

Nein-Reihen

Umgekehrt wird ein Kontakt also als nicht erfolgreich erfahren, wenn in einem solchen Kontakt viele negative Interaktionen vorkommen. Die beteiligten Personen haben dann einen unfreundlichen Gesichtsausdruck, gebrauchen unfreundliche Stimmintonationen, reden nicht miteinander sondern schweigen oder machen abwertende oder korrigierende Bemerkungen, reden an dem anderen vorbei, hören einander nicht zu, sagen "nein" zueinander.

In einem solchen unangenehmen Kontakt werden die Personen sich immer mehr angespannt fühlen, lassen immer weniger von sich sehen, folgen einander nicht. Anstatt zu helfen machen sie abwertende oder korrigierende Bemerkungen. Dies sind Nein-Reihen. Die Personen sprechen miteinander als würden sie stets "nein" zueinander sagen, als wenn sie ihr Gegenüber stets hören und sehen lassen würden: "Du ödest mich an, du bist lästig, es interessiert mich nicht, hörst du immer noch nicht auf", usw.

Eltern, die keine angenehme Beziehung zu ihren Kindern haben, haben schwer an den Sorgen und Lasten zu tragen, die entstehen wenn man Kinder hat. Sie können den Umgang mit ihren Kindern nicht entspannt genießen und anstatt auf ihre Kinder einzugehen, ihnen zu helfen und sie zu unterstützen, wo sie es nötig hätten, sind sie sehr damit beschäftigt, abzuwerten und zu korrigieren. Helfen sie ihren Kindern doch einmal, passiert das aus einem Pflichtgefühl heraus. Da sie mittlerweile jedoch den richtigen Maßstab verloren haben, was ihre Kinder wirklich an Hilfe benötigen, kann man zum einen sehen, daß die Kinder stets mehr um Hilfe - in Wahrheit jedoch nach angenehmen Kontakten und Beziehungen - schreien und daß zum anderen die Eltern aus einem Schuldgefühl heraus immer mehr materielle Wünsche der Kinder erfüllen, sie zu sehr verwöhnen. An diesem Punkt nehmen die unangenehmen Gefühle zu, das Verhalten der Kinder wird immer schwieriger und es wird dann fast unmöglich, sie in einer entspannten Atmosphäre zu erleben und dieses zu genießen.

VIDEO KONTAKT SCHEMA:

Merkmale gelungener Interaktionen und Lenkung (s.S. 9)

Eltern benötigen dann Hilfe, um wieder zu lernen, positiv miteinander umzugehen, eine Atmosphäre zu schaffen, in der positive Beziehungen entstehen, die sie wieder genießen können, in der die beteiligten Personen froh sind, wenn sie einander folgen und helfen können. Ihr Kind möchte immer eine gute, angenehme Beziehung zu seinen Eltern

und Hilfe bei allem, was es lernen und ausführen muß.

Wie baue ich erfolgreich einen Kontakt auf ?

In einer Beziehung gibt es immer einen Sender und einen Empfänger, es gibt immer Frage und Antwort. Jeder Kontakt besteht aus einer Vielzahl von Kontaktmomenten, in denen man "ja" oder "nein" sagen kann. Tatsächlich sind dies Wahlmomente, Momente, in denen man sagt: "Ja, ich bin mit dem, was du sagst, einverstanden, ich kann dich verstehen" oder "Nein, ich verstehe dich nicht, ich kann dir nicht folgen."

Ein Kontakt besteht immer aus der Begrüßung, dem Austausch und dem Abschied. Neben dem Eins-zu-Eins-Kontakt gibt es auch noch den Kontakt in der Gruppe, in der Familie, beim Spiel.

Wie kann man nun jeden Part eines Kontaktes, also die Begrüßung, den Austausch und den Abschied erfolgreich verlaufen lassen? Und wie verläuft der Austausch in einer Familie, beim Gespräch am Tisch und beim Spiel?

Die Begrüßung

Erfolgreiche Kontaktmomente beginnen immer wieder von neuem mit jemandem, der auf eine freundliche Art und Weise die Initiative ergreift wird. Dabei ist hauptsächlich das Suchen des Augenkontaktes, Ansehen, Zuwendung und der Gebrauch einer freundlichen Stimmlage wichtig. In Körpersprache heißt das dann: "Hallo, hier bin ich, ich möchte gerne Kontakt zu dir". In diesem Moment muß man darauf achten, ob die Aussage beim Gegenüber ankommt und ob die Zuwendung beantwortet wird. Daß jemand diese Zuwendung beantwortet, ist an der Kopfhaltung - aufgerichtet dem Gesprächspartner zugewandt - erkennbar. Dies bedeutet: "Ja, ich habe gehört, was du willst." Dies ist somit die Zuwendung des Angesprochenen.

Jetzt folgt ein Begrüßungsmoment, in dem beide wissen: Wir wollen Kontakt miteinander. Ein kurzer Moment des gegenseitigen Anschauens, in dem die Pupillen größer werden, die Augenbrauen hochgezogen werden, die Wangen rund werden, Mundwinkel nach oben gezogen werden, das Kinn bewegt wird, die Hände sich öffnen und die Stimmlage auch höher wird. In Körpersprache heißt das: "Hallo, ich möchte Kontakt mit dir." Es passiert dasselbe wie zwischen Mutter und Baby, wenn die Mutter es begrüßt und anspricht. Der Begrüßungsmoment ist immer ein Moment, in dem man sich ein Stück näher kommt, um dem jeweiligen Gegenüber gut zu erkennen zu geben, daß man etwas voneinander und miteinander