

In dieser erweiterten Version von Myriam Gaumanns Artikel zeigt die Autorin am (fiktiven) Beispiel von Josh, wie Seelsorge an Kindern praktisch aussehen kann.

„Du, ich hab da ein Problem ...“

Seelsorglich mit Kindern reden

Josh hat ein Problem. Jemand sollte seelsorglich mit ihm reden. Aber wer eignet sich eigentlich dafür, ein solches Gespräch zu führen? Wie schaffen wir in unserem Kindergottesdienst ein Umfeld, in dem es uns auffällt, dass ein Kind Hilfe braucht – und eins, das es ihm leicht macht, um Hilfe zu bitten? Und wie gehen wir mit dem um, was Josh erzählt? Die erfahrene Kinderseelsorgerin Myriam Gaumann gibt Antworten und Tipps.

Wenn ein Kind beim Spielen draußen hingefallen ist und sich verletzt hat – dann läuft es zu seinen Eltern oder Großeltern, um sich trösten und verarzten zu lassen. In der Regel wird dann die Wunde gereinigt und eventuell mit einem Pflaster versorgt. Das Kind sucht sich jemanden, der gerade zur Stelle ist, dem es vertraut beziehungsweise dem es Hilfe zutraut.

Dieses Verhalten ist vergleichbar damit, wie Kinder sich Hilfe bei Problemen und Sorgen suchen oder anbieten lassen. Sie brauchen vor allem die Möglichkeit zum Drüberreden mit einem Gegenüber, das einfühlsam zuhört. Wie bei dem verletzten Kind, das sich das Knie aufgeschlagen hat, braucht es hier eine Reinigung – der Dreck muss raus. Als Seelsorger dürfen und sollen wir die Wunde sehen und sie benennen. Es müssen Sonne und Luft ran: Unsere Zugewandtheit zeigt dem Kind, dass es uns wichtig ist. Wir geben ihm Gelegenheit, „sich Luft zu machen“, also über seine Sorgen zu reden, statt alles in sich hineinzufressen. Mit einem „Pflaster“ schützen wir es vor äußeren Einflüssen. Wir als Ersthelfer müssen vertrauenswürdig sein, dürfen nichts weitererzählen. Gemeinsam mit dem Kind überlegen wir, wie es sich schützen kann und was es von uns braucht.

Im Prinzip kann jeder Mitarbeiter, der ein Herz für „seine“ Kids hat, ein Ansprechpartner oder Seelsorger sein. Aber oftmals reagieren wir in einer solchen Situation intuitiv und spontan oder wissen gar nicht, was wir sagen sollen.

Josh hat Probleme in der Schule. Er wird wegen seiner uncoolen Klamotten und schlechten Noten immer wieder gehänselt und ausgeschlossen. Außer ihm gibt es noch vier kleinere

Geschwister, die Joshs Mutter sehr stark fordern. Sein Vater macht oft Überstunden und ist häufig tagelang auf Montage. Dadurch hat er fast keine Zeit für seine Familie, denn wenn er mal zu Hause ist, möchte er Ruhe haben und entspannen. Von Josh erwartet er, dass er den Ärger mit seinen Klassenkameraden selbst regelt, nach dem Motto: „sich nichts bieten lassen“, „sich durchsetzen“, „alles halb so schlimm“. (Diese Situation ist den Kindermitarbeitern nicht in vollen Ausmaß bekannt.)

Folgendes passierte dann in den letzten Gruppenstunden: Josh kam für gewöhnlich mit großer Begeisterung – man merkte, es machte ihm viel Spaß. In der letzten Zeit war er allerdings etwas ruhiger und beteiligte sich weniger am Programm. Letzte Woche, bei einem Geländespiel, musste jemand unter einem Hindernis durchkriechen. Die Gruppenmitglieder forderten Josh auf, diese Aufgabe zu lösen – da er ja sowieso eine alte Hose trug. Bei dieser Aktion blieb Josh an einem Ast hängen und riss sich die Hose auf. Die Gruppe feuerte ihn an, er solle sich beeilen. Einige aus der anderen Gruppe lachten schadenfroh. Josh geriet unter Druck, ärgerte sich über die anderen und über den Riss in der Hose, denn das würde zu Hause Ärger geben. Er tickte völlig aus und rannte weg.

1. Gesprächsgelegenheiten erkennen und schaffen

Damit ein Kind von seinen Sorgen und Problemen erzählen kann, müssen wir erst einmal eine vertrauensvolle Beziehung ermöglichen, Interesse am Einzelnen haben und das auch zu zeigen, zum Beispiel mit ...

- > einer Anfangs- und/oder Gebetsrunde („Wie war dein Tag?“, „Gibt es etwas, wofür wir beten können?“),
- > einem Gebets- oder Kummerkasten (gut auf Freizeiten),
- > Kleingruppenarbeit, die Nähe und persönliche Beziehung schafft,
- > biblischen Geschichten oder Themen, die Sorgen und Nöte ansprechen und ein Angebot zum Gespräch machen,
- > Mitarbeitertreffen, bei denen Mitarbeitende sich auf wertschätzende Art über die Kids austauschen und für sie beten,
- > gezieltem Nachfragen – manche Kids sind dankbar, wenn wir fragen, wie es ihnen gerade geht,
- > Beobachten: In welcher Umgebung leben die Kids? Auffälligkeiten können Signale sein,

- > Zeit nehmen: Beziehung aufzubauen braucht Zeit, Vertrauen muss wachsen.

Die Reaktion von Josh war für seine Verhältnisse eher ungewöhnlich. Steffen, einer der Mitarbeiter, der Josh aus der Kleingruppe der letzten Freizeit kannte, machte sich Sorgen und wollte nachhaken, was da eigentlich los war. Er bot an, Josh nach der Gruppenstunde nach Hause zu bringen. Auf der Fahrt fragte er ihn nach den Gründen für diesen Wutausbruch. Er gab Josh die Gelegenheit, seine Wut und die Gründe dafür rauszulassen. Josh blockte ab und ging „auf Tauchstation“. Steffen ließ ihn erst mal in Ruhe, wiederholte aber sein Angebot. Bei der nächsten Begegnung der beiden hakte Steffen noch einmal nach. Jetzt war Josh so weit und erzählte, wie es in der letzten Stunde zu diesem Aussetzer gekommen war. Nachdem er sich jetzt aus der Deckung gewagt hatte, brauchte er unbedingte Wertschätzung und bedingungsfreies Akzeptieren.

2. Dem Kind unbedingte Wertschätzung entgegenbringen und es bedingungsfrei akzeptieren

Allein die Tatsache, dass sich ein Kind uns im Gespräch anvertraut, hat große Wertschätzung verdient. Hier geht es in erster Linie darum, das Kind zu ermutigen, seine Situation zu schildern. Lösungen, Vorurteile, Erfahrungen aus der Vergangenheit, Gedanken darüber, was gut oder schlecht ist, sind fehl am Platz. Das Kind sucht zunächst einmal Verständnis und nicht Lösungen, Urteile oder Rezepte! Wenn das Kind Kritik äußert, darf diese vorsichtig hinterfragt werden. Das kann hilfreich sein, um an den Kern des Problems zu kommen.

Schon allein die Tatsache, dass Steffen Joshs erste Reaktion auf das Gesprächsangebot so stehen ließ und dann beim nächsten Treffen noch mal nachfragte, zeigte Josh, dass er ernst genommen wurde. Nun hörte Steffen ruhig zu und gab auch keine Kommentare oder Ratschläge zu Joshs Erzählung ab. Während des Erzählens von Josh merkte Steffen, dass noch viel mehr dahinter steckte. Um Josh besser zu verstehen, versuchte Steffen, sich in dessen Situation hineinzuversetzen.

3. Sich in die Situation des Kindes versetzen

Wir sollten versuchen, in die Erlebniswelt des Kindes einzutauchen. Wichtig dabei ist Folgendes: Es sind die Gedanken, Gefühle und das Erleben des Kindes – und damit nicht vergleichbar mit

den Gedanken, Gefühlen und Erfahrungen eines Erwachsenen. Es ist nicht ratsam, dem Kind Patentlösungen „überzustülpen“. Das kann zu Rückzug und Verschlussenheit führen.

Stattdessen dürfen Vermutungen über Gefühle formuliert werden: „Kann es sein, dass du dich ... fühlst?“, „Bist du jetzt ... traurig, sauer, wütend?“, „Wenn ich so was erleben würde, würde ich mich ... fühlen!“

Steffen versuchte, die scheinbare Banalität der zerrissenen Hose aus Joshs Sicht zu sehen. Durch Fragen wie: „Wie hast du dich denn in dieser Situation gefühlt?“ oder „Ich hatte den Eindruck, dass du ziemlich sauer warst – stimmt das?“ kam dann auch die Geschichte dahinter zum Vorschein. Josh merkte, dass ihn Steffen nicht mit platten Bemerkungen wie „Ist doch nicht so schlimm, mach dir nichts draus ...“ abspeisen würde ...

4. Das Kind mit seinen Empfindungen verstehen und akzeptieren

Bestimmte Verhaltensweisen können Signale für bestehende Probleme sein. Es gilt die Gründe für dieses Verhalten herauszufinden. Solange nur Symptome und Signale (zum Beispiel Bettnässen) bekämpft werden, kann das eigentliche Problem (zum Beispiel Angst vor Dunkelheit, schlimmes Erlebnis) nicht gelöst werden. Auch entwicklungsbedingte Verhaltensweisen (wie zum Beispiel Lustlosigkeit) spielen dabei eine Rolle.

Steffen hatte ja im Vorfeld schon eine Veränderung an Joshs Verhalten bemerkt und dessen Austicken dann als Anlass genommen nachzufragen. Gut, dass Steffen nicht ein spontanes „Ist doch nicht so schlimm ...“ zu der kaputten Hose von sich gegeben hatte – damit wäre er für Josh in die „Vaterrolle“ geschlüpft, und die Chance für ein wichtiges Gespräch wäre vergeben gewesen.

Natürlich hätte ihm im ersten Impuls so ein Satz über die Lippen kommen können – falls das passiert wäre, wäre es für Steffen aber auch dann noch möglich gewesen, sich hinterher für die spontane Äußerung zu entschuldigen. Die beste Reaktion in dieser Lage: Steffen hätte sein Gefühl äußern können, das dies für Josh ein Problem zu sein schien. Damit hätte wieder eine Brücke über die Mauer der Verschlussenheit geschlagen werden können.

Es war für Josh nicht leicht, von seiner Situation zu berichten. Dabei brauchte er von Steffen vor allem zwei Eigenschaften:

5. Geduld haben und zuhören lernen

Kinder brauchen Zeit, um Worte zu finden, Gefühle wahrzunehmen und sie benennen zu können. Wichtig ist, das Kind nicht zu drängen: Ganz praktisch kann das heißen, den Blick auf die Uhr zu vermeiden und bei vereinbarten Gesprächen vorher die Zeit festzulegen mit der Möglichkeit einen weiteren Termin zu vereinbaren. Als Einstieg in das Gespräch kann man ein „belangloses“ Alltagsthema (zum Beispiel Hobbys oder Schule) zum „Warmwerden“ wählen. Wenn das Kind dann zu erzählen beginnt, sind wir als aktive Zuhörer gefragt, das heißt, wir begleiten das Gespräch aktiv, etwa durch Kommentare wie „Ja“, „Ich verstehe“, „Hmm“ und so weiter. Wenn es nötig ist, können wir auch Verständnisfragen stellen: „Habe ich dich richtig verstanden?“ Bei Aussagen wie „Das war schwierig“ hilft es dem Kind oft, wenn eine Spiegelung des Gesagten erfolgt, zum Beispiel mit der Frage: „Was war schwierig?“ Durch solche Aussagen kommt das Kind noch mal ins Nachdenken und konkretisiert. Das Gespräch wird entschleunigt, und das Kind merkt, dass sein Gegenüber wirklich aufmerksam zuhört.

Steffen nahm sich Zeit und lud Josh auf ein Eis ein. In dieser lockeren Atmosphäre taute Josh auf, und als Steffen nachhakte, was ihn bei dem Geländespiel so verärgert hatte, erfuhr er mehr über die Hintergründe. Als von Josh der Satz kam: „Das hat mich total geärgert, dass ich wieder so 'ne Drecksaufgabe machen musste!“, fragte Steffen nach: „Was hat dich denn daran so geärgert?“ So konnte sich das Gespräch weiterentwickeln, und Josh tat es gut, mit Steffen zu reden und Verständnis zu erleben. Nachdem Josh Vertrauen gefasst hatte und seine Situation – und auch ansatzweise das, was in der Schule und zu Hause vorgefallen war – geschildert hatte, galt es nun, gemeinsam mit ihm nach Lösungen zu suchen.

6. Mit dem Kind gemeinsam nach Lösungen zu suchen

Hier sollten wir beachten, dass es um die selbst gefundene beziehungsweise selbst entwickelte Lösung geht. Vielleicht haben wir als Zuhörer schon mal ähnliche Erfahrungen gemacht, und wir haben gute Ideen, wie das Problem gelöst werden kann. Aber das Kind als Betroffenes muss aktiv werden, es braucht eine Lösung, die in seiner Situation und Umgebung realisierbar ist. W-Fragen sind hier hilfreich: „Was wünschst du dir?“, „Was würde dir helfen?“, „Welche Möglichkeiten hast du?“ und: „Was kann ich für dich tun?“

Steffen bot Josh an, mit ihm gemeinsam zu überlegen, wie er zukünftig einer solchen Situation begegnen könnte. Er fragte, ob und wie Josh auch in der Schule Hilfe finden könnte. Für die Jungschar vereinbarten sie, dass Steffen vorerst Josh unterstützen würde, indem er

Anspielungen auf seine Klamotten entschärfen und auch die anderen bei ähnlichen Spielen mehr in die Pflicht nehmen würde, ohne sich allerdings zu offensichtlich vor Josh zu stellen. Was die Thematik zu Hause und in der Schule betraf, hatte Steffen auch keine zündende Idee. Diesbezüglich machte er Josh nichts vor, sondern sagte ihm das ganz ehrlich.

7. Wahrhaftig und echt sein

Wir müssen nicht auf alles eine Antwort haben, dürfen auch unsicher, traurig, wütend und hilflos sein. Es hilft dem Kind nicht, wenn wir Sicherheit vorspielen – das wird es spüren. Bei schwerwiegenden Problemen sollten wir an eine Beratungsstelle verweisen. Eltern sollten nur mit dem Einverständnis des Kindes eingeweiht werden. Wenn wir uns als Mitarbeitende unsicher sind, wie wir dem Kind helfen können, sollten wir eventuell eine andere kompetente Person hinzuziehen. Hilfreich kann es auch sein, wenn wir dem Kind „eine Brücke für zu Hause bauen“, zum Beispiel mit der Frage: „Wem aus der Familie kannst du dich anvertrauen?“ Wichtig: Jede Weitervermittlung sollte nur mit dem Einverständnis des Kindes geschehen!

Steffen sagte Josh ganz offen, dass er spontan keine Idee habe, wie Josh die Schwierigkeiten zu Hause und in der Schule angehen könnte. Aber ihm fiel ein, dass eine andere Mitarbeiterin, eine Lehrerin und Mutter von zwei Kindern, Josh vielleicht mit ihrer Erfahrung helfen könnte. Er machte Josh den Vorschlag, darüber einmal nachzudenken – und wenn das in Ordnung wäre, könnten sie sich ja mal zu dritt treffen und gemeinsam weiterdenken. Zum Abschluss des Gesprächs versprach Steffen, dass er vorerst nicht mit anderen darüber reden würde, und bot Josh an, für ihn zu beten.

8. Gott als Seelsorger in Anspruch nehmen

In der Bibel finden wir viele Beispiele, wie Jesus seelsorgerlich mit Menschen umgegangen ist. Sie zeigen uns, wie wichtig es ist, dass wir von unserer „Macher-Mentalität“ wegkommen hin zur bescheidenen „Diener-Einstellung“. Konkret heißt das:

- > Wir bitten Gott immer wieder darum, dass er uns die nötige Liebe, das Verständnis, die Zeit, und die Weisheit für „unsere“ Kinder schenkt.
- > Wir dürfen aufgrund der Schweigepflicht zwar in der Regel nicht mit anderen über unsere Gespräche reden, aber Gott ist für uns immer ein Anlaufpunkt, um mit ihm zu reden, uns

zu entlasten und ihm die Sorgen der Kinder abzugeben. Wir sollten andere Christen und Freunde bitten, für unsere anstehenden Vorhaben (Kindergottesdienstarbeit, Freizeiten, Gespräche) im Gebet mit vorzubereiten und zu begleiten.

Der Theologe und Autor Professor Hans Joachim Eckstein hat diese Punkte in „Glaube und Erfahrung“ (Sexauer Gemeindepreis für Theologie, Heft 17, 2008) schön auf den Punkt gebracht: „Ein starker Glaube zeigt sich nicht am kraftvollen und selbstbewussten Auftreten, sondern in der Fähigkeit, sich Schwachen zuzuwenden, ohne sie zu erniedrigen, auf Fragende einzugehen, ohne sie zu belehren, Zweifelnde zu begleiten, ohne ihnen die eigenen Lösungen aufzuzwingen, Hilflösen so zu helfen, dass sie nicht noch hilfloser werden, Unsichere zu ermutigen, ohne ihnen ihre eigene Verantwortung abzunehmen.“

Myriam Gaumann hat viele Jahre als ausgebildete Telefonberaterin bei der „Nummer gegen Kummer“ mitgearbeitet, engagiert sich in der Gewaltprävention an Schulen und schult Gemeinde-Mitarbeitende in im Bereich „Seelsorge an Kindern und Jugendlichen“. Sie lebt in Siegen und ist Mutter von drei Kindern.

Auch hier bekommen Kinder Hilfe

- > **0800-1110333** Sorgentelefon für Kinder und Jugendliche e.V. („Nummer gegen Kummer“): www.nummergegenkummer.de
- > **0800-1201020** CHRIS – christliches Sorgentelefon: www.chris-sorgentelefon.de
- > **Telefonhilfe 147** Notrufnummer für Kinder und Jugendliche **in der Schweiz**
- > **147** Rat auf Draht – Notruf **in Österreich** für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen
- > **www.JoeMax.de** Christliche Internetseite des ERF für Kinder von 9-13 Jahren