

Ängste und Zweifel abbauen in der Elternarbeit

Selbstbewusst und professionell den Erwartungen der Eltern gegenüberreten ■ Diese ansteigenden Veränderungen in der Kita-Welt und die Veränderungen von Familiensituationen erfordern nicht nur ein flexibles Umdenken seitens der Erzieher und der Leitung, sondern erhöhen auch den pädagogischen Leistungsdruck und fördern viele Ängste bzw. Unsicherheiten zutage. Viele Erzieher werden immer ängstlicher, was das Thema Aufsichtspflicht und die Rechte des Kindes angeht und trauen sich oft gar nicht mehr zu handeln, aus Angst vor den drohenden Konsequenzen.



Christina Becker

Dozentin und Coach bei
Beratung.Training.Coaching
in Berlin

Grundsätzlich sind natürlich die Eltern die Experten für ihr Kind und so wollen/sollen sie auch behandelt und abgeholt werden. Eltern wollen das Kind bestmöglich auf das Leben vorbereiten und so kann beobachtet werden, dass Eltern verstärkt (fast schon krampfhaft) versuchen, ihrem Kind von Geburt an die bestmögliche Förderung mitzugeben.

» Eltern werden dadurch oft als nervig, schwierig, besserwisserisch und fordernd erlebt, was zu Konflikten in der Erziehungspartnerschaft führen kann.«

In Bezug auf die Erziehungspartnerschaft zwischen den Eltern und den pädagogischen Einrichtungen, verleitet es die Eltern aber oft, dabei über das Ziel hinauszuschießen und ihre eigenen Ansprüche an das pädagogische Fachpersonal weiter zu »delegieren«, damit auch in der Kita das Kind optimal betreut und gefördert wird. Eltern werden dadurch oft als nervig, schwierig, besserwisserisch und fordernd erlebt, was zu Konflikten in der Erziehungspartnerschaft führen kann.

In der 2015 publizierte Studie Stressbelastungen und Burnout-Risiko bei Erzieherinnen in Kindertagesstätten: Ergebnisse einer Fragebogenstudie (Quel-

le: © Georg Thieme Verlag KG Stuttgart) wurden 834 Erzieher zu ihren Arbeitsbedingungen, beruflichen Stressbelastungen und gesundheitlichen Belastungsfolgen befragt. Der Belastungsfaktor Eltern (Konflikte, zu hohe Ansprüche) landete dabei auf dem 2. Platz.

Genau genommen ist die Kita ein Dienstleistungsunternehmen und die Eltern somit die Kunden. Aber bedeutet dies auch ein völliges Eingehen auf die elterlichen Wünsche? Sollen die Erzieher den Eltern nach dem Mund reden und bloß keine Kritik üben? Sieht so eine professionelle *Kundenorientierung* sprich Elternarbeit aus?

Vertrauen in eigene pädagogische Expertise setzen

Denn auch wenn die Eltern die Experten für ihr Kind sind, so ist der Erzieher immer noch der Experte der Einrichtung, der eine große pädagogische Expertise besitzt und das darf er auch zeigen und vertreten!

- Warum trauen sich aber so viele Erzieher und auch Leitungen nicht, professionell und selbstbewusst Eltern gegenüber zu treten?
- Warum geben so viele Pädagogen »klein bei«?
- Warum lassen so viele Erzieher/Leitungen ihre Arbeit durch die Eltern bestimmen und beeinflussen?
- (Würden die Eltern auch beim Arzt sitzen und ihm sagen, wie er Blut abzunehmen hätte oder dass seine Behandlung so nicht korrekt sei und man als Patient besser wisse, wie es geht? Nein! Dieses Phänomen ist nur im pädagogischen Bereich zu beobachten.)

- Warum zweifeln so viele Erzieher an ihrer eigenen Professionalität?
- Warum fehlt der Mut zu einer klaren Positionierung?
- Warum lassen sich Erzieher so von ihren Ängsten leiten bzw. blockieren?

In meiner Arbeit als Kitaberaterin und Leitungscoach durfte ich schon viele Kitas und Leitungen begleiten und unterstützen. Ich bin jedes Mal schockiert festzustellen, wie oft genau diese »Warums« und Verhaltensmuster tatsächlich im pädagogischen Alltag vorkommen, wie viel »Macht« die Eltern heute haben bzw. ihnen seitens der Erzieher und der Leitung gegeben wird und wie massiv die Arbeit des Teams dadurch beeinflusst wird.

» Denn auch wenn die Eltern die Experten für ihr Kind sind, so ist der Erzieher immer noch der Experte der Einrichtung [...]!«

In die Opferrolle verfallen

In schwierigen oder problematischen Situationen (z.B. Schwierigkeiten in der Kommunikation mit Eltern) passiert es oft, dass der Mensch in eine Opferrolle fällt und somit nicht in der Lage ist, die Verantwortung für sich selber zu übernehmen. So ist das Abgeben der Verantwortung scheinbar positiv für denjenigen, denn das eigene Verhalten muss nicht überdacht werden und man bewahrt sich dadurch sein Selbstwertgefühl.

Allerdings tritt der Mensch somit auf der Stelle und gibt die eigene Macht ab, in dem er sich als Opfer ausliefert. So

sind es dann immer die Umstände oder andere Menschen (wie die »bösen« Eltern, die nervigen Kollegen, die anstrengenden Kinder, die »unfähige« Leitung, der Träger) die vermeintlich Schuld an der eigenen schrecklichen Situation sind.

Doch Schuldzuweisungen, Jammern und Klagen sind hier fehl am Platz, denn sie verhindern die Weiterentwicklung und führen zu Stagnation und Frustration und das macht auf Dauer krank.

» [...] geben Sie weniger Macht ab. Kein anderer Mensch darf dafür sorgen, dass es Ihnen schlecht geht, wenn Sie es ihm nicht erlauben.«

Behalten Sie die Macht über sich selbst

Machen Sie sich einmal klar, wie viel Macht Sie anderen Menschen über Sie in die Hand geben:

- Die Kollegin, die morgens an Ihnen vorbeirennst, ohne Ihnen guten Morgen zu sagen kann Ihnen den ganzen Tag vermiesen.

- Eltern, die nicht wahrnehmen, dass Sie jetzt gerade keine Zeit für ein Tür- und Angel-Gespräch haben, können ein Gefühl der Überforderung auslösen.
- Das Feedback eines Elternteils zu Ihrer pädagogischen Arbeit verärgert sie und beeinflusst Ihre Laune den ganzen Tag.
- Ein Kollege hat sich schon wieder krank gemeldet und sie sind trotz Schmerzen zur Arbeit gekommen ... im schlimmsten Fall verstärkt dies Ihre Schmerzen.
- Ihre Leitung trifft über Ihren Kopf hinweg eine Entscheidung, die Ihre Gruppe betrifft und löst somit Magendruck und Frustration aus.
- Ein Kollege hält sich nicht an Absprachen und Sie sind den ganzen Tag wütend.

Wollen Sie wirklich, dass andere Menschen so viel Macht über Ihr Denken, Fühlen und Handeln erhalten?

Wenn nicht, dann geben Sie weniger Macht ab. Kein anderer Mensch darf dafür sorgen, dass es Ihnen schlecht geht, wenn Sie es ihm nicht erlauben.

Machen Sie sich klar, dass Sie es selber zulassen, dass ein anderer Mensch Ihnen

so wichtig ist, dass Sie Energie verlieren und sogar Ihre Gesundheit gefährden um sich über ihn zu ärgern.

Sie können sich stundenlang über Situationen wie oben beschrieben ärgern und sich als Opfer fühlen und leiden aber ändern tun Sie damit nichts, Sie fügen nur sich selber Leid zu!

Seien Sie sich darüber bewusst, dass alles was passiert nur IHR persönlicher Auslöser ist, die Bewertung der Situation und wie viel negative Gefühle und Stress dabei entstehen bestimmen nur SIE alleine!

» Der Mensch kann nicht dauerhaft entgegen seinen eigenen Werten handeln, denn das verursacht Stress!«

Es ist IHRE persönliche Entscheidung, nichts in Ihrem Leben zu verändern, obwohl Sie vielleicht unzufrieden sind!

Diese Aussagen führen in meiner Arbeit mit den Teams am Anfang sehr oft zu Verärgerung und Konfrontation, doch bei genauerem Hinsehen und »Untersuchen« der jeweiligen Situation – beim Vorhalten des eigenen Spiegelbilds – wird den meisten klar, dass etwas an der Aussage stimmen könnte und das nur eine Veränderung der eigenen Verhaltens- und Denkmuster eine Lösung mit sich bringt.

Wir alle sind geprägt durch unsere Erziehung und unsere Erfahrungen, die wir innerhalb unseres Lebens erlebt bzw. gemacht haben. Uns wurden die verschiedensten individuellen Werte vermittelt, die unser Denken, Handeln und Fühlen lenken bzw. beeinflussen und die uns die jeweilige Situation wahrnehmen und bewerten lassen. Diese Bewertung ist stets subjektiv und so wird jede Person die Situation unterschiedlich bewerten, was zu Missverständnissen und Konflikten führen kann. Der Mensch kann nicht dauerhaft entgegen seinen eigenen Werten handeln, denn das verursacht Stress! Immer dann, wenn negative Gefühle entstehen, wurde einer der persönlichen individuellen Werte »verletzt«.

Mit dieser kleinen Übung können Sie reflektieren, ob die Bewertung jeder Situation, die bei Ihnen negative Gedanken und Gefühle auslöst, kor-

→ ANALYSIEREN SIE IHR EIGENES WERTESYSTEM

⇒ Welches sind Ihre drei wichtigsten Werte?

⇒ Überlegen Sie, was Sie denken, wie Sie fühlen und wie Sie handeln, wenn einer dieser Werte verletzt wird.

Beispiel:

Das Feedback eines Elternteils zu Ihrer pädagogischen Arbeit verärgert sie und beeinflusst Ihre Laune den ganzen Tag.

Situation/Auslöser (vollkommen wertfrei):

Ein Elternteil teilt seine Meinung mit.

Subjektive Bewertung:

- »Der Elternteil mischt sich in meine Arbeit ein.«
- »Woher nimmt der sich das Recht raus, meine Arbeit zu beurteilen?«
- »Das ist unfair, ich fühle mich ungerecht behandelt.«
- »Der hat keine Ahnung.«
- »Ich kümmere mich so um das Kind und es reicht den Eltern nicht.«
- »Mache ich keine gute Arbeit?«
- »Ich bin sauer, wütend, traurig.«
- »Ich bin verunsichert.«

Verletzter Wert:

Respekt, Gerechtigkeit, Dankbarkeit

Umwandlung:

Formulieren Sie positive Bewertungen/Botschaften wie z.B.:

- »Ich bin dankbar für den Hinweis, da es mir eine neue Sichtweise ermöglicht.«
- »Ich bin gut in dem was ich tue und vertraue darauf.«
- »Ich bin stark und selbstbewusst und darf das zeigen.«
- »Ich bin der Experte auf meinem Gebiet.«

Sagen Sie diese positiven Verstärkungen so oft es geht laut (oder leise) zu sich selbst!

→ IDENTIFIZIEREN SIE IHRE ENERGIERAUBER

Was ärgert mich? Wer ärgert mich? Worüber ärgere ich mich? Wodurch fühle ich mich schlecht? Worunter leide ich? (Ärgernis so genau wie möglich beschreiben)	Wie viel Energie kostet es mich? (Ihnen stehen insgesamt 100% Energie zur Verfügung, um zu funktionieren. Wie viel Energie raubt ihnen das Ärgernis davon täglich?)	Wie viel besser würde ich mich fühlen, wenn dieser Auslöser nicht existieren würde? (Auf einer Skala von 1–10: 1=ein ganz klein wenig, 10=unbeschreiblich besser?)	Was kann ich konkret tun, um mich nicht mehr zu ärgern? (Alle möglichen Maßnahmen notieren, auch wenn sie erstmal unrealistisch erscheinen!)

Durch das Aufschreiben/Visualisieren und das darüber nachdenken, wird sichtbar, wie viel Energie Sie umsonst abgeben und wie viel entspannter Ihr Alltag sein könnte. Sie beeinflussen auch hier wieder Ihr Unterbewusstsein, das setzt Energien frei und lässt Sie aktiv werden und nach Lösungen suchen.

rekt ist oder neu überdacht werden kann. Mit der positiven Umwandlung nehmen Sie den negativen Gedanken und Gefühlen die »Macht«, SIE entscheiden, dass Sie nicht in der negativen, energieraubenden Gedankenspirale verharren wollen und entwickeln durch die »Umprogrammierung« Ihres Unterbewusstseins ein neues Selbstwertgefühl.

» SIE entscheiden, dass Sie nicht in der negativen, energieraubenden Gedankenspirale verharren wollen [...].«

Am Anfang wird sich das Formulieren und das Vorsagen der positiven selbststärkenden Botschaften etwas komisch

anfühlen aber Sie werden sehen, je öfter Sie dies üben, desto leichter wird es Ihnen fallen und die negativen Gedanken weichen.

Fazit

In der alltäglichen Elternarbeit sollten Sie immer bedenken, dass Eltern auch nur Menschen mit Prägungen und Werten sind, die sie handeln lassen. So kann es sein, dass eine Mutter sich als Rabenmutter fühlt, weil Sie Ihr Kind so früh abgeben muss oder Konkurrenzgefühle, Eifersucht und Verlustängste die Eltern veranlasst Kritik zu äußern oder sogar aggressiv zu reagieren. SIE als Erzieher und Ihre Arbeit sind nicht schuld an diesem Verhalten – SIE sind in diesem Fall nur der Auslöser für die Reaktion der Eltern. Nehmen Sie die

Emotionen der Eltern wahr, signalisieren Sie Verständnis und lassen Sie sich nicht von Ihren eigenen Gedanken und Gefühlen leiten. Sie sind der Experte und dürfen selbstbewusst handeln. ■

→ **UND WENN GAR NICHTS MEHR HILFT – LÄCHELN SIE!**

Diese Übung ist wunderbar einsetzbar, um ganz schnell negative Gefühle zu minimieren. Ziehen Sie sich in eine ruhige Ecke zurück und lächeln (grinsen) Sie mindestens 30–60 Sekunden lang. Durch das Anspannen der Gesichtsmuskeln, wird das Glückshormon Serotonin ausgeschüttet und Stresshormone verschwinden. Es funktioniert wirklich, probieren Sie es aus! (Frei nach Vera F. Birkenbihl) Ich wünsche Ihnen für Ihre Arbeit ganz viel Spaß und Gelassenheit!

→ DISKUSSIONSFORUM

Wie sieht Ihr Kita-Alltag aus? Beschäftigen Sie derzeit akute Probleme und schwierige Situationen? Möchten Sie mir von interessanten Projekten aus Ihrer Einrichtung berichten? Ich interessiere mich dafür!

Teilen Sie mir Ihre Erfahrungen mit:
 ... per E-Mail: redaktion@kita-aktuell.de
 ... auf unserer facebook-Seite: www.facebook.de/kitaaktuell

Gerne können Sie auch meine Redaktionsprechstunde für den persönlichen Austausch nutzen:
 Tel. 0221-94373-7199 (Mi 14–15 Uhr).

Ich freue mich auf Ihre Meinung!
 Ihre Berit Schmelting

