



Konflikte: durch „unden“ lösen!

Übung 2:

Probleme in der Familie gemeinsam lösen:

Das Prinzip des gegenseitigen Respektes zu leben, bedeutet anzuerkennen, dass Eltern und Kinder in Bezug auf dasselbe Thema eine unterschiedliche Perspektive haben können und dadurch auch unterschiedliche Gefühle und Meinungen dazu entwickeln. Wenn Erwachsene ihre eigenen Ideen und Vorstellungen durchzusetzen versuchen, ihre Bedürfnisse auf Kosten ihrer Kinder erfüllen oder aber ihre eigenen Bedürfnisse des Friedens willen ständig übergehen, sind Lösungen für Konflikte höchstens von kurzer Dauer und selten beziehungsfördernd. Nur, wenn alle Beteiligten sich gesehen fühlen und ihre jeweiligen Bedürfnisse Berücksichtigung finden, können nachhaltige und zufriedenstellende Lösungen gefunden werden, die die Bindung in der Familie stärken.

Eine schöne Möglichkeit innerhalb der Familie eine Kultur des Miteinanders zu etablieren und gemeinsam Lösungen für bestehende Konflikte und Probleme zu finden sowie Kinder auch wirklich Partizipation an den sie betreffenden Entscheidungen zu ermöglichen sind Familienrunden. Um Kindern Partizipation jedoch wahrhaftig zu ermöglichen, genügt es allerdings nicht, sie zu fragen, was sie denken oder sich wünschen und sich dann darauf auszuruhen, dass sie wenig oder gar nichts geantwortet hätten, oder eben genau das, was sich die Erwachsenen ohnehin schon gedacht hatten. Die Entwicklung von Partizipationsfähigkeiten muss aktiv unterstützt und begleitet werden. Die Gestaltung eines entsprechenden Rahmens obliegt der Verantwortung der Erwachsenen.

Familienrunden dienen dem gegenseitigen Zuhören, dem Informationsaustausch, der Ideenfindung sowie der Findung von Lösungen für bestehende Probleme und Konflikte. Sie ermöglichen es jedem in der Familie seine Meinung zu einem Sachverhalt darzulegen und vermittelt eine Atmosphäre des gegenseitigen Respekts und der Wertschätzung. Jeder

findet Berücksichtigung, wird ernst genommen und gesehen. Emotional aufgeladene Themen erhalten einen geborgenen Rahmen, werden nicht so leicht beiseitegeschoben und vor allem mit der notwendigen Ruhe besprochen. Es ist eine tolle Möglichkeit Kooperation innerhalb der Familie für alle Mitglieder sichtbar zu machen und die Zugehörigkeit zu stärken. Für die Eltern bietet sie daneben die Möglichkeit aus vergangenen Fehlern zu lernen, immer wieder ein aktives Zuhören zu üben sowie die eigene Macht in verantwortungsvolle Bahnen zu lenken.

In Vorbereitung auf eure erste Familienrunde beantworte für dich oder gemeinsam mit einem zweiten Erwachsenen in deiner Familie folgende Fragen:

- ♥ Welche Themen würden wir gerne besprechen? Welche Themen will mein Kind (womöglich) besprechen?

Am Anfang werdet ihr hierbei vermutlich stärker begleiten müssen. Mit der Zeit kann das Kind seine Themen proaktiv benennen oder gar aufschreiben.

- ♥ Wie bleibt die Formulierung unserer Fragen möglichst offen(!), so dass Suggestivfragen vermieden werden können?

Beispiele:

Es gibt ständig Konflikte darüber, dass das Kind gerne digitale Medien benutzt und die Eltern sich darüber Sorgen machen, es könne dem Kind schaden: „*Was für Spiele gibt es und was ist das Tolle an diesen?*“ oder allgemein in Bezug auf Konflikte beispielsweise zwischen den Geschwistern: „*Wie ist das eigentlich mit dem Streiten?*“

- ♥ Wie müssen Fragen formuliert werden, damit unser Kind zu eigenen Beiträgen zum jeweiligen Thema kommen kann? Was können wir hierzu in Vorbereitung zur Familienrunde gestalten oder besorgen?

Beachte dabei, dass umso jünger das Kind, desto wichtiger es ist, Themen anzufüttern. So können beispielsweise Fotos, Zeichnungen, Videos, etc. hilfreiche Mittel sein, um Kinder das Treffen eigener Entscheidungen zu ermöglichen:

„*Ich habe den Eindruck, dass das Essen dir scheinbar nicht schmeckt. Wir haben darüber öfters Streit. Ich würde gerne ein Speiseplan für die Woche machen. Magst du mir dabei helfen und zeigen, was du gerne essen magst?*“ oder aber vollkommen offen: „*Was isst du gerne?*“ Hier könnten dann Fotos verschiedener Lebensmittel eine große Hilfe und Orientierung sein.

- ♥ Was trägt dazu bei, dass unser Kind auf ganz eigene Ideen kommen kann?

Bereite nun euer gemeinsames Gespräch vor.

In der Familienrunde selbst nimmt zunächst ein Erwachsener die Moderatorenrolle ein, indem dieser die Themen benennt, darauf achtet, dass jedes Thema für sich besprochen wird und jeder einmal zu Wort kommt (auch diejenige Person selbst), die Impulse aufschreibt sowie anschließend daraus eine gemeinsame Lösung formuliert. Der Moderator achtet auch darauf, dass die Familienrunde nicht in gegenseitige Vorwürfe ausartet oder sich ins Unendliche zieht.

Nehmt euch für die Familienrunde nicht zu viel auf einmal vor. Besser mehrere kurze Runden von nur fünf Minuten zu jeweils nur einem Thema in einer Woche als eine lange Runde von 30 oder mehr Minuten mit mehreren Themen, vor allem umso jünger die beteiligten Kinder sind. Später sind 30 Minuten eine gute Orientierungsgröße, es ersetzt allerdings nicht die Betrachtung der individuellen Familiensituation sowie der einzelnen Mitglieder.

Lasst jede Person in der Familie zum jeweiligen Thema einmal zu Wort kommen, hört einander aktiv zu und, nachdem jeder seine Meinung fertig artikuliert hat, lasst jedem, der es möchte, noch einmal seine Meinung zum in der ersten Runde Gehörten sagen. Schreibt die Impulse aus beiden Runden, insofern dieselbe Person seine Meinung nicht geändert hat, für alle gut sichtbar auf und formuliert daraus einen gemeinsamen Nenner, der alle (!) Bedürfnisse berücksichtigt. Fragt noch einmal in der Runde ab, ob alle sich damit gesehen fühlen und einverstanden sind.

Probiert euch einfach aus und habt Spaß dabei!

Achtet bitte darauf, dass Familienrunden nicht dafür gedacht sind, Kinder vorzuführen, zu manipulieren oder zu disziplinieren. Es geht auch nicht darum Kinder alleine alles entscheiden zu lassen, sondern um das Finden gemeinsamer Lösungen und Ideen. Wichtig ist es auch, sich immer wieder die eigenen Erwartungen, auch an die Familienrunden selbst sowie an die beteiligten Personen, bewusst zu machen und diese zu reflektieren.