

► **Zur Freiheit gehört es, abwechselnd zu regieren und regiert zu werden.** *Aristoteles*

„Was soll der Satz?“, werden Sie vielleicht fragen genauso wie ich, als ich diesen Satz zum wiederholten Mal hörte und erstmal voller Opposition war (ich dachte spontan an Führer und Gehorsam). Aber dann habe ich in Ruhe über den Satz nachgedacht. Es heißt ja nicht, „muss folgen“, sondern es geht darum, folgen zu können, und das ist manchmal wichtig.

Wie gut tut eine freundliche Bestätigung oder ein aufmunterndes Lächeln, wenn ich eine Frage habe.

geführt, beeinflusst, überredet, überzeugt, geleitet wird, um die Gefühle, Gedanken, Bedürfnisse als „Folgende“ selbst zu spüren und zu erleben und daraus resultierend evtl.

- ☒ anders leiten,
- ☒ anders Wissen vermitteln,
- ☒ anders Orientierung geben,
- ☒ anders steuern,
- ☒ anders neue Wege aufzeigen,
- ☒ anders den Ton angeben,
- ☒ anders beistehen,
- ☒ anders helfen,
- ☒ anders gestalten.

Wie oft habe ich als Teilnehmerin Sätze wie die folgenden gedacht:

☒ Wie gut tut eine freundliche Bestätigung oder ein aufmunterndes Lächeln, wenn ich eine Frage habe.

☒ Ich will erneut drauf achten, Aufforderungen auf jeden Fall freundlich zu formulieren und das „Bitte“ nicht zu vergessen.

☒ Alle Fragen, Argumente, Themen, Informationen, Probleme, Zweifel meiner TeilnehmerInnen ernst nehmen, empathisch sein und freundlich darauf eingehen – auch bei sich immer wiederholenden Fragen.

Nur wer folgen kann, kann auch gut führen

Liesel Polinski

Folgende Aspekte sind mir bei diesem Satz wichtig geworden:

Es ist gut, auch mal Anordnungen, Aufträge, Weisungen, Befehle und Wünsche von anderen auf mich wirken zu lassen, ihnen zu folgen, und dadurch neue Wege zu gehen, etwas anders zu machen als gewöhnlich, Neues zu lernen – und zu erleben, wie geht es mir, wenn ich tue, was andere mir sagen – vielleicht kann ich auch die Verantwortung an andere abgeben, wenn ich nicht überzeugt bin, aber trotzdem Druck verspüre, das zu tun, was von mir verlangt wird.

Anweisungen können auch sehr motivierend sein, wie ich es in der Schule bei Lehrern erlebt habe, die von ihrem Stoff und der Aufgabe als Lehrer für uns beseelt waren und die versuchten, das, was ich wusste, aus mir herauszubringen, anstatt zu suchen, wo meine Lücken waren. Sie sind mir gefolgt und ich folgte ihnen. Gerade für mich, die ich in meiner Arbeit mit Gruppen als PEKiP-Gruppenleiterin und -Ausbilderin meist in der Rolle der Führenden bin, sind eigene Fortbildungen unerlässlich.

Nur wer seinen Schatten kennt und zu ihm steht, kann über seinen Schatten springen.

Es ist wichtig, immer wieder die Rolle derjenigen anzunehmen, die

PEKiP – ein Kind des Verbandes

Das Prager-Eltern-Kind-Programm ist ein Konzept zur Entwicklungsbegleitung für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Es basiert auf Forschungen und Erfahrungen des Psychologen Dr. Jaroslav Koch, der am Prager Institut für Mutter und Kind im Rahmen seiner Deprivationsforschungen Bewegungs- und Sinnesanregungen für Babys und ihre Eltern erarbeitet und erprobt hat.

Darauf aufbauend entwickelten seit 1973 die Diplompsychologin Prof. Dr. Christa Ruppelt (FH Bochum) und der Sozialwissenschaftler Prof. Dr. Hans Ruppelt (Universität Wuppertal) in Zusammenarbeit mit Sozialpädagoginnen, Sozialarbeiterinnen und Diplompädagoginnen das PEKiP als ein Konzept der Gruppenarbeit mit Eltern und Babys. Seit 1978 gibt es die Fortbildung für pädagogische Fachkräfte nach dem PEKiP-Konzept. Unter der „Schirmherrschaft“ und Förderung durch die 1. Vorsitzende des DBS – Prof. Else Funke – wurden die ersten Gruppenleiterinnen ausgebildet. Dieses „Kind“ wurde erwachsen und gründete 1988 den Verein PEKiP e.V. Dieser fördert seitdem die Gruppenarbeit mit Eltern und Kindern im ersten Lebensjahr bundesweit und bildet die PEKiP-GruppenleiterInnen aus.

„Wie spricht die Leitung eigentlich mit mir?“ – „Wenn die was von mir will, kann sie wenigstens bitte sagen!“ – „Dieser schulmeisterliche Ton. Ich bin doch nicht ihr Blag.“ – „Wir sollen da jetzt was machen, aber so richtig weiß die wohl auch nicht, was sie von uns will.“ – „Das Gesicht, das die machte, als ich was sagte – da halte ich nächstens besser meinen Mund.“ – „Soll sie doch nicht fragen, wenn unsere Antworten nicht ihren Vorstellungen entsprechen.“

Als Teilnehmerin wird mir wieder bewusster, wie viel Verantwortung ich als Leiterin von Gruppen habe.

☒ Durch eigenes Verhalten und sensibles Eingehen auf die TeilnehmerInnen bin ich Modell. Die Teilnehmenden werden sich meist ähnlich verhalten, also mir folgen.

☒ Als Teilnehmerin (Folgende) spüre ich, wie die Leitung führt und kann danach mein eigenes Handeln als Leiterin wieder besser kritisch hinterfragen.

Je mehr eine Führungsperson in vielen Bereichen qualifiziert ist, je harmonischer und ganzheitlicher sie selbst sich entwickelt, desto umfassender kann sie andere leiten

und fördern. Ein weiterer Aspekt, den ich beleuchten möchte, ist der, dass ich als Führende auch meinen TeilnehmerInnen folge(n muss).

Nur wenn ich sie beobachte, ihre Gedanken (teilweise) kenne, evtl. über ihre Einstellungen, ihren Hintergrund, ihre Probleme, ihre Wünsche Bescheid weiß, kann ich sie gut (meist nondirektiv) führen. Dieses Wissen erfahre ich am besten, indem ich sie frage. Dies ist gut möglich bei Gruppen, die über einen längeren Zeitraum bestehen (PEKiP-Gruppen bleiben ca. ein Jahr zusammen).

Wer fragt, der führt.

Interpretationen bringen mich vielleicht auf die falsche Fährte. Ein Beispiel wie wichtig „Folgen“ ist, erlebte ich in einem Dokumentarfilm, den ich kürzlich sah.

Ein autistischer Junge befand sich in einem Raum. In der ersten Sequenz saß die Therapeutin ruhig auf einem Stuhl und nahm keinerlei Kontakt zu dem Kind auf. Der Junge interessierte sich auch nicht für sie. In der zweiten Sequenz versuchte sie Kontakt zum Jungen aufzunehmen. Dies gelang aber nur minimal. In der dritten Sequenz machte sie alles nach, was der Junge machte, und das führte dazu, dass der Junge sie wahrnahm und zu ihr intensiven Kontakt aufbaute.

Ähnliches beobachte ich auch häufig bei den Babys in der PEKiP-Gruppe. Sie folgen einander.

- ☒ Das eine greift nach dem Arm eines anderen.
- ☒ Das andere spürt es, wendet sich zur Seite und greift zu dem Baby, folgt dem Kind, das den Kontakt aufgebaut hat.
- ☒ Und schon sind sie im intensiven Dialog.

Auch kann ich als PEKiP-GruppenleiterIn den Babys folgen. Dabei spielt das Beobachten eine große Rolle. Welche Freude haben sie, wenn sie mimisch, gestisch oder sprachlich von Erwachsenen nachgeahmt werden. Und besonders freut es sie, wenn wir ihnen im wörtlichen Sinne folgen (uns zu ihnen legen, hinter ihnen her krabbeln).



Wer fragt, der führt. Interpretationen bringen mich vielleicht auf die falsche Fährte.

Autorin

Liesel Polinski,
Dipl. Sozialarbeiterin,
PEKiP-Gründerin, -Ausbilderin,
-Gruppenleiterin, Gesundheits-
trainerin: BGT, AT

Autorin der rororo Bücher:
PEKiP: Spiel und Bewegung
mit Babys, Kleine Kinder entdecken die Welt, 100 Fragen:
Babys erstes Jahr

Kontakt:
liesel.polinski@gmx.de,
Homepage:
www.pekip.de/polinski

Ich möchte in Zukunft wieder mehr meinen großen und kleinen TeilnehmerInnen folgen.

Die beste Führung ist die, unter der die TeilnehmerInnen glauben, sie haben es allein geschafft. Als PEKiP-Gruppenleiterin bin ich Führerin auf begrenzte Zeit, und die TeilnehmerInnen kommen freiwillig und motiviert. Ich bin als GruppenleiterIn einen Schritt hinter meinen TeilnehmerInnen. Achtsam und wertschätzend folge, begleite und unterstütze ich ihre Entwicklung. Zugleich bin ich einen Schritt voraus. Aus Erfahrung (z. B. auch folgen zu können) und Kompetenz (führen gelernt zu haben) leite ich.

Ein weiterer wichtiger Aspekt des Folgens: Ich will mir selber auch immer wieder (wohlwollend und kritisch) folgen. Dabei ist es hilfreich, mir u. a. die folgenden Fragen zu beantworten:

- ☒ Nehme ich meine TeilnehmerInnen so an, wie sie sind?
- ☒ Kann ich ihre Gefühle, Sichtweisen und Handlungen verstehen?
- ☒ Gelingt es mir, meine Gefühle und Sichtweisen meinen TeilnehmerInnen zu zeigen?
- ☒ Spreche ich verständlich?
- ☒ Bin ich genügend informiert?
- ☒ Habe ich Kriterien, um meinen Informationsstand zu überprüfen?

- ☒ Schätze ich meine Kräfte richtig ein?
- ☒ Mache ich mir eigene Erfahrungen zunutze?
- ☒ Kann ich Unstimmigkeiten und Konflikte offen darlegen?
- ☒ Bin ich bei Kritik konstruktiv?
- ☒ Bestätige ich meine TeilnehmerInnen bei guten Ansätzen und (Teil)Erfolgen?
- ☒ Biete ich meinen TeilnehmerInnen Hilfe an, wenn Schwierigkeiten auftreten?
- ☒ Reagiere ich auf veränderte Situationen mit veränderten Mitteln?

Erfolg ist das, was erfolgt, wenn ich mir selbst folge.

Es ist wichtig, dass ich mir selbst folge, indem ich mich sowohl weiter entwickle, aber auch mich selber annehme, mich zeige, so wie ich bin in meiner eigenen Art.

Ich bin ich selbst, so wie ich bin, wertvoll, einfach weil es mich gibt.

Wenn du eine Show machst, erhältst du bestenfalls eine Belohnung für gutes Betragen, und dir bleibt das schmerzhafteste Gefühl, dass kein Hahn nach dir krähen würde, wenn jede(r) wüsste, wie du wirklich bist. (Aus: Kopp, Sheldon B.: Triffst du Buddha unterwegs)

Wenn ich frei bin, sowohl einer Meinung zu folgen, als auch anders zu denken und zu handeln, bin ich ein mündiger Mensch. Der mündige Mensch hinterfragt prinzipiell alles und sucht sich eine Antwort, die zu ihm persönlich passt, ohne den Anspruch, dass seine individuelle Lösung für alle anderen Menschen Allgemeinverbindlichkeit haben muss. Kurzfristig kostet es diejenigen, die sich mündig verhalten wollen, eine gewisse Anstrengung, aber es lohnt sich auf lange Sicht, denn das Gefühl auf der Suche nach einer maßgeschneiderten Lösung aktiv an der eigenen Lebensgestaltung mitzuwirken, erschließt Kraftreserven. Zunehmende Mündigkeit ist in unserer Welt für die eigene Lebensgestaltung wichtig und besonders auch für die unserer Kinder.

Der sicherste Weg, es seinen Kindern schwer zu machen, besteht darin, es ihnen zu leicht zu machen.

Eltern, die ihren Kindern nicht folgen, sondern ihnen alles abnehmen und alle Wege ebnen, tun ihnen kurzfristig vielleicht einen Gefallen. Langfristig sind die Kinder aber immer weniger in der Lage zu folgen, eine eigene Meinung zu entwickeln, danach zu handeln und ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen und sich auch Anstrengungen abzuverlangen, um die unvermeidlichen Stolpersteine des Lebens zu meistern. Eine Geisteshaltung mit dem Schwergewicht der Eigenverantwortung ist für GruppenleiterInnen wichtig. Indem wir davon ausgehen, dass jede/r selbstverantwortlich und mündig sein kann, schaffen wir ein Klima, das es den Betroffenen leichter macht, sich tatsächlich selbstverantwortlich und mündig zu fühlen und zu verhalten. Wir trauen den TeilnehmerInnen zu, dass sie selber Lösungen für ihre Fragen finden.

Wer gibt, hat Macht, und wer Macht hat, trägt die Verantwortung zu geben.

Es ist wichtig, dass keine Abhängigkeiten entstehen. Die Fragen der TeilnehmerInnen sind immer beantwortenswert und wir können sie oft an die Gruppe weitergeben. Wir nehmen ihnen nicht die Verantwortung für ihr Leben ab. Lob, Strafe und Befehle verbieten sich damit von selbst, denn auch hierbei werden Abhängigkeiten geschaffen.

Die Gelobten oder Zurechtgewiesenen werden durch diese Worte vor allem darauf konditioniert, im Beisein der Befehlenden zu folgen, anstatt ihre Energien darauf zu richten, zu erkennen, was für sie selbst das Beste ist.

Wenn wir unsere TeilnehmerInnen mit Rat, „Schlägen“ versorgen, die wir für nützlich und sinnvoll halten,

- nehmen wir ihnen (ansatzweise) Entscheidungen ab
- und mit den Entscheidungen nehmen wir ihnen auch die Verantwortung für ihr Verhalten ab.
- Sie können folgen oder etwas anderes machen.

- Folgen sie, dann sind sie weder spontan noch reflektiert.
- Folgen sie nicht, sind sie frei für neue Verhaltensweisen.

Die TeilnehmerInnen können, wenn sie nicht folgen, selbst reflektieren und haben die Freiheit, neben den instinktiven Reaktionen auch andere zu wählen. Dieses Relativieren ist wichtig, es fußt auf Einsicht, Toleranz und Reife. Die TeilnehmerInnen sollen sich als Persönlichkeiten mit vielen Facetten und immer wieder neuen Fähigkeiten, Eigenschaften und Problemlösungsstrategien sehen.

Aus persönlichen Bildern forme ich Botschaften.

Wenn ich den Teilnehmenden nicht zutraue, ihrem eigenen Weg zu folgen, werde ich ihnen dies (nonverbal) zeigen und dadurch selbstverantwortliche Lösungen verhindern und Abhängigkeiten schaffen.

Eine ermutigende Grundhaltung ist wesentlicher Bestandteil der Gruppenarbeit. Es ist (manchmal) notwendig, dass Teilnehmende andere Richtungen einschlagen.

Nur wer seinem eigenen Weg folgt, hinterlässt eigenen Spuren.

Eine wohlwollende Grundhaltung, eine gelassene Gemütsverfassung und wertfreies Einfühlen in das Denken und Fühlen anderer ist wichtig und wird durch intensiven Augenkontakt, evtl. Körperkontakt (wie z.B. Hand auf Arm) unterstützt.

Wir brauchen Energie, um Neues zu lernen und uns weiterzuentwickeln. Gruppenarbeit erfordert Visionen, was die eigene Zukunft und die der Gruppe angeht, und Visionen sind nur möglich, wenn wir bereit sind, uns auf neue Ziele einzulassen.

Setz dir deine Ziele, dann setzen dir andere keine Grenzen. ■