

## **Anhang 4: Das Handbuch zum gewaltlosen Widerstand – Eine Anleitung für Eltern\***

Koautoren: Uri Weinblatt und Carmelit Avraham-Krehwinkel

### **Einführung**

Kinder sind sehr unterschiedlich. Das ist eine Binsenweisheit. Doch manche Eltern und Erzieher sehen sich bei ihrem Kind oder Jugendlichen einem Ausmaß an Dominanzbestreben, Aggression und selbstzerstörerischem Potenzial gegenüber, das sie auf eine besondere Weise herausfordert und an ihre Grenzen bringt. Diese Seiten zeigen sich beim Kind in einer langen Reihe von Verhaltensformen. Neben Provokationen, wütenden Ausbrüchen, riskanten und selbstzerstörerischen Akten, Gewalt gegen andere, sich selbst und irgendwelche Gegenstände, Schulabbruch, Schulschwänzen und so weiter, ist es vor allem die Neigung, aus der kleinsten Kleinigkeit einen heftigen und unversöhnlichen Machtkampf zu machen, die selbst die geduldigsten Eltern und liebevollsten Fürsorgern verwirrt und erschüttert. Das Gemeinsame an diesen Verhaltensweisen ist, dass das Kind die Haltung vermittelt: »Ich bin der Boss!«

Eltern haben dann das Gefühl, ihre Versuche und sogar die Vorschläge von professionellen Beratern gingen ins Leere und machen die Dinge eher noch schlimmer. In ihrer Verwirrung kann es sein, dass sie zwischen Nachgeben und Zurückkämpfen schwanken, doch beides führt nur zu weiteren Eskalationen. Unter diesen Bedingungen kommt das Zuhause, das ein sicherer Hort für die ganze Familie sein sollte, schließlich einem Schlachtfeld gleich. Selbst die kleinste Unstimmigkeit birgt das Risiko zu einer größeren Eruption.

Wenn ein solcher Zustand längere Zeit andauert, werden die Eltern erschöpft sein und nachgiebig werden. Es ist nicht verwunderlich, dass

---

\* Eine kürzere Form dieser Anleitung wurde von David Krehwinkel und Christoph Schmidt-Lellek übersetzt und erschien unter Autorenschaft von Haim Omer unter dem Titel »Prinzipien des gewaltlosen Widerstands – Anleitung für Eltern«.

sie dann die *Kapitulation* wählen, um ein wenig Ruhe zu haben. Allerdings zeigt uns die Erfahrung, dass die Erleichterung, die ein solches Nachgeben mit sich bringt, nur von kurzer Dauer ist. Man kann sehr schnell beobachten, wie die Kapitulation zu einer Überbordung der Forderungen des Kindes führt. Damit geht etwas sehr Wichtiges in der Familie verloren: die elterliche Präsenz, das Bewusstsein der Eltern ihren Platz in der Mitte der Familie zu haben und zu behalten – und so kann der Prozess der Machtkämpfe in der Familie sich verselbstständigen und immer mehr beschleunigen, ein Teufelskreis ist in Gang gekommen.

In einem solchen Teufelskreis wird das Verhalten des Kindes und der Eltern zunehmend schärfer, feindseliger, manchmal auch noch mehr gewalttätig. Wenn also das Kind etwas verlangt, und sein Wunsch nicht erfüllt wird, wird das Verhalten des Kindes eskalieren, es schreit vielleicht, tobt, droht und schlägt. Die Eltern reagieren dann meist auf zwei mögliche Weisen: Man unterscheidet zwei Arten von Eskalation (Steigerung des Teufelskreises):

- Sie versuchen, ihre Autorität mit Gewalt durchzusetzen. Eine Konfrontation dieser Art kann zu verstärkten Ausschreitungen des Kindes oder zu noch extremeren Forderungen führen. Dann spricht man von »wechselseitiger (oder symmetrischer) Eskalation«: Feindseligkeit, die Feindseligkeit fördert.
- Sie reagieren mit Nachgiebigkeit. Dann vermitteln die Eltern dem Kind die Botschaft, sie seien schwach und unfähig, seinen Ausbrüchen standzuhalten. Je stärker und mächtiger das Kind wird, können dann die Eltern umso schwächer werden. Wir nennen dies die »komplementäre Eskalation«: Feindseligkeit, die Kapitulation fördert.

Unglücklicherweise ergänzen sich beide Eskalationsarten. Wenn die Eltern nachgiebiger werden, fühlen sie sich zunehmend frustrierter und nähern sich so immer mehr einem unkontrollierten Ausbruch. Mit dem Stärkerwerden der Wutausbrüche gegeneinander und zunehmender Verängstigung steigt die Bereitschaft der Eltern zur Kapitulation, weil sie es nicht zum Äußersten treiben wollen. Kein Wunder, dass die Eltern in einer solchen Atmosphäre immer weniger in der Lage sind, ihre Liebe zu ihrem Kind auszudrücken oder überhaupt zu empfinden.

Der gewaltlose Widerstand, der in diesem Text beschrieben wird (manchmal hier als »GLW« abgekürzt), ist ein Weg aus dieser Falle.

## Der gewaltlose Widerstand

Gewaltloser Widerstand hat als Ziel, Sie zu befähigen, das destruktive Verhalten Ihres Kindes zu beenden, ohne eine Eskalation hervorzurufen. Wir definieren als GLW eine Reihe von Aktivitäten, die die Botschaft übermitteln: »Wir sind nicht länger bereit, diese Situation hinzunehmen, und werden alles in unserer Macht Stehende tun, sie zu ändern, ausgenommen dich physisch oder verbal anzugreifen.« Mit dem GLW meinen wir die absolute Enthaltung von jeglicher Art von verbaler oder körperlicher Gewalt. Des Weiteren meinen wir die absolute Enthaltung von allen Handlungen, die das Kind beleidigen oder demütigen sollen. Das Ziel des GLW besteht nicht darin, das Kind endgültig (und nun vielleicht auch noch besonders geschickt) zu besiegen, sondern darin, aus dem Kampf um Siegen und Besiegtwerden *auszusteigen* und stattdessen die Verbindung zum Kind wiederherzustellen und einen Zustand wiederzugewinnen, in dem die Eltern ihren Platz als Eltern und das Kind seine kindliche Rolle wieder annehmen können. Es soll eine häusliche Atmosphäre entstehen können, in der sich wieder Nähe und Liebe zum Kind zum Ausdruck bringen lassen.

### Prinzipien des gewaltlosen Widerstands

- Hartnäckigkeit und Standhaftigkeit auch gegenüber nachdrücklich oder erpresserisch gestellten Forderungen des Kindes.
- Die Bereitschaft, alles zu tun, um schädlichen Handlungen des Kindes vorzubeugen.
- Die Bereitschaft, auf körperliche oder verbale Gewalt absolut zu verzichten, das heißt weder zu schlagen noch zu drohen, zu beschimpfen, beleidigen oder zu beschuldigen.
- Die Bereitschaft und Entschiedenheit, eine Lösung zu finden, in der das Kind sich weder gedemütigt noch besiegt fühlt.
- Die Bereitschaft, bei körperlichen Auseinandersetzungen sich nur zu verteidigen, das heißt Schläge abzuwehren und nicht zurückzuschlagen.

Der Zweck des gewaltlosen Widerstands ist es, Ihre Präsenz als Eltern im Leben Ihres Kindes wiederherzustellen. Wir glauben, dass eine

klare und feste elterliche Präsenz das Hauptmittel ist, eine gute Beziehung zu Ihrem Kind zu entwickeln. Die elterliche Autorität, die dadurch angestrebt wird, stützt sich nicht auf Macht oder Stärke, sondern auf die Entschlossenheit der Eltern, im Leben des Kindes präsent zu sein. Je mehr Sie ihre Präsenz etablieren, umso größer werden die Chancen sein, dass Ihr Kind seine zerstörerischen Muster aufgibt und der Dialog zwischen Ihnen wieder in Gang kommt.

Wenn Sie die nachfolgenden Schritte lesen, bedenken Sie bitte noch: Es handelt sich weniger um »Techniken«, mit denen Sie Ihr Kind besser erziehen können. Es geht eher um eine Haltung, vielleicht kann man noch besser sagen, um eine Fähigkeit. Fähigkeiten hat man nicht vom ersten Moment an voll zur Verfügung. Vielmehr erwirbt man sie durch Übung, anfangs gelingen sie mehr schlecht als recht, aber im Lauf der Zeit gelingt es immer besser, sie einzusetzen. Der erste Schritt besteht darin, dass Sie als Mutter, Sie als Vater sagen: »Ja, das ist eine gute Chance, unsere Probleme zu überwinden!« Dann beginnen Sie im nächsten Schritt, gewaltlosen Widerstand zu lernen. Ausdauer und Übung sind in dieser Phase zunächst wichtiger als schnelle Erfolge.

## **Das Wichtigste: Aus dem Teufelskreis aussteigen**

### **1. Sich nicht hineinziehen lassen – den Provokationen widerstehen**

Das Wichtigste und anfangs für Eltern auch Schwerste ist, sich nicht mehr in die eskalierenden Teufelskreise hineinziehen zu lassen. Schwer ist das vor allem, weil die Anlässe und »Einladungen« so zahlreich sind. Doch sollten unnötige Konfrontationen unbedingt vermieden werden. Wenn Sie entschieden sind, aus dem Teufelskreis auszusteigen, heißt das ja noch lange nicht, dass das Kind seinerseits ebenfalls dazu bereit ist. Im Gegenteil, es wird ganz sicher, vielleicht anfangs sogar noch mehr als zuvor, die Konfrontation mit Ihnen suchen, eine Konfrontation, die zur »Alltagssprache« in Ihrem Haus geworden ist. Das liegt nicht etwa daran, dass das Kind »schlecht« wäre oder eine »psychische Störung« hätte. Es hat einfach *Eskalationsgewohnheiten* entwickelt. Es hat gelernt, dass, wenn es nicht bekommt, was es will, es dies vielleicht durch extremeres Benehmen kriegen kann.

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass auch viele Eltern solche Eskalationsgewohnheiten entwickelt haben. Auch sie neigen manchmal dazu, die Konflikte mit dem Kind unter dem Aspekt »Wer ist hier der Boss?« zu sehen, auch sie haben manchmal eine »schwache Sicherung«, die es ihnen schwer macht, in einer Konfliktsituation ruhig zu bleiben und nicht die Kontrolle zu verlieren. Eltern, die sich häufiger in Auseinandersetzungen mit ihren Kindern hineinziehen lassen, neigen dazu, viel zu reden, zu predigen, zu diskutieren, zu drohen, zu entschuldigen, zu rechtfertigen, zu schreien, sich zu revanchieren bis hin zu körperlicher Gewalt. Jede dieser Reaktionen bedeutet ein Hineingezogenwerden und stellt damit einen Beitrag zur Eskalation dar. Am Ende setzt das Kind seinen Willen durch. Sie bleiben wütend und erschöpft zurück, der Konflikt hat sich verschärft. Häufig führen Ihre Versuche, zu erklären, zu überzeugen, zu predigen und zu debattieren, zu einem totalen Ignorieren seitens des Kindes. Das Kind antwortet Ihnen nicht und verlässt vielleicht sogar bei Ihrem Eintreten das Zimmer. Es spürt die Hilflosigkeit, die in dem endlosen Reden steckt, und nimmt weder die Rede noch den Sprecher ernst.

Das Drohen zeigt sich in Bedingungen, die in der Regel nach der folgenden Struktur geäußert werden: »Wenn du das und das machst, dann werde ich dies und jenes machen.« Drohungen führen besonders bei machtorientierten Kindern zu Gegendrohungen, verschärfen die Eskalation und vergiften das Klima. Daher ist es sehr wichtig, zu lernen, Provokationen zu widerstehen, Konfrontationen zu vermeiden und Abstand zu nehmen von allen Versuchen, zu argumentieren, zu moralisieren, zu drohen und anzuschreien.

### **Der erste Schritt**

*Vermeiden Sie auf jeden Fall, sich in Eskalationen hineinziehen zu lassen. Stellen Sie das »Predigen«, Erklären, »Sich-den-Mund-fusslig-Reden«, Drohen, Anschreien und Debattieren ein.*

Das muss nichts mit »Aufgeben« zu tun haben und auch nicht mit einer vielleicht bekannten Reaktion: »Ach, mach doch was du willst!« Denn das Prinzip, sich nicht hineinziehen zu lassen, wird ergänzt durch das Prinzip der verzögerten Reaktion und des Schweigens – und durch weitere Maßnahmen des gewaltlosen Widerstands.

## 2. Das Prinzip der verzögerten Reaktion und des Schweigens

Eine nützliche Art, unnötige Konfrontationen zu vermeiden und einer Eskalation vorzubeugen, ist das Prinzip der verzögerten Reaktion: Die Vorstellung, Sie müssten unmittelbar auf jede Forderung, Beschwerde, Anschuldigung oder Provokation von Seiten ihres Kindes reagieren, ist falsch. Es kann viel besser sein, sich darin zu üben, die eigene Reaktion zu verzögern. Mehr noch! Nehmen Sie sich Zeit, Ihre Erwiderung zu *planen*. Wenn Sie im Zweifel sind, ist es besser, still zu bleiben und nicht zu reagieren. Schweigen gewinnt Zeit für Sie, während das aggressive Kind »seine Munition verschwendet«.

Schweigen ist keine Unterwerfung. Wenn Sie wollen, können Sie Ihr Schweigen mit ein paar Worten einleiten, wie

- »Ich mag das nicht, und ich werde darüber nachdenken«, oder
- »Ich finde das nicht richtig, ich komme darauf zurück!«

Eine solche Aussage muss *ohne jede Andeutung einer Drohung* getroffen werden, sondern wie das Feststellen einer Tatsache. Wenn Sie das ein paar Mal tun, wird das Kind verstehen, dass Ihr Schweigen nicht das Ende der Angelegenheit ist, dass es also nicht gleichbedeutend mit einem Rückzug ist. Ihr Schweigen macht deutlich, dass Sie nicht länger bei der Einladung des Kindes zum Machtkampf mitmachen. Konstruktives Schweigen bedeutet: Sie bleiben still, aber Sie bleiben als Elternteil präsent. Das Schweigen macht ihm deutlich, dass Sie mit ihm nicht mehr kooperieren, dass Sie seine Einladungen zur Konfrontation nicht mehr annehmen. Sie wollen mit ihm eine andere Sprache sprechen, nicht mehr die Sprache des Predigens oder die Sprache des Besiegens. Um die neue Art des Redens mit dem Kind zu finden, muss das Schweigen erst gelernt werden. Das Schweigen bedeutet jedenfalls nicht, sich vom Kind zurückzuziehen oder den Kontakt mit ihm zu vermeiden.

### Der zweite Schritt

- *Schieben Sie Ihre Reaktion auf! Nehmen Sie sich Zeit, um Ihre Reaktion zu planen!*
- *Im Zweifelsfall bevorzugen Sie Schweigen und Nichtreagieren. Schweigen ist keine Kapitulation!*

An beide Prinzipien, das »Nicht-hineingezogen-Werden« und den »Aufschub«, sollten Sie in einer schwierigen Situation im Umgang mit Ihrem Kind denken. Wenn Sie merken, dass Ihre Geduld auf eine harte Probe gestellt wird, wiederholen Sie innerlich in aller Ruhe Sätze wie: »Ich lasse mich nicht hineinziehen ... ich lasse mich nicht hineinziehen ...«, »Ich widerstehe der Eskalation!«, oder »Ich schmiede das Eisen, wenn es kalt ist!« Dieses Vorgehen hilft, Angriffen gelassen standzuhalten. Mit dieser Einstellung können Sie es zulassen, dass die Angriffe Ihres Kindes sich erschöpfen.

Außerdem werden diese beiden Prinzipien ergänzt durch praktische Schritte, die Sie, die Familie und das Kind vor extremen Verhaltensformen schützen. Diese Einstellung hilft auch, mit den beiden Gefühlen umzugehen, die Eltern oft dazu bringen, entweder nachzugeben oder zurückzuschlagen, nämlich Verzweiflung und Wut. Verzweiflung verleitet dazu, Frieden und Ruhe zu erkaufen, gleich zu welchem Preis. Wut verführt, in gleicher Weise wie das Kind zu reagieren. Im Gegensatz dazu gibt die gewaltlose Bereitschaft, Angriffe auszuhalten und ihnen zu widerstehen, Ihnen die Möglichkeit, mit gewaltlosem Widerstand stark zu bleiben.

### Die Ankündigung

Wenn Sie sich erst einmal für gewaltlosen Widerstand entschieden haben, ist es hilfreich, Ihre Absichten dem Kind auf klare Weise zu übermitteln. Sie sagen ihm, dass Sie sein augenblickliches Verhalten nicht mehr hinnehmen können und dass Sie nicht länger allein bleiben, sondern die Menschen um Sie herum über die Situation informieren und um ihre Hilfe bitten werden. Damit legen Sie die »Karten auf den Tisch« und sind damit in einem moralischen und praktischen Vorteil. Denn Sie wissen, auch wenn Ihr Kind Sie beschuldigt, es anderen gegenüber »verraten« zu haben, dass Sie sich von vornherein erklärt haben. Das trägt dazu bei, dass Sie sich im Bewusstsein fühlen, das Richtige getan zu haben. Die Ankündigung symbolisiert einen Wendepunkt für die ganze Familie. Von diesem Augenblick an sind Sie sich selbst verpflichtet, Ihrem Ehepartner, den Helfern und Ihren Kindern, ja auch dem gewalttätigen Kind gegenüber.

## Form und Zeitpunkt der Ankündigung

Die Ankündigung sollte zu einem relativ ruhigen Zeitpunkt gemacht werden und in einem klaren, aber keinesfalls drohenden Ton. Es ist besser, wenn der Elternteil, der bis zu diesem Zeitpunkt eine eher nachgiebige Haltung gegenüber dem Kind eingenommen hat, die Ankündigung ausspricht. Das übermittelt die Botschaft, dass sich die Eltern in der Angelegenheit einig sind und dass sich schon etwas verändert hat. Es ist auch durchaus eine gute Idee, die Ankündigung von einem beschriebenen Blatt abzulesen. Wenn nämlich das Kind sich weigert zuzuhören oder den Raum verlässt, kann das Blatt ausgehändigt werden. Von einem Dokument abzulesen, verleiht der Ankündigung eine formale Wertigkeit, die durchaus nicht nachteilig für den gewünschten Effekt ist.

Wenn Sie fürchten, das Kind könne mit Gewalt reagieren, laden Sie eine dritte Person als Anwesende ein (Freund oder Verwandte). Das wird das Gewaltrisiko mindern. Wenn es zu der Zeit keine Kommunikation zwischen Ihnen und dem Kind gibt, finden Sie eine dritte Person als Vermittler. Diese Person wird dann dem Kind in Ihrem Namen die Ankündigung mitteilen.

## Die Reaktion des Kindes auf die Ankündigung

Es ist durchaus möglich, dass das Kind auf die Ankündigung mit Gleichgültigkeit, Verachtung oder Aggression reagiert. Sie sollten mit Schweigen auf jegliche feindselige Erwiderung reagieren. Das entschlossene Schweigen als Antwort auf Provokationen wird Ihr Verhalten gegenüber dem Kind von nun an bestimmen. Sie sollten auch allen Versuchen, Sie über die Ankündigung in eine Debatte zu ziehen, widerstehen. Am schwierigsten kann es sein zu erleben, dass das Kind zu weinen beginnt. Vielleicht ist dies der Ausdruck dessen, dass es spürt, Macht zu verlieren. Wenn es sich in dem Moment persönlich abgelehnt fühlt, können Sie ihm entsprechend sagen, die Ankündigung richte sich nicht gegen das Kind, sondern gegen die Gewalt – und dass Sie daran interessiert sind, wieder eine gute Beziehung zu ihm zu bekommen.

Was auch immer das Kind tut, lassen Sie sich zu dem Zeitpunkt nicht dazu bringen, die Ankündigung zurückzunehmen oder über Teile davon zu diskutieren und sie abzuändern.

## Der Inhalt der Ankündigung

Suchen Sie eine kleine Anzahl von Verhaltensweisen heraus, die für Sie überhaupt nicht akzeptabel sind. Erwähnen Sie nur diese in der Ankündigung, indem Sie sie genau auflisten. Verwenden dabei eher eine Sprache »objektiver Tatsachen« als eine verurteilende oder bewertende Aussage. Sagen Sie also zum Beispiel nicht: »Wir können deine Grausamkeiten nicht dulden!« Sagen Sie lieber: »Wir können nicht dulden, dass du deine Schwester und deine Mutter schlägst!«

Ein Beispiel als Vorschlag:

»Gewalt hat das Leben für uns unerträglich gemacht. Wir können und wollen nicht länger so leben. Wir werden alles tun, die Situation zu verändern – ausgenommen dich körperlich oder mit Worten anzugreifen. Zu diesem Zweck haben wir entschieden:

- Wir werden ständig in deinem Leben anwesend sein.
- Wir werden nicht länger mit dem Problem allein bleiben, sondern wir werden uns an Verwandte und Freunde wenden, ihnen offen erzählen, was hier vor sich geht, und sie um ihre Hilfe und Unterstützung bitten.
- Wir werden mit Entschlossenheit gegen folgende Verhaltensweisen angehen: ... (Hier einzelne, konkrete Vorkommnisse nennen.)
- Wir haben nicht die geringste Absicht, dich zu unterwerfen oder Herrschaft über dich zu gewinnen. Im Gegenteil, wir sind an einer guten Beziehung zu dir interessiert.
- Diese Botschaft ist keine Drohung, sondern ein Ausdruck unserer Pflicht als Eltern und Menschen.«

## Das Sit-in

Eine der einfachsten und klarsten Realisierungen gewaltlosen Widerstands ist das Sit-in. Es ermöglicht Ihnen, Elternpräsenz ohne Eskalation oder Kontrollverlust zu zeigen. Es dient dazu, Ihrem Kind zu vermitteln, dass Sie nicht bereit sind, mit seinen ständigen gewaltvollen Verhaltensweisen zu leben.

Gehen Sie in das Zimmer des Kindes, wenn es sich dort befindet – zu einem Zeitpunkt, den Sie ausgesucht haben. Das Eintreten soll nicht

unmittelbar nach einer aggressiven Auseinandersetzung oder gewalttätigen Handlung stattfinden, sondern mehrere Stunden oder sogar einen Tag später. Diese Verzögerung trägt dazu bei, eine Eskalation zu vermeiden (»Das Eisen schmieden, wenn es kalt ist!«). Wichtig ist die Planung des Eintretens. Nehmen Sie sich Zeit und Ruhe; Sie sollten nicht unter Zeitdruck stehen oder andere Angelegenheiten gleichzeitig regeln wollen. Schließen Sie die Zimmertür hinter sich und setzen Sie sich hin, sodass das Kind schlecht das Zimmer verlassen kann (z. B. der Vater sitzt vor der Tür).

Wenn Sie sich hingesetzt haben, sagen Sie ihm: »Wir können dein Verhalten nicht mehr ignorieren und wollen damit nicht mehr weiterleben.« Dann benennen und beschreiben Sie das jeweilige nicht akzeptierte Verhalten des Kindes (sagen Sie ihm ein oder zwei Beispiele): »Wir sind hereingekommen, um eine Lösung für das Problem zu finden. Wir bleiben hier sitzen und warten auf deinen Vorschlag, wie du dein Verhalten ändern willst.«

Danach bleiben Sie ruhig sitzen und warten auf den Vorschlag des Kindes. Die Vorschläge, die es eventuell macht, hören Sie sich ruhig an und wägen sie ab. Wenn das Kind mit Vorwürfen antwortet (»Mein Bruder ist der Schuldige, nicht ich!«), mit einem Verlangen (»Kauft mir einen Fernseher, dann höre ich auf!«) oder mit Drohungen (»Ich werde von zu Hause weglaufen«), lassen Sie sich nicht provozieren! Denken Sie daran, sich nicht hineinziehen zu lassen! Sagen Sie ihm, dass das keine Lösung ist, und bleiben Sie weiter ruhig sitzen. Vermeiden Sie jeglichen Vorwurf, alles Predigen, Bedrohen oder Diskutieren. Warten Sie ruhig und geduldig und lassen Sie sich in keinen Kampf hineinziehen, weder mit Worten noch körperlich. Entschlossenheit, Geduld und Ruhe vermitteln die Botschaft von Kraft und Stabilität.

Wenn das Kind einen positiven Vorschlag gemacht hat, selbst einen kleinen, stellen Sie ein paar klärende Fragen auf positive Weise, sagen Sie dann, Sie seien bereit, dem Vorschlag eine Chance zu geben, und verlassen das Zimmer. Hinterfragen Sie das Angebot des Kindes nicht voller Verdacht. Drohen Sie nicht damit, zu einem Sit-in zurückzukehren, wenn der Vorschlag nicht ausgeführt wird. Wenn das Kind schon bei einem vorherigen Sit-in denselben Vorschlag gemacht hat, könnten Sie antworten: »Du hast diesen Vorschlag schon einmal gemacht und er hat nichts gebracht. Wir brauchen jetzt einen Vorschlag, der wirksamer ist!« Wenn das Kind keinen Vorschlag macht,

bleiben Sie eine Stunde lang in dem Raum und gehen dann hinaus ohne irgendeine Drohung oder Warnung, dass Sie zurückkommen werden. Beim Verlassen können Sie sagen: »Wir haben noch immer keine Lösung.«

### Wichtige Gesichtspunkte

- Das Sit-in sollte zu einem ruhigen Zeitpunkt stattfinden und auf keinen Fall während einer Eskalation oder unmittelbar nach einer schweren Auseinandersetzung.
- Sie sollten vorher die für Sie günstigste Zeit einplanen, Sie sollten entspannt etwa eine Stunde zur Verfügung haben.
- Sie geben genau an, was Sie wollen, zum Beispiel: »Wir sind nicht länger bereit hinzunehmen, dass du deine Schwester schlägst, sie beschimpfst und sie lächerlich machst.« Allgemeine und verschwommene Ziele sind nicht hilfreich.
- Wenn Sie Sorge haben, das Kind könnte vielleicht mit Gewalt reagieren, kann es ratsam sein, ein oder zwei Personen im Haus zu haben (Freunde oder Verwandte), aber nicht im Zimmer. In solchen Fällen sollte man dem Kind sagen: »Da wir befürchten, dass du gewalttätig werden würdest, haben wir X als Zeugen eingeladen.«
- Wenn das Kind sich trotz des außerhalb des Zimmers befindlichen Zeugen gewalttätig benimmt, bitten Sie ihn hereinzukommen. Die Erfahrung aus Dutzenden von Fällen zeigt, dass die Anwesenheit einer dritten Partei fast unweigerlich die Gewalt beendet.
- Nach Beendigung des Sit-ins wird der Tagesablauf der Familie fortgeführt ohne Bezugnahme auf das Sit-in oder seine Ergebnisse.

Ihr Kind wird das Eintreten in sein Zimmer gar nicht mögen und es als Eindringen in seine Privatsphäre erleben. Im Folgenden zeigen wir einige übliche Reaktionen von Kindern sowie Hinweise, wie mit ihnen im Geiste gewaltlosen Widerstands umgegangen wird.

### Der Versuch, Sie hinauszutreiben

Das Kind wird versuchen, Sie aus dem Zimmer zu werfen mit Beschimpfungen wie: »Verschwindet hier, ich kann euch nicht ertragen.«

Es kann versuchen, Sie mit körperlicher Gewalt oder dem Werfen von Gegenständen hinauszubekommen. Wenn es versucht, eine verbale Eskalation zu initiieren, ist es wichtig, dass Sie schweigen oder sehr ruhig reagieren. Wenn das Kind Sie körperlich angreift, verteidigen Sie sich nur, indem Sie es festhalten. Wenn die Gefahr von Gewalttaten des Kindes besteht, sollte eine dritte Person zu dem geplanten Sit-in eingeladen werden, die vor der Tür oder im Wohnzimmer verweilt und die dann bei Bedarf als Zeuge ins Zimmer gerufen werden kann.

### Den Eltern Bedingungen stellen

Das Kind kann das Sit-in beenden wollen, indem es Bedingungen stellt wie »Ich werde tun, was ihr von mir verlangt, nur wenn ihr mir dies oder jenes kauft.« Antworten Sie darauf geduldig, Sie könnten einen solchen Vorschlag nicht akzeptieren. Danach schweigen Sie weiter.

### Das Ignorieren der Eltern

Durch diese Reaktion versucht das Kind, die Botschaft zu vermitteln, es sei von Ihrer Aktion weder beeindruckt noch beeinflusst. Es kann den Fernseher oder die Stereoanlage anschalten oder sich mit dem Computer beschäftigen. Das Gerät sollten Sie ausschalten, allerdings nur einmal. Wenn das Kind das Gerät wiederholt anschaltet, vermeiden Sie alle schon genannten Auseinandersetzungen. Bleiben Sie trotzdem weiter sitzen, doch schweigen Sie bis zum Ende der vorgenommenen Sit-in-Stunde. Beim nächsten geplanten Sit-in sorgen Sie dafür, dass die Geräte vom Stromnetz abgeschaltet sind, oder Sie nehmen die Maus vom Computer weg und so weiter. Das Kind könnte sich auch hinlegen und vorgeben zu schlafen. Wenn das geschieht, bleiben Sie einfach sitzen. Die Zeit vergeht sehr langsam, wenn das Kind so tut, als schliefe es! Selbst wenn es wirklich einschläft, sollte das Sit-in fortgesetzt werden. Das Einschlafen Ihres Kindes, während Sie im Zimmer sind, kann durchaus ein erstes Zeichen sein, dass die Beziehung sich ändert.

### Schreien und Peinlichkeit erzeugen

Durch Schreien und Lautwerden versucht das Kind, die Nachbarn oder andere auf sein »Elend« aufmerksam zu machen und sie sozusagen als Mitwirkende mit einzubeziehen. Wenn Sie eine solche Reaktion erwarten, informieren Sie die Nachbarn über Ihr Vorgehen mit dem Kind. In diesem Fall sollten Sie eine Kopie dieser Anleitung an sie weitergeben.

### Positive Vorschläge des Kindes

Jeder positive Vorschlag des Kindes, und sei es nur das Versprechen, sein Bestes zu versuchen, sollte akzeptiert werden. Beenden Sie das Sit-in und verlassen Sie das Zimmer. Machen Sie sich keine Sorgen, ob das Kind Sie »auf den Arm genommen hat«. Im Fall der Wiederholung des unerwünschten Verhaltens können Sie jederzeit ein nächstes Sit-in praktizieren – die Zeit arbeitet für Sie. Das nächste Mal muss natürlich ein neuer und besserer Vorschlag gemacht werden, bevor das Sit-in beendet wird. Wichtig ist zu bedenken, dass Kinder ihr Verhalten des Öfteren ändern, ohne einen konstruktiven Vorschlag während des Sit-ins gemacht zu haben. Denken Sie daran, dass das Hauptziel des Sit-ins ist zu zeigen, dass Sie als Mutter und Vater präsent sind. Sie sind an der Änderung des Verhaltens des Kindes interessiert, unabhängig davon, ob es einen Vorschlag gemacht hat oder nicht. Für das Kind kann es eine »Frage der Ehre« sein, keinen Vorschlag zu äußern und dennoch sein Verhalten zu verändern.

Das Sit-in hat das Ziel, das aggressive Verhalten des Kindes im Alltag zu verändern. Ziel ist nicht sein gutes Benehmen während des Sit-ins. Relevant ist nicht, ob das Kind Sie während des Sit-ins beschimpft, sondern ob es sein unerwünschtes Verhalten nach dem Sit-in ändert. Wenn Sie sehen, dass dies der Fall ist, ist ein weiteres Sit-in nicht notwendig. Wenn Sie der Ansicht sind, dass sich das unerwünschte Verhalten wiederholt, können Sie jederzeit ein weiteres Sit-in planen.

## Das Siegel der Geheimhaltung brechen: Unterstützer und Vermittler mobilisieren, öffentliche Meinung einbeziehen

Wenn es darum geht, sich mit extremen Verhaltensformen des Kindes auseinander zu setzen, ist es von großer Bedeutung, andere Leute in das einzubeziehen, was zu Hause passiert. Geheimhaltung ist eine der Hauptcharakteristika in Familien mit häuslicher Gewalt. Die Erfahrung lehrt, dass die Atmosphäre der Gewalt fortbesteht, so lange die Geheimhaltung aufrechterhalten wird. Viele Eltern empfinden es als notwendig, den Ruf der Familie zu schützen und zu vermeiden, dass das Kind stigmatisiert wird. Das kann jedoch die Familie von allen Quellen der Unterstützung abschneiden und sie ungeschützt und isoliert lassen. Die Geheimhaltung aufzubrechen und eine Unterstützung von außen zu mobilisieren, unterbricht den Kreislauf der Gewalt.

Halten Sie das Verhalten des Kindes nicht geheim. Erwecken Sie bei Ihrem Kind das Bewusstsein dafür, dass von jetzt an seine Taten und sein Verhalten den richtigen Namen bekommen werden, also Gewalt oder Nötigung. Solche Verhaltensweisen werden weder von Ihnen noch von Ihrem Bekanntenkreis weiter akzeptiert werden. Ihr Kind soll wissen, dass Sie Ihre Umgebung informiert haben. Versuchen Sie also, einige Personen in Ihre Sorgen einzuweißen. Sich Freunden und Verwandten zuzuwenden und sie am Geheimnis teilnehmen zu lassen, ist keine leichte Entscheidung. Sie mögen ernste Hemmungen überwinden müssen, um diesen Schritt tun zu können. Wenn Sie jedoch den Mut finden, es zu tun, werden Sie sehen, dass die Menschen positiv auf Ihre Bitte um Hilfe eingehen werden und dass Ihr Kind von der Unterstützung, die Sie bekommen, positiv beeinflusst wird. Ihr Selbstwertgefühl und die Sicherheit Ihrer Familie werden zunehmen. Die Leute, die Sie gewinnen, können auf verschiedene Weise helfen, indem sie eine Quelle der Bestätigung und Ermutigung sind, sie das Kind dem Druck der öffentlichen Meinung aussetzen und praktische Hilfe leisten und als Vermittler dienen.

Bitten Sie die Leute, die Sie informiert haben, per Telefon, Brief, E-Mail oder Fax persönlichen Kontakt mit dem Kind aufzunehmen. Es ist hilfreich, ihnen ein Exemplar dieser Anleitung zu geben, um zu vermeiden, dass sie in eine beschuldigende, moralisierende oder gar eskalierende Haltung dem Kind gegenüber geraten. Die Personen sollen dem Kind klar mitteilen, dass sie eine detaillierte Beschreibung seines Verhaltens bekommen haben und das vor ihm auch detailliert

wiederholen. Sie sollten ihm vermitteln, dieses Verhalten sei nicht akzeptabel. Wenn Gewalttaten (Ihnen, den Geschwistern oder Gegenständen gegenüber) vorgekommen sind, sollten sie dem Kind sagen, seine Tätlichkeiten seien »häusliche Gewalt« und somit ein Vergehen. Sie sollten ihm mitteilen, sie wollten die Eltern unterstützen und seien entschlossen mitzuhelfen, die Gewalt zu unterbinden.

Diese Eröffnungen machen dem Kind klar, dass das, was es tut, nicht länger im Privaten geschieht, sondern dass es Leute gibt, die die häusliche Situation kennen und bereit sind zu helfen. Vergessen Sie auch nicht, dass der Einsatz des geschriebenen Wortes eine eigene Kraft besitzt. Wenn Sie Verwandte oder Freunde haben, die weit weg wohnen, denen das Kind aber verbunden ist, können deren Telefonate, Faxe und Briefe eine starke Wirkung ausüben – manchmal mehr als ein Gespräch (beispielsweise ein »Brief aus Übersee«). Durch diese Maßnahmen wird das Kind verstehen, dass Sie nicht länger allein sind. In vielen Fällen ist dieses Wissen ausreichend, die Gewalt sichtlich zu verringern.

Das Einbeziehen Dritter außerhalb der Familie eröffnet zusätzliche Möglichkeiten. Eine davon ist die *Vermittlung*. In den meisten Fällen kann unter den Freunden und Verwandten jemand gefunden werden, der zu dem Kind einen guten Kontakt hat oder entwickeln kann. Diese Person kann Kompromisse vorschlagen, die das Kind zurückweisen würde, wenn sie direkt von den Eltern kämen. Der Vermittler kann dazu beitragen, das Kind davon zu überzeugen, von seinen extremen Positionen Abstand zu nehmen (z. B. nach Hause zurückzukehren, nachdem es unter Protest weggelaufen ist). Er oder sie trägt auch dazu bei, die Isolation des Kindes in der neuen Situation zu verringern. Besonders in Krisen (wenn das Kind sich verschließt, den Kontakt abbricht oder wegläuft) ist das Einbeziehen eines Vermittlers ein entscheidendes Mittel, eine Eskalation zu mindern. Auch die Freunde des Kindes und deren Eltern können als Vermittler in Frage kommen.

## Die Telefonrunde

Die Telefonrunde ist ein Weg, Elternpräsenz und gewaltlosen Widerstand zu entwickeln, wenn das Kind etwa zu spät nach Hause kommt, sich weigert, Ihnen zu sagen, wo es die Zeit verbracht hat, von zu Hause

wegläuft oder gar ganze Nächte außer Haus ist, ohne dass Sie wissen, wo. Die Telefonrunde besteht darin, systematisch eine ganze Reihe von Menschen zu kontaktieren, mit denen das Kind in Beziehung steht.

Die Telefonrunde bezweckt:

- elterliche Präsenz zu zeigen und Ihr Recht und Ihre Pflicht wiederherzustellen, das Kind zu beaufsichtigen,
- das Kind wiederzufinden,
- Gruppendruck zu mobilisieren, um das Kind zur Rückkehr zu bewegen,
- für die Rückkehr des Kindes zu sorgen.

Beachten Sie, dass die Rückkehr des Kindes nicht das Wichtigste von allem ist. Auch wenn es nicht oder nicht gleich nach Hause zurückkommt, haben Sie elterliche Präsenz und Ihren Widerstand wirkungsvoll zum Ausdruck gebracht und vor allem ein Unterstützungsnetz aufgebaut. Darüber hinaus vermittelt die Telefonrunde Ihrem Kind, dass es wahrgenommen wird und dass der Kontakt von Ihnen zu ihm nicht abbricht.

Die Telefonrunde durchbricht außerdem das Prinzip der Geheimhaltung. Das Kind bemerkt Ihre Entschlossenheit, Hilfe und Unterstützung von außen zu holen. Öffentlichkeitsdruck ist das zentrale Prinzip, auf dem der GLW basiert. Seien Sie nicht überrascht, wenn Sie feststellen, dass viele Eltern sich in der gleichen Situation befinden und Ihnen nicht nur Unterstützung anbieten, sondern auch lebhaftes Interesse zeigen.

Für die Telefonrunde bieten sich eine Reihe von Schritten an:

### Informationen sammeln

Sie fangen an, die Telefonnummern und Adressen von so vielen Freunden Ihres Kindes wie möglich herauszufinden, wie auch von seinen Bekannten und den Vergnügungsorten, die es häufig besucht. Das kann geschehen, indem Sie sich Schullisten ansehen, die Freunde Ihres Kindes freundlich um ihre Telefonnummern bitten, oder, falls Sie Sorge haben, dass Ihr Kind in illegale Aktivitäten verwickelt ist, auch die Telefonnummern, die im Handy Ihres Kindes gespeichert sind, aufschreiben. Sie mögen zu Recht unsicher sein, ob nicht einige dieser

Vorgänge extrem übergriffig sind. Lassen Sie sich von der Frage leiten, wie sehr Ihr Kind in Gefahr ist. Je größer diese Gefahr, umso mehr können Sie sich gerechtfertigt fühlen, in die Privatsphäre Ihres Kindes einzudringen.

### Anrufen

Die Telefonrunde beginnt, indem Sie nacheinander die Leute und Orte auf Ihrer Liste anrufen. Es ist wichtig, viele Nummern anzurufen, nicht nur die Stelle, wo Sie Ihr Kind vermuten. Sie wollen es nicht nur finden, sondern ihm auch die Botschaft der Elternpräsenz übermitteln. Direkt die Nummer seines eigenen Handys zu wählen, ist nicht wirklich hilfreich. Im Gegenteil, wenn Sie sich auf ein solches direktes Telefonat beschränken, erklären Sie gewissermaßen, dass Sie noch nicht bereit sind, Widerstand zu leisten.

Spät am Abend ist es nicht ratsam, die Telefonrunde durchzuführen. Sie können sie auf den nächsten Abend verschieben. Wenn das Kind protestiert und sagt, es sei schon zu Hause gewesen und es habe keinen Grund gegeben, es durch Telefonate vor seinen Freunden zu blamieren, können Sie antworten, Sie wollten nicht noch einmal so im Unklaren bleiben wie in der Nacht davor.

### Mit verschiedenen Personen sprechen

*Freunde des Kindes.* Stellen Sie sich den Freunden vor, sagen Sie, dass Ihr Kind nicht heimgekommen ist, dass Sie sehr beunruhigt sind und nach ihm suchen. Fragen Sie, ob der Freund es in der Schule gesehen hat, ob er etwas über seine Pläne gehört hat oder ob er irgendeine Idee hat, wo es sein könnte. Bitten Sie den Freund, dem Kind auszurichten, dass Sie beunruhigt sind und nach ihm suchen. Fragen Sie ihn, ob er versuchen kann, es zu überreden, Kontakt mit Ihnen aufzunehmen. Wenn es so aussieht, als ob der Freund bereit sei zu helfen, lohnt es sich, ein Treffen mit ihm zu vereinbaren. Ihr Unterstützernetzwerk schließt dann auch einige Freunde Ihres Kindes ein. Diese Freunde können als Vermittler dienen und so dazu beitragen, an entscheidenden Stellen eine Eskalation zu verringern. Selbst wenn der Freund nicht kooperativ ist, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass er Ihrem

Kind erzählt, dass Sie angerufen haben, und sei es nur um den Spaß des Stichelns zu haben: »Deine Eltern haben sich nach dir erkundigt, hihi!« Ihr Ziel ist natürlich nicht das Sticheln, sondern das Zeigen von Präsenz. In der Mitteilung des Freundes an Ihr Kind haben Sie ein klares Zeichen gesetzt: »Wir sind hier!« Am Ende der Unterhaltung mit dem Freund bitten Sie ihn, einen seiner Eltern ans Telefon zu rufen.

*Eltern der Freunde.* Stellen Sie sich noch einmal vor und fragen, ob sie Ihr Kind in jüngster Zeit gesehen haben. Bitten Sie sie, Ihr Kind nicht ohne Ihre ausdrückliche Erlaubnis bei sich übernachten zu lassen. Gelegentlich werden Sie die Erfahrung machen, dass die Eltern des Freundes anteilnehmend und freundlich reagieren. Dann lohnt es sich, ein Treffen mit ihnen zu verabreden. Elternnetzwerke, die auf diese Weise zustande kommen, bergen ein großes Potenzial. Diese Eltern können manchmal auch als Vermittler dienen. Sie sind besonders nützlich zum Erlangen von Informationen, wenn Ihr Kind von zu Hause fortläuft. Denn sie können dann ihr eigenes Kind ansprechen und ihm sagen: »Dies ist jetzt kein Spaß mehr! Sie ist abgehauen! Du musst den Eltern helfen, sie zu finden!«

*Besitzer von Freizeiteinrichtungen und Lokalen und deren Mitarbeiter.* Ihnen wird dasselbe wie Freunden und ihren Eltern mitgeteilt, und auch sie werden gebeten, die Nachricht weiterzugeben.

## Nachgehen und Aufsuchen

Nachgehen und Aufsuchen ist eine Art von »offenem Beschatten«. Diese Maßnahme zielt darauf ab, den Kontakt wiederherzustellen, wenn Ihr Kind versucht, sich der elterlichen Aufsicht zu entziehen oder fortzulaufen. Es zielt sowohl darauf ab, den Schaden aus fragwürdigen Aktivitäten, die außerhalb der elterlichen Aufsicht stattfinden, zu verhindern, wie auch dem schleichenden Prozess entgegenzuwirken, dass sich Ihr Kind mehr und mehr entzieht und absondert. Anstatt also auf den Versuch des Kindes, den Kontakt abzubrechen, so zu antworten, dass die Absonderung eher noch verstärkt wird (z. B. die Haustür abzuschließen oder nicht mehr mit dem Kind zu reden), zeigt das Nachgehen und Aufsuchen die Entschlossenheit der Eltern, den Kontakt aufrechtzuerhalten und präsent zu bleiben.

Wie bei anderen Maßnahmen des gewaltlosen Widerstands wird das Kind versuchen, die Aktion der Eltern zu unterlaufen. Es gibt vor allem zwei Arten dieser Reaktionen: den Versuch, einen Konflikt zu produzieren, und den Versuch, das Absondern zu vertiefen. Um diesen Reaktionen entgegenzuwirken, bleiben Sie standhaft in dem Entschluss, allen Provokationen zu widerstehen, und versuchen Sie, so viel Kontakt und Aufsicht wie möglich aufrechtzuerhalten. Denken Sie immer daran, das Allerwichtigste ist die dauerhafte Deeskalation; sagen Sie sich immer wieder: »Wir lassen uns nicht provozieren und werden nicht nachgeben!«

Nachgehen und Aufsuchen kann in den folgenden Fällen eine angemessene Antwort sein.

### Das Kind läuft von zu Hause fort

Kinder, die von zu Hause fortlaufen, versuchen gewöhnlich, einen Unterschlupf bei einem Freund oder einem Verwandten zu finden. Eine Alternative wäre, sich einer Gruppe von Jugendlichen anzuschließen, die sozial randständig leben. Obgleich Fortlaufen ein extremer Akt ist, wird das Kind wahrscheinlich bei Ihrer Ankunft nicht überrascht sein. Es weiß, dass Sie in ungewöhnlicher Weise auf sein ungewöhnliches Verhalten reagieren!

Das Kind kommt abends nicht wie verabredet nach Hause oder verschwindet für eine längere Zeit während des Tages

Anders als das Fortlaufen, das ein ungewöhnliches Ereignis ist und eine besonders stürmische Situation anzeigt, sind spätes Nachhausekommen und Verschwinden während des Tages eher normale Vorkommnisse. Kinder betrachten dieses Verschwinden als eine Art »Grundrecht«, eine Einstellung, die verstärkt wird, wenn die Eltern dieses Verhalten über eine längere Zeit nicht unterbunden haben. So kommt es, dass, gerade weil tägliches Verschwinden weniger extrem ist als Fortlaufen, das Kind sicherlich durch das Auftauchen der Eltern schockiert ist und mit größerer Intensität reagiert.

Das Kind hält sich in schlechter Gesellschaft auf

Schlechte Gesellschaft ist einer der sichersten Indikatoren von Verwahrlosung. Längere Zeiten, die ohne Aufsicht in einer solchen Gesellschaft verbracht werden, setzen das Kind dem Risiko des Drogenmissbrauchs, des Schulschwänzens oder kriminellen Verhaltens aus.

Wenn Sie das Kind finden,

- bitten Sie es, mit heimzukommen, und sagen Sie, dass Sie es nicht bestrafen werden,
- vermeiden Sie Streit. Wenn möglich, reden Sie nicht während der Zeit, die Sie mit dem Kind in seinem Versteck sind oder auf dem Nachhauseweg,
- vermeiden Sie jede Aktion, die zu einer Eskalation führen könnte (z. B. das Kind gewaltsam in das Auto stecken),
- »beschatten« Sie das Kind so lange wie möglich.

Denken Sie daran: Der Erfolg der Intervention liegt nicht in dem Nachhausebringen des Kindes, sondern darin, dass Sie Elternpräsenz demonstrieren und sich Ihrer Entscheidung versichern, die Aktivitäten Ihres Kindes zu beaufsichtigen. Auch wenn es nicht ins Auto steigt oder sich weigert mitzukommen, haben Sie erfolgreich Ihre Aufgabe als präsende Eltern wahrgenommen.

Wenn das Kind im Haus eines Freundes ist

Läuten Sie an der Tür und sagen Sie, dass Sie gekommen sind, um Ihr Kind mit nach Hause zu nehmen. Sagen Sie, dass Sie nicht die Absicht haben, das Kind zu bestrafen, aber dass Sie wollen, dass es mitkommt. Wenn Sie eine ausweichende Antwort bekommen oder das Kind sich weigert, an die Tür zu kommen, sagen Sie, dass sie auf es warten werden. Sie können den Freund oder seine Eltern fragen, ob es stört, wenn Sie im Haus warten. Wenn Sie nicht hineingebeten werden, läuten Sie alle zehn Minuten wieder und bitten Sie das Kind, mit Ihnen nach Hause zu kommen.

Wenn das Kind an einer Straßenecke ist, bei einer Party oder in einer Diskothek

Gehen Sie zu dem Kind und sagen Sie ihm, dass Sie möchten, dass es mit nach Hause kommt und dass es nicht bestraft wird. Versuchen Sie nicht, es mit körperlichem Nachdruck aus der Disko zu ziehen – ein blaues Auge könnte die Folge sein. Wenn es wegläuft (eine typische Reaktion, die etwa in 50% der Fälle als Erstes vorkommt), laufen Sie nicht hinterher. Nutzen Sie stattdessen die Gelegenheit, mit seinen Freunden Kontakt aufzunehmen, stellen Sie sich ihnen vor, erbitten Sie ihre Namen und Telefonnummern (Kinder geben einem oft ihre Nummer, wenn man sagt, es sei *nur für dringende Fälle*) und erklären Sie, warum Sie sich Sorgen um Ihr Kind machen. Wenn Sie das Gefühl haben, das sei unsinnig, weil es sich genau um die »schlechte Gesellschaft« handelt, die Ihr Kind oft aufsucht, erinnern Sie sich daran, dass nicht alle Jugendlichen gleich »schlecht« sind. Einige von ihnen sind sicher weniger »schlechte Gesellschaft« und können unter Umständen sehr hilfreich sein. Wenn die Jugendlichen sagen, Sie sollten sich keine Sorgen machen, denn sie täten alle dasselbe und es geschehe nichts wirklich Schlimmes, können Sie antworten: »Ich kenne mein Kind sehr gut, und ich weiß, dass es sich nicht gut beherrschen kann. Vielleicht seid ihr kontrollierter als sie.« Interessanterweise stimmen die meisten Kids dieser Beurteilung zu (die meisten glauben, dass sie über eine bessere Selbstkontrolle verfügen als andere). Oder, wenn Ihr Kind jünger ist als die anderen, könnten Sie sagen: »Es kann sein, dass ihr schon reifer seid. Meine Tochter ist erst vierzehn!« Diese Unterhaltung kann ein paar unerwartete Helfer für Sie einbringen. Ein paar dieser Kinder können eine bedeutsame Rolle als Vermittler spielen. In einer Reihe von Fällen, die wir behandelt haben, haben Freunde, die auf diese Weise gewonnen wurden, dazu beigetragen, dass das Kind nach Hause zurückgekehrt ist.

Wenn das Kind von zu Hause fortgelaufen ist und sich einer Gruppe gefährdeter Jugendlicher angeschlossen hat

In solchen Fällen sollten Sie sich darauf gefasst machen, dass Sie das Kind eine längere Zeit beschatten müssen. In einem unserer Fälle saßen die Eltern drei Tage in der Nähe des Strandes, wo die Jugend-

lichen lebten, bis ihre Tochter, die schon einen ganzen Monat nicht zu Hause gewesen war, sich entschloss, mit ihnen zusammen zurückzukehren.

In all den oben erwähnten Situationen kann es sich lohnen, einen Freund oder Verwandten mitzunehmen. Nachgehen und Aufsuchen erfordert erheblichen Mut, und Sie brauchen alle Unterstützung, derer Sie habhaft werden können. Die Gegenwart eines Dritten an Ihrer Seite kann auch beim Begrenzen des Eskalationsrisikos von Bedeutung sein, denn das Kind wird sich weniger extrem verhalten, wenn Sie jemanden dabei haben. Der Dritte kann vielleicht auch vermitteln; das Kind wird einen Vorschlag von einem anderen leichter akzeptieren können als einen von Ihnen.

### Der verlängerte Sitzstreik

Anders als das Sit-in dauert der verlängerte Sitzstreik ein paar Tage (gewöhnlich drei), wird in Gegenwart von so vielen Unterstützern wie möglich durchgeführt und erstreckt sich über das ganze Haus. Der Sitzstreik ist in der Folge besonders akuter Ereignisse angezeigt, wie wenn das Kind nach dem Fortlaufen nach Hause gebracht wird, wenn es seine Eltern zum ersten Mal schlägt oder wenn es von der Polizei bei kriminellen Handlungen gefasst wird.

Der Sitzstreik ist eine Art Übergangsritual, ein Ereignis, das anzeigt, dass das Leben an einem Wendepunkt angekommen ist, sodass die Situation nach der Zeremonie anders sein wird als vorher. Das Ritual ist ein Vorgang von symbolischer und praktischer Bedeutung. Eltern, Verwandte und Freunden reagieren anders auf das negative Verhalten des Kindes nach dem Streik.

### Die Vorbereitungen für den Sitzstreik

- Sich aller anderen Pflichten entledigen (einschließlich beruflicher Tätigkeiten).
- Die Teilnahme so vieler Freunde, Verwandten und Leuten, die mit dem Kind bekannt sind, wie möglich (z. B. Lehrer, Jugendgruppenleiter, die Freunde Ihres Kindes und deren Eltern und Ihre eigenen

Freunde und Verwandte). Eine mögliche Form der Einladung dazu könnte sein: »Wir bitten Sie um Ihre Hilfe. Es geht um eine unangenehme Sache, die sich in dieser Woche ereignet hat (hier folgt Ihre detaillierte Beschreibung dessen, was geschehen ist). Deswegen werden wir drei Tage lang zu Hause sitzen und Freunde, Verwandte und Menschen, die unser Kind mögen, einladen, uns zu besuchen und uns zu helfen, ein Lösung zu finden. Ihre Teilnahme ist uns sehr wichtig!« Wenn Zweifel am Sitzstreik von einigen der Eingeladenen geäußert werden, können Sie sagen: »Wir tun das, weil wir Angst haben, unser Kind zu verlieren. Wir versuchen, Gedanken zu entwickeln und Hilfe zu erlangen, bevor es zu spät ist!« Durch ihre Teilnahme werden die Menschen, die kommen, zu Zeugen und tragen dazu bei, dem Vorgang Gewicht zu verleihen; dadurch verstärken sie die Botschaft, dass die Dinge so nicht weitergehen können. Die Gäste können auch praktische Vorschläge machen und durch Vermittlung helfen.

- Einige Gäste kann man auch fragen, ob sie bereit sind, praktische Hilfe zu leisten (z. B. bei den Hausaufgaben zu helfen, einen Job für einen Jugendlichen zu organisieren oder ihn emotional zu unterstützen). Es wäre auch gut von den Freunden und Verwandten, wenn sie für die Familie etwas zu essen mitbringen oder für Sie in Ihrem Haus kochen. Etwas zu essen mitzubringen oder zuzubereiten ist eine sehr grundsätzliche Art, Unterstützung auszudrücken. Die Leute, die nicht kommen können, können gebeten werden, ihre Unterstützung dadurch auszudrücken, dass sie mit den Eltern oder dem Kind am Telefon reden oder dem Kind ein Fax schicken. Auf diese Weise können auch Verwandte teilnehmen, die weit weg wohnen.

Das Haus wird vorbereitet. Der Türschlüssel vom Zimmer des Kindes sollte herausgezogen werden, Nahrung für drei Tage ist vorzubereiten, der Empfang der Gäste muss arrangiert werden und Pläne sollten gemacht werden, wie man das Kind am Weglaufen hindern kann. Ein entscheidendes Element des Sitzstreiks ist ein möglichst umfangreiches Veröffentlichen. Der extreme Vorgang, der zu dem Sitzstreik geführt hat, bietet eine Rechtfertigung für den weit reichenden Bruch mit den alten Gewohnheiten des Geheimhaltens. Dieser Bruch ist der Anfang einer tief gehenden Veränderung in den Lebensumständen und trägt deshalb zur Effektivität des Streiks als Ritual bei. Der Bruch

der Geheimhaltung wird nicht nur einen tiefen Eindruck beim Kind hinterlassen, sondern auch bei Ihnen.

Die ganze Sache geht los, wenn das Kind und ein paar Helfer (zwei oder drei) anwesend sind. Es ist eine gute Idee, auch einen Freund des Kindes dabeizuhaben. Die Anwesenheit des Freundes hilft, eine Polarisierung gering zu halten, die sich entwickeln könnte, wenn nur Leute im Haus wären, die das Kind auf der Seite der Eltern sieht. Das Geschehen wird durch Ihre Ankündigung eröffnet: »Wir haben den Entschluss gefasst, einen dreitägigen Sitzstreik abzuhalten, um eine Lösung für die Lage zu finden, die durch das unglückselige Ereignis dieser Woche hervorgerufen worden ist. (Beschreiben Sie, was geschehen ist.) Während dieser Tage werden wir alle zu Hause bleiben und von verschiedenen Menschen besucht werden, die uns helfen wollen. Wir werden nicht arbeiten gehen und das Haus nicht verlassen. Du (das Kind) wirst mit uns zu Hause bleiben. Wir werden dich nicht ausschimpfen oder bestrafen. Wir sind an Bestrafung nicht interessiert. Das ist nicht unser Ziel. Unser Ziel ist, einen Weg für unsere Familie zu finden, wie wir aus dieser schwierigen Situation herauskommen können.« Wenn diese Botschaft nicht direkt übermittelt werden kann, bitten Sie einen Vermittler, sie an das Kind weiterzugeben.

Genau wie beim Sit-in sollten Sie dem Versuch des Kindes, aus dem Haus zu gehen, widerstehen, indem Sie vor der Tür stehen. Wenn es dem Kind gelingt hinauszugelangen, wird der Sitzstreik fortgesetzt und dabei die Telefonrunde massiv aktiviert. Wenn das Kind aufgespürt wird, kann ein Nachgehen und Aufsuchen erfolgen (durch einen der Eltern, der von wenigstens einem Helfer begleitet werden sollte). Gibt es nur einen Elternteil, ist es wünschenswert, dass wenigstens einer der Unterstützer zu Hause bleibt und das Sitzen mit den Gästen fortsetzt. Wenn das Kind sich weigert, mit der Familie oder den Besuchern zu reden, wird der Sitzstreik wie geplant fortgeführt, wobei die Besucher das Kind begrüßen, wenn sie ankommen, und »Auf Wiedersehen« sagen, wenn sie weggehen, oder eine schriftliche Botschaft hinterlassen. Es ist auch gut, wenn die Gäste dem Kind kleine symbolische Geschenke hinterlassen (wie Grußkarten, Blumen, Süßigkeiten). Kein Versuch sollte unternommen werden, mit dem Kind gegen seinen Willen Kontakt aufzunehmen. Wenn das Kind Sie des Zwangs, der Gewalt, der Demütigung oder des Verrats bezichtigt, sollten Sie (persönlich oder durch Vermittler) antworten: »Wir haben

nicht die Absicht, dich zu demütigen. Wir haben auch kein Interesse daran, dich zu unterwerfen. Wir handeln, wie wir es tun, weil wir nicht weiter mit dieser Situation leben können.« Besucher sollten die Ankündigung der Eltern so einfach wie möglich unterstützen. Wenn das Kind bereit ist, mit nur wenigen oder gar nur einer Person Kontakt aufzunehmen, sollten diese Personen als Vermittler wirken. Der Vermittler sollte versuchen, die Kluft zwischen dem Kind und den Eltern zu überbrücken, ohne einer der beiden Seiten Schuld zuzuschreiben. Alle Vorschläge des Vermittlers sollten mit den Eltern und Unterstützern besprochen werden und, wenn das Kind einverstanden ist, von ihm und jemandem, dem es vertrauen kann. Am Ende des Sitzstreiks sollte es nicht irgendwelche Drohungen oder Warnungen geben. Der Vorgang sollte schriftlich zusammengefasst und an alle Teilnehmer geschickt werden. Das ist kein Vertrag, den das Kind unterzeichnen muss, sondern die Schilderung des Rituals. Die Gäste werden gebeten, an den folgenden Tagen und in den nächsten Wochen nach dem Streik weiterhin die Familie und das Kind anzurufen.

Man muss durchaus nicht jedes Mal so massiv reagieren, wenn das Kind sich schlecht benimmt. Die Reaktion auf solche Vorkommnisse sollten die üblichen Schritte gewaltlosen Widerstands sein. Der Sitzstreik wird Ihnen jedoch ermöglichen, diese Schritte konsequenter und mit größerer Unterstützung zu verfolgen.

### **Befehlsverweigerung**

»Befehlsverweigerung« ist ein Mittel des gewaltlosen Widerstands, bei dem Sie als Eltern aufhören, Handlungen auszuführen, die Sie als erzwungen empfinden, und solche Handlungen wieder zu tun, die Sie als vom Kind verboten empfunden haben. »Befehlsverweigerung« verfolgt eine Reihe von Zielen:

- gegen die Gewohnheit »automatischen Gehorsams« anzugehen,
- das Bewusstsein für die vielen Dienste zu schärfen, die Sie erbringen oder zu erbringen Sie sich verpflichtet fühlen,
- Ihre Freiheit zu erweitern.

Während Sit-ins, Telefonrunden und Sitzstreiks eine passende Antwort auf außergewöhnliche Vorkommnisse geben wollen, ist »Befehls-

verweigerung« eine Antwort auf Routinesituationen (wie das Kind überall hinzufahren, Essen zuzubereiten genau zu dem Zeitpunkt und genau in der Art, wie es gefordert wurde, usw.). »Befehlsverweigerung« beabsichtigt, eine unerträgliche Situation zu erschüttern. Wir können annehmen, dass diese Situation sich im Lauf von Jahren entwickelt hat – in einem allmählichen und fast unmerklichen Prozess. In kleinen Schritten haben Sie es gelernt, jeder Laune Ihres Kindes zu folgen. In diesem Prozess ist Ihre Freiheit geschrumpft, während die Herrschaft Ihres Kindes unaufhörlich gewachsen ist. Je gehorsamer Sie gegenüber seinen Wünschen wurden, desto bedenkenloser wurde es gegenüber Ihnen. Wenn Sie anfangen, Befehle zu verweigern, werden Sie entdecken, dass die Lage nicht ohne Ihre Zustimmung fortbestehen kann. Ihnen wird bewusst, dass Ihre Zustimmung nicht freimütig gewährt wird, sondern von Ihrem Kind erzwungen ist mit direkten oder indirekten Drohungen. Ihre Absicht bei der Befehlsverweigerung ist nicht, Ihr Kind zu bestrafen, sondern Ihrem eigenen unterwürfigen Benehmen Einhalt zu gebieten und Ihre persönliche und elterliche Stimme zurückzugewinnen.

»Befehlsverweigerung« kann auf zwei Ebenen durchgeführt werden:

### 1. Dienste verweigern

Überdenken Sie alle Dienste, die Sie anbieten, und fragen Sie sich, welche Sie freiwillig durchführen und welche unter Zwang. Wie Sie sehen werden, ist dieses Überdenken nicht einfach, da die Formen des Zwangs subtil sein können und die Gewohnheit des Gehorchens so eingefahren, dass die Dienste für Sie selbstverständlich geworden sind. Einige Beispiele von Diensten, die Eltern zu verweigern sich entschlossen haben, sind: die Kinder zu Nachmittagsaktivitäten, Freunden, Vergnügungen, Privatstunden und so weiter zu fahren, Fast Food zu kaufen, Essen besonderer Art zu kochen und auf den Tisch zu bringen, für teure Vergnügungen oder fetzige Kleidung aufzukommen, Handys, Internetservices und Kabel-TV zu finanzieren oder dem Kind große Summen Geldes zu geben.

Einen Dienst zu verweigern, ist nicht mit einer Strafe gleichzusetzen. Beide Maßnahmen sind in ihren Zielen und Prozessen unterschieden, wie auch in den Botschaften die sie übermitteln:

– Die Verweigerung ist nicht als eine Erwiderung auf ein besonderes

negatives Verhalten gedacht, sondern ist die Folge des elterlichen Begreifens, dass die Dienste ein Ergebnis von Zwang sind. Wenn Sie einen Dienst verweigern, sagen Sie nicht: »Solange du dich so benimmst, werde ich es nicht tun!« Sondern lieber: »Ich habe gemerkt, dass ich mich schlecht fühle, wenn ich das tue, deshalb habe ich mir vorgenommen, damit aufzuhören.«

- Bestrafung zielt darauf ab, das Kind zu verändern, wohingegen das Verweigern von Diensten einen Wandel *der Eltern* bewirken soll, nämlich ihren automatischen Gehorsam zu beenden. Natürlich kann das Verweigern von Diensten auch das Verhalten des Kindes verbessern, aber diese Errungenschaft ist zweitrangig gegenüber der Veränderung der Elternpräsenz und des elterlichen Selbstwerts.
- Die Dienste werden nicht wieder aufgenommen, weil das Kind sich »gut benommen« hat. Aber die Eltern dürfen einige der Dienste wieder aufnehmen, wenn sie überzeugt sind, dass die Drohung ihres Kindes und ihr eigenes Gefühl des Gezwungenseins nicht mehr auftreten.

### 2. Tabus brechen

Fangen Sie damit an, sich die Bereiche in Ihrem Haus und in Ihrem Leben überhaupt zu vergegenwärtigen, auf denen ein Bann Ihrer Handlungsfreiheit liegt. Einige typische Arten von Bann sind: nicht das Zimmer Ihres Kindes zu betreten, keine Gäste einzuladen, Einschränkungen beim Säubern des Hauses oder beim Umräumen, nicht im Wohnzimmer fernzusehen, nicht ungehindert telefonieren zu können, nicht Fragen nach der Schule oder den Freunden des Kindes stellen zu dürfen oder deren Adressen zu erfragen. Wahrscheinlich haben Freunde und Verwandte seit Jahren beobachtet, dass Sie die Verbote Ihres Kindes akzeptieren, ohne mit der Wimper zu zucken. Oft lohnt es sich, das Tabu gerade in diesen Bereichen zu durchbrechen oder in Bereichen, in denen Sie befürchten, andere könnten das bemerken. Wenn Sie entschieden haben, auf welchen Bann Sie sich konzentrieren wollen, versichern Sie sich der Unterstützung Ihrer Verwandten oder Freunde oder sogar der Leute, die zuerst Ihre Aufmerksamkeit auf die Angelegenheit gelenkt haben.

Sie können damit rechnen, dass das Kind auf Ihren Versuch, Tabus zu durchbrechen, mit Drohungen, Gewalt und einer Welle von An-

schuldigungen reagieren wird. Reagieren Sie, indem Sie strikt den Prinzipien des gewaltlosen Widerstands folgen: Geben Sie nicht nach und widerstehen Sie allen Provokationen. Sie können auf den Versuch Ihres Kindes, Ihren Entschluss zu kippen, antworten, indem Sie Ihr Unterstützersystem herbeirufen und mit einer der oben beschriebenen gewaltlosen Maßnahmen reagieren.

Wenn Sie beginnen, Befehle zu verweigern, kündigen Sie Ihren Entschluss ruhig an und mit keiner versteckten Drohung oder dem Hinweis: »Ich bin der Boss!« Bieten Sie keine unnötigen Erklärungen an, rechtfertigen Sie sich nicht und argumentieren Sie nicht. Das alles würde zur Eskalation führen. Befehle zu verweigern, kann schnell und nachhaltig Ihr Selbstwertgefühl verbessern. Oft sagen Eltern, sie hätten »sich selbst endlich wiedergefunden«. Wenn Ihre Fähigkeit, Befehle zu verweigern, deutlich erkennbar ist, können Sie darüber nachdenken, ob Sie einige der unterbrochenen Dienste wieder aufnehmen. Dann ist es wichtig, sich zu fragen: »Bin ich mir sicher, dass ich mich nicht mehr bedroht oder gezwungen fühle?« – »Will ich diese Dienstleistung wieder auf mich nehmen?« – »Fühle ich mich frei, den Dienst erneut zu verweigern, wenn ich es will oder die Umstände sich ändern?« Bei all diesen Fragen sind *Sie* der Gegenstand der Befragung, nicht das Kind. Dienste wieder aufzunehmen, wie auch sie zu verweigern, hängt von Ihnen ab und soll Ihre Gefühle als Eltern und Individuen positiver werden lassen.

### Unverzichtbarer Bestandteil: Gesten der Versöhnung

Wenn eine Beziehung sich verschlechtert, werden oft als Erstes die wenigen noch verbleibenden gemeinsamen positiven Tätigkeiten eingestellt. Der Ärger ist zwischen Eltern und Kinder getreten: »Warum soll ich noch mit ihm Angeln gehen, wenn er sich so miserabel benimmt!« Dieser Abbau der »positiven Inseln« ist aber ein Teil der Eskalationsspirale, denn damit sinkt natürlich die Chance für das Erleben von »guten Zeiten« zwischen Eltern und Kind. Versöhnungsgesten sollen dazu beitragen, auch an dieser Stelle den Teufelskreis mit zu durchbrechen.

Versöhnungsgesten helfen, Ihre Beziehung zu dem Kind zu erweitern, denn die Beziehung sollte nicht auf den Konflikt zwischen

Ihnen beschränkt bleiben. Studien über die Eskalation zeigen, dass solche Gesten gegenseitige Aggressionen vermindern und die Beziehung verbessern. Sie helfen auch, dem Kind deutlich zu machen, dass der Kampf nicht gegen das Kind als Person geht, sondern nur gegen das beklagte Verhalten. Das hilft dem Kind, sein eigenes Misstrauen abzubauen, und eröffnet die Chance für eine Verbesserung der Beziehung. Versöhnungsgesten sind kein Geschenk und, sehr wichtig, *sie hängen nicht vom Verhalten des Kindes ab*. Es soll also gerade nicht eine »Belohnung für sein negatives Verhalten« sein, sondern ein Ausdruck Ihrer Bereitschaft, eine gute Beziehung zu ermöglichen, vielleicht auch, Ihre Liebe auszudrücken, während Sie gleichzeitig gewaltlosen Widerstand leisten. Versöhnungsgesten ersetzen dabei den gewaltlosen Widerstand nicht, sondern wirken parallel zu ihm.

Jede Aktion gewaltlosen Widerstandes sollte von Versöhnungsgesten begleitet sein.

### Einige mögliche Gesten

- Mündliche oder auch schriftliche Äußerungen, die Wertschätzung und Respekt gegenüber dem Kind, seinen Talenten und Fähigkeiten ausdrücken. Sie können sogar Ihren Respekt vor seiner Entschlossenheit und vor seinem Kampfgeist ausdrücken. Befürchten Sie nicht, das könnte das Kind in seinem Kampf gegen Sie bestärken. Im Gegenteil, wenn Sie dieser Eigenschaft Anerkennung zollen, machen Sie das Bedürfnis des Kindes, sie zu demonstrieren, überflüssig.
- Etwas Gutes antun wie eine Speise, die das Kind besonders mag, oder ein symbolhaftes Geschenk. Sie müssen darauf gefasst sein, dass das Kind die Wohltat ablehnt. Dann beschränken Sie sich darauf zu sagen, dass Sie diese Gabe für das Kind vorbereitet haben, aber dass es selbst entscheiden kann, ob es sie annehmen will oder nicht. Nie sollten die Zuwendung in teuren Geschenken bestehen (wie z. B. eine Reise ins Ausland) oder in etwas, was das Kind als Bedingung für besseres Benehmen gefordert hat. Eine Zuwendung mit besonders positiver Bedeutung ist es, etwas zu reparieren, das das Kind bei einem Wutanfall zerbrochen hat. Den Gegenstand zu reparieren wird dann zu einem Symbol für die Bereitschaft, die

Beziehung zu reparieren. Haben Sie keine Angst davor, das Kind könnte Sie als schwach ansehen: Ihr Absicht ist nicht, stark zu wirken, sondern Elternpräsenz zu zeigen. Etwas Gutes tun ist eine Art, das auf angenehme Weise zu tun.

- Eine gemeinsame Unternehmung vorschlagen. Sie könnten eine Wanderung anregen, einen Film anzuschauen oder eine andere gemeinsame Aktivität, die das Kind mag und vielleicht früher oft mit Ihnen unternommen hat. Denken Sie daran, dass das Kind das Recht hat abzulehnen, ohne dass das gegen es ausgelegt wird.
- Ein besonderer Typus von Versöhnungsgeste ist das Bedauern eigener gewalttätiger Reaktionen in der Vergangenheit. Einige Eltern haben dagegen Vorbehalte, weil sie fürchten, als schwach angesehen zu werden. Denken Sie daran, dass Versöhnungsgesten parallel zum gewaltlosen Widerstand durchgeführt werden. Darum ist eine Versöhnungsgeste niemals ein Zeichen von Unterwerfung, sondern eine positive Geste, die freiwillig erfolgt. Bedauern ist in diesem Fall etwas ganz anderes, als um Entschuldigung zu bitten. Sagen Sie: »Das und das Verhalten von uns sehe ich heute als Fehler, es tut mir Leid ... « – aber nicht: »Bitte verzeih es mir!« Denn dann geben Sie das Gesetz des Handelns wieder an das Kind. Auch wenn es Ihr Bedauern ablehnen sollte (»Mir doch egal!«), können Sie sagen, dass es Ihnen wichtig gewesen ist, das zu sagen: »Es ist dein gutes Recht, das nicht anzunehmen. Es ist uns wichtig, es gesagt zu haben, auch weil wir uns damit selbst verpflichten, nicht mehr gewalttätig zu sein!«

Es ist bei allen Versöhnungsgesten sehr wahrscheinlich, dass das Kind sie erst einmal zurückweist. Das kann einfach darauf hinweisen, dass Ihr Kind noch sehr wütend oder unversöhnlich ist oder dass es daran gewöhnt ist, alle Ihre Vorschläge ausnahmslos abzuweisen. Vielleicht fürchtet es auch, schwach zu erscheinen, wenn es sie akzeptiert. Versöhnungsgesten haben jedoch ihre Bedeutung, selbst wenn sie zurückgewiesen werden. Sie fangen an, Elternpräsenz auch auf positive Weise wiederherzustellen. Fahren Sie deshalb mit Versöhnungsgesten fort, ohne sie dem Kind aufzuzwingen. In einigen Fällen äußert das Kind laut seine Zurückweisung, während es im Stillen einen Hinweis der Akzeptanz gibt. So mag das Kind etwas verweigern, das die Mutter für ihn gekocht hat, aber die Speise verschwindet über Nacht aus dem Kühlschrank. »Offiziell« hat das Kind sich dann verweigert, aber das

Essen ist schon in seinem Magen und leistet dort eine gewisse »produktive Elternarbeit«.

## Schluss

Die Mittel des gewaltlosen Widerstands, die wir aufgelistet haben, verlangen Ihnen als Eltern erhebliche Kraftanstrengungen ab. Es ist eine besondere Kraft, die da gefragt ist, nicht die Kraft zu unterwerfen und zu besiegen, sondern die Kraft zu widerstehen und die eigene Stimme als Personen und Eltern wiederzuerlangen. Die Tiefe und das Ausmaß dieser Kraft können am besten verstanden werden, wenn man sich klar macht, dass hier nicht nur eine Sammlung von Techniken vorliegt, sondern eine Reihe untereinander verbundener Maßnahmen. Ja, auch eine bestimmte Haltung zu sich selbst und anderen Menschen ist damit gemeint. Wir wurden angeregt von dem Konzept des gewaltlosen Widerstands, wie er von Mahatma Ghandi und Martin Luther King erstmals in der Politik durchgesetzt wurde. Gewaltloser Widerstand entsteht nicht automatisch, während Sie ein Sit-in oder eine Telefonrunde durchführen. Die Wirkung<sup>6</sup> des Prozesses nimmt allmählich zu und liegt in der inneren Verbindung zwischen den Methoden, den Botschaften und den Einstellungen, die sie hervorruft.

Es sind die Verbindungen einer »Kette«, die zusammenwirken und die zusammen dem Kind immer beides vermitteln: dass Sie entschlossen sind zu widerstehen und dass Sie interessiert an ihm und an der Beziehung zu ihm sind. Die »Kette« sieht so aus:

- Sie sind innerlich bereit, auf jede Form von Gewalt, Entwertung oder Unterwerfung zu verzichten.
- Sie kündigen Ihren Entschluss an, die gegenwärtige Situation nicht länger mitzumachen.
- Sie durchbrechen das Schweigen und sorgen dafür, dass Sie nicht mehr allein sind.
- Sie bitten die Unterstützer, dem Kind mitzuteilen, dass sie von seinem Verhalten Kenntnis haben.
- Sie führen mit angemessener Hilfe Sit-ins, Telefonrunden, Beschatten und Sitzstreiks durch.

- Sie sammeln Unterstützer auch unter den Freunden Ihres Kindes und deren Eltern.
- Sie ermutigen Vermittler, aktiv zu werden.
- Sie befreien sich von der Gewohnheit automatischen Gehorsams, indem Sie Dienste verweigern, die durch Drohungen erreicht worden sind, und Sie durchbrechen Tabus.
- Sie bieten Versöhnungsgesten an.
- Sie geben nicht nach.
- Sie widerstehen Provokationen.

All diese Aktivitäten verstärken einander gegenseitig. Ihre Bereitschaft, sich der Aufgabe zu widmen, wird dem Kind und Ihnen selbst verdeutlichen, dass die Situation sich unwiderruflich verändert hat. Sich für die Aufgabe vorzubereiten, erfordert Verpflichtung, Verantwortung und die Bereitschaft, auch Leiden auf sich zu nehmen, um ein langfristiges Ziel, nämlich eine neue, gewaltlose Art von Beziehung zu erreichen. Um den Erfolg zu sichern, sollten Sie dem gewaltlosen Widerstand oberste Priorität einräumen. Nach unserer Erfahrung braucht es für eine Zeit von drei Monaten einen Zustand hoher Handlungsbereitschaft. Nach dieser Zeit wird die frühere Situation nicht mehr so sein, wie sie einmal war – und auch Sie werden sich verändert haben. Das Gefühl konzentrierter Anstrengung lässt allmählich nach, weil Sie während dieser Phase neue Gewohnheiten entwickeln. Selbst wenn Ihr Kind versucht, zu den Mitteln zurückzukehren, die es in der Vergangenheit angewendet hat, trifft es nicht mehr auf die gleichen Reaktionen bei Ihnen. Das führt bei den meisten Familien, mit denen wir gearbeitet haben, zu einem tieferen Wandel in der häuslichen Atmosphäre und der Beziehung zwischen Eltern und Kind(ern).

Sie sollten beim GLW nicht der Illusion verfallen, es könnte schnelle Resultate geben. Eltern, die erwarten, das Kind würde nach einem oder zwei Sit-ins sein Verhalten völlig ändern, werden meist enttäuscht (auch wenn es solche Erfahrungen schon gegeben hat). Auch nach 15 Stunden konzentrierter elterlicher Präsenz (durch Sit-ins, Telefonrunden, Unterstützungssuche, Versöhnungsgesten anbieten und so weiter) ist noch immer nicht zwangsläufig eine positive Wende erreicht. Doch nach dieser anfänglichen Anstrengung lassen sich beginnende Zeichen von konstruktiver Änderung bei Ihrem Kind erkennen. Zeitweise mögen Sie Zweifel haben, ob die Veränderungen in Ihrem Kind tief gehend genug sind. Diese Zweifel sind sowohl gerecht-

fertig wie auch nützlich: Sie halten Sie davon ab, selbstzufrieden zu werden. *In Wirklichkeit findet die eigentliche Veränderung in Ihnen statt.* Sie sind es, die lernen, anders zu handeln, zu denken und zu fühlen! Während für Sie allmählich der gewaltlose Widerstand zur Gewohnheit wird, verringert sich das destruktive Potenzial in den Handlungen Ihres Kindes und in Ihren eigenen.

Während dieses Gewöhnungsprozesses müssen Sie sich auf die Reaktionen Ihres Kindes einstellen. Rechnen Sie damit, dass es nicht so leicht die Macht aufgibt, an die es sich gewöhnt hat. Ganz im Gegenteil, es wird alles, was in seiner Macht steht, tun, um Sie davon zu überzeugen, dass Ihre Bemühungen nicht nur umsonst sind, sondern dass sie auch Schaden anrichten. Das Kind wird versuchen, Sie wieder unterwürfig zu machen oder Sie zu unkontrollierbaren Reaktionen zu provozieren. Behalten Sie im Sinn, dass sowohl Unterwerfung und als auch feindselige Konfrontation und Eskalation Rückschläge sind. Sie sollten besonders davor auf der Hut sein, sich zu gewalttätigem Handeln provozieren zu lassen. Ein solcher Ausbruch Ihrerseits würde Sie in eine moralisch ungünstige Position versetzen und mit Sicherheit eine langwierige Wiedergutmachungsarbeit erfordern. Ihr Kind wird gewiss die Mittel einsetzen, die schon in der Vergangenheit funktioniert haben: Wenn es Sie früher mit Drohungen geängstigt, Sie zu endlosen Streitgesprächen provoziert, Sie durch beleidigende Bemerkungen dazu gebracht hat, die Beherrschung zu verlieren oder es zu bedauern, oder Sie in endlose Ängste getrieben hat, dann ist es sehr wahrscheinlich, dass es das wieder tut. Die folgenden Gedanken sollen Ihnen helfen, mit diesem Verhalten fertig zu werden:

- Die Reaktionen des Kindes sind meistens Versuche, Sie dazu zu bringen, nachzugeben oder die Beherrschung zu verlieren. Vorbereitet sein, sich weigern, nachgiebig zu sein, und gelassen Provokationen widerstehen, wird den akuten Reaktionen des Kindes ihre Schärfe nehmen.
- Harsche Reaktionen gehen schnell vorbei. Glauben Sie nicht, dass das Kind fähig ist, extreme Verhaltensformen eine längere Zeitspanne aufrechtzuerhalten – je harscher die Reaktion, desto kürzer ihre Dauer.
- Bedienen Sie sich der Unterstützung anderer, um den harten Reaktionen des Kindes standzuhalten. Wenn Sie Ihre Helfer und Unterstützer herbeirufen, wird das Ihr Durchhaltevermögen stär-

ken und dem Kind die Botschaft übermitteln, dass Sie nicht allein und nicht kurz vor dem Nachgeben sind.

Vor allem aber denken Sie daran: Elternpräsenz und gewaltloser Widerstand sind die besten Absicherungen gegen die gewalttätigen und selbstzerstörerischen Handlungen Ihres Kindes! Das gilt auch gegenüber den massivsten Drohungen Ihres Kindes. Ihre elterliche Präsenz aufrechtzuerhalten und strikt bei einem gewaltlosen Widerstand zu bleiben, gewährleistet den bestmöglichen Schutz vor diesen Drohungen.

Eine letzte, vielleicht enttäuschende Bemerkung: GLW ist kein Zaubermittel. Eine ganze Reihe von unschönen Verhaltensweisen lassen sich damit nicht verändern. Kein Mensch kann erreichen, dass Ihr Kind gern in die Schule geht, freiwillig und ohne Murren den Abwasch und die Hausaufgaben macht, freudig ein Musikinstrument lernt, liebevoll auf Sie zugeht und so weiter. Kein Berater der Welt wird das bewerkstelligen können. Solche Wesenszüge sind freiwillige und spontane Phänomene, die entstehen können, wenn eine Beziehung gut ist, die aber auch dann nicht entstehen müssen. Daher ist ein Stück »Enttäuschungsarbeit« nötig, denn für solche Phänomene ist GLW nicht gedacht. Es ist eher ein Modell, wie Sie es erreichen können, eine »verfahrenre Beziehung« wieder in die Lage zu versetzen, dass überhaupt zwischen Ihnen und Ihrem Kind wieder ein positiver Kontakt möglich wird.



Haim Omer/Arist von Schlippe

# **Autorität durch Beziehung**

Die Praxis des gewaltlosen  
Widerstands in der Erziehung