

möchte. Dann folgt der Austausch miteinander über Sachverhalte, die die Beteiligten auswählen. Der Begrüßungsmoment wird somit direkt zum Austausch ausgebaut.

Beispiel:

Eine Mutter möchte etwas von bzw. mit ihren Kindern. Sie übernimmt somit die Initiative und sucht die Aufmerksamkeit ihrer Kinder. Sie wendet sich also ihren Kindern zu; eine Ja-Eröffnung. Die Mutter achtet darauf, daß ihre Begrüßung ankommt und ihre Kinder verstehen, daß sie etwas möchte. Es ist logisch, daß sie nicht aus fünf Metern Abstand ihren Kindern, die draußen spielen, etwas zurufen wird, da diese es weder sehen noch hören würden. Man muß also sehr darauf achten, daß das gesendete Signal beim Empfänger ankommt.

Mit dem Medium Video kann man gut alle Aspekte der Initiative verfolgen: Wie verläuft die Eröffnung, wie ist die Reaktion, wie ist die Antwort? Selbst wenn die Eröffnung geglückt ist, muß dies nicht automatisch für die Antwort gelten.

Die Begrüßung, der erste Moment des Kontaktes, ist sehr wichtig für den weiteren Verlauf. Das heißt nicht, daß die gesamte weitere Reihe von Aspekten positiv verlaufen muß, aber wenn die Begrüßung erfolgreich ist, die Stimmlage Freundlichkeit zeigt, man auf sein Gegenüber achtet, diese Person ansieht, dann ist die Voraussetzung für einen guten Verlauf, einen Austausch von Ja-Reihen gegeben. Wenn die Begrüßung erfolgreich verlaufen ist, lassen sich negative Interaktionen auch leichter, sanfter in positive Interaktionen umbiegen. Eine schlecht ausgeführte Begrüßung hat automatisch negative Verlaufsmomente zur Folge. Dann bleibt nur noch ein erneuter Eröffnungsversuch.

### Der Austausch

Bei der Begrüßung sollte man immer auf eine freundliche Stimmlage, eine hohe Stimmlage achten. Wenn danach der Austausch allmählich in Gang kommt, geht man ganz normal in die "Konversationsstimme" über. Nach der Einstimmung, dem Abstimmen aufeinander, wird also miteinander geplaudert, benannt, "ja" gesagt, die beteiligten Personen folgen den jeweiligen Gesprächsinitiativen, wechseln sich ab. Die Beteiligten reden miteinander und hören zu, erzählen, was sie dem anderen mitzuteilen haben und müssen währenddessen aber auch darauf achten, daß das Gegenüber dem Gesagten folgen kann. Dies kann sich äußern in Kopfnicken, Verständnis äußern, sich einverstanden erklären mit seinem Gegenüber.

Wenn es gut geht, also eine gute Begrüßung, eine positive Abstimmung da ist, dann ist es recht einfach, "ja" zueinander zu sagen. Hieraus entsteht eine Ja-Reihe von Kontaktmomenten, Beziehungsaspekten: "Ja, ich finde es schön, bei dir zu sein, Ja, ich finde es interessant was du zu erzählen hast, erzähl' mir noch mehr".

Wenn der Empfänger diesen Kontakt nicht aufrechterhalten will, "nein" sagt oder wegsieht dann muß man diesen Kontakt, diesen Versuch abbrechen: "Wir können heute nicht miteinander reden, also trennen wir uns für heute".

### In der Familie

Wenn man sich zu zweit austauscht, miteinander kommuniziert, kann man sich bequem immer wieder neu aufeinander einstimmen. Wenn allerdings mehr Menschen hinzukommen, z.B. in einer Familie, ist es erforderlich, daß jemand da ist der auf die Verteilung der Gesprächsanteile achtet, so daß jeder an die Reihe kommen kann. Beispielsweise beim Gespräch bei Tisch sind die Eltern dafür verantwortlich, darauf zu achten, daß jeder an die Reihe kommt. Es ist in diesen Situationen wichtig, daß die Erwachsenen darauf achten, daß allen Familienmitgliedern die gleiche Aufmerksamkeit zuteil wird und somit jeder die Gelegenheit erhält, sich am Gespräch zu beteiligen. In einer Familie sind es sowohl häufig die Kinder, die die Initiative zu einem Kontakt aufnehmen als auch die Eltern, da sie ihren Kindern so helfen, neues zu lernen. Wichtig ist, daß die Eltern gut aufpassen und dem folgen, was die Kinder tun und somit zustimmend auf die Initiativen und Handlungen ihrer Kinder reagieren: "Das ist eine gute Idee. Ja, ich habe gesehen, was du machst. Soll ich dir vielleicht helfen?" usw. Somit ist es also die Aufgabe der Eltern, zu unterstützen, zu folgen, zustimmend zu benennen, den Kindern zu helfen, alle täglich anfallenden Dinge erfolgreich zu üben. Es läßt sich leichter lernen, wenn der Kopf entspannt ist, wenn man selbst ganz entspannt ist, wenn eine angenehme Atmosphäre herrscht.

In einer Familie, in der eine negative Atmosphäre herrscht, in der die Kinder auf eine negative Art und Weise den Kontakt bzw. die Hilfe fordern, ist es also wichtig, daß die Eltern doch freundlich, nicht gereizt auf diesen Hilfeschrei eingehen. Dies ist zu vergleichen mit dem Baby, das auch häufig mißgestimmt ist, oft weinen muß, sehr stimmungslabil ist. Es bekommt trotzdem zustimmende Bemerkungen von seinen Eltern zu hören. Es wird nicht mit dem Baby geschimpft, so oft es auch weinen mag, Hunger hat, eine neue Windel haben muß oder einfach nur Kontakt haben