

Lea Wedewardt

Wörter-
zauber



statt



SPRACHGEWALT

Achtsam sprechen in Kita, Krippe und Kindertagespflege

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2024
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Umschlagkonzeption und -gestaltung: Sabine Hanel, Gestaltungssaal,
Rohrdorf bei Rosenheim
Satz: Sabine Hanel, Gestaltungssaal
Illustrationen: © Dzmltry – shutterstock, © pokki77 – shutterstock,
© redstone – shutterstock
Herstellung: Grafik Media Produktionsmanagement GmbH, Köln

Printed in Poland

ISBN (Print) 978-3-451-39699-1
ISBN EBook (PDF) 978-3-451-83207-9

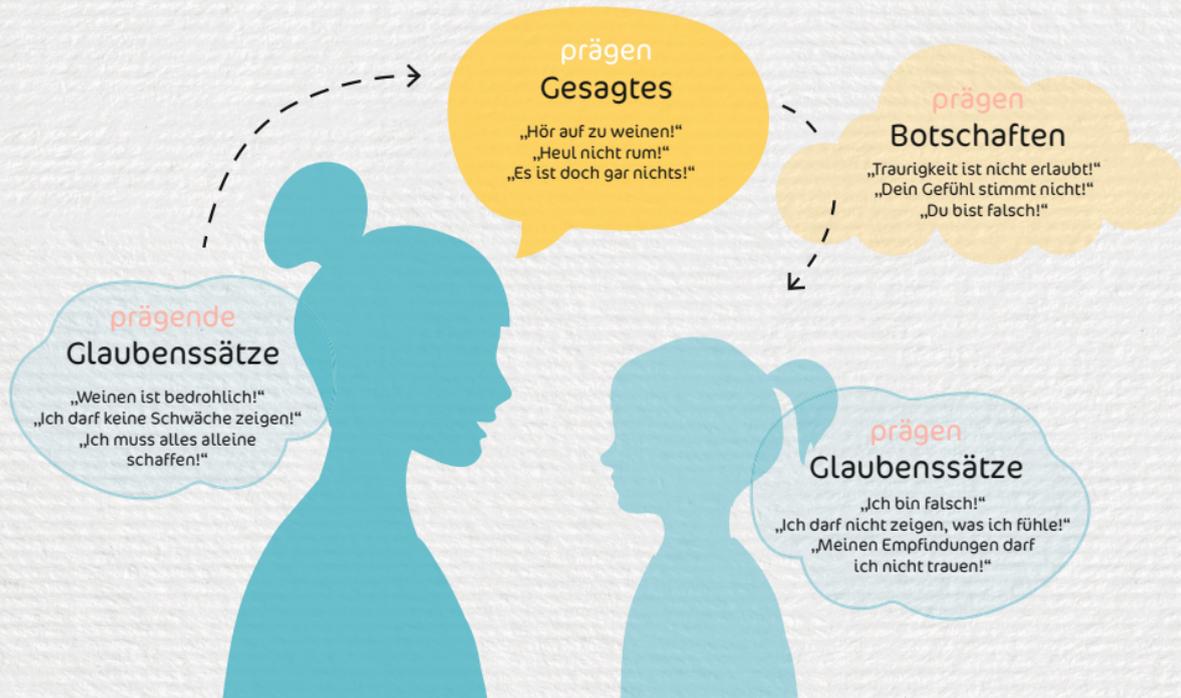
Die Macht der Worte

Worte sind wirksam und machtvoll. Sie können unterstützen, sanft streicheln, heilen und guttun. Auf der anderen Seite können Worte so schmerzhaft sein, dass sie sich wie Pfeile anfühlen, die mitten ins Herz treffen und dort ihre Spuren hinterlassen. Verletzende Worte sind Teil **emotionaler Gewalt** und lassen sich je nach Intensität und Häufigkeit nur schwer heilen.

Worte können auf diese Weise Spuren im **Selbstbild** des Kindes hinterlassen. So können sie ein positives Selbstbild und einen inneren wohlwollenden Dialog fördern wie: „Ich bin gut, so wie ich bin!“, „Ich bin hier sicher!“, „Ich gehöre dazu!“, „Ich bin angenommen, wie ich bin!“ oder negative, kritische innere Sätze bewirken wie: „Ich bin nicht wichtig!“, „Meine Bedürfnisse sind nicht relevant!“, „Ich bin unsicher!“, „Ich bin falsch!“, „Ich habe keinen Platz in der Welt.“, „Ich kann nichts bewirken!“.



Der Kreis der Worte



Quelle: Wedewardt, L. (2022): Wörterzauber statt Sprachgewalt. Achtsam sprechen in Kita, Krippe und Kindertagespflege, S. 70.

Kategorien von Sprachgewalt & Wörterzauber

SPRACHGEWALT	WÖRTERZAUBER
Stigmatisierende Sprache „Du Rabauke!“	Verstehende Sprache
Drohende Sprache „Wenn du jetzt nicht ..., dann!“	Einfühlende Sprache
Adultistische (machtvolle) Sprache „Du bist doch kein Baby mehr!“	Gleichwürdige Sprache
Geschlechterstigmatisierende Sprache „Typisch Jungs!“	Geschlechtersensible Sprache
Manipulierende Sprache „Da bin ich aber traurig, wenn du ...!“	Bedürfnisorientierte Sprache
Bewertende Sprache „Du bist schüchtern!“	Beschreibende Sprache
Lob „Du hast so schön gegessen!“	Wertschätzende Sprache
Gefühlsabsprechende Sprache „Erst wenn du dich beruhigt hast, rede ich mit dir!“	Gefühlssprache

Negative Sprache „Nicht auf die Straße gehen!“	Positive Sprache
Unklare Sprache „Setz dich ordentlich hin!“	Klare Sprache
Fordernde Sprache „Du ziehst dir jetzt die Jacke an!“	Bittende Sprache
Verantwortung abgeben „Du bringst mich an meine Grenze!“	Verantwortung übernehmen
Grenzverletzende Sprache „Na, meine Süße?“	Grenzwahrende Sprache
Verallgemeinernde Sprache „Nie hilfst du mit aufräumen!“	Differenzierte Sprache
Vergleichende Sprache „Alle Kinder haben schon ihren Teller abgeräumt, nur du nicht!“	Vergleiche vermeiden
Ironische Sprache „Na, das hast du ja wieder toll gemacht!“	Ernstnehmende Sprache

Gründe für Sprachgewalt

Es gibt verschiedene Ursachen für die Verwendung von verletzender Sprache:

1. **Hilflosigkeit und Überforderung:** Wenn eine pädagogische Fachkraft mit Kindern in Konflikte gerät, die sie nicht lösen kann, tritt gehäuft Sprachgewalt auf. Das kann damit zusammenhängen, dass Personal fehlt, Kinder nicht kooperieren oder keine geeigneten Handlungsstrategien zur Verfügung stehen.
2. **Eigenes Trauma:** Durch einen äußeren Trigger (z. B. ein bestimmtes Verhalten oder Gefühl eines Kindes) können aufgrund eines Traumas starke Emotionen bei der Fachkraft ausgelöst werden, die sich in Form von Sprachgewalt zeigen.
3. **Kultur der Sprachgewalt:** In unserer Gesellschaft ist es an vielen Stellen normal, Sprachgewalt in Kommunikation einfließen zu lassen. Insbesondere in der Kommunikation mit Kindern scheint es manchmal anerkannt zu sein, Sprachgewalt zu nutzen.
4. **Unwissenheit:** Sprachmuster und deren Wirkweisen sind vielen Menschen einfach nicht bewusst. Durch Reflexion und Fachwissen lassen sich Veränderungsprozesse schnell anstoßen.

Eine achtsame Sprache (Wörterzauber) üben

Um eine achtsame Sprache (Wörterzauber) zu entwickeln, sind folgende Fähigkeiten erforderlich:

1. **Selbstreflexion:** Wenn ich mit mir selbst in Kontakt bin, spüren kann, was ich selbst fühle, brauche und wo meine eigenen persönlichen Grenzen sind, kann ich diese passend und klar kommunizieren. Auch die Reflexion eigener wunder Punkte ist für eine achtsame Sprache unerlässlich.
2. **Offenheit/Authentizität:** Wenn ich mich selbst zeige mit meinen eigenen Gefühlen, Bedürfnissen und Grenzen, können Kinder mich einschätzen und auf mich reagieren. Das gibt Sicherheit und Orientierung.
3. **Verantwortungsbereitschaft:** Wörterzauber bedeutet, dass ich in der Sprache Verantwortung für meine eigenen Gefühle und Bedürfnisse übernehme, ohne dafür die Kinder verantwortlich zu machen.
4. **Klarheit:** Der Wörterzauber ist eine klare Sprache, die den Kindern Sicherheit vermittelt: Durch eine konstruktive und positive Sprache können sie genau einschätzen, wo Grenzen sind und welche Handlungsoptionen bestehen.

Eine achtsame Sprache (Wörterzauber) üben

5. **Beschreibend – nicht bewertend:** In der achtsamen Sprache wird versucht, Wertungen zu vermeiden und den Fokus auf Beschreibungen zu legen.
6. **Gleichwürdigkeit:** Entscheidend für den Wörterzauber ist ein Dialog auf Augenhöhe. Die Meinung und das Anliegen des Kindes werden gleichwürdig zur Meinung und dem Anliegen der pädagogischen Fachkraft in den Aushandlungsprozess einbezogen.
7. **Empathie:** Die Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen des Gegenübers werden gesehen und verbalisiert.

Schritte zum Wörterzauber

Pädagogische Fachkräfte können ihre Sprache im Alltag verändern, indem sie sich genau beobachten, sich selbst zuhören, indem sie Worte bemerken, ihre Botschaften entschlüsseln und nach und nach neue Formulierungen einüben.

1. Sprachgewalt bemerken
2. Die Botschaft der Worte entschlüsseln
3. Die Wirkung auf das Selbstbild des Kindes verstehen
4. Neue Formulierungen entwickeln
5. Neue Formulierungen einüben



Es ist hilfreich, wenn das Team eine sichere, **fehlerfreundliche Gemeinschaft** bildet, in der die Mitglieder sich gegenseitig auf Wortmuster aufmerksam machen und gemeinsam üben, ohne Sprachgewalt auszukommen.