

Biblisch kommunizieren

Jetzt können wir die Kommunikationsprinzipien aus Kapitel 3 mit dem Gymnazo-Prinzip aus Kapitel 4 verbinden. Nehmen wir einmal an, Ihr Kind kommt nachmittags von der Schule nach Hause und Sie erkundigen sich, wie sein Tag war. Sie gehen zu dem Sofa, auf dem es sitzt, und bemerken, dass es aus dem Fenster starrt.

»Gab es heute etwas Neues und Aufregendes oder irgendeine Veränderung in der Schule?«, wollen Sie wissen.

Ohne den Blick von dem Fenster abzuwenden, den Kopf von Ihnen weggedreht und mit verschränkten Armen und übereinander geschlagenen Beinen, platzt es in einem schroffen, abweisenden, scharfen Ton heraus:

»Kannst du nicht sehen, dass ich nachdenke. Warum gehst du nicht und belästigst jemand anderen!«

Wie würden Sie reagieren?

- Sie werden wütend und antworten ähnlich scharf und verletzend.
- Sie fühlen sich verletzt und gehen beleidigt oder weinend weg.
- Sie schreien: »Das ist respektlos!«, und strafen aus Rache.

Die erste Reaktion würde Ihr Kind nur noch wütender machen. Die zweite vermittelt Ihrem Kind, dass es Sie durch sein respektloses Verhalten manipulieren kann. Die dritte mögliche Reaktion würde Ihr Kind nicht darin üben, wie es sein respektloses Verhalten korrigieren kann. Alle drei Reaktionen sind biblisch unangemessen.

Eine vierte und bessere Reaktion schließt die Gefahren der ersten beiden aus und geht weit über die traditionelle dritte Re-

aktion hinaus. Diese Möglichkeit verlangt von dem Kind, dass es seine Respektlosigkeit zugibt, die Eltern um Vergebung bittet und eine angemessene Reaktion zeigt, die in Worten, Tonfall und nonverbalen Aspekten eine biblische Kommunikation darstellt. Das Kind muss diese drei Komponenten der Kommunikation beherrschen, um sein Verhalten richtig zu korrigieren. Allerdings schließt diese Reaktionsweise nicht die Notwendigkeit anderer biblischer, angemessener Disziplinarmaßnahmen aus.

Sündige Kommunikationsformen zugeben

Der Rahmen dieses Buches lässt es nicht zu, die in der Schrift aufgeführten sündigen Kommunikationsformen ausführlich zu behandeln. Dennoch möchte ich hier eine kurze Liste mit zwölf häufig auftretenden Verstößen gegen Kommunikationsprinzipien bereitstellen, die von Eltern disziplinarische Maßnahmen fordern.⁸

1. Alle Formen unfreundlicher Rede

»Keine schlechte Rede gehe aus eurem Mund, sondern was gut ist zur notwendigen Erbauung, dass es den Hörern wohltue« (Eph 4,29).

»Eure Rede sei allezeit in Gnade, mit Salz gewürzt, damit ihr wisst, wie ihr einem jeden antworten sollt« (Kol 4,6).

2. Respektlosigkeit

»Ehre deinen Vater und deine Mutter«, das ist das erste Gebot mit Verheißung« (Eph 6,2).

3. Unterbrechen

»Wer antwortet, bevor er gehört hat, dem ist es Torheit und Schande« (Spr 18,13).

⁸ »Es ist dem Menschen eine Ehre, Vergehungen zu übersehen« (Spr 19,11). Eltern sollten darauf achten, regelmäßig auftretende Verstöße zu ahnden, ebenso sollten sie bereit sein, gelegentlich auftretende zu »übersehen«. »Liebe bedeckt eine Menge von Sünden.« Die Korrektur muss vor allem bei solchen Sünden angesetzt werden, die immer wieder auftreten.

4. *Nicht miteinander kommunizieren*

»Darum leget die Lüge ab und redet die Wahrheit, ein jeder mit seinem Nächsten, denn wir sind untereinander Glieder« (Eph 4,25).

5. *Beschimpfungen*

»Verleumdet einander nicht, ihr Brüder! Wer einen Bruder verleumdet oder seinen Bruder richtet, der verleumdet das Gesetz und richtet das Gesetz; wenn du aber das Gesetz richtest, so bist du nicht ein Täter, sondern ein Richter des Gesetzes« (Jak 4,11).

»Es gibt ein Geschlecht, das seinen Vater verflucht und seine Mutter nicht segnet« (Spr 30,11).

6. *Motive richten*

»Denn ich bin mir nichts bewusst; aber damit bin ich nicht gerechtfertigt, sondern der Herr ist es, der mich beurteilt. Darum richtet nichts vor der Zeit, bis der Herr kommt, welcher auch das im Finstern Verborgene ans Licht bringen und den Rat der Herzen offenbaren wird; und dann wird einem jeden das Lob von Gott zuteil werden« (1Kor 4,4-5).

7. *Die Stimme erheben*

»Eine sanfte Antwort dämpft den Grimm; ein verletzendes Wort aber reizt zum Zorn« (Spr 15,1).

8. *Rollen der Augen*

»Es gibt ein Geschlecht, das seinen Vater verflucht und seine Mutter nicht segnet; ein Geschlecht, das rein ist in seinen eigenen Augen und doch von seinem Kot nicht gewaschen ist; ein Geschlecht mit was für hohen Augen und erhabenen Augenwimpern!« (Spr 30,11-13).

9. *Manipulation*

»Antworte dem Narren nicht nach seiner Narrheit, damit du ihm nicht gleichest; antworte aber dem Narren nach seiner Narrheit, damit er sich nicht für weise hält« (Spr 26,4-5) (s. Kapitel 9 und 10).

10. *Beleidigt sein / schmollen*

»Da kam Ahab heim, missmutig und zornig, um des Wortes willen, das Nabot, der Jesreelit, zu ihm gesprochen hatte: Ich will dir das Erbe meiner Väter nicht geben! Und er legte sich auf sein Bett, wandte sein Angesicht ab und aß nichts« (1Kö 21,4).

11. *Ein wütender Gesichtsausdruck*

»Da sprach der HERR zu Kain: Warum bist du so zornig und lässt den Kopf hängen?« (1Mo 4,6).

12. *Unaufmerksamkeit*

»Kein Gefallen hat der Tor an Einsicht, sondern nur an der Entblößung seines Herzens« (Spr 18,2).

Einem gekränkten Bruder seine Sünde zu bekennen, ist für einen Christen nicht nur eine Option (Jak 5,16; Mt 5,21-26), sondern ein Gebot, dem wir Folge leisten müssen, wenn wir wiederhergestellt werden wollen. Die Verwendung biblischer Begriffe ist wichtig, um eine Übertretung beim Namen zu nennen, wenn ein Kind den alten Menschen »ablegen« und den neuen »anziehen« soll (s. Kol 3,8-10 und Eph 4,22-25). Ein Beispiel wäre: »Was ich gesagt habe, war *respektlos, unfreundlich und verächtlich*.« Dieses biblische Schuldbekenntnis übt das Kind auch darin, Verhalten aus Gottes Sicht zu beurteilen statt aus menschlicher Sicht. »Und davon reden wir auch, nicht in Worten, die von menschlicher Weisheit gelehrt sind, sondern in solchen, die vom Geist gelehrt sind, indem wir Geistliches geistlich beurteilen« (1Kor 2,13).

Um Vergebung bitten

Ein Kind sollte den Eltern nicht nur seine Sünde bekennen, sondern auch um Vergebung bitten. Das ist nicht dasselbe, wie zu sagen: »Es tut mir leid.« Mit einem »Tut mir leid« wird nicht das biblische Ziel erreicht, vergangene Übertretungen aus dem Weg zu räumen. Ebenso wenig heilt es gebrochenes Vertrauen so gut

wie die Bitte um Vergebung. Auf ein »Tut mir leid« könnte der andere entgegnen: »Ja, mir tut es auch leid«; dann würde man sich sozusagen in der Mitte treffen und nichts wäre erreicht. Oder noch schlimmer, die andere sagt: »Natürlich tut es dir leid. Du gehörst zu den Menschen, denen es immer irgendwie leid tut.« Das wäre unfair und würde den Ball wieder in das Feld des reumütigen Christen zurück schlagen.

Wenn jemand fragt: »Vergibst du mir?«, dann legt er die Verantwortung in die Hände des gekränkten Bruders (oder in diesem Fall der Eltern). Er sagt im Grunde: »Wirst du Gott gehorchen und mir vergeben oder nicht?« (Lk 17,3ff).

Wenn die Eltern mit »Ich vergebe dir!« antworten, verpflichten sie sich gewissermaßen: »Ich werde dir deine Tat nicht länger vorhalten. Und ich werde auch nicht mit anderen darüber reden oder selbst darauf herumreiten.« Die Eltern sagen nicht zwangsläufig: »Das ganze Vertrauen, das durch deine Sünde verloren gegangen ist, ist jetzt wieder da.« Gott verlangt von einem Christen, dass er einem reumütigen Sünder vergibt (Lk 17,3-4). Aber der sündigende Christ muss das Vertrauen, das als Folge seiner Sünde verloren ging, erst wieder zurück gewinnen. Jemandem zu vergeben, bedeutet also nicht, dass man ihn für vertrauenswürdig erklärt. (S. Anhang A.)

Eine angemessene biblische Alternative einüben

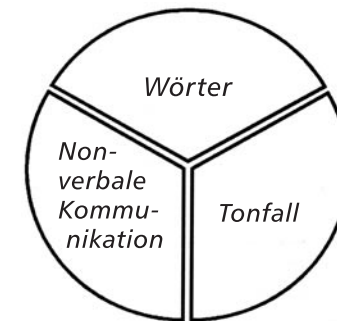
Erinnern Sie sich an die eingangs gestellte Frage und die scharfe, respektlose Antwort? Schauen Sie sich noch einmal an.

Eltern: »Gab es heute etwas Neues und Aufregendes oder irgendeine Veränderung in der Schule?«

Kind: »Kannst du nicht sehen, dass ich nachdenke. Verschwinde und belästige einen anderen!«

Eine solch respektlose Antwort ist erst dann vollständig korrigiert, wenn das Kind auf die Frage seiner Eltern eine angemessene Ant-

wort eingeübt hat, die in allen drei Bereichen des »Kommunikationskuchens« Respekt erkennen lässt. Deshalb muss dem Kind beigebracht werden, dass seine Worte, sein Tonfall und seine Mimik angemessen sein müssen.



Angemessene Worte

»Das Herz des Gerechten überlegt die Antwort« (Spr 15,28).

Für ein Beispiel wie unseres gibt es als respektvolle Antwort nahezu unendlich viele angemessene Worte, die ausgewählt und sinnvoll miteinander kombiniert werden können. Ich habe einige mögliche, angebrachte Antworten aufgelistet:

- »Hm, mal überlegen ... neu und aufregend oder anders. ... Ich habe heute meinen ersten Wurm seziiert. Igitt! Das war vielleicht ekelhaft!«
- »Kannst du dir vorstellen, ich habe endlich genug Mut aufgebracht, um Sandy zum Essen einzuladen!«
- »Wenn es dir nichts ausmacht, möchte ich dir lieber erzählen, was heute auf dem Heimweg von der Schule passiert ist.«
- »Mir fällt gerade nichts ein, was heute in der Schule anders war als sonst, aber danke der Nachfrage. Vielleicht kannst du mir etwas über deinen Tag erzählen?«
- »Mama, danke für dein Interesse, aber im Moment geht mir

etwas anderes durch den Kopf. Kann ich vielleicht später mit dir sprechen?»

»Das ist alles schön und gut. Aber wie schaffe ich es, dass mein Kind diese Dinge auf die richtige Art und Weise sagt? Ich kann ihm die Worte doch nicht in den Mund legen oder?«

Doch das können Sie! Aber bevor ich das erkläre, möchte ich ein äußerst wichtiges biblisches Prinzip verdeutlichen.

Wie man einem Narren antwortet

In Kapitel 3 haben wir festgestellt, dass die Charaktereigenschaften eines rebellischen Kindes auffallend denen eines sprichwörtlichen Narren ähneln. Lesen wir dazu die beiden folgenden Verse aus Sprüche 26:

Antworte dem Narren nicht nach seiner Narrheit, damit du ihm nicht gleichst; antworte aber dem Narren nach seiner Narrheit, damit er sich nicht für weise hält (Spr 26,4-5).

Die Bibel warnt uns in Vers 4, dass wir einem Narren (in diesem Fall einem törichtem Kind) nicht auf dieselbe törichte Art (nach seiner Narrheit) antworten sollen wie er uns. Andernfalls sind wir ein ebenso großer Narr wie er. Als Christ dürfen Sie nicht dieselbe respektlose, sarkastische, manipulierende, verbal entgleisende, törichte oder sündige Kommunikationsform wählen wie Ihr Kind fälschlicherweise Ihnen gegenüber. Wenn Sie das tun, lassen Sie sich auf seine Reifestufe herab und beweisen Ihrem Kind, dass Sie ebenso töricht (und sündig) sind wie es selbst. Wenn Sie sich zu einem solchen verbalen Gefecht hinreißen lassen, würden Sie ihm auch erlauben, Sie zu manipulieren, wie wir in Kapitel 9 noch sehen werden.

Der nächste Vers warnt Sie vor etwas anderem: Lassen Sie ihn nicht weggehen und denken, er sei weise, »damit er sich nicht für weise hält.« Vielmehr sollten Sie ihm so antworten, dass er seine Torheit erkennt. Das erreichen Sie am besten, wenn Sie die biblischen Antimanipulationstechniken aus den Kapiteln 9 und 10 anwenden. Zunächst genügt es zu sagen: Das Kind muss begreifen, dass es für seine Narrheit zurechtgewiesen wurde. Es muss sofort merken, dass die Eltern ihr Kind und den disziplinarischen Prozess fest in der Hand haben. In unserem Beispiel muss es für seine Respektlosigkeit getadelt werden und begreifen, dass es seine biblische Verantwortung ist, Buße über seine Sünden zu tun.

Bedenken Sie: Das Gymnazo-Prinzip will einen Fehler nicht nur korrigieren. Es will einem Kind auch beibringen, wie es biblisch statt unbiblisch denkt und reagiert. Schauen Sie sich die folgenden elterlichen Reaktionen auf die Respektlosigkeit an. Es sind nur Vorschläge, die je nach Situation buchstäblich oder auch modifiziert angewandt werden können. Mit etwas Nachdenken fallen Ihnen bestimmt eigene Möglichkeiten ein, die Ihr Kind motivieren, biblische Alternativen auf Wunsch einzuüben. Wichtig ist, dass Ton und nonverbale Kommunikation der Eltern Traurigkeit, Entschlossenheit und Güte zum Ausdruck bringen und keinesfalls Rache oder Sarkasmus.

»Das war respektlos. Kannst du dir eine freundlichere Antwort auf meine Frage überlegen oder willst du etwas Zeit im Denkraum⁹ verbringen?«

»Das war völlig unangemessen. Du kannst es jetzt noch mal richtig versuchen. Ansonsten gibt es zu den Konsequenzen, die ich mir für deine Unverschämtheit einfallen lassen werde, noch weitere.«

⁹ Der Denkraum ist eine Disziplinarmaßnahme, die angewendet wird, bis das Kind bereit ist zu kooperieren. In Kapitel 11 wird das näher erläutert.

Ein angemessener Tonfall

Hat Ihr Kind erst einmal freundliche und respektvolle Worte ausgewählt, muss es sich als nächstes einen Ton angewöhnen, der dem Sinn der Worte entspricht. Dieser Schritt kann natürlich übersprungen werden, wenn der Tonfall des Kindes noch nie ein Problem war oder bereits korrigiert wurde. Vielleicht braucht Ihr Kind mehrere Versuche, bis es angemessen reagiert. Sollte das Kind während des Einübens an irgendeiner Stelle nicht weiter wissen und ein Beispiel von seinen Eltern wünschen, kann es um Hilfe bitten. Es könnte z. B. sagen: »Papa, ich bin mir nicht sicher, was du hören willst. Kannst du mir bitte ein Beispiel geben?«

Weigert sich das Kind aber zu kooperieren, ist vielleicht der »Denkraum« angesagt.

Wäre dies ein Hörbuch, dann wäre es jetzt einfacher, Beispiele für einen angemessenen Tonfall zu geben. Da wir diese Möglichkeit aber nicht haben, schlage ich Ihnen und Ihrer Familie vor, die folgenden biblischen Prinzipien und Beispiele für einen angemessenen Ton zu studieren:

Eine sanfte Antwort

»Eine sanfte Antwort dämpft den Grimm ...« (Spr 15,1)

Verletzende Worte

»... ein verletzendes Wort aber reizt zum Zorn.« (Spr 15,1)

Eine weiche Zunge

»Durch Geduld wird ein Richter überredet, und die weiche Zunge zerbricht Knochen.« (Spr 25,15)

Scharfe Zurechtweisung

»Aber die Männer von Ephraim sprachen zu ihm: Warum hast du uns das angetan, dass du uns nicht riefst, als du wider die Midianiter in den Streit zogest? Und sie zankten heftig mit ihm.« (Ri 8,1)

Harte Worte

»Aber die Männer Israels antworteten denen von Juda und sprachen: Wir haben zehn Anteile am König und gelten auch bei David mehr als ihr! Warum habt ihr uns denn so gering geachtet? Haben wir nicht zuerst gesagt, wir wollten unsern König wieder holen? Aber die von Juda redeten noch härter als die von Israel.« (2Sam 19,43)

Süße Worte

»Wer weisen Herzens ist, wird verständig genannt; und Süßigkeit der Lippen verstärkt die Belehrung.« (Spr 16,21)

Anmutiges Reden

»Eure Rede sei allezeit anmutig, mit Salz gewürzt, damit ihr wisset, wie ihr einem jeden antworten sollt.« (Kol 4,6)

Freundliches Reden

»Freundliche Reden sind wie Honigseim, süß der Seele und heilsam dem Gebein.« (Spr 16,24)

Eine grobe Antwort

»Der Arme redet bittend; aber der Reiche antwortet grob.« (Spr 18,23)

Wohlgefälliges Reden

»Die Lippen des Gerechten sind bedacht auf Wohlgefälliges, der Mund der Gottlosen aber auf Verkehrtes.« (Spr 10,32)

Vielleicht fragen Sie sich jetzt, ob Respektlosigkeit noch härter bestraft werden sollte als nur mit dem Gymnazo-Prinzip. Das ist natürlich je nach Einzelfall zu beurteilen. Das in diesem Kapitel angeführte Beispiel macht jedoch weitere Konsequenzen erforderlich. Ich möchte nicht den Eindruck erwecken, das Gymnazo-Prinzip würde zusätzliche Disziplinarmaßnahmen überflüssig machen.

Eine angemessene nonverbale Kommunikation

Nachdem das Kind eine Antwort mit angemessenen Worten und dem entsprechenden Tonfall eingeübt hat, muss es jetzt noch eine angemessene nonverbale Ausdrucksform erlernen. Das gilt natürlich nur dann, wenn es hier Schwierigkeiten hat oder es in den beiden vorangegangenen Übungen noch nicht korrigiert worden ist. Auch hier sind eventuell mehrere Anläufe nötig, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen; und natürlich darf das Kind wieder die Unterstützung seiner Eltern erbitten. Das soll keineswegs andere biblische Disziplinarmaßnahmen ersetzen, sondern sie ergänzen.

Die Korrektur der nonverbalen Kommunikation dürfte am schwierigsten und zeitaufwändigsten sein. Man sollte berücksichtigen, dass der Mensch beim Reden sofort wahrnehmen kann, was er sagt und wie er es sagt. Das ist bei nonverbaler Kommunikation nicht immer der Fall.

Wenn ich an meinem Schreibtisch einem Ratsuchenden gegenüber sitze, weiß ich genau, was ich sage und wie ich es sage.⁹ Was ich aber nicht genau weiß, ist, welchen Gesichtsausdruck ich dabei habe. Zu anderen nonverbalen Ausdrucksformen wie Gestik, Körperhaltung und Körperkontakt erhalte ich wenigstens etwas Feedback, wenn auch aus verzerrter Perspektive. Andere Personen sehen mich wieder etwas anders, als ich mich sehe. Könnte ich mich während des Beratungsgespräches filmen (ich habe das schon einmal gemacht und die unvollkommenen nonverbalen Makel in meiner Predigtweise erkannt), würde ich sicher einige kleinere Änderungen an meinem Beratungsstil vornehmen.

Hier einige Formulierungsvorschläge, die bei der Korrektur nonverbaler Kommunikation helfen können.

- »Ich freue mich über deine Worte und wie du sie sagst. Aber

⁹ Da sich die Ohren direkt am Kopf befinden, entstehen gewisse Verzerrungen. Erinnern Sie sich noch an den Schock, als Sie ihre Stimme zum ersten Mal von einer Aufnahme hörten?

bitte lass deinen mürrischen Gesichtsausdruck und setze eine freundlichere Miene auf.«

- »Deine Worte und dein Tonfall sind schon viel besser. Sag das bitte noch einmal mit einem Lächeln.« (Übrigens kann ein Lächeln viele Sünden bedecken.)
- »Sehr gut. Jetzt möchte ich, dass du dich gerade hinsetzt, deine Arme nicht verschränkst, mir in die Augen schaust und noch einmal genau dasselbe sagst.«
- »Du leidest immer noch unter der ›Schmollmundkrankheit‹. Versuch es noch einmal mit einem fröhlicheren Gesichtsausdruck.«
- »Verschränke deine Arme nicht so trotzig vor der Brust, dreh dich zu mir, zieh die Augenbrauen nicht so zusammen und sage es noch einmal, ohne die Zähne zusammenzubeißen.«
- »Schatz, gib mir deine Hand, lehn dich etwas vor, lächle und sage ...!«
- »Gut! Nun probiere es noch einmal, ohne mit den Augen zu rollen.«

Ich habe aber keine Zeit!

Wahrscheinlich sagen Sie jetzt: »Wissen Sie, wie zeitintensiv diese Übungen sind? Wenn ich das jedes Mal tue, wenn meine Kinder frech sind, gehen jede Woche viele Stunden dafür drauf!«

Sie haben Recht. Am Anfang müssen Sie mehr Zeit, Mühe und Gedanken in die Erziehung Ihrer Kinder investieren als bisher. Aber denken Sie daran: Ihre Kinder »in der Zucht und Ermahnung des Herrn« (Eph 6,4) aufzuziehen, gehört zu den gewaltigsten und heiligsten Verantwortlichkeiten, die Gott Ihnen gegeben hat. Ihr himmlischer Vater erwartet von Ihnen, dass Sie alle zur Verfügung stehenden biblischen Mittel einsetzen, um durch den Heiligen Geist das Wesen seines Sohnes Jesus Christus in Ihren Kindern hervorzubringen. Bedenken Sie auch, dass die anfangs investierte Zeit auf lange Sicht eine Zeitersparnis ist, da Ihre Kinder mit der Zeit immer weniger Korrektur brauchen.

Noch wichtiger ist: Denken Sie daran, dass der christliche Charakter, der in Ihren Kindern geformt werden soll, nicht nur in diesem Leben von unschätzbarem Wert ist, sondern auch in der Ewigkeit.

Denn die leibliche Übung ist zu wenigem nütze, die Gottseligkeit aber ist zu allen Dingen nütze, da sie die Verheißung dieses und des zukünftigen Lebens hat (1Tim 4,8).

Mit anderen Worten: In dem Maße, wie Sie Zeit in die Entwicklung eines gottesfürchtigen Charakters Ihrer Kinder investieren, sammeln Sie sich selbst Schätze im Himmel. Könnten Sie Ihre Zeit sinnvoller einsetzen?

In diesem Kapitel sind Sie damit vertraut gemacht worden, wie das Gymnazo-Prinzip anzuwenden ist, um Kindern biblische Kommunikation beizubringen. Wir haben ein bestimmtes Kommunikationsproblem angesprochen, das alle Eltern betrifft – Respektlosigkeit. Bei dem knappen Platz dieses Buches sind keine weiteren Beispiele möglich, aber das Gymnazo-Erziehungsprinzip kann auch zur Verbesserung anderer unpassender Kommunikationsformen angewandt werden. So wie Ihre Kinder biblische Kommunikationsprinzipien einüben müssen, um sie zu beherrschen, müssen auch Eltern biblische Disziplin praktizieren, um kompetente und geschickte Lehrer zu werden.

Das Zorn-Protokoll

Ein Hilfsmittel zur Überwindung von Zorn

Ein aufschlussreiches Instrument, durch das Eltern ihren Kindern beim Überwinden ihres sündigen Zorns helfen können, ist ein *Zorn-Protokoll*. Konsequenter und richtig eingesetzt, hilft es Kindern folgendes zu erreichen:

1. Auslöser für Zorn werden festgestellt
2. Analyse und Bewertung unangemessener Ausdrucksformen von Zorn
3. Entwicklung alternativer biblischer Reaktionen auf Situationen, die Zorn auslösen
4. Verbesserung der Kommunikations- und Konfliktlösungsfähigkeit
5. Das Kind lernt, Zorn auszudrücken, ohne zu sündigen

Ein Zorn-Protokoll ist einfach ein Blatt Papier, auf dem das Kind jedes Mal, wenn es seinen Zorn unangemessen zum Ausdruck bringt, die Antworten auf vier spezielle Fragen festhält:

1. Was hat mich wütend gemacht?
(Welche Umstände führten dazu?)
2. Was habe ich im Zorn gesagt bzw. getan?
(Wie habe ich auf die Umstände reagiert?)
3. Was sagt die Bibel über das, was ich im Zorn getan bzw. gesagt habe? (Wie nennt die Bibel es?)
4. Was hätte ich stattdessen tun bzw. sagen sollen?
(Wie hätte ich biblisch reagieren können?)