

Erziehungsmaßnahme: Ich-Botschaften und aktives Zuhören

Ich-Botschaften und aktives Zuhören können als gute erzieherische Alternative zu einem Lob dienen.

Ich-Botschaften

Durch Ich-Botschaften teilt der Erzieher dem Kind seine Gedanken und Gefühle zu einem Verhalten des Kindes mit. Dadurch erfährt das Kind, welche Wirkung sein Verhalten bei anderen auslöst, ohne dass es selbst bewertet wird. Somit kann das Kind seine eigene Verhaltensweise beurteilen und entsprechende Konsequenzen auf sein zukünftiges Verhalten ziehen.

Die Ich-Botschaft besteht dabei sowohl aus einem Gefühlsteil als auch aus einem Tatsachenteil. Dabei werden die eigenen Gefühle in der Ich-Form ausgedrückt um keine ungewollten Blockaden beim Kind aufzubauen. Als Beispiel hierfür soll folgende Situation dienen: Beim Weihnachtsfest bekommt das Kind unter anderem Weihnachtskarten mit Geldscheinen. Die Karten wirft es achtlos weg, was die [Großeltern](#) traurig macht. Deshalb teilt die Oma dem Kind ihre Gefühle mit: "Als ich gesehen habe, dass du die Karte von uns einfach weggeworfen hast, hat mich das traurig gemacht."

Ich statt Du

Statt dem „DU“, was Kinder meistens als direkten Angriff oder Abwertung empfinden, lässt sich die „Ich-Botschaft“ in einer mildereren Form mit mehr Sinn für Verständnis einsetzen. Dem Kind wird auf genaue aber einfache Weise klar gemacht, was man von ihm möchte und [welche Gefühle](#) die Person dabei empfindet. Statt „Wieso kommst Du so spät nach Hause?“, klingt „Ich habe mir Sorgen gemacht wo Du bleibst“ nicht negativ sondern enthält eine indirekte Aufforderung. Die „Du-Form“ ist also nicht immer die geeignete Kommunikation und kann zu Missverständnissen und Abwertungsgefühlen führen.

Aktives Zuhören

Aktives Zuhören beschreibt ein Zuhören, bei dem der Zuhörer das Gehörte mit eigenen Worten wiederholt und damit bestätigt.



Beim aktiven Zuhören sollte ein ruhiger Rahmen gegeben sein, der Zuhörende sollte nicht gestresst oder unruhig wirken um das Kind nicht zu verunsichern. Außerdem sollten ein paar Tipps berücksichtigt werden. Der Zuhörende sollte Geduld haben und Gesprächspausen auch einmal aushalten können. Der Erzieher sollte Augenkontakt halten, was auch mal bedeuten kann, sich zu dem Kind ins Zimmer, auf den Teppich zu setzen um auf gleicher Augenhöhe zu sein. Zudem bedeutet Zuhören nicht gutheißen, jedoch sollte mit der eigenen Meinung sparsam umgegangen werden um dem Kind die Selbstreflexion zu ermöglichen.

Vorteile von aktivem Zuhören

- Das Kind spürt die Akzeptanz des Erziehers
- Das Kind erfährt Aufmerksamkeit und Einfühlungsvermögen
- Das Kind kann sein Verhalten selbst beurteilen
- Das Kind wird angeregt, seine Probleme selbst zu lösen

Autorin: Verena Fischer,
staatlich geprüfte Erzieherin mit Kneipp-Gesundheitsausbildung für Kinder
Letztes Update: Januar 2021
Erstelldatum: Mai 2016

Die Verwendung für Facharbeiten, Schulprojekte, etc. ohne kommerziellen Hintergrund ist unter Angabe der Quelle: <https://www.Kindererziehung.com> erlaubt

Weitere Erziehungsmaßnahmen

- [Aktives Zuhören](#)
- [Bestrafung](#)
- [Erfolg](#)
- [Lob und Belohnung](#)