



familylife KIDS

Eltern stark machen

HÖRST DU MICH?

Ob in Familie, Beruf oder Gesellschaft: Wir erwarten, dass Andere gut zuhören. Stell dir vor, wie unsere Welt wäre mit besseren Zuhörern und weniger Schwaflerinnen, Vielversprechern, Sprücheklopperinnen, Selbstdarstellern und Fakenews-Verbreitern!

Neulich am Esstisch: Mein Mann und ich sprechen darüber, wie es uns gerade geht. Derweil steigt der Geräuschpegel, weil zeitgleich alle vier Kinder reden – und keiner zuhört. Die 7-jährige gibt ihren Schultag detailliert wieder, wird dabei jedoch andauernd durch negative Kommentare des ältesten Bruders unterbrochen. Der Zweitälteste lamentiert lautstark, dass er seine wichtige Mitteilung wegen der Schwester vergessen hat. Nun meldet sich unser Jüngster vergnügt mit seinen Zweiwortsätzen. Die Tochter lacht laut auf, was wiederum vom Ältesten kommentiert wird. Just in dem Moment erinnert sich der Zweitälteste wieder an seine vergessene Mitteilung: In einem Buch hat er neulich Folgendes gelesen... Mein Mann und ich haben längst aufgegeben, ein Gespräch zu führen. Stattdessen versuchen wir ein paar minimale Gesprächsregeln durchzusetzen – mit mittelmäßigem Erfolg.

Ich staune über das Mitteilungsbedürfnis unserer Kinder. Je weniger sie sich gegenseitig zuhören, desto vehementer wird ihr Tonfall. Erzählen ist aber nur schön, wenn man interessierte Zuhörer hat. Doch warum ist Zuhören schwieriger als Sprechen? Weil Zuhören eine dienende Fähigkeit ist. Wer spricht, entscheidet, was er sagt. Der Zuhörer muss empfangen, was er zu hören bekommt. Beim Sprechen bekomme ich Aufmerksamkeit und kann andere direkt beeinflussen. Echtes Zuhören hingegen signalisiert Interesse. Ich nehme mich zugunsten der anderen Person zurück, gebe ihr Raum und versuche nachzuvollziehen, was sie sagt.

Interessanterweise zeigt sich Gott uns gegenüber als erstaunlich guter Zuhörer. Zumindest in meinem Leben muss er sich ganz schön viel anhören. Seinerseits spricht er hingegen oft mit wenigen, dafür umso prägnanteren Worten zu mir.

Zurück zur Familiensituation: Wir können am Esstisch nicht auf jede einzelne Wortmeldung der Kinder eingehen. Daher achten wir darauf, welche Themen wir im Plenum besprechen und verschieben Einzelgespräche auf einen anderen Zeitpunkt. Alle unsere Kinder sollen am Esstisch ihren Anteil an Aufmerksamkeit bekommen. Dabei wollen wir einander jedoch weder ins Wort fallen noch negativ kommentieren. Und wenn es nicht klappt? Dann bleiben mein Mann und ich nach dem Essen zu zweit sitzen und genießen die Ruhe. Und ich schätze es jetzt ganz besonders, wenn mein Mann mir in die Augen schaut und mir einfach nur zuhört...

Von **Gabriela Bucher**,

Lehrerin an einer christlichen Privatschule. Sie ist vierfache Mutter und hat 5 Jahre Erfahrung im Homeschooling. Sie engagiert sich für die gesunde Entwicklung von Kindern.

NEXT LEVEL

FÜR DEINE FAMILIE:

Wie steht es mit eurer Zuhör- Familienkultur am Esstisch?

Wie können deine Kinder das Zuhören lernen? Wann gelingt ihnen dies gut – wann weniger?

A grid of 20 rows and 12 columns of small dots, intended for a checklist or journaling exercise.