

HEYNE <

Von Thomas Gordon sind bei Heyne lieferbar:
Familienkonferenz (ISBN 978-3-453-02984-2)
Die neue Familienkonferenz (ISBN 978-3-453-07861-1)
Familienkonferenz in der Praxis (ISBN: 978-3-453-60234-2)
Lehrer-Schüler-Konferenz (ISBN 978-3-453-60326-6)
Managerkonferenz (ISBN 978-3-453-60000-3)

Über den Autor

Thomas Gordon (1918–2002) war praktizierender Psychologe in den USA. Er gehörte zu den Pionieren der humanistischen Psychologie und war der Überzeugung, dass Menschen, die in einem fürsorglichen und freiheitlichen Klima aufwachsen, in hohem Maße fähig werden, Verantwortung zu tragen und ein selbstbestimmtes, erfülltes Leben zu führen. Durch seine Erfahrungen in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen erkannte er die große Bedeutung der Kommunikation und gewaltfreien Konfliktlösung für die zwischenmenschliche Beziehung. Schon früh entwickelte er hierzu ein konkretes, im Alltag anwendbares Modell, das bis heute nichts von seiner Gültigkeit verloren hat. Thomas Gordon ist Bestsellerautor zahlreicher Bücher zum Thema Kommunikation, Erziehung und Beziehungen. Sein bekanntestes Buch *Familienkonferenz* wurde weltweit millionenfach verkauft. Für seine Arbeiten wurde er zudem mehrfach ausgezeichnet. Seine Methode ist durch ihr Ziel, Beziehungen zu verbessern und Konflikte gewaltfrei und ohne Verlierer zu lösen, auch als Friedensarbeit im eigentlichen Sinne anzusehen, was seine dreifache Nominierung für den Friedensnobelpreis 1997, 1998 und 1999 unterstreicht. Sein umfangreiches Werk ist bei Heyne lieferbar.

Thomas Gordon
Die neue
Familienkonferenz

Kinder erziehen ohne zu strafen

Aus dem Amerikanischen
von Annette Charpentier

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Titel der amerikanischen Originalausgabe:
TEACHING CHILDREN SELF-DISCIPLINE
AT HOME AND AT SCHOOL
Die Originalausgabe erschien 1989 bei Times Books
(ein Unternehmen von Random House), New York



Verlagsgruppe Random FSC® N001967
Das für dieses Buch verwendete
FSC®-zertifizierte Papier *Holmen Book Cream*
liefert Holmen Paper, Hallstavik, Schweden.

Ungekürzte Taschenbuchausgabe 09/2014
im Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Copyright © 1989 by Thomas Gordon, Ph. D.
Copyright © der deutschen Ausgabe 1993
by Hoffmann und Campe Verlag, Hamburg
Printed in Germany 2014
Umschlaggestaltung: Hauptmann & Kompanie Werbeagentur, Zürich
Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling
Druck und Verarbeitung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-453-60233-5

Für Linda, meine Partnerin, Freundin und Ehefrau

*Für Judy und Michelle,
meine (selbst)disziplinierten und geliebten Töchter*

*Für die vielen Tausend Trainer, die auf der ganzen Welt
Eltern und Lehrer in unseren Kursen unterrichten*

Inhalt

Einführung	13
-------------------------	----

TEIL EINS

Was ist Disziplin?

1. Definitionen und Bedeutungen	25
Hauptwort und Verb	25
Lehren oder Kontrollieren	27
Disziplin von außen und Selbstdisziplin	30
Meinungsunterschiede über Grenzen	32
Soll man streng oder nachsichtig-tolerant sein?	34
Die verschiedenen Bedeutungen	
von »Autorität«	36
Der Mythos von der »gütigen Autorität«	46
2. Belohnen und strafen – die traditionelle Methode	49
Woher bekommen die Kontrollierenden	
ihre Macht?	51
Wie sollen Belohnungen funktionieren?	54
Wie sollen Strafen funktionieren?	56

Die Bedingungen für die Kontrolle durch Belohnung und Strafe.....	58
Äußere und innere Kontrolle	61
3. Das Zuckerbrot wirkt manchmal nicht	67
Die Technik der Kontrolle durch Belohnung	68
Schwierigkeiten von Eltern und Lehrern mit Belohnungen	72
<i>Wenn Belohnungen ihren Wert verlieren</i>	73
<i>Wenn inakzeptables Verhalten belohnt wird</i>	73
<i>Wenn Kinder sich die Belohnung selbst besorgen können</i>	73
<i>Wenn Belohnungen zu schwer zu erlangen sind</i>	74
<i>Wenn akzeptables Verhalten unbelohnt bleibt</i>	75
<i>Wenn Kinder nur für Belohnungen arbeiten</i>	75
<i>Wenn das Ausbleiben einer Belohnung wie eine Strafe wirkt</i>	79
Eine eingehendere Analyse des Lobes	80
<i>Was ist Lob?</i>	82
<i>Die »heimlichen Ansprüche« beim Loben</i>	83
<i>Lob kann auch Kritik bedeuten</i>	85
<i>Wenn das Lob nicht der Selbsteinschätzung des Kindes entspricht</i> ...	89
<i>Lob verstärkt Geschwisterrivalität und Konkurrenz</i>	91
<i>Lob lähmt die Entscheidungsfähigkeit</i>	92
Wirksame Alternativen zum Lob	93
<i>Die positive Ich-Botschaft</i>	93
<i>Aktives Zuhören als Reaktion</i>	96
4. Nachteile und Gefahren von Strafen	100
Man braucht Erfahrung, um Strafen wirksam einzusetzen	102
»Strafen sind akzeptabel, solange sie mild sind«	106

Die Risiken schwerer Strafen	109
Wenn die Katz' aus dem Haus ist	114
Wie Strafen Aggression und Gewalt hervorrufen	115
Erwachsenen gehen in der Regel die Strafen aus	118
Für den Kontrollierenden hat Macht ihren Preis	120
5. Wie Kinder wirklich auf Kontrolle reagieren	126
Bewältigungsmechanismen von Kindern	130
Rächende Gewalt gegenüber den Kontrollierenden	134
Wenn Kinder sich von den Eltern »scheiden« lassen	135
Die Saat für kriminelles Verhalten	137
Das Scheitern der Jugendgerichte	140
Warnung: Disziplinierung schadet der Gesundheit und dem Wohlbefinden von Kindern	142
High werden und abdröhnen	144
Wenn der Kontrollierende an Einfluss verliert	147
Wollen wir gehorsame Kinder?	148

TEIL ZWEI
Alternativen
zur Disziplinierung
in der Kindererziehung

6. Nicht kontrollierende Methoden, um Kinder zu Verhaltensänderungen zu veranlassen	157
<i>Kinder benehmen sich nie wirklich schlecht</i>	163
<i>Wer »besitzt« das Problem?</i>	165
<i>Alternative 1: Herausfinden, was das Kind braucht</i>	167

<i>Alternative 2: Machen wir einen Tauschhandel</i>	169
<i>Alternative 3: Die Umgebung verändern</i>	169
<i>Alternative 4: Die konfrontative Ich-Botschaft</i>	172
<i>Alternative 5: Die präventive Ich-Botschaft</i>	180
<i>Alternative 6: Gangwechsel, um Widerstand abzubauen</i>	183
<i>Alternative 7: Problemlösung</i>	186
<i>Alternative 8: Wut – was steht dahinter?</i>	188
<i>Wie Ich-Botschaften den Sender verändern</i>	194

7. Neue Wege, wie man in Familie

und Klassenzimmer regiert	202
Mitwirkung – das Zauberwort	202
Gruppen brauchen Regeln	213
Der Sechs-Schritte-Prozess der Problemlösung	217
Konfliktlösungen – die niederlagelose Methode	224
Wenn Werte aufeinanderprallen	233

8. Wie man Kindern hilft, Probleme

selbst zu lösen	239
Wie man Kindern hilft, ein Problem zu lösen	245
Die Sprache der Nichtannahme	252
Akzeptanz – die helfende Grundhaltung	257
Wie man Akzeptanz demonstriert	258

9. Aktives Zuhören – die Allround-Methode

.....	271
Das Schlichten von Konflikten unter Kindern	271
Förderung fruchtbarer Gruppendiskussionen	274
Für eine bessere Beziehung zwischen Lehrer und Schüler ...	282
Die Vorteile der fördernden Haltung	284
Andere Vorteile der helfenden/fördernden Fähigkeiten ...	287

10. Warum Erwachsene Kinder immer noch disziplinieren	289
Die Doktrin vom »Verwöhnen«	290
Die Überzeugung, dass Kinder von Natur aus schlecht seien	291
Schwarz-Weiß-Denken in Konflikten zwischen Erwachsenen und Kindern	295
Die Bibel als Rechtfertigung für strafende Disziplin	296
Der Mythos von der Toleranz	300
Einstellungen gegen demokratische Führung	304
Widerstand gegen die Kurse	306
Angst vor Veränderungen in der Familie	310
Widerstand gegen Veränderungen in Schulen	313
11. Demokratische Beziehungen fördern	
Gesundheit und Wohlbefinden	316
Weniger Entbehrung und Demütigung	324
Weniger Stress, weniger Krankheit	326
Größere Problemlösungskompetenz	327
Weniger Wut und Feindseligkeit	328
Keine Angst mehr	328
Mehr Verantwortung, mehr Kontrolle über das eigene Geschick	329
Weniger selbstschädigendes Verhalten	330
Bessere soziale Fähigkeiten	330
Literaturhinweise	337
Danksagungen	345
Register + EA	347

Einführung

Hierzulande wie auch in der übrigen Welt ist Disziplin neuerdings wieder zu einem Reizwort geworden. Sie steht im Mittelpunkt hitziger Debatten bei Elternversammlungen, Lehrerkonferenzen und Schulbehörden. Strikte Disziplin, darunter auch das Recht (und die Pflicht) von Eltern, ihre Kinder zu strafen, bildet einen Stützfeiler im Programm einer konservativen, auf familiäre Werte bauenden Pädagogik. Durch Meinungsumfragen ist das Thema der Disziplin als eine Hauptsorge von Eltern empirisch belegt. Es ist offenkundig, dass das Problem der Disziplinierung von Kindern für die meisten Eltern zu inneren Konflikten führt. In unseren Elternkursen ist immer wieder zu beobachten, dass die meisten Teilnehmer anfangs zwischen einer Haltung von Strenge und Nachsicht schwanken. Eine Mutter gab einmal zu: »Bei unserem ersten Kind war ich streng, aber das hat nicht geklappt, und als das zweite kam, beschloss ich, es mit Nachsicht zu versuchen.« Eine andere gestand: »Ich will nicht so autoritär und streng sein, wie meine Eltern waren, aber ich merke immer wieder, wie ich die gleichen Methoden – sogar die gleichen Worte – benutze wie meine Eltern. Und dann hasse ich mich dafür.«

Viele Lehrer stehen vor dem gleichen Dilemma. Sie wollen anfangs herzlich, freundlich und geduldig zu den Schülern sein, erleben aber immer wieder, dass sie sich in die traditionellen, herkommandierenden, strafenden Lehrer verwandeln, unter denen

wir alle wohl irgendwann einmal während unserer Schulzeit gelitten haben. Lehrern wird immer noch beigebracht: »Lächelt eure Klasse nur zu Weihnachten an.«

Wie aber wollen wir dieses Thema Disziplin definieren? An welchen Punkten lässt es sich festmachen? Was sagen die Vertreter der verschiedenen pädagogischen Richtungen den Eltern und Lehrern?

Viele Sozialwissenschaftler, besonders Psychologen, meinen – im Gegensatz zu konservativen Politikern und Pädagogen –, dass strengere, strafende Disziplin wenig wirksam sei und Kindern und Jugendlichen eher schade. Der Vorsitzende eines Komitees für Disziplinfragen des angesehenen Pädagogenverbandes *Phi Delta Kappa*, William Wayson, Professor für Pädagogik an der Ohio State University, sagte vor einigen Jahren bei einem Kongress-Hearing:

Restriktive Maßnahmen führen, wenn sie nicht von grundlegenden Anstrengungen begleitet werden, den Schüler einzubeziehen und ihm zu dienen, unvermeidlich zu *schlechterer* Disziplin, vielleicht sogar zu Gewalt oder dem erzwungenen Schulverweis von Schülern, die schulische Zuwendung am meisten brauchen und verdienen ... (Cordes, 1984)

In dem Bericht dieses Komitees wird im Weiteren erklärt, wodurch sich gute Schulen auszeichnen. Interne Zusammenarbeit, Kooperation zwischen Schule und Eltern, demokratische Entscheidungsprozesse, Methoden, aufgrund derer sich alle Schüler zugehörig und verantwortlich fühlen, Regeln, die eher Selbstdisziplin fördern statt sture Übernahme von Erwachsenenregeln, herausfordernde, interessante Lehrpläne und Unterricht, die Fähigkeit, mit

persönlichen Problemen von Schülern und Lehrern umzugehen, sowie die sachlichen Gegebenheiten und Organisationsstrukturen, die diese Maßnahmen unterstützen.

Irwin Hyman, ein pädagogischer Psychologe, der in einem nationalen Forschungszentrum an der Temple-Universität die Wirkung körperlicher Strafen an Schulen und Alternativen dazu untersucht, sagte vor dem Untersuchungsausschuss des amerikanischen Senats aus:

Es gibt Gewalt gegen Lehrer, aber die Bestrafung von Kindern, die das amerikanische Erziehungssystem durchdringt, ist eher als Ursache für statt als Ausweg aus dem Fehlverhalten im Klassenzimmer zu betrachten ... »Gute alte Disziplin« ist der am wenigsten wirksame Weg, dieses Schülerverhalten zu ändern ... (Cordes, 1984)

B.F. Skinner, wohl der führende Verhaltenspsychologe der Welt, heute emeritierter Professor für Psychologie in Harvard, schrieb in einem Brief an den kalifornischen Parlamentsabgeordneten Sam Farr am 16. September 1986:

Strafmaßnahmen, ob sie von der Polizei, Lehrern, Ehepartnern oder Eltern ausgeübt werden, haben wohlbekannte Wirkungen: (1) Flucht (in der Schule gibt es einen eigenen Begriff dafür: Schwänzen), (2) Gegenangriff (Vandalismus in Schulen und Übergriffe auf Lehrer) und (3) Apathie – verdrossener Tunix-Rückzug ... Eine unmittelbare Wirkung eines Gesetzes [gegen körperliche Strafen] wäre es, dass Lehrer aufgefordert werden, andere Methoden für die Kontrolle der Schüler zu entwickeln, die langfristig wesentlich wirksamer sind (Skinner, 1986–87).

Mehrere Meinungsumfragen des Gallup-Instituts haben ergeben, dass amerikanische Eltern Disziplin für das wichtigste Problem in Schulen halten, und eine große Mehrheit befürwortet die Anwendung der Prügelstrafe; nur eine Handvoll Eltern (weniger als 20 Prozent) missbilligen die Anwendung der körperlichen Züchtigung in Schulen.

Vielleicht stellt es für den Leser eine Überraschung dar, wenn er erfährt, dass in den USA nur acht Staaten die Prügelstrafe in Schulen völlig verbieten: Kalifornien, Hawaii, Maine, Massachusetts, New Hampshire, New York, Rhode Island und Vermont. Nur sechs von diesen acht Staaten schützen Kinder bei Pflegeeltern, in Kinderheimen und Schulen.

Die Disziplin-Debatte geht aber weit über die Grenzen der Vereinigten Staaten hinaus; es handelt sich um ein wahrhaft internationales Thema. Vor einigen Jahren wurde in Schweden eine Gesetzesvorlage ausgiebig und heiß diskutiert, nach der schon ein Klaps und darüber hinaus jedwede beleidigende oder verletzende Behandlung von Eltern rechtswidrig würde, die Kindern seelisches Leid zufügen konnte. Das Gesetz wurde gegen eine starke Opposition verabschiedet. Die Prügelstrafe in *Schulen* war in Schweden schon lange verboten.

In China werden Lehrer, die die Geduld verlieren und denen die Hand strafend ausrutscht, selbst bestraft. Singapur gestattet nur Schulleitern oder älteren Lehrern, Jungen über zehn für kleinere Vergehen zu prügeln; Mädchen sind davon ausgenommen. Die Japaner schafften nach dem Zweiten Weltkrieg die Prügelstrafe ab, aber das Gesetz wird oft übertreten und »ein gewisses Maß an körperlicher Bestrafung angewandt«. In der Türkei gibt es die verbreitete Redewendung: »Wo der Lehrer hinschlägt, erblüht eine Rose.« In Lateinamerika ist die körperliche Züchti-

gung offiziell tabu, aber in einigen ländlichen Gegenden wird der Gürtel benutzt. In Kenia ist die körperliche Züchtigung erlaubt, aber so geregelt, dass sie fast ein Ritual darstellt: Sie kann nur vom Rektor oder dessen Stellvertreter ausgeführt werden, und zwar im Beisein von Zeugen. Alle Einzelheiten müssen in einem »Strafenbuch« verzeichnet werden, wie etwa die Anzahl der Rohrschläge; sie kann nur wegen ungewöhnlicher Vergehen verhängt werden, wie etwa Lügen, Trunkenheit oder die Terrorisierung anderer Schüler. In Belgien kann man sich eine Gefängnisstrafe einhandeln, wenn man einen Schüler schlägt. In Thailand darf die Prügelstrafe nur mit einem Stock ausgeübt werden, der nicht dicker ist als einen Zentimeter.

Viele Länder haben die Prügelstrafe gegen Kinder per Gesetz abgeschafft: dazu gehören Belgien, Dänemark, Ekuador, Finnland, Frankreich, Island, Irland, Israel, Italien, Japan, Jordanien, Luxemburg, Mauritius, die Niederlande, Norwegen, Österreich, Portugal, Katar, Rumänien, Spanien, Schweden, Schweiz, Türkei, die Länder der ehemaligen UdSSR und Zypern (Bacon/Hyman, 1976). In Polen wurde die Prügelstrafe schon 1783 verboten.

Das Thema Disziplin tauchte in den USA auch im Zusammenhang mit anderen Ereignissen auf und wurde beispielsweise ausgiebig unter Angehörigen des Gesundheitswesens diskutiert. 1962 veröffentlichten der Arzt Henry Kempe und andere ihren inzwischen klassischen Aufsatz: »The Battered Child Syndrome« (Das Syndrom des geprügelten Kindes) im *Journal of the American Medical Association* (Kempe u. a., 1962). Diese Studie bereitet den Weg für weitere Untersuchungen zum schrecklichen Thema *Kindesmisshandlung*. Gegen Ende der sechziger Jahre waren in allen fünfzig amerikanischen Bundesstaaten Gesetze verabschiedet worden, nach denen Ärzte und Krankenhäuser Anzeichen von

Kindesmisshandlung der Polizei melden mussten. Inzwischen verlangen achtzehn Staaten zusätzlich, dass jeder, der von einer Misshandlung Kenntnis hat, diese anzeigen muss. 1974 wurde das nationale Zentrum für Kindesmisshandlung und -vernachlässigung gegründet, um weitere Forschung über die Ursachen von Gewalt an Kindern zu fördern, die Ergebnisse bekannt zu machen sowie präventive Maßnahmen zu beschreiben.

Ich wurde als Berater des Nationalen Komitees für die Verhinderung von Kindesmisshandlung (NCPCA) (1972 von Donna Stone in Chicago gegründet) persönlich mit diesem Problem konfrontiert. Man bat mich, eine Broschüre zu verfassen – »Was alle Eltern wissen sollten« –, in der Eltern mehr als ein Dutzend Alternativen zu strafender Disziplin dargelegt wurden. Diese Broschüre bildete den Anfang einer ganzen Reihe ähnlicher Publikationen der NCPCA für Eltern und Erzieher. Ich beschreibe darin die Alternativen zu körperlicher Züchtigung, wie sie in meinen Kursen unterrichtet werden, und zeige Eltern, wie man sie anwendet (Gordon, 1975). Bei meiner Arbeit in diesem Gremium wurde mir schmerzhaft deutlich, wie weitverbreitet Kindesmisshandlung in den Vereinigten Staaten ist. Die USA sind zwar als Nation von dem Gedanken besessen, dass Kinder Disziplin *brauchen*, doch manche Eltern haben zugegebenermaßen gemischte Gefühle, wenn es um die Bestrafung ihrer Kinder geht. Eine Mutter gestand mir in einem meiner Kurse: »Ich gebe meinen Kindern nach, bis ich sie nicht mehr ertragen kann, und dann werde ich so autoritär, dass ich mich selbst nicht mehr ertragen kann.« Wie viele Leser können sich daran erinnern, von den Eltern einen Klaps bekommen zu haben, während sie gleichzeitig den schuldbewussten Satz hörten: »Das tut mir mehr weh als dir.« Ich habe den Verdacht, dass viele Eltern es insgeheim hassen, ihre Kinder körperlich zu stra-

fen. Wer hat schon tatsächlich Spaß daran, jemanden zu strafen, der viel kleiner und schwächer ist als man selbst?

Doch nicht alle amerikanischen Psychologen plädieren für eine prinzipiell gewaltfreie Erziehung. Vor Kurzem stieß ich zu meiner Verblüffung auf ein Buch mit dem Titel *Parent power* von einem Psychologen, Logan Wright. Dieser Autor bekam sogar den Medienpreis eines Psychologenverbandes für dieses Buch. Die ersten beiden Sätze raten Eltern:

Die Parole für alle Eltern, die einigermaßen bei Verstand bleiben wollen, heißt, Kontrolle zu erlangen und aufrechtzuerhalten. Doch der wichtigste Grund für die Kontrolle ist, dass man *fähig sein muss, sein Kind zu kontrollieren, ehe man es wirklich unterstützen und lieben kann* [kursiv im Original]. (Wright, 1980)

Dieses Buch schockierte mich. Ich weiß noch, wie ich es in den Schoß sinken ließ und dachte: »Was geht hier vor? Warum rät ein bekannter Psychologe Eltern, sie sollten ihre Kinder disziplinieren und kontrollieren, bevor sie sie lieben?« Meine Lektüre bildete den Auslöser, Fragen der Disziplin eingehend zu untersuchen mit der Absicht, meine Ergebnisse Eltern und Lehrern bekannt zu machen.

Nun las ich alle Bücher, die die Eltern an die Macht rufen und sie auffordern, mehr Disziplin zu wagen. Ich untersuchte die psychologische Literatur nach Forschungsergebnissen über Fragen der Disziplin, Erziehungsstile usw. Ich fand eine überraschend große Anzahl solcher Untersuchungen, wie Sie im weiteren Verlauf dieses Buches sehen werden.

Bei meinem Vorhaben wurde mir zunehmend klar, wie komplex das Thema Disziplin wirklich ist. Als mir diese Komplexität

ten deutlich wurden und ich immer mehr begriff, entschloss ich mich, das Gelernte mit anderen zu teilen, die ebenfalls mehr über Disziplin und deren Wirkung auf Kinder erfahren wollten. Das vorliegende Buch ist das Ergebnis dieses Lernens und Diskutierens. In Teil Eins wird der Begriff Disziplin ausführlich dargestellt und untersucht. Ich fand zum Beispiel heraus, dass es verschiedene Arten von Disziplin gibt – einige gut, andere schlecht. Diese Tatsache wird von vielen übersehen. Ich erfuhr, dass Disziplin für die meisten Menschen bedeutet, Strafe und Belohnung wie bei Haustieren einzusetzen. Ich erfuhr, dass Belohnungen bei älteren Kindern nichts erreichen und dass Strafen, um zu wirken, sehr schwer sein müssen. Doch überwiegend stieß ich auf viele wirre Gedanken, weil Bücher über Disziplin nicht anerkennen, dass es mehrere verschiedene Arten von Autorität gibt – einige wohlwollend, andere schädlich. Ich erfuhr, dass Strafen, besonders milde, manchmal auf Kinder wie Belohnungen wirken können; Belohnungen hingegen werden manchmal als Strafen empfunden. Ich entdeckte, dass Strafen kein Heilmittel gegen Aggressionen von Kindern sind, wenn diese etwa ein kleineres Geschwister schlagen, sondern gewöhnlich den Grund für Aggression gegenüber anderen darstellen.

Ich stelle zahlreiche wirksame Alternativen zu strafender Disziplin zu Hause und in der Schule vor, die alle ohne Machtausübung wirken. Sie werden allgemein Ihre Durchsetzungsfähigkeit im Umgang mit störendem oder inakzeptablem Verhalten bei Kindern verbessern, die von Erwachsenen auferlegte Disziplin durch Selbstdisziplin ersetzen, die Kontrolle von Kindern durch Erwachsene durch Selbstkontrolle des Kindes ersetzen, einseitige Grenzziehung und Erwachsenenregeln durch Regeln und Grenzen ersetzen, die Erwachsene und Kinder gemeinsam festlegen,

Konfliktlösungen mit Sieger und Verlierer durch solche ersetzen, bei denen keiner verliert (oder gewinnt). Mein Ziel im zweiten Teil des Buches besteht darin, diese wirksameren, demokratischeren, menschlicheren Methoden zu erklären und zu veranschaulichen.

Eine Tatsache wurde mir bei der Erforschung des Themas Disziplin klar: Wir wenden als Gesellschaft die falschen Strategien an, um selbsterstörerisches und gesellschaftlich inakzeptables Verhalten bei jungen Menschen zu verringern, das mit schockierender Häufigkeit auftritt – Alkoholismus, Rauchen, Drogenmissbrauch, Straffälligkeit, Schulabbruch, Alkohol am Steuer, Vandalismus und andere Formen von Gewalt, Frühschwangerschaften, Vergewaltigung und Selbstmord. Das zunehmend häufigere Auftreten dieser Verhaltensweisen ist sicher ausreichender Beweis dafür, dass die Methoden, mit denen wir herkömmlicherweise Kinder zu Hause und in der Schule diszipliniert haben, nichts erreichen. Diese Art von Disziplinierung von Kindern ist vielleicht eher die Ursache für, denn ein Heilmittel gegen dieses unerwünschte Verhalten.

Die traditionellen Strategien, mit denen man diesen schwierigen Problemen begegnen will, versuchen, *etwas mit dem Kind zu tun*. Die Strategien, die Eltern, Schulvertreter, die Polizei, Jugendgerichte und staatliche Förderprogramme beispielsweise regelmäßig gegen Alkoholismus, Rauchen, Drogenmissbrauch und Trunkenheit am Steuer einsetzen, konzentrieren sich auf das Kind. Es gibt Kurse, in denen die Jugendlichen aufgeklärt oder mit den Gefahren dieser selbsterstörerischen Verhaltensweisen abgeschreckt werden, Programme, die Kinder überreden, »nein« zu sagen, Gesetze, die die Strafen für Jugendliche verschärfen, Beratung und Therapie, Kurse für Eltern, in denen sie überzeugt werden, strenger zu den Kindern zu sein (natürlich aus Liebe), »zu wissen, wo das Kind ist«, oder »zu Hause zu sein, wenn das Kind

aus der Schule kommt«, und so weiter. Je mehr ich über die Hauptursachen des Verhaltens erfahren habe, das die Jugendlichen schädigt und unsere Gesellschaft schwächt, umso stärker wuchs meine Überzeugung, dass unsere größte Hoffnung hinsichtlich einer Verhinderung in einer anderen Strategie liegt – nämlich, den Erwachsenen, die mit Kindern umgehen, zu helfen, neue Methoden zu erlernen, wie man sich in Familien, Schulen und Jugendorganisationen verhält. Zu dieser Vorgehensweise gehört, dass Erwachsene lernen, sich in ihrer Familie, ihrer Schulklasse, ihrer sozialen Gruppe auf demokratischere, weniger autoritäre Weise durchzusetzen – und nicht anders herum, wie mancher uns einzureden versucht.

TEIL EINS

Was ist Disziplin?

1. Definitionen und Bedeutungen

Einer meiner Lieblingsprofessoren an der Universität plagte seine Studenten immer mit dem apodiktischen Satz: »Definieren Sie Ihre Begriffe präzise, wenn Sie eine intelligente Diskussion führen wollen.« Aber genau das scheinen die meisten Leute nicht zu tun, wenn sie über Disziplin diskutieren, und darauf beruhen viele Missverständnisse. Wir beschreiben auf den folgenden Seiten diese verbreiteten Missverständnisse und klären damit hoffentlich über die falschen Aspekte der Disziplindebatte auf.

Hauptwort und Verb

Es ist sehr wichtig, gleich zu Anfang den wichtigen Unterschied zwischen *Disziplin* und *disziplinieren* zu beachten. Mit dem Substantiv meinen wir gewöhnlich ein Verhalten oder eine Ordnung, das oder die den allgemeinen Regeln und Anweisungen entspricht, oder aber ein Verhalten, das man mit Übung aufrechterhält, wie bei »Disziplin im Klassenzimmer«, oder die »Disziplin einer guten Handballmannschaft«.

Über diese »Disziplin« gibt es nur selten eine Debatte. Jeder scheint sie zu begrüßen. Mit diesem Wort verbinden sich Begriffe wie Ordnung, Organisation, Kooperation, Wissen, Regeln und Vorschriften folgen sowie die Berücksichtigung der Rechte anderer.

Das Verb *disziplinieren* wird in meinem Wörterbuch so definiert: »Jemanden durch Übung und Kontrolle in einen Zustand der Ordnung und des Gehorsams bringen, sowie strafen, bestrafen, korrigieren, züchtigen.«

Der Lehrer disziplinierte die Kinder, die geschwätzt hatten, indem er sie nachsitzen ließ.

Wenn Kinder zu Hause nicht diszipliniert werden, fallen sie in der Schule als Unruhestifter auf.

Bei Diskussionen über Disziplin wird sehr häufig angenommen, dass die einzige Möglichkeit, *Disziplin* zu erringen, für Eltern und Lehrer darin besteht, rigoros zu *disziplinieren* – und das heißt, Kinder zu kontrollieren, zu strafen, zu korrigieren und zu züchtigen.

Ich habe ausreichend Beweise gefunden, die diese noch vielfach verbreitete Annahme widerlegen. Ich habe sogar festgestellt, dass die Disziplinierung von Kindern vermutlich die am wenigsten wirksame Methode darstellt, wie man zu Hause oder in der Schule Disziplin erreicht. Untersuchungen haben gezeigt, dass die Disziplin im Klassenzimmer immer sofort zusammenbricht, wenn der Lehrer/Strafende den Raum verlässt oder sich zur Tafel dreht. Auch zu Hause hat das jeder schon einmal beobachtet. Weil zur Disziplinierung von Kindern außerdem Macht gehört, gewöhnlich in Form von Strafen oder der Drohung damit, wehren sich Kinder gegen eine solche strafende Macht, indem sie rebellieren, sich sträuben, sich rächen oder lügen – sie versuchen alles, um zu vermeiden, gezwungen, eingeschränkt oder kontrolliert zu werden.

Forschungen haben ebenfalls erwiesen, dass Strafprozeduren bei Kindern Aggression und Gewaltverhalten auslösen – die häufiger bestrafte Kinder zeigen im Vergleich zu Kindern, die zu Hause

selten oder gar nicht bestraft werden, mehr Aggressionen, mehr Hyperaktivität und Gewalt gegenüber anderen Kindern. In einer Studie fand man heraus, dass fast 100 Prozent von bestraften Kindern im Jahr der Untersuchung einen Bruder oder eine Schwester angegriffen hatten, während dies auf nur 20 Prozent der Kinder von Eltern zutraf, die keine körperlichen Strafen anwendeten (Straus/Gelles/Steinmetz, 1980).

Die Erfassung des Unterschiedes zwischen Disziplin und disziplinieren ist auch aus einem anderen Grund äußerst wichtig. Daran wird deutlich, dass es bei der Disziplindebatte eigentlich darum geht, wie wir mit den Kindern umgehen sollen (es geht um die *Mittel*), und nicht darum, was wir von ihnen erwarten (*Ziel*). Die meisten Menschen sind wohl der Meinung, dass unsere Kinder ordentlich, kooperativ und rücksichtsvoll sein sollten – zu Hause wie auch in der Schule –, aber es besteht ein deutlicher Unterschied in der Auffassung, ob *disziplinieren* das beste Mittel ist, um *Disziplin* zu erreichen, das allgemein anerkannte Ziel.

Lehren oder Kontrollieren

Auch in der Verbform hat »disziplinieren« zwei verschiedene Bedeutungen. Mit der ersten haben wir uns gerade befasst – man diszipliniert mit dem Ziel der Kontrolle. Die zweite Bedeutung hat mit dem Akt des Unterweisens, Unterrichtens, Erziehens zu tun. Im Wörterbuch finden wir die Erklärung: »Mit Unterweisung und Übung lehren, drillen.« In einem anderen Lexikon der Synonyme fand ich die folgenden Begriffe für diese lehrende/unterrichtende Art des Disziplinierens:

trainieren, beraten, drillen, instruieren, lehren, unterweisen, Lektionen erteilen, schulen, bilden, informieren, aufklären, eintrichtern, indoktrinieren, vorbereiten, qualifizieren, heranzüchten, herausarbeiten, führen, vertraut machen.

Hier haben wir es mit einer weiteren Form von Disziplin zu tun, über die es nur selten Meinungsverschiedenheiten gibt. Nur selten wird gefragt, ob es wünschenswert sei, wenn Erwachsene eine oder mehrere der genannten Funktionen bei Kindern und Jugendlichen ausüben. Die meisten würden vielmehr meinen, es sei die Pflicht vernünftiger Eltern und kompetenter Lehrer, diese Art von Training, Beratung und Leitung anzubieten. Niemand will diese Art von Disziplinieren, das Lehren, Ausbilden, Informieren, abschaffen.

Um die kontrollierende Art der Disziplinierung wird jedoch heiß gestritten. Betrachten wir zunächst einmal die Synonymliste für diese Art von Disziplin:

kontrollieren, korrigieren, anweisen, regieren, überwachen, beaufsichtigen, vorsitzen, steuern, in Ordnung halten, regulieren, reglementieren, einschränken, überprüfen, eingrenzen, zurückhalten, verhaften, fesseln, zügeln, zurückhalten, an die Leine legen, zum Schweigen bringen, beherrschen, einsperren, hemmen, strafen, ermahnen, schimpfen, beschuldigen, kritisieren, bestrafen, züchtigen.

Offensichtlich haben wir es hier mit etwas gänzlich anderem zu tun als bei der Disziplin des Lehrens/Trainierens/Informierens. Der Blutdruck steigt, und der Geräuschpegel bei Diskussionen nimmt zu bei Begriffen wie *kontrollieren*, *reglementieren*, *einschränken*, *zügeln*, *zum Schweigen bringen*, *züchtigen*, *strafen* – besonders beim letzteren.

Ich bin überzeugt, dass diese Art von Disziplin weder für meine Kinder noch für andere gesund ist, doch erstaunlich viele Eltern und Lehrer stehen hartnäckig hinter dieser Art von Disziplin, die mit Kontrolle und Restriktion arbeitet. In den meisten Leitfäden für amerikanische Eltern wird sogar behauptet, dass Kinder dies nicht allein brauchten, sondern sogar wünschten, dass sie sich ohne Disziplin unsicher fühlten, dass sie glaubten, man liebe sie nicht, wenn man sie nicht anwendet, dass sie ohne diese Art von Disziplin zu unkontrollierbaren kleinen Ungeheuern würden. Ich möchte jede einzelne dieser unhaltbaren Thesen in den folgenden Kapiteln infrage stellen.

Man muss sich auch klarmachen, dass die lehrende Art der Disziplinierung einen Versuch darstellt, Kinder zu *beeinflussen*, während es bei der anderen Art stets darum geht, sie zu kontrollieren.

Der Unterschied zwischen der *Kontrolle* von Kindern und deren *Beeinflussung* ist nicht sonderlich bekannt, aber überaus wichtig. Offensichtlich wünschen sich die meisten Eltern und Lehrer nichts sehnlicher als die Fähigkeit, junge Menschen zu beeinflussen und damit eine positive Wirkung auf deren Leben zu haben. Aber in ihrem Eifer, sie zu beeinflussen, tappen die meisten Erwachsenen leider in eine Falle. Statt ausschließlich Beeinflussungsmethoden anzuwenden, setzen sie Grenzen, geben sie Befehle, kommandieren, strafen oder drohen mit Strafen. Diese Kontrollmethoden beeinflussen Jugendliche allerdings keineswegs: Sie zwingen sie lediglich zu etwas. Und wenn ein Kind zu etwas gezwungen wird, wird es nicht wirklich beeinflusst; auch wenn es sich fügt, tut es dies gewöhnlich nur aus Angst vor Strafe.

Um auf das Leben junger Menschen grundsätzlichen und dauerhaften Einfluss zu nehmen, müssen Erwachsene die machtorientierten Methoden zur Kontrolle von Kindern unterlassen und

stattdessen bestimmte neue Methoden anwenden, die ihren positiven Einfluss auf das Leben der Kinder verbessern. Diese Methoden werde ich in den folgenden Kapiteln beschreiben. Sie dienen dazu, die natürliche Abneigung von Kindern gegenüber Veränderungen zu verringern, Kinder zu motivieren, Verantwortung für eigene Verhaltensänderungen zu übernehmen, Kinder zu beeinflussen, sich an Abmachungen zu halten, und die Rücksicht in Kindern gegenüber anderen zu fördern.

Hier nun eine kleine psychologische Weisheit, die vielleicht paradox klingt: *Man gewinnt bei Kindern mehr Einfluss, wenn man aufhört, Macht zu ihrer Kontrolle einzusetzen!* Das Gegenteil stimmt allerdings auch: *Je mehr man Macht einsetzt, um Menschen zu kontrollieren, desto weniger Einfluss hat man auf ihr Leben.* Warum? Weil Machtmethoden Widerstand auslösen (nicht tun, was die Erwachsenen wollen), Rebellion (das Gegenteil tun) oder Lügen (etwas nicht tun, aber behaupten, es getan zu haben).

Disziplin von außen und Selbstdisziplin

Lassen Sie uns nun zwischen zwei radikal verschiedenen Arten von Kontroll-Disziplinierung unterscheiden. Die eine wird von außen angewendet oder auferlegt, die andere stammt von innen, ist »selbstaufgelegt«. Disziplin durch andere oder die Disziplin durch das Selbst – Kontrolle durch andere im Gegensatz zu Selbstkontrolle.

Jeder kennt den Begriff *Selbstdisziplin*, aber was bedeutet er eigentlich? Psychologen benutzen den Terminus »Standort der Kontrolle«, der hier vielleicht weiterhelfen kann. Ihre Untersuchungen haben gezeigt, dass manche Menschen meinen, diesen »Standort« in sich selbst zu tragen. Bei Selbstkontrolle ist der Platz der Kon-

trolle in einem selbst, aber wenn die Disziplin durch andere auferlegt wird, befindet sich der Standort der Kontrolle außerhalb der Person – nämlich im Kontrollierenden.

Dass Selbstkontrolle wünschenswert ist, wird nicht bezweifelt. Jeder legt wohl großen Wert darauf, dass Kinder zur Selbstkontrolle, zur Selbstregulierung und Selbstdisziplin fähig sind. Es bestehen jedoch große Meinungsverschiedenheiten darüber, wie man diese wünschenswerten Charaktereigenschaften bei Kindern und Jugendlichen am besten fördert. Wir stehen wieder vor dem Grundkonflikt über die Mittel, mit denen man dieses bestimmte Ziel erreicht.

Die meisten Eltern und Lehrer vertreten die Position, dass Kinder schließlich automatisch eine innere Kontrolle entwickeln, aber als direkte Folge der äußeren Kontrolle, die Erwachsene anwenden (Disziplin). Diese Überzeugung wurzelt in der bekannten Freud'schen Theorie, dass Kinder beim Älterwerden allmählich die früherlebten Zwänge und Kontrollen der Eltern und anderer Erwachsener internalisieren und schließlich diese äußeren Kontrollen in innere Kontrolle und Selbstdisziplin verwandeln.

Heutzutage gibt es ausreichend Beweise, die diese Freud'sche Theorie widerlegen. Die Alltagserfahrung sagt uns, dass sich Selbstdisziplin nicht auf diese Weise entwickelt. Denken wir an das Sprichwort: »Wenn die Katze aus dem Haus ist, tanzen die Mäuse auf dem Tisch.« Na, und wenn die erwachsenen Kontrolleure ihnen den Rücken kehren, zeigen die Kinder gewöhnlich nur wenig Selbstkontrolle. Manchmal tun sie genau das, was die erwachsene Autorität ihnen zuvor verboten hat. Erinnern wir uns auch an das, was man über Pastorenkinder sagt: Anfangs sind sie immer ganz gehorsam, unterwürfig und artig, aber als Jugendliche verwandeln sie sich oft in Rebellen und Unruhestifter. Kinder,



Thomas Gordon

Die Neue Familienkonferenz

Kinder erziehen ohne zu strafen

Taschenbuch, Broschur, 352 Seiten, 12,5 x 18,7 cm

ISBN: 978-3-453-60233-5

Heyne

Erscheinungstermin: September 2014

Wie erreiche ich ein vernünftiges Gleichgewicht zwischen meinen Bedürfnissen als Erwachsener und denen des Kindes?

Thomas Gordon, Autor des Klassikers "Familienkonferenz", weiß Rat: Die eigenen Gefühle zeigen, den Ärger und die Sorgen offenlegen und vor allem das Kind für die Mitwirkung an Kompromisslösungen gewinnen.

 [Der Titel im Katalog](#)