die ihre Kindheit im Kinderheim verbrachten, nach Erlebnissen befragt, die für sie bedeutsam waren. Eine Interviewpartnerin erzählte, dass sie von einem Lehrer verdächtigt wurde, sein Portemonnaie geklaut zu haben. Als wesentlich bedeutsamer erlebte sie jedoch, dass dieser sich, nachdem er das Portemonnaie wiedergefunden hatte, für seinen Verdacht bei ihr entschuldigte. Spannend ist, dass Kinder vor Menschen, die sich für etwas entschuldigen, nicht weniger, sondern mehr Respekt haben.

Weil sie erleben, dass dieser Mensch auch dann Verantwortung für sein Handeln übernimmt, wenn es falsch war?

Genau. Kindern auf Augenhöhe zu begegnen, bedeutet nicht, ihnen ausschließlich starke Seiten zu zeigen, sondern auch Unsicherheiten und Begrenzungen. Unserem Ansehen bei ihnen schadet das, wie schon gesagt, in keiner Weise. Die neue Art der Autorität ist nämlich keine Frage von Macht. Und damit nä-

Miteinander – auch wenn's mal schwierig ist

Johanna Etzold gehört seit 2018 zu Helle Jensens Team »Empathie macht Schule«. Im Gespräch mit *Betrifft KINDER* erinnert sie sich an die erste Begegnung mit ihr und reflektiert, wie Miteinander gelingt, auch wenn es mal schwierig ist.

Sie waren in Fortbildung bei Helle Jensen und gehören heute zum Team »Empathie macht Schule«. Wie erlebten Sie die Begegnung mit Helle Jensen? Was überzeugte Sie? Was machte Sie neugierig?

Helle Jensen lernte ich in meiner Ausbildung zur Familientherapeutin am Deutsch-Dänischen Institut für Familientherapie und Beratung (www.ddif.de) kennen. Ich hatte vom ersten Moment an das Gefühl, dass ich mich in ihren Kursen ausprobieren kann und dass alles willkommen ist. Ich spürte großes Wohlwollen und Vertrauen. Sie hat mir immer vermittelt: Du machst das schon.

Welchem Impuls oder welcher Vision folgten Sie?

An Helle Jensens aktuellem Projekt »Empathie macht Schule« begeistert mich die Idee, in der Arbeit mit allen Beteiligten einer Schule die Beziehung in den Mittelpunkt zu stellen. Kein Lernen ohne Beziehung, keine Beziehung ohne Lernen. Dass das Miteinander ein großes Lernfeld ist, erlebe ich auch in meiner eigenen Schule, wo die authentische, ehrliche Begegnung auf Augenhöhe die Begegnung zwischen LehrerInnen, die alles wissen und deren Aufgabe das Belehren ist, einerseits und Wissen aufnehmenden SchülerInnen andererseits ersetzt.

An der Freien Naturschule im Stadtgut heißen die LehrerInnen LernbegleiterInnen. Was macht den Unterschied?

Kinder lernen ab dem ersten Moment ihres Lebens und viel davon geschieht ganz von allein. Unsere Aufgabe sehen wir deshalb nicht in der Wissensvermittlung, sondern in der Begleitung ihres Lernens, in der Vorbereitung und Bereitstellung einer für ihre Entwicklungsbedürfnisse vorbereiteten Umgebung.

Welche Rolle spielt Partizipation in Ihrer Einrichtung? Gibt es ein Schulparlament?

Ja, es gibt eine Schulversammlung. Dort können Kinder Themen einbringen. Am Ende bedeutet Partizipation für mich, dass ich die Kinder und ihre Bedürfnisse, Anliegen, Gefühle



und Meinungen ernst nehmen. Dafür braucht es eigentlich kein Gremium. Ich finde es wichtig, eine Atmosphäre zu schaffen, in der Kinder mir sagen können, dass sie bestimmte Dinge, die ich vorgebe, nicht machen wollen oder dass ihnen an mir, an meinem Unterricht oder an der Art, wie ich Dinge erkläre oder mache, etwas nicht gefällt. Das anzunehmen und gemeinsam mit dem Kind Wege zu suchen, das bedeutet für mich Partizipation. Partizipation ist eine Grundeinstellung, eine Idee davon, dass jeder Mensch Bedürfnisse hat, die gesehen werden sollen – was nicht heißt, dass sie alle und immer erfüllt werden müssen oder sollen. Wichtig ist der Austausch darüber.

Wie gelingt Miteinander, auch wenn es mal schwierig ist?

Ich denke, dass für jede und jeden die Herausforderung ein bisschen anders ist. Ich z.B. musste lernen, herausfordern- des Feedback zu geben, also mich zu äußern, wenn ich mit etwas unzufrieden bin. Wenn ich das nicht mache, wird's schwierig und dann knallt es irgendwann.

Im Team üben wir dafür, bewusst nicht über uns, sondern von uns zu sprechen, von dem, was uns bewegt. Und so versuchen wir auch den Kindern zu begegnen: Wenn uns ein Verhalten anderer an unsere Grenzen bringt, lenken wir den Fokus weg vom Gegenüber und hin zu uns. Statt zu fragen, was mit dem Kind oder dem Teammitglied falsch ist, fragen wir, was unsere Reaktion mit uns zu tun hat. Wenn das nicht gelingt, helfen wir uns im Team oder holen uns Unterstützung von Außen.

Sehr hilfreich bei jeder Form der Auseinandersetzungen erleben wir gegenseitige Wertschätzung. Einer von unseren SupervisorInnen hat einmal gesagt: Jeder Mensch auf dieser Welt – ob Erwachsener oder Kind – hat das Recht wertgeschätzt und anerkannt zu werden, ohne irgendetwas dafür tun zu müssen, denn jeder Mensch gibt immer das Beste, was ihm jetzt gerade möglich ist.

hern wir uns auch schon einem wichtigen Aspekt, was Kinder brauchen, um ein gesundes Demokratieverständnis zu entwickeln: das Gefühl von Integrität, also das Erleben, unsere Grenzen und Bedürfnisse anderen gegenüber wahren zu können. Das Gegenteil davon haben wir schon oft genug erlebt: Menschen, die keine natürliche innere Autorität entwickelt haben, sind stärker gefährdet, irgendeiner äußeren Autorität zu folgen.

Demokratie ohne Regeln ist unvorstellbar. Müssen alle Regeln im Konsensverfahren entschieden werden und verhandelbar sein?

Ich denke, bei gewissen Regeln genügen Mehrheitsentscheidungen. Zum Beispiel bei der Frage, ob wir Links- oder Rechtsverkehr haben möchten. Es versteht sich von selbst, dass sich daran dann auch alle halten sollten. In einer Familie, in einer Beziehung oder anderen Formen sozialer Gruppen, wie wir sie ständig bilden – in der Kita, in der Schule, in der Fortbildungs« oder Reisegruppe –, geht es nicht, nur mit Mehrheit zu arbeiten. Angenommen, die Mutter und ihre drei Kinder wollen Weihnachten bei der Oma feiern und überstimmen den Vater, den es vorm Nachhauseweg mit drei müden, nörgeligen Kindern im Auto graust: Welches Vorbild würden die Eltern abgeben, wenn der Hausseggen bereits bei der Oma schief hängt und der Vater auf dem Rückweg den drei tatsächlich müden und nörgeligen Kindern und seiner Frau erklärt, dass ihre Entscheidung die falsche war. Statt einer Mehrheitsentscheidung hätten die Erwachsene«n gemeinsam die Verantwortung dafür übernehmen sollen, dass alle ein schönes Weihnachtsfest erleben.

Helle Jensen ist Psychologin und Familientherapeutin. Sie gehörte zum Team der 2004 von Jesper Juul gegründeten Familienwerkstatt Familylab und ist gemeinsam mit ihm Autorin u.a. der im April 2019 neu aufgelegten Publikation **Vom Gehorsam zur Verantwortung: Wie Gleichwürdigkeit in der Schule gelingt**.

Kontakt
mail@psykologhellejensen.dk

Johanna Etzold ist Montessori-Pädagogin und Psychologin. Seit 2007 arbeitet sie als Lehrerin an der Freien Naturschule im Stadtgut am nördlichen Stadtrand von Berlin.

Kontakt
johanna.etzold@gmx.de

Informationen zur Freien Naturschule im Stadtgut gibt es auf www.freie-naturschule-stadtgut.de und zum Bundesverband Freier Alternativschulen e.V. (BFAS) auf www.freie-alternativschulen.de.

Wie wäre eine vergleichbare Situation in der Kita zu lösen?

Angenommen, die Kinder dürften darüber entscheiden, ob sie lieber auf den Spielplatz wollen oder in den Wald und nicht für alle wäre die Mehrheitsentscheidung »die richtige«.

Wie im vorangegangenen Beispiel wäre es wichtig, dass sich die Minderheit von der Gruppe gesehen und in der Gruppe gut aufgehoben fühlt. Die Verantwortung dafür, dass es allen Kindern mit der Entscheidung so gut wie möglich geht – ohne der Versuchung zu erliegen, dass am Ende alle bester Laune sein sollen –, tragen die ErzieherInnen. Wer traurig ist, darf traurig sein dürfen und wer wütend ist, darf wütend sein. Auch beim gemeinsamen Spaziergang im Wald. Den Dialog können wir z.B. mit dieser Frage beginnen: »Ich sehe, dass es für dich heute mühsam ist, mit in den Wald zu gehen. Lass uns mal eine Idee bekommen, wie wir den Ausflug so gut wie möglich für dich machen können.«

Wie gelingt Partizipation?

Der erste Schritt zur Partizipation ist unser Interesse für das Kind als Mensch! Dafür müssen wir lernen, Kindern zuzuhören – und zwar ohne ihnen Ratschläge zu geben. Das ist etwas ganz anderes, als diese Abstimmungen zu machen oder in Kinderparlamenten Demokratie mehr zu spielen als zu leben. Kinder ernstnehmen bedeutet nicht, ihnen jeden Wunsch zu erfüllen. Für Kinder ist es nicht das Wichtigste, ihren Willen durchzusetzen. Nein. Kinder wollen ernst genommen werden. Nur wenn sie gelernt haben, für sich selbst verantwortlich zu sein, werden sie auch lernen, Verantwortung für andere zu übernehmen.

Film- und Ausbildungstipp

Einen inspirierenden Einblick in die Arbeit von Helle Jensen gibt der Dokumentarfilm **Früchte des Lebens** von Emanuel Malveiro. Auf <https://vimeo.com/fruitsoflife> (15.06.2021) stehen der zweiminütige Trailer und der Dokumentarfilm in ganzer Länge (48 Minuten) kostenfrei zur Verfügung. Der Film lädt ein, andere Perspektiven einzunehmen und über das Leben und Lernen mit Kindern und ihren Familien nachzudenken. Er stellt die Frage, wie wir echte Beziehungskompetenz entwickeln und leben können, und regt an, unser pädagogisches Verständnis zu reflektieren und weiterzuentwickeln.

Die nächste zweijährige Ausbildung **Training Empathy für pädagogische Fachkräfte** beginnt Januar 2022. Die neun vier-tägigen Module finden in einem Seminarhaus bei Brandenburg an der Havel statt. Weitere Informationen auf <https://trainingempathy.com>.