

„Fall nicht“ – Die Wirkung der negativen Sprache von Annalisa Neumeyer

Warum Kinder vom Klettergerüst fallen, obwohl wir ihnen immer wieder sagen, dass sie nicht herunterfallen sollen (Kindergarten heute 11-12/95):

Kennen Sie die Situation? Ein Kind erklimmt ein Klettergerüst, während ein Erwachsener bangend daneben steht und ruft: „Pass ja auf, dass du nicht runterfällst!“ Das Kind klettert scheinbar unbeirrt weiter, der Erwachsene beobachtet es mit Argusaugen und wiederholt bei jedem Wackeln des Kindes seine Warnung.

Fällt das Kind tatsächlich vom Klettergerüst bekommt es zu hören: „Ich hab' dir doch gesagt, du sollst nicht herunterfallen!“ oder „Ich hab' doch gewusst, dass du herunterfällst.“

Fällt das Kind dagegen nicht, so wird dies kommentarlos hingenommen oder ihm wird häufig in leicht vorwurfsvollem Ton gesagt: „Jetzt hast du aber Glück gehabt.“

In Wirklichkeit war es jedoch nicht Glück, sondern vielmehr das „doppelte Können“ des Kindes. Doppelt deshalb, weil es sich verstärkt auf sein Tun konzentrieren muss, wenn eine andere Person ihm „negativ“ beizustehen versucht.

Oft habe ich in Zusammenarbeit mit Eltern und Erzieherinnen erfahren, wie schwer es im Erziehungsalltag ist, eine einfache und positive Sprache im Umgang mit Kindern zu praktizieren. Die meisten Kommentare zum Handeln der Kinder sind „negativ“ formuliert, d.h. sie drücken das aus, was **nicht** sein oder eintreffen soll. Obwohl den meisten Pädagogen und vielen Eltern die Wichtigkeit einer einfachen und positiven Kommunikation mit Kinder bekannt und in ihrem Denken selbstverständlich ist, merken sie im Alltag nicht, wie sie durch ungewollt negative Äußerungen (wie: „Hast du schon wieder keine Lust zum Spielen?“) viele Kinder verunsichern und demotivieren.

„Negativ motivieren“ bedeutet, Kindern das mitzuteilen, was sie nicht tun sollen, von ihnen aber zu erwarten, dass sie das tun, was ihnen nicht mitgeteilt wurde. So sagen wir zum Beispiel: *„Renne nicht auf die Straße!“* und erwarten dabei, dass das Kind auf dem Gehweg bleibt. Oder: *„Wirf deine Jacke nicht schon wieder auf den Boden!“* und meinen damit, es solle seine Jacke an die Garderobe hängen. **„Positiv motivieren“ dagegen heißt, dem Kind klar zu sagen, was von ihm erwartet wird, ihm eine gute verständliche und konkrete Handlungsanweisung zu geben!**

Die Wirkung der negativen Sprache

Die Verarbeitung „nein“ oder „nicht“ ist für das menschliche Gehirn wesentlich aufwendiger als die Umsetzung positiver Aussagen.

Wenn ich Ihnen jetzt sage: „Denken Sie bloß nicht an ein blaues Krokodil!“, stellen Sie sich erst dieses himmelfarbene Ungetüm vor, um es dann im Gehirn „durchzustreichen“ und stattdessen an etwas anderes zu denken.

Gerade so geht es einem Kind, dem beispielsweise gesagt wird: „Fahr nicht so schnell mit dem Fahrrad!“. Zunächst muss es sich das schnell fahren vergegenwärtigen, dann diesen Gedanken aus dem Kopf verbannen und sich schließlich überlegen, was es stattdessen tun soll.

Die vielen „Nicht“ - Sätze können wir uns sparen, denn sie bewirken allzu oft gerade das Gegenteil von dem, was wir erreichen wollten. Vor allem unsichere Kinder, denen viele Missgeschicke passieren, werden durch negatives Kommentieren oder Vorhersagen noch mehr aus dem Lot gebracht. Aus Angst vor Misserfolgen ziehen sie sich von vielen Beschäftigungen zurück. Packen sie doch etwas an und werden dabei aber ständig auf das hingewiesen, was passieren könnte und nicht darauf, wie sie die Sache tun könnten, werden die als Hilfe gedachten, aber negativ formulierten Aussagen leicht zur **„sich selbst erfüllenden Prophezeiung“**. Erneutes Scheitern wirft ein ohnehin für seine „Ungeschicktheit“ sensibilisiertes Kind zurück, blockiert Entwicklungsschritte und beeinträchtigt das Selbstwertgefühl. Ich habe beobachtet, wie solche Kinder in einer Gruppensituation zum „Buhmann“ werden. Ein Junge warf immer wieder gebaute Türme aus Versehen um. Wenn er in die Bauecke wollte, riefen sofort viele Stimmen: *„Wirf ja nicht schon wieder unseren Turm um!“* Schließlich bekam er sogar ein Verbot, in die Bauecke zu gehen, wenn bereits Gebautes da stand. Wie sollte er so Neues lernen? Bei meiner langjährigen Tätigkeit als Heilpädagogin an einer Beratungsstelle für entwicklungsverzögerte und behinderte Kinder ist mir deutlich bewusst geworden, wie gerade Kinder mit Problemen in der Wahrnehmungsentwicklung oder Kinder mit

Entwicklungsverzögerungen bei ihren Spiel- und Bewegungshandlungen verstärkt negativ kommentiert werden. **Das Augenmerk gilt meist dem, was das Kind nicht kann. Statt dessen sollten wir den Blick auf seine Fähigkeiten richten und diese erweitern.** Nur so wird er schrittweise lernen, seinen Alltag zu „meistern“ sicherer und selbstbewusster werden.

Bei einer Fortbildung zu diesem Thema wurde einer Erzieherin bewusst, dass die Kinder immer, wenn sie zum Hände waschen gehen, folgende Anweisung erhalten: *„Aber spritzt ja nicht mit Wasser herum!“* Sollten die Kinder diese Leidenschaft wirklich einmal vergessen haben, werden sie gerade durch die Anweisung wieder daran erinnert. Die Erzieherin berichtete dementsprechend, dass die Kinder tatsächlich jedesmal mit Wasser spritzen. Ich will damit nicht sagen, dass die positive Motivation („Geht zum Hände waschen und kommt gleich wieder zurück!“) diese Kinder vom geliebten Wasserspiel abhalten kann, aber mit der negativen Intervention kann nur schwerlich ein neues Verhalten eingeübt werden. Besonders in Notsituationen ist es wichtig, dass Kinder konkrete Bilder von dem, was sie tun sollen, gegenwärtig haben. Einem noch unsicher Fahrrad fahrenden Kind, das wegen hoher Geschwindigkeit gegen die Wand zu prallen droht, ist kaum geholfen, wenn ein Erwachsener ruft: *„Fahr nicht so schnell!“* Hier muss klar das Wort *„bremsen“* gerufen werden. Eine Mutter berichtete mir, dass ihr Kind in Brennnesseln gefallen war und starke Schmerzen erlitten hatte. Als sie einige Zeit später beobachtete, wie sie das Kind wieder ganz nah an den Brennnesseln vorbeilief, rief sie: *„Jenny. Vorsicht, fall nicht in die Brennnesseln!“* Das Mädchen erschrak und zuckte so sehr zusammen, dass es ein zweites Mal in die Brennnesseln fiel. Im Nachhinein war die Mutter sich sicher, dass ihre Tochter ohne den Warnruf nicht gefallen wäre.

Warum setzen wir so oft „Nicht Sätze“ ein?

Wie in vielen Bereichen unseres Alltags, so denken wir auch in der Arbeit mit Kindern häufig problemorientiert. Einseitig überlegen wir, was alles nicht sein soll, anstatt Ziele für erwünschtes Verhalten, das an die Stelle des unerwünschten treten soll, ins Auge zu fassen. Doch selbst wenn wir uns bemühen, positive Ideen umzusetzen, können „Negativsätze“ fast unbemerkt und ungewollt leicht „herausrutschen“. Denn in der Erziehung von Kindern werden wir häufig mit Situationen konfrontiert, in denen eine drohende, negative Folge uns zum Eingreifen zwingt. Ein Kind ist beispielsweise eben im Begriff, eine Wäscheklammer über das Balkongeländer zu werfen. Die Mutter sieht das, denkt an die im Garten weilenden Nachbarn, die das über drei Stockwerke hinweg zum Geschoß werdende Objekt treffen könnte, und ruft erschreckt: *„Nein, nicht schmeißen!“* statt etwa: *„Stopp, leg die Wäscheklammer zu den anderen zurück!“* In diesem wie in vielen anderen Beispielen ist also die **„Negative-Intervention“** schlicht die leichtere, weil in unseren Köpfen im Moment des Eingreifens die negative Folge das Denken beherrscht. Sicher ist es nicht immer möglich, positiv zu intervenieren. Wir könnten dies aber viel häufiger gewinnbringend tun, wenn wir uns den sprachlichen Umgang mit unseren Kindern bewusst machen würden.

Wie kann positive Sprache im Alltag eingesetzt und eingeübt werden?

Positive Interventionen sollen dem Kind das geben, was es für erfolgreiches Handeln braucht, nämlich eine klare und präzise, leicht zu verstehende Beschreibung dessen, was es tun soll. Das bedeutet, eindeutige Grenzen, Regeln und Erziehungskonsequenzen zu setzen, statt dem Kind mit vielen Umschreibungen und überlangen Dialogen (die hin und wieder an „Kuhhandel“ erinnern mögen) alle Regeln haarklein zu erklären. Ebenso wenig kann es Ziel sein, die Wörter „nein“ und „nicht“ aus unserem Vokabular zu streichen. Dies ist unrealistisch und würde Kinder unnötig verwirren.

Im Folgenden führe ich **Beispielsätze** für negative Interventionen aus dem Kindergartenalltag auf, die Erzieherinnen während eines Fortbildungskurses sammelten und dann umformulierten. Diese Beispiele können helfen, Sprachverhalten bewusster wahr zu nehmen und – wenn nötig – umzugestalten:

- *Verleckere nicht das ganze Essen!* – Versuch den Löffel mit deiner Hand zu führen, iss über dem Teller!
- *Pinkel nicht wieder über die Klobrille!* – Setz dich auf die Klobrille und halte dich am Griff fest!

- *Steig nicht auf die Leiter zum Wickeltisch hoch!* – Bleibe unten stehen und warte, bis ich komme!
- *Schmatze nicht beim Essen!* – Lass den Mund beim Essen zu!
- *Fasse nicht alle Brote an!* – Schau hin, welches Brot du willst und nimm es dann!
- *Du sollst nicht mit dem Essen matschen!* – Nimm den Löffel in die Hand!
- *Gieß dir nicht so viel Tee ein!* – Gieß die Tasse nur halbvoll, du kannst nachher noch mal nehmen!
- *Aber nicht, dass du wieder mit dem Stift so stark drückst, dass der Stift abbricht!* – Versuch den Stift ganz zart aufzusetzen!
- *Werft die Malkittel nicht auf den Boden!* – Hängt die Malkittel an die Haken!
- *Nimm nicht so viel Kleber!* – Ein Tropfen genügt!
- *Pass auf, dass du den Turm nicht umwirfst!* – Geh ganz langsam und behutsam an den Turm!
- *Reißt nicht alle Kleider aus der Verkleidungskiste!* – Nehmt nur die Kleider raus, die ihr braucht!
- *Nicht die Treppe runter schubsen!* - Haltet euch fest und geht langsam die Treppe runter!
- *Rennt nicht auf die Straße!* – Bleibt auf dem Gehweg!
- *Spring nicht vom Turm herunter!* – Ich hab Angst, wenn du von da oben runterspringst, klettere herunter, achte auf deine Hände und Füße!
- *Werft nicht mit Sand!* – Der Sand ist zum Bauen da, wenn ihr werfen wollt, nehmt die Bälle!

Unklare Sätze, d.h. Aufforderungen, die verschiedene Deutungen zulassen und durch konkrete positive Anregung ersetzt werden sollten, sind in der Alltagspädagogik beispielsweise:

Stell dich nicht so dumm an/ Reg mich nicht auf/ Ich bin doch nicht schwerhörig/ Iss anständig/ Sei lieb!/ Sei brav!

Sehr beliebt ist auch der Satz „*Alle räumen auf*“, der für manche Kinder sehr schwer in Handlung umzusetzen ist, weil sie nicht wissen, was genau damit gemeint ist. Es scheint, als wollte diese Kinder sich drücken, dabei fehlen ihnen nur klare Anweisungen, wie zum Beispiel: „*Die Bausteine kommen in die blaue Kiste, stell das Bilderbuch ins Regal zu den anderen Büchern!*“ Manche Kinder tragen die Spielsachen von einer Ecke in die andere, weil sie dies mit dem Begriff „*Aufräumen*“ verbinden. Womöglich werden sie bestraft, weil sie anscheinend nicht aufräumen, obwohl sie gar nicht wissen, was sie tun sollen.

Ein Experiment am „*eigenen Leib*“ kann die Situation erfahrbar machen, die Kinder erleben, wenn sie immer wieder mit negativen Aufforderungen konfrontiert sind:

Führen sie eine x-beliebige Beschäftigung (z.B. einen kleinen Text schreiben) durch und beauftragen Sie eine andere Person, sie negativ intervenierend zu begleiten (Ihre Begleitperson sagt zum Beispiel: „*Aber nicht, dass du wieder so viele Fehler machst; mach nicht wieder so schnell; schreibt nicht so schlampig*“ und dergleichen mehr. Wie erleben Sie die Situation? Mit hoher Wahrscheinlichkeit haben Sie bemerkt, dass Sie a) unkonzentriert wurden und b) die Aufgabe nur äußerst mühevoll und genervt durchführen konnten. Darüber hinaus fiel das Ergebnis nicht zu Ihrer Zufriedenheit aus.

Wenn Sie nun angeregt sind, selbst Ihre Sprache „*aufs Korn zu nehmen*“, sollten Sie nicht von heute auf morgen alles umkrempeln wollen, sondern sich kleine Ziele setzen. Vielleicht beobachten Sie sich selbst erst einmal eine begrenzte Zeit. Höchstwahrscheinlich fangen Sie ganz automatisch an, Aufforderungen und Anregungen anders zu formulieren. Vielleicht können Sie dann ähnliches erleben wie eine Erzieherin, die nach einem Fortbildungskurs bewusst mit negativer und positiver Intervention „*gespielt*“ hat. Beim Turnen teilte sie für ein Spiel jedem Kind einen japanischen Papierball aus und sagte dazu: „*Ich möchte nicht, dass ihr die Bälle kaputt macht. Sie dürfen nicht gedrückt und an die Wand geworfen werden, weil sie sonst kaputt gehen!*“ In dieser Stunde gingen sechs von sechzehn Bällen kaputt. Als sie eine Woche später beim Turnen wiederum die Papierbälle verteilte, sagte sie: „*Geht vorsichtig mit den Bällen um und bringt sie heile wieder zurück!*“ In dieser Stunde „überlebten“ vierzehn von sechzehn Bällen. Zufall?

Probieren Sie es aus!

Viel Erfolg wünscht Ihnen Ihr Praxisteam Dr. Gaugel & Andersson ☺☺☺