

AHAA®-Vertiefung

Kinder sicher pferdegestützt begleiten



Modul 2 - Altersgerechte Sprache

LERNZIEL 4 – Altersgerechte Gesprächsführung lernen

Grundhaltung (für alle Altersstufen)

Orientierung an Carl Rogers & Gewaltfreier Kommunikation (GFK)

Unabhängig vom Alter gilt:

- **Echtheit** (Rogers): Ich bin präsent, nicht in einer Rolle.
- **Empathie**: Ich versuche zu verstehen, nicht zu erklären.
- **Bedingungslose Wertschätzung**: Das Kind ist okay, so wie es ist.
- **GFK-Grundprinzip**:
Wahrnehmung → Gefühl → Bedürfnis → nächste kleine Möglichkeit
(ohne das Kind zu analysieren oder zu korrigieren)

*Ziel ist **Verbindung**, nicht Einsicht.*

Warum Gesprächsführung mit Kindern anders sein muss als mit Erwachsenen

Wenn wir mit Kindern sprechen, können wir nicht einfach die Gesprächsführung aus der Erwachsenenarbeit übernehmen und „vereinfachen“. Kinder unterscheiden sich nicht nur in ihrer Sprache, sondern vor allem in ihrer **neurobiologischen, emotionalen und kognitiven Entwicklung**.

Das kindliche Gehirn – insbesondere jene Bereiche, die für Selbstreflexion, Impulskontrolle und verbale Verarbeitung zuständig sind – befindet sich noch im Aufbau. In emotional herausfordernden Situationen steht Kindern deshalb oft **keine ausreichende sprachliche Selbststeuerung** zur Verfügung. Was Erwachsene erklären oder reflektieren können, müssen Kinder zunächst **körperlich erleben**, bevor sie es sprachlich einordnen können.

Hinzu kommt: Kinder regulieren sich primär **über Beziehung**. Sprache wirkt bei ihnen nicht isoliert, sondern immer eingebettet in Haltung, Tonfall, Präsenz und Nähe. Ein sachlich gemeinter Satz kann für ein Kind bereits als Druck oder Bewertung erlebt werden, wenn die Beziehung nicht trägt oder das Nervensystem überlastet ist.

Gesprächsführung mit Kindern bedeutet deshalb nicht, Lösungen zu erarbeiten oder Einsicht zu erzeugen. Sie dient dazu, **Verbindung herzustellen**, innere Zustände wahrnehmbar zu machen und Erleben langsam zu integrieren. Genau hier knüpfen sowohl Carl Rogers mit seiner personenzentrierten Haltung als auch die Gewaltfreie Kommunikation an: Es geht um Verstehen, Spiegeln und Wertschätzung – nicht um Erklären oder Korrigieren.

Im pferdegestützten Setting wird dieser Unterschied besonders deutlich. Das Erleben geschieht im Moment, im Körper und in Beziehung. Sprache folgt erst danach – als leise Übersetzung dessen, was bereits erfahren wurde. Altersgerechte Gesprächsführung ist deshalb kein pädagogisches Stilmittel, sondern eine Voraussetzung dafür, dass Kinder sich sicher fühlen, gehört werden und in ihrer Entwicklung begleitet werden können.

Ergänzende Anmerkung: Zur sogenannten „Mickey-Mouse-Sprache“

In der Arbeit mit Kindern entsteht oft der Impuls, besonders niedlich, hoch oder übertrieben freundlich zu sprechen. Diese sogenannte „Mickey-Mouse-Sprache“ ist meist gut gemeint – sie soll Nähe herstellen und Angst nehmen. Aus entwicklungs- und bindungsorientierter Sicht bewirkt sie jedoch häufig das Gegenteil.

Kinder orientieren sich stark an **Stimmklang, Klarheit und innerer Sicherheit** ihres Gegenübers. Eine überhöhte, verniedlichende oder künstlich verstellte Stimme kann für Kinder irritierend sein, weil sie **nicht kongruent** wirkt. Sie spüren unbewusst: *Das passt nicht ganz zusammen.*

Gerade Kinder, die sensibel, überfordert oder neurodivergent sind, reagieren sehr fein auf solche Inkongruenzen. Statt Sicherheit erleben sie dann Unsicherheit oder fühlen sich nicht ernst genommen. Beziehung entsteht nicht durch Niedlichkeit, sondern durch **Authentizität, Ruhe und Klarheit.**

Altersgerechte Gesprächsführung bedeutet deshalb nicht, kindlich zu sprechen, sondern **klar, einfach und echt.** Die Sprache darf reduziert sein, bildhaft und zugewandt – aber sie bleibt auf Augenhöhe. Carl Rogers spricht hier von Echtheit und Kongruenz: Kinder spüren, ob Worte, Stimme und innere Haltung zusammenpassen.

Im pferdegestützten Setting zeigt sich das besonders deutlich. Pferde reagieren nicht auf Worte, sondern auf innere Stimmigkeit. Kinder nehmen diese Stimmigkeit ebenso wahr. Eine ruhige, klare Sprache wirkt regulierend – eine übertriebene oder künstliche Sprache eher verunsichernd.

*“Kinder verstehen sich nicht über Erklärungen –
sie verstehen sich über Beziehung, Erleben und Spiegelung”.*

Altersstufe 6–7 Jahre

Fokus: Wahrnehmen – Spiegeln – Sicherheit

Typische Situationen

- Das Kind wird plötzlich sehr unruhig oder sehr still
- Das Kind klammert oder zieht sich zurück
- Das Kind kann nicht sagen, was los ist
- Das Kind reagiert impulsiv (rennen, rufen, weggehen)

Passende Formulierungen

(kurz, ruhig, beschreibend)

- „Ich sehe, dein Körper ist gerade ganz zappelig.“
- „Deine Hände sind ganz fest.“
- „Das wirkt gerade ein bisschen viel.“
- „Wir machen kurz langsam.“
- „Du bist nicht falsch. Wir schauen zusammen.“

Pferdebezug

- „Schau, das Pferd steht ganz ruhig.“
- „Wir atmen zusammen wie das Pferd.“

Häufige Stolperfallen

- Warum-Fragen („Warum machst du das?“)
- Zu viele Worte oder Erklärungen
- Aufforderungen zur Selbstregulation („Beruhig dich“)
- Ironie oder Verniedlichung
- Reden, während das Kind noch stark aktiviert ist

Altersstufe 8–9 Jahre

Fokus: Einordnen – Mitdenken – Wahlmöglichkeiten

Typische Situationen

- Frustration, wenn etwas nicht klappt
- Ärger auf das Pferd („Es hört nicht“)
- Unsicherheit, ob etwas „richtig“ gemacht wird
- Wechsel zwischen Motivation und Rückzug

Passende Formulierungen

(wertschätzend, strukturierend)

- „Du hast dich sehr bemüht.“
- „Das war gerade frustrierend.“
- „Du hast dir etwas anderes erhofft.“
- „Wir können das langsamer machen oder eine Pause einlegen.“
- „Was würde dir jetzt helfen?“

Pferdebezug

- „Was glaubst du, was das Pferd gerade braucht?“
- „Was hat sich verändert, als du ruhiger wurdest?“

Häufige Stolperfallen

- Leistungsbewertung („Das war gut / falsch“)
- Zu frühe Lösungsvorschläge
- Vergleiche mit anderen Kindern
- Unbewusstes Belehren
- Zu schnelle Interpretation („Du bist halt ungeduldig“)

Altersstufe 10–12 Jahre

Fokus: Selbstreflexion – Sprache finden – Autonomie

Typische Situationen

- Rückzug, Schweigen, „Ist mir egal“
- Scham nach Misserfolg
- Starker innerer Anspruch
- Ambivalenz: Nähe wollen und meiden

Passende Formulierungen

(respektvoll, offen, nicht drängend)

- „Du wirkst gerade sehr zurückgezogen.“
- „Du musst nichts erklären.“
- „Manchmal schützt Rückzug.“
- „Was brauchst du gerade – Abstand oder Unterstützung?“
- „Du kannst das Tempo bestimmen.“

Pferdebezug

- „Das Pferd hält gerade Abstand. Was macht das mit dir?“
- „Was hast du in deinem Körper bemerkt?“

Häufige Stolperfallen

- Psychologisieren („Das ist deine Angst“)
- Überanalysieren
- Zu intime Fragen
- Erwachsene Konfliktlogik übertragen
- Gespräch fortsetzen, obwohl das Kind klar Grenzen zeigt

Zentrale Merksätze für alle Altersstufen

- Erst regulieren, dann sprechen
- Spiegeln vor Fragen
- Wahrnehmung vor Erklärung
- Wahlmöglichkeiten statt Anweisungen
- Beziehung vor Inhalt

Kurzfassung für den Methodenkoffer

- Altersgerechte Gesprächsführung beginnt beim inneren Zustand des Kindes – Worte folgen danach.

Wie sprechen wir mit Eltern?

Haltung, Abgrenzung und klare Sprache

Grundhaltung in der Elternkommunikation

Die Kommunikation mit Eltern unterscheidet sich grundlegend von der mit Kindern.

Mit Eltern sprechen wir:

- klar
- sachlich
- wertschätzend
- transparent

Aber nicht:

- therapierend
- analysierend
- bewertend

*Eltern brauchen **Orientierung und Sicherheit**, nicht Diagnosen oder versteckte Schuldzuweisungen.*

Was ist unser Auftrag gegenüber Eltern?

Unser Auftrag ist es:

- Beobachtungen zu teilen
- Erleben einzuordnen
- Prozesse zu erklären
- Ressourcen sichtbar zu machen

Nicht unser Auftrag ist es:

- das Kind zu diagnostizieren
- elterliches Verhalten zu bewerten
- Erziehungsratschläge zu geben
- Therapie zu ersetzen

Was sagen wir Eltern? (Ja-Bereich)

Wir sprechen über:

- **Beobachtbares Verhalten**
„Mir ist aufgefallen, dass Ihr Kind sich in neuen Situationen zuerst zurückzieht.“
- **Zustände statt Eigenschaften**
„In diesen Momenten wirkt Ihr Kind schnell überfordert.“
(nicht: „Ihr Kind ist sensibel / ängstlich“)
- **Zusammenhänge**
„Unter Stress fällt es Kindern schwer, Sprache zu nutzen.“
- **Ressourcen & Entwicklung**
„Sobald mehr Sicherheit da ist, kann Ihr Kind sich gut einlassen.“
- **Prozess & Zielrichtung**
„Wir arbeiten daran, Selbstregulation und innere Sicherheit zu stärken.“

Was sagen wir bewusst nicht? (Nein-Bereich)

⊘ Wir vermeiden:

- **Diagnosen oder Verdachtsdiagnosen**
✗ „Das ist wahrscheinlich ADHS.“
- **Zuschreibungen**
✗ „Ihr Kind ist schwierig / unselbständig.“
- **Erziehungsbewertungen**
✗ „Sie müssten konsequenter sein.“
- **Therapieähnliche Deutungen**
✗ „Das kommt von Ihrer Bindung.“
- **Vergleiche**
✗ „Andere Kinder können das schon.“

Typische Elternfragen – professionelle Antworten

? „Was hat mein Kind?“

„Ihr Kind zeigt im Moment Zeichen von Überforderung. Wir schauen, was ihm Sicherheit gibt.“

? „Macht mein Kind das extra?“

„Kinder handeln nicht gegen Erwachsene, sondern für sich – um mit einer Situation klarzukommen.“

? „Was können wir zu Hause tun?“

„Ruhige Übergänge, klare Abläufe und wenig Druck unterstützen das, was wir hier aufbauen.“

? „Braucht mein Kind Therapie?“

„Unsere Arbeit ersetzt keine Therapie. Wenn Sie möchten, kann ich Ihnen sagen, worauf Sie achten könnten.“

Abgrenzung: Coaching – Therapie – Erziehung

Das darfst (und solltest) du klar benennen:

Unsere pferdegestützte Begleitung ist kein Therapieersatz.
Sie unterstützt Kinder darin, sich zu regulieren, Sicherheit zu erleben und Erfahrungen zu integrieren. Bei weitergehendem Bedarf braucht es ergänzende Fachstellen. Das schafft Vertrauen – nicht Distanz.

Sprache, die Eltern entlastet (sehr wichtig)

- „Ihr Kind ist nicht falsch.“
- „Das Verhalten ergibt Sinn.“
- „Entwicklung braucht Zeit.“
- „Druck verschärft Überforderung.“
- „Sicherheit ist die Grundlage.“

*“Mit Kindern sprechen wir beziehungs- und erlebnisorientiert.
Mit Eltern sprechen wir klar, transparent und abgrenzend.”*

Typische Stolperfallen in der Elternkommunikation

- Zu viel Fachsprache
- Zu schnelle Lösungen
- Implizite Schuldzuweisung
- Zu grosse Nähe („Ich verstehe Sie sooo gut“)
- Unklare Rollen („Ich würde an Ihrer Stelle ...“)

“Altersgerechte Sprache bedeutet nicht, kindlich zu sprechen, sondern so klar, ehrlich und zugewandt, dass sich Kinder sicher fühlen und ihr eigenes Erleben verstehen lernen.”