

Übung: Stärkung der Selbstwahrnehmung hinsichtlich der körperlichen Grenzen

Für das Erspüren von eigenen Grenzen und den Grenzen anderer gibt es eine recht einfache Übung aus der Selbstbehauptung/Selbstverteidigung, die auch Kinder angeleitet schon gut ausprobieren können: die Distanzlinie.

Die Kinder stellen sich in zwei Reihen gegenüber auf, der Abstand zwischen den Reihen ist etwa fünf Meter. Sie stehen einander zugewandt. Auf Weisung geht ein Kind auf das ihm gegenüberstehende Kind langsam zu und schaut ihm dabei ohne Ablenkung in die Augen. Die anderen Kinder, die stehen bleiben, beobachten sich selbst und achten darauf, wann ihnen die Situation unangenehm wird. Sobald sie sich unwohl fühlen, sagen sie „Stopp“. Das auf sie zu gehende Kind bleibt stehen. Man wird sehen, dass

- die Abstände unterschiedlich weit sind (abhängig vom Bekanntheits-/Freundschaftsgrad der Kinder und vom Ablenkungsgrad – das Ganze geht zu Beginn nicht ohne Albernheiten vonstatten)
- bei Wiederholen der Übung die Abstände anders sein können
- bei Wiederholen mit anderen Partnern die Abstände anders sein können
- die Abstände zwischen den Geschlechtern unterschiedlich sein können
- die Abstände zwischen Kind-Kind und Kind-Erwachsenem unterschiedlich sein können
- usw.

Die Übung wird genau umgekehrt wiederholt. Jedes Kind war dann also jeweils das grenzensuchende und das grenzenverteidigende Kind.

Nach der Übung beschreiben die Kinder in einer kurzen Besprechung ihre Gefühle – sowohl die stehen gebliebenen als auch die zugehenden Kinder.

Diese Übung immer mal wieder zu wiederholen in ganz unterschiedlichen Konstellationen „trainiert“ das Gefühl der Kinder, ihre persönliche Distanz zu finden, auf ihr Bauchgefühl zu hören, zu lernen, wann ihnen jemand zu nahe kommt und auch, wann sie jemandem zu nah kommen. Es ist zudem zu beobachten, dass das „Stopp“-Signal nicht nur dem Kind dient, dessen Individualdistanz unterschritten wird, sondern auch das Kind entlastet, das die Distanzgrenze touchiert. Das ist eine wertvolle Erkenntnis für alle Seiten: Der Aktive lernt, die Grenzen anderer zu achten und nicht das (unangenehme) Gefühl zu erfahren, die Grenzen verletzt zu haben. Der Passive lernt, sich abgrenzen zu können und nicht das unangenehme Gefühl zu erfahren, seine Grenzen verletzt zu sehen. Beide werden handlungskompetent.

Kinder sind dankbar und entlastet, wenn sie vom anderen Grenzen aufgezeigt bekommen. Das „Bis hierhin und nicht weiter“ ist eine wichtige Information im Lernprozess zu sozialkompetentem Verhalten.

Hintergrundinformation: Anzahl von Kindeswohlgefährdungen

Die Zahl der Kindeswohlgefährdungen ist in Deutschland nach einem Rückgang im zweiten Pandemiejahr 2021 wieder angestiegen. Das folgt (auch) einem langfristigen Trend: In den Jahren vor der Pandemie seit 2012 verzeichneten die Ämter einen kontinuierlichen Anstieg, der seit 2017 besonders kräftig war. Das zweite Coronajahr ließ erstmalig wieder einen Rückgang erkennen. 2022 allerdings stiegen die Zahlen wieder (moderat) an.¹

Hintergrundinformation: Schule als sozialer Ort

Schule ist Ort der Bildung und des Lernens. Aber in Schule passiert noch viel mehr, das Einfluss auf die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen hat: Sie setzen sich sozial auseinander, finden Freunde, orientieren sich an Gleichaltrigen, müssen sich durchsetzen, Kompromisse verhandeln, andere Meinungen aushalten, erleben Erfolg und Misserfolg, unterstützende wie nichtunterstützende Lehrkräfte, „gute“ und „schlechte“ Pädagogen, finden Spaß und Langeweile. Sie sind eine „Leidensgemeinschaft“, aber auch eine Freundesgemeinschaft, in der gemeinsames Wachsen und soziales Lernen wichtige Weichen für das Erwachsenwerden und das Bestehen in der Gesellschaft stellen können.

Dazu gehört auch, dass Schule ein geschützter Raum ist und sein sollte. Ein Raum, in dem Kinder und Jugendliche Schutz erfahren, Unterstützung und Hilfe, in dem sie gesehen werden und in dem Fachleute (hier: Pädagogen) einen Blick darauf haben, ob es dem Kind, dessen Bildung und psychosoziales Wohlergehen ihnen anvertraut sind, gut geht.

Gesetzlich ist dieses Wachen über das Wohlergehen seit 2012 auch im Bundeskinderschutzgesetz festgeschrieben. Lehrkräfte sind damit fester Bestandteil der Verantwortungsgemeinschaft im Kinderschutz. Sie haben den Auftrag (aber auch tatsächlich die Möglichkeit), das Kindeswohl beeinträchtigende Situationen möglichst früh zu erkennen und anhand von Handlungsleitfäden zu wissen, was zu tun ist, um dem Kind zu helfen. Je nach Falllage ist zu entscheiden, ob ein Gespräch mit den Eltern ausreicht oder eine größere Interventionsstrategie unter Einbezug von Fachstellen und des Jugendamts notwendig wird.

Der Schulleitung kommt dabei die Aufgabe zu, nicht nur Leitungsinstanz zu sein, sondern auch Lehrkräfte darin zu unterstützen, ihren Aufgaben hinsichtlich des Kindeswohls gerecht zu werden. Dazu gehören angemessene Rahmenbedingungen wie Zeit, Räumlichkeiten und Fortbildungen.

Grundverantwortung aller an Schule Beteiligten ist es, das Kindeswohl ernst zu nehmen und mit Verletzungen dieses Wohls kompetent umzugehen.

Hintergrundinformation: Anzeichen für Kindeswohlgefährdungen

Eine Kindeswohlgefährdung liegt vor, wenn ...

¹ https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/08/PD23_304_225.html.

- das Kind Gewalt und Misshandlung erfährt. Das betrifft körperliche Gewalt (Schläge, Tritte, Schütteln etc.) ebenso wie psychische/seelische Gewalt (Isolation von sozialen Kontakten, Herabsetzung der Person, Bedrohung, Instrumentalisierung des Kindes bspw. zu strafbaren Zwecken, die Zuweisung einer Erwachsenenrolle etc.);
- das Kind sexualisierte Gewalt erfährt. Dazu gehört jede sexuelle Handlung, die dem Kind zugefügt oder von ihm verlangt wird oder vor ihm vorgenommen wird. Zu beachten ist, dass die Fälle sexualisierter Gewalt am häufigsten aus dem sozialen Nahraum des Kindes erfolgen. Sexualisierte Gewalt kann physisch (körperliche Handlungen am Kind, durch das Kind oder vor dem Kind) wie auch psychisch (anzügliche Bemerkungen und Aufforderungen oder Androhungen, nicht altersgemäße Gespräche und Schilderungen über Sexualität, das Zugänglichmachen von Pornografie und/oder Erotika etc.). Weiterhin gehören zum sexuellen Missbrauch die visuelle oder akustische Darstellung verübter sexualisierter Gewalt an Kindern sowie die Kinderprostitution. Die technischen Möglichkeiten der digitalen Welt eröffnen Tätern neu und andere Betätigungsfelder, Chatrooms, Nachrichten, Videos bzw. der Zugang zu Pornoseiten stellen Gefahren für Kinder und Jugendliche dar. Vor allem in den von Kindern und Jugendlichen genutzten sozialen Netzwerken suchen Täter nach Möglichkeiten, einen sexuellen Missbrauch anzubahnen (Cybergrooming). Dazu werden falsche Identitäten genutzt, um Kontakt und Vertrauen aufzubauen. Letzter (digital verursachter) Aspekt ist das Versenden von (harmlosen) Fotos, das für Kinder und Jugendliche zum Alltag in ihren sozialen Netzwerken geworden ist. Solche Fotos können von Tätern manipuliert und für sexuelle Zwecke verändert werden. Zudem kann es auch im sozialen Nahraum als Konsequenz zerbrochener Freundschaften oder Partnerschaften zur (auch) sexuell missbräuchlichen Verbreitung kommen;
- das Kind häusliche Gewalt erfährt. Häusliche Gewalt ist im Grunde eine Form der oben genannten physischen, psychischen oder sexuellen Gewaltformen im Haushalt, in dem das Kind lebt. Dabei muss das Kind nicht unmittelbar selbst betroffen sein, auch Gewalt gegen andere Haushaltsmitglieder ziehen ein Kind, einen Jugendlichen in Mitleidenschaft. Das vor allem beschädigende Moment ist das Aufwachsen in einer Atmosphäre der Gewalt und ständigen Schutzlosigkeit;
- das Kind vernachlässigt wird, also die elterliche Fürsorge unterlassen wird. Dazu kann die unzureichende Versorgung der körperlichen Bedürfnisse (Nahrung, Kleidung, Hygiene, Wohnverhältnisse etc.), die mangelnde Versorgung der kognitiven und erzieherischen Bedürfnisse (Kommunikation, fehlende Erziehung, mangelnde spielerische und Leistungsanregung etc.), das Versagen emotionaler Bedürfnisbefriedigung (mangelnde Wertschätzung und Geborgenheit etc.) sowie eine Verletzung der Aufsichtspflicht gehören;
- ein Mädchen von weiblicher Genitalbeschneidung betroffen ist. Eine weibliche Genitalbeschneidung ist in Deutschland ein Straftatbestand (§ 226a STGB) und gilt als Kindwohlgefährdung. Ca. 35.000 betroffene Frauen und etwa 6.000 von einer Genitalbeschneidung bedrohte Mädchen im Kindergarten- und Grundschulalter leben in Deutschland.

Hintergrundinformation: Individualdistanz bei Erwachsenen

Ein Beispiel: Sieben Menschen stehen in einem Aufzug im Kaufhaus. Man kennt sich nicht. Taschen, Mappen, Rucksäcke, dicke Jacken, atmen, husten, ein Telefon klingelt ... es ist eng. Zu eng, viel zu eng. Die durchschnittliche Individualdistanz des Menschen beträgt etwa drei Meter. Das ist der Bereich, in dem wir gerade noch reaktions- und handlungsfähig sind (umdrehen und wegrennen, ausholen und abwehren ...). Alles darunter lassen wir nur zu, wenn wir die andere Person gut kennen, je näher wir jemanden körperlich an uns heranlassen, umso besser kennen wir ihn normalerweise und umso mehr vertrauen wir ihm, wir machen uns angreifbar, verletzlich im Wissen und Vertrauen, dass der andere uns nichts tut.

Im Aufzug (ebenso in Bus und Bahn, im Laden, im Wartezimmer usw.) müssen wir Fremde aber näher als drei Meter an uns heranlassen. Das löst in unserem Gehirn Stress aus, wir fühlen uns unwohl, eingeengt, das Atmen ist reduziert. Irgendwie muss unser Stress mit der Situation einen Umgang finden, man vermeidet unbedingt den Blickkontakt (der für unser Gehirn eine Provokation sein kann), man redet nicht (worüber auch?), manche nehmen die (Hand-)Tasche oder Mappe vor die Brust, man blickt auf die Stockwerksanzeige oder liest die Warnhinweise. Mancher vertieft sich in sein Handy. Das alles sind Reaktionen, mit denen (meist ganz unbewusst, unser Gehirn macht das ganz alleine) versucht wird, der Grenzverletzung unserer Individualdistanz zu begegnen. Wir wissen (kulturell), dass der andere uns nicht in bedrohender Weise nahekommt (deswegen schnauzen wir die anderen auch nicht an oder wehren sie körperlich ab), aber unser Gehirn signalisiert eine latente Gefahr, der wir nicht „angemessen“ begegnen können. Wir suchen Ersatzhandlungen: Gemeinsam auf die Anzeige zu starren deeskaliert den Stress, die Tasche vor die Brust zu nehmen ist nicht nur ein Schutz vor möglichen Taschendieben, sondern in erster Linie der Versuch, die verletzte körperliche Grenze zu stabilisieren, uns ab-zu-grenzen.

Treten wir aus dem Aufzug heraus, richtet sich der Körper auf, man bewegt sich, man atmet tief auf, die Tasche wird heruntergenommen, der Blick schweift wieder umher und begegnet anderen Blicken. Der Stress sinkt. Merklich. Das unangenehme Gefühl schwindet.

Exkurs: Wie verlernen grenzverletzende Kinder dieses Verhalten?

Man könnte auf den Gedanken kommen, dass ein (schon) übergriffig gewordenes Kind mit besonderer Konsequenz oder „Härte“ zum Umlernen bewegt werden könnte. Das Gegenteil ist der Fall. Diese Kinder haben bisher wenig erfahren, wie sie sich anders regulieren, anders ihre Ziele erreichen und ihre Wünsche umsetzen können bzw. auszuhalten, wenn sie etwas nicht erlangen. Sie haben (zu) wenig Aufmerksamkeit auf ihre Bedürfnisse erfahren und (zu) viel Aufmerksamkeit auf ihr Fehlverhalten.

Umlernen ist anstrengend für alle Beteiligten, es gibt Rückschläge, Verunsicherung, Tränen und Wut. Dies angemessen emotional aufzufangen und das Kind lernen zu lassen, dass die Alternativen, die im Verhaltensrepertoire angeboten werden, ebenso zielführend, aber mit weniger Konflikt und Beschädigung sind, ist ein längerer und in Teilen schmerzvoller Prozess. Es besonders empathisch und aufmerksam zu begleiten, viel zu erklären, Vorschläge zu machen und entwickeln zu lassen, Regeln zu vereinbaren und auch dem übergriffigen Kind die Versicherung zu geben, dass es geliebt und geachtet wird und jederzeit kommen und um Hilfe ersuchen kann, zudem ihm jeden Fortschritt wertschätzend zu spiegeln, ist der Weg, dem grenzverletzenden bis übergriffigen Kind (das letztlich selbst beschädigt ist) sozialadäquate friedliche und emotional bereichernde Handlungserfahrungen zu verschaffen. Es braucht keine Strafen, Herabsetzungen oder Bloßstellungen, sondern dafür braucht es Liebe, Geduld und Konsequenz.