

# **„Wie sage ich es? Gespräche mit Eltern bei der Sorge um das Kindeswohl.“**

## **9. Fachtagung des Netzwerks Frühe Hilfen/Kinderschutz Erfurt**

# „Selbstwert und Kommunikation“

## Kommunikationsmodell nach Virginia Satir

# Warum das Kommunikationsmodell nach Virginia Satir?

# Was für Kommunikationsmodelle hätte man auch vorstellen können?

**Ohren-Modell (Schulz von Thun)**  
**Watzlawick-Axiome (Watzlawick)**  
**NLP (Bandler und Grinder)**  
**Sender-Empfänger-Modell (Bühler)**  
**Transaktionsmodell (Berne)**  
**Gewaltfreie Kommunikation (Rosenberg)**  
  
**u.a.**

# Wodurch können Gespräche zu „schwierigen Gesprächen“ werden?

## **Kontext:**

- **Zwangskontexte wie Inobhutnahme**
- **Kindeswohlgefährdung**
- **Einweisung nach PsychKG etc.**

## **Inhalt:**

- **Kritikgespräch (z.B. Gefährdungseinschätzung)**
- **Erziehungsstile**
- **Einhaltung von Regeln und Achtung von Grenzen etc.**

## **Dynamik:**

- **Beziehungsdynamiken**
- **Beratungsdynamiken**
- **intrapsychische Dynamiken etc.**

## **Erwartungen:**

- **in diesem Gespräch muss jetzt aber der Konten platzen**
- **jetzt müssen die Eltern aber endlich verstehen, wo ihre Verantwortung liegt**
- **ich muss den Fall doch irgendwie in den Griff bekommen etc.**
- **die wollen mir das Kind wegnehmen**
- **mir hilft doch sowieso niemand**



## **Angst:**

- **die Angst zu versagen**
- **die Angst die Kinder zu verlieren**
- **die Angst Fehler eingestehen zu müssen**
- **die Angst nicht zu genügen etc.**

## **Ziele:**

- **das Ziel des Hilfeplans/Behandlungsplans ist noch nicht erreicht**
- **die ungünstigen Lebensbedingungen des Kindes in der Familie müssen sich unverzüglich verbessern**
- **das Ziel der Helfer ist nicht mein Ziel**
- **ich habe gar kein Problem und brauche deshalb auch kein Ziel**

## **Aufträge:**

- **welche Aufträge habe ich in diesem Fall zu bearbeiten?**
- **welche Aufträge sind davon explizit und welche Aufträge sind implizit?**
- **welchen Auftrag gebe ich mir selbst?**
- **welche Aufträge werden den Eltern „verordnet“?**

## **Überforderung:**

- **was wollen die ganzen „Fachleute“ eigentlich von mir? Ich habe doch nichts falsch gemacht**
- **ich habe zu viel Arbeit und kann mir für die Vor- und Nachbereitung von Gesprächen keine Zeit nehmen**
- **das Gespräch mit den Eltern darf höchstens 15 Minuten dauern**

**Diese Situationen können dazu führen, dass der Selbstwert bedroht ist. Sowohl von den Adressaten und Patienten, als auch von den Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern, Ärztinnen und Ärzten, Krankenschwestern und Krankenpflegern.**

**Das Modell von Satir beruht darauf, diesen Selbstwert in den Mittelpunkt von Kommunikationsstörungen zu rücken.**

**Ist der Selbstwert bedroht, bedient sich der Mensch vier nichtkongruenter Kommunikationsformen, die zu „gestörter“ Kommunikation führen.**

**Diese Formen sind keine inhärenten Eigenschaften eines Menschen. Vielmehr sind sie als Schutz vor der Bedrohung des Verlustes des Selbstwertes zu verstehen.**

**These 1:**

**Kommunikation ist nicht die Lösung für alle Probleme, aber ohne kongruente Kommunikation kommen keine nachhaltigen Lösungen zustande.**

**These 2:**

**Ein niedriger Selbstwert schränkt die Fähigkeit einer Person ein, auf konstruktive Möglichkeiten und Ressourcen zurückgreifen zu können.**

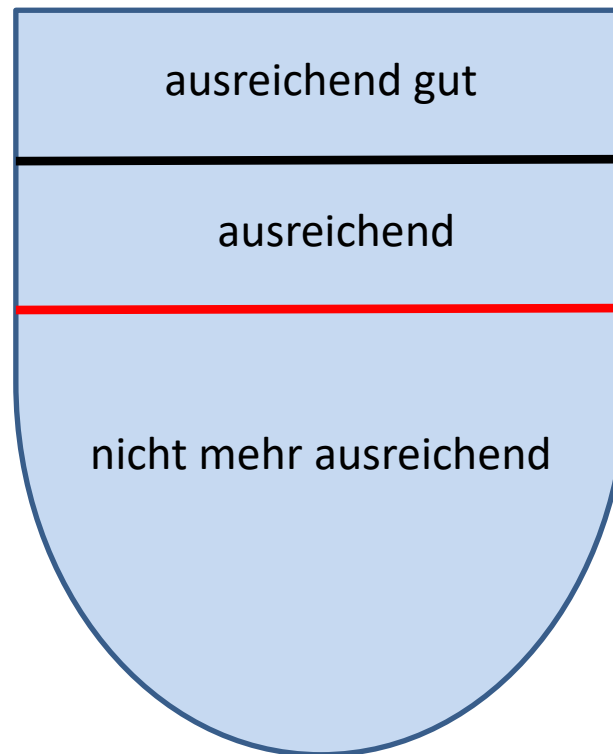
**These 3:**

**Die Voraussetzung für eine gelingende, kongruente Kommunikation ist ein guter Selbstwert.**

# Selbstwert-Topf

Es gibt vier *nichtkongruente* Kommunikationsformen. Diese Kommunikationsformen sind als Schutz des Selbstwertes zu verstehen!

- beschwichtigen
- anklagen
- rationalisieren
- ablenken



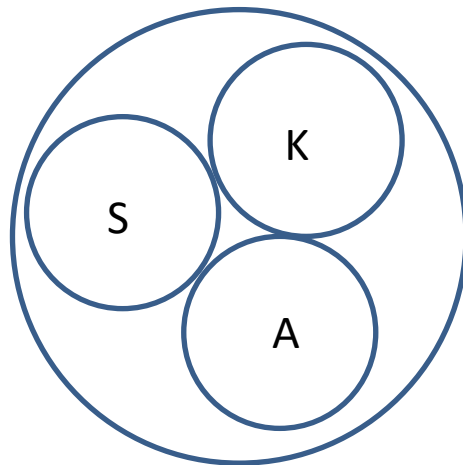
kongruente  
Kommunikation

der Selbstwert  
ist bedroht

## Kongruent

Bei der kongruenten Kommunikationsform spiegeln die Worte genau wieder, was man fühlt. Auch Körpersprache und Gesichtsausdruck entsprechen der Aussage. Nach Satir kommt Kongruenz aus der Grundhaltung eines Menschen. Ein Mensch ist demnach kongruent, wenn er sich selbst, aber auch andere, als wertvoll sieht. Er beurteilt das Verhalten eines Menschen, nicht seine Herkunft. Der kongruente Mensch geht davon aus, dass alle Menschen für sich selbst sprechen und handeln können. Er erkennt die Einzigartigkeit eines jeden anderen Menschen an.

## Kongruente Kommunikation



K: Kontext (die Sache um die es geht)

S: Selbst (die eigene Person)

A: Andere (die andere Person)





## Beschwichtigen

***Versteckt die Bedürfnisse vor sich selbst***

**Worte: entschuldigend, einschmeichelnd, zustimmend**

**Stimme: leise, vorsichtig**

**Körper: gebeugt, keine Körperspannung**

**Gefühl: wertlos, abhängig, Last für andere, hilflos**

**Ziel: gefallen wollen, Konflikte vermeiden**

**Empfänger-Reaktion: sich schuldig fühlen, Verachtung**

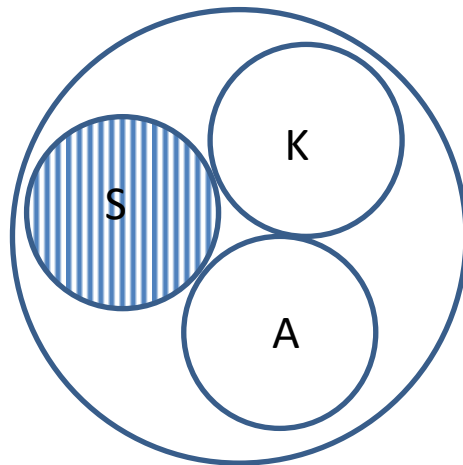
**Stärken: kooperativ, einfühlsam, vermittelnd**

## **Ressource: Herstellung von Verständnis und Harmonie**

### **Unterstützung:**

- **In kleinen Schritten dabei unterstützen, an Ärger und Aggressionen heranzukommen**
- **Unterschiede ansprechen, wann sich die Person mal anders verhalten hat**
- **Unterstützung dabei, „nein“ zu sagen, Forderungen zu stellen oder eigene Wünsche zu äußern**

## Nicht-Kongruente Kommunikation



K: Kontext (die Sache um die es geht)

S: Selbst (die eigene Person)

A: Andere (die andere Person)



## Anklagen

***Verbirgt die Bedürfnisse vor anderen***

**Worte: ablehnend, beschuldigend, fordernd, abwertend**

**Stimme: laut, schrill**

**Körper: angespannt, bedrohlich, fixierender Blick**

**Ziel: nach Fehlern suchen, Dominanz ausüben**

**Gefühl: unsicher, überfordert, inkompetent, erfolglos**

**Empfänger-Reaktion: Angst, Rückzug, Ablehnung, Ärger**

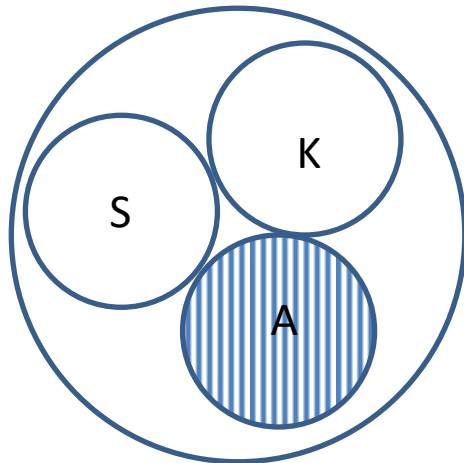
**Stärken: direkt, durchsetzungsfähig**

**Ressource: hat die Situation im Blick und zeigt auf den Symptomträger**

**Unterstützung:**

- **Ich-Botschaften senden, also von eigenen Gefühlen und Wünschen sprechen**
- **eigene Grenzen formulieren**
- **einen kontrollierten Dialog in Gang setzen (Was genau haben Sie wahrgenommen, gehört? Was würde Ihnen jetzt an dieser Stelle weiterhelfen? etc.)**

## Nicht-Kongruente Kommunikation



K: Kontext (die Sache um die es geht)

S: Selbst (die eigene Person)

A: Andere (die andere Person)



## Rationalisieren

***Verleugnet die eigenen emotionalen Bedürfnisse von sich und anderen***

**Worte: sachlich, distanziert, abstrakte Wortwahl, theoretisch**

**Stimme: monoton, dozierend**

**Körper: starr, korrekt**

**Gefühl: ich bin verletztlich, ich bin schwach, ich bin ausgeliefert**

**Ziel: ruhig und gesammelt sein, korrekt sein**

**Empfänger-Reaktion: gelangweilt, fühlt sich nicht gesehen, fühlt sich belehrt und dumm**

**Stärken: sachlich, kalkulierend, auf Fakten bezogen**

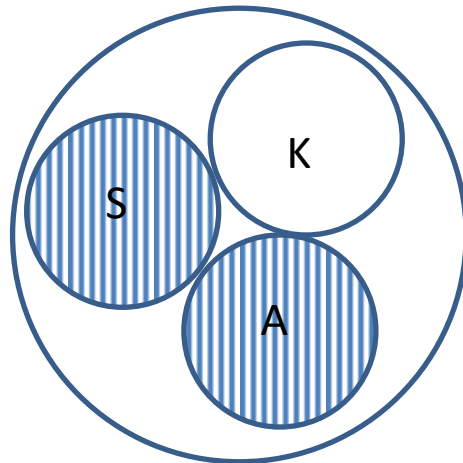
**Ressource: versucht das emotionale Geschehen auf einer Metaebene verstehbarer zu machen**

**Unterstützung:**

- **langames Tempo**
- **nicht mit Gefühlen überfordern**
- **Gefühle rationalisieren, theoretisieren**
- **die Stärken und Qualitäten betonen und im Blick behalten**



## Nicht-Kongruente Kommunikation



K: Kontext (die Sache um die es geht)

S: Selbst (die eigene Person)

A: Andere (die andere Person)



## Ablenken

***Ignoriert die eigenen emotionalen Bedürfnisse***

**Worte: ausweichend, unkonkret, häufiger Themenwechsel**

**Stimme: schnell, hektisch, scherzend**

**Körper: unharmonisch, hektisch, eckig**

**Gefühl: es ist kein Platz für mich da, ich habe Angst verrückt zu werden, niemand hat Interesse an mir**

**Ziel: sich nicht festlegen**

**Empfänger-Reaktion: irritiert, verärgert, enttäuscht**

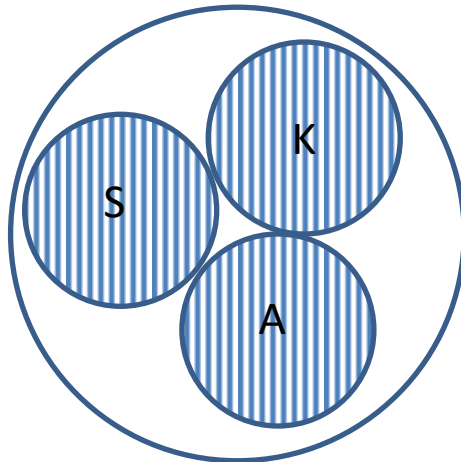
**Stärken: Kreativität, Flexibilität**

**Ressource: zeigt durch das Verhalten „hier stimmt etwas nicht“**

## **Unterstützung**

- **selber klar bleiben**
- **sich Zeit nehmen und eine angenehme Atmosphäre schaffen**
- **Themen zu Ende bringen und immer wieder den Fokus auf das Wesentliche ausrichten**

## Nicht-Kongruente Kommunikation



K: Kontext (die Sache um die es geht)

S: Selbst (die eigene Person)

A: Andere (die andere Person)

**Die Formen beraterischer Unterstützung helfen dabei, Schritte in Richtung einer kongruenteren Kommunikation zu beschreiten. Dies gelingt besonders dann, wenn der Berater nicht als Bedrohung für den Selbstwert des Adressaten/Patienten wahrgenommen wird.**

**Sich als Berater seiner eigenen Kommunikationsform bewusst zu sein, ist auf diesem Weg ein wichtiger Schritt.**

**Der Ausgangs- und Zurechnungspunkt für kongruente Kommunikation ist immer der Berater.**

## Die „Fünf Freiheiten“ (Grundhaltungen) von Virginia Satir:

- Die Freiheit zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist, – anstatt das, was sein sollte, gewesen ist oder erst sein wird.
- Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke – und nicht das, was von mir erwartet wird.
- Die Freiheit, zu meinen Gefühlen zu stehen – und nicht etwas anderes vorzutäuschen.
- Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche – anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.
- Die Freiheit, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen – anstatt immer nur auf “Nummer sicher zu gehen” und nichts Neues zu wagen.

## Literatur:

Satir, V 1994: Kommunikation, Selbstwert, Kongruenz: Konzepte und Perspektiven familientherapeutischer Praxis. Junfermann Verlag

Satir, V. 2007: Selbstwert und Kommunikation. Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe. Klett-Cotta

Schlippe von, A. 2010: Familientherapie im Überblick: Basiskonzepte, Formen, Anwendungsmöglichkeiten. Junfermann Verlag