

in Bindung leben

Krisen und Wachstum

Immer wieder beobachte ich bei Auseinandersetzungen vor der Kita, auf dem Spielplatz oder im Supermarkt, dass die Eltern zwar sagen, was die Kinder sollen, diese aber dennoch machen, was sie wollen. Meist geben dann die Erwachsenen ‚klein bei‘, um in der Öffentlichkeit keinen Konflikt auszutragen, bei dem sie nicht nur abschätzenden Blicken, sondern zugleich den nervigen Bemerkungen der ‚Besserwisser‘ ausgesetzt wären. Doch auch innerhalb der Familien erlebe ich oft ein ähnliches Verhalten – die Eltern sind ‚großzügig‘ und wollen ‚um des lieben Friedens willen‘ keinen Streit mit dem Kind eingehen. Also darf es – „... okay, noch fünf Minuten ...“ – weiterspielen, oder aber – „... na gut ...“ – doch den Fernseher einschalten.

Eltern scheuen heute keine Mühe, um für die Entwicklung ihrer Kinder die besten Voraussetzungen zu schaffen. Sie nehmen Förderangebote wahr, führen Erziehungs- und Entwicklungsgespräche in Kindergärten und Schulen, ermöglichen den Kindern Spiel, Spaß und Sport, fahren sie zu Therapien, unterstützen ihre Freundschaften, meistern mit ihnen Hausaufgaben und Musikinstrumente – kurz: Sie tun alles für ihre Kinder.

Doch wenn die Eltern alles tun – wieso zeigen sich die Kinder dann zeitweise so unzufrieden, verweigernd, anmaßend, grenzüberschreitend und fordernd? Wieso verhalten sie sich dann oftmals wie die ‚kleinen Tyrannen‘?

Es ist zu sehen, dass die Eltern einen großen Aufwand auf sich nehmen, um ihrem Kind Gutes zu tun. Und dass sie einen ebenso großen Aufwand betreiben, um ihm – und sich? – Krisen und Konflikte aus dem Weg zu räumen. Dass sie immer wieder äußerst einfallsreich jonglieren, um eine weniger frustrierende Lösung für ihr Kind zu finden. Dass sie täglich ein hohes Maß an Kreativität und Kräften einsetzen, um ihm Misserfolge und Unbehagen zu ersparen.

Es scheint nicht in unserem gesellschaftlichen Bewusstsein verankert zu sein, dass es doch gerade die wiederholte Bewältigung von Krisen und Konflikten ist, die den Kindern hilft, ihre Persönlichkeiten zu entwickeln und wichtige Reifeschritte zu vollziehen. Dass die Kinder – wie alle Menschen – die Auseinandersetzung mit schwierigen Situationen und gegensätzlichen Meinungen und Bedürfnissen benötigen, um daran ihre Fähigkeiten zur Konfliktbewältigung, zu Frustrationstoleranz und Empathie zu schulen.

Eine anhaltende Vermeidung von Krisen und Konflikten unterbricht diesen inneren Wachstumsprozess sehr zum Nachteil der Kinder.

Diesen Zusammenhang möchte ich zur Unterstützung der Eltern näher erläutern, deshalb mache ich heute *Krisen und Wachstum* zum Thema meiner 12. *Impulse – Mail für Erziehende*.

Es heißt, dass es in der chinesischen Schrift nur ein gemeinsames Zeichen für ‚Krise‘ und für ‚Wachstum‘ gibt – das Zeichen benennt beides gleichzeitig. Es ist ein uraltes Weisheitswissen alter Kulturen, dass die Bewältigung von Krisen das innere Wachstum des Menschen anregt und ermöglicht.

In unserem Sprachgebrauch heißt es oft, dass Krisen und Konflikte das ‚Salz in der Suppe‘ des Lebens sind, denn ohne sie wäre der Alltag fad, langweilig und energielos.

Kann es sein, dass wir in unserer Kultur diese Wechselbeziehung aus dem Blick verloren haben? Wollen wir heute – aus lauter Liebe – die Kinder vor jeglichem Unbehagen schützen? Oder wollen wir auch uns selbst die Auseinandersetzungen ersparen, weil wir nicht ‚den Nerv‘ dazu haben oder sogar die überlegene Hartnäckigkeit und Ausdauer der Kinder fürchten?

Wie sonst wäre es zu erklären, dass Erziehende immer wieder ‚nachgeben‘, wenn den Kindern ihre Anordnung nicht passt? War die Aufforderung „... bitte bringe deinen Teller in die Küche ...“ oder der Hinweis „... jetzt ist Schlafenszeit ...“ etwa nicht richtig? Hatten sie nicht einen guten und angemessenen Zweck damit verfolgt? Sind Mithilfen bei den täglichen Verrichtungen und die Einhaltung von Regeln keine anzustrebenden Erziehungsziele mehr?

Das wäre mehr als bedauerlich, denn wo – wenn nicht in der Familie – sollen Kinder die ersten Stufen des sozialen Miteinanders erlernen?

Das Einüben sozialer und rücksichtsvoller Verhaltensweisen durchzieht die ganze Kindheit und muss bis zur Pubertät abgeschlossen sein. Denn ab dann ist der Jugendliche nicht mehr willens, sich ‚erziehen‘ zu lassen – zumal wenn er zuvor bequem die Regeln selbst bestimmen konnte.

Doch wie soll das Einüben dieser notwendigen Haltung gelingen, wenn Erziehende mit Nachgiebigkeit, Ablenkungen und Ersatzangeboten die Konflikte vermeiden? Wie soll denn das widerborstige Kind pünktlich ins Bett kommen, wenn seine Eltern ihm die aus dieser Vorgabe entstehende Krise nicht auch zumuten wollen?

Für einen sich selbst entdeckenden Vierjährigen geht quasi die Welt unter, wenn er „... uaah ... jetzt schon ...?“ ins Bett soll. Er hält nichts von Regeln und Rhythmus, er weiß nichts von der Notwendigkeit ausreichenden Schlafes und vom Feierabendbedürfnis seiner Eltern. Doch er muss es weder wissen noch gutheißen – er muss das Pünktlich-ins-Bett-gehen nur immer wieder erleben, um die Zusammenhänge in ferner Zukunft zu begreifen. Bis dahin wird er – eben weil er ein lebendiger und ausdrucksstarker Junge ist – durchaus des öfteren empört und enttäuscht sein.

Ein protestierendes Kind kennt ausschließlich nur seine Lust und seine Unlust. Davon allein lässt es sich leiten. Seine Lust gilt dem Weitermachen und seine Unlust dem Schlafengehen. Wie könnte es also jetzt – mitten im Spiel – ins Bett gehen? Es ist wütend und lehnt sich mit aller Macht gegen das Unmögliche auf.

Das Kind gerät durch die berechtigte Aufforderung seiner Eltern in eine emotionelle Krise und stürzt sich temperamentvoll und lautstark in den Konflikt mit ihnen.

Auch die selbstbewusste Sechsjährige, die notgedrungen wegen ihrer Erkältung auf den Kindergeburtstag ihrer Freundin verzichten soll, gerät in eine tiefe Enttäuschungskrise und will durch Geschrei, Gezeter und Verhandlungen das für sie Unzumutbare noch abwenden.

Ebenso wie die temperamentvolle Dreijährige, die nicht aufhören kann zu schaukeln – auch sie will mit ihren Protest das Unvermeidliche hinauszögern und unbedingt so lange schaukeln, wie sie es will.

Alle diese Kinder haben aus ihrer Sicht recht, sie alle handeln nach ihrem Lust- und Unlustprinzip. Sie alle haben keine Kenntnis von den Folgen, die ihr Handeln hat – wenn die Erziehenden sie gewähren lassen.

Ist das Geschrei des vierjährigen Carlos stärker als die Nerven seiner Eltern, dann wird er den Konflikt für sich entscheiden und seine Spielzeit noch um ein Stündchen verlängern. Die nachgiebigen Eltern machen ‚gute Miene zum bösen Spiel‘, schlucken ihren Frust freundlich hinunter und verschieben ihren dringend benötigten Feierabend.

Ist das Diskussionsvermögen der sechsjährigen Insa größer als die Standfestigkeit der Erwachsenen, wird sie zur Geburtstagsfeier gehen, dort durch ihre Mattigkeit die Aktivitäten der anderen Kinder ausbremsen und anschließend für drei Tage das Bett hüten müssen.

Ist der Widerstand der dreijährigen Leni robuster als das Durchsetzungsvermögen der Eltern, wird sie triumphierend weiter schaukeln, bis der Tagesplan der Familie gänzlich durcheinander gerät.

Die Motivation wohlmeinender Eltern zur Frustvermeidung ist bekannt – sie wollen ihren Kindern Gutes tun – doch wo liegt der Gewinn?

Wo ist der Vorteil zu sehen, wenn Eltern die Krisen vermeiden und Kinder selbst kleinste Konflikte für sich entscheiden lassen?

Ich kann keinen Vorteil darin sehen, wenn Kinder die Regeln bestimmen und Eltern sich diesen Vorgaben unterordnen. Ich sehe nur die Nachteile – Carlos hat das Heft in der Hand, Insa trifft eine unüberschaubare Entscheidung und Leni verfügt über die Zeitstruktur der anderen Familienmitglieder. Alle drei bestimmen auf eine kindliche – und daher naturgemäß unreifen – Weise über das Familien- oder Gruppengeschehen. Und die Erwachsenen müssen anschließend mühevoll das daraus entstandene Chaos wieder ordnen.

Kindliche Anliegen dienen niemals dem Wohl der Gesamtheit, sondern immer – so sind Kinder und so dürfen sie sein – der eigenen Lust oder Unlust.¹ Deshalb brauchen sie unbedingt die leitenden, lenkenden und führenden Impulse der Erziehenden, damit das Gemeinwohl im Mittelpunkt des Handelns bleibt.²

Nicht nur belasten die unreifen – durch wohlmeinende Nachgiebigkeit tolerierten – Entscheidungen des Kindes unnötigerweise das Miteinander, sie beeinträchtigen zudem sein soziales und emotionales Wachstum.

Ein Kind, welches ungeliebte Situationen immer wieder zu seinen eigenen Gunsten entscheiden kann, wird kaum seine Fähigkeiten zu Ausdauer, Einfühlungsvermögen, Rücksichtnahme, Anpassungsfähigkeit und Toleranz entwickeln können. Warum auch – wenn es immerzu bequem haben kann, was es will.³

Ein Kind, welches stets bekommt, wonach ihm gelüftet, wird auf einem (früh)kindlichen (Un) Reifenniveau stehen bleiben, sich weiterhin vom Lust- und Unlustprinzip leiten lassen und dadurch die Charakterzüge eines Egoisten ausbilden.

1 | Aufgrund der fehlenden Reife – diese entwickelt sich erst allmählich während der Pubertät – kann ein Kind das Ausmaß und die Folgen seiner Entscheidungen noch nicht überblicken.

2 | Warum Eltern das Recht und die Verantwortlichkeit zusteht, die Kinder zu führen, habe ich in der *Impulse – Mail No 11* ausführlicher beschrieben.

3 | An dieser Stelle weise ich erneut darauf hin, dass es nicht der allzu oft bewunderte ‚starke Wille‘ des Kindes ist, der sein Durchsetzungsvermögen steuert, sondern seine starken – rein egoistisch ausgeprägten – Triebe, Begierden oder Wünsche. Ein starker Wille hingegen sorgt dafür – bei großen wie bei kleinen Menschen – dass getan wird, was getan werden muss und auch ungeliebte Pflichten erledigt werden.

Wer wollte ein Kind mit dieser schweren Bürde belasten?

Wünschen nicht alle Eltern und Erziehenden für ihre eigenen und für die ihnen anvertrauten Kinder einen Lebensweg, der von Empathie, Hilfsbereitschaft, Kooperationsfähigkeit und Verantwortung getragen wird?

Doch wie können wir die Kinder unterstützen, damit sich ihre – nachgewiesenermaßen angeborenen – sozialen Eigenschaften auch entfalten?⁴

Wie können sich im Kind diese so notwendigen sozialen Fähigkeiten herausbilden? Wie können die ‚sozialen Verschaltungen‘ im Gehirn angeregt und ‚trainiert‘ werden?

Dies gelingt allein durch ein stetig wiederholtes Erleben eigener positiver Beziehungserfahrungen. Indem wir die Kinder an sinnvollen, sozialverträglichen Grenzen wachsen lassen. Indem wir ihnen die Krisen und Konflikte zumuten, die ihnen diese Regeln bereiten. Indem wir aufrecht bleiben, auch wenn sie protestieren. Indem wir ihnen helfen, das Angemessene zu tun und das Unangemessene zu lassen. Indem wir sie trösten, wenn das Verlangte scheinbar unerträglich erscheint. Indem wir sie lieben, ohne die eigene Spur zu verlieren.

Doch was bedeutet das im Alltag?

Schauen wir erneut auf Carlos. Der schimpfende Vierjährige will noch nicht ins Bett – entweder ist er erfüllt von seinem Spiel, oder er befindet sich im Machtkampf mit seinen Eltern. Das bleibt hier offen.

Darf er – im ungünstigen Fall – noch weiterspielen, dann lernt er, dass seine Lautstärke die Eltern wankelmütig macht, dass seine eigenen Interessen Vorrang haben und dass er der ‚Stärkere‘ ist. Er ‚trainiert‘ so ein egoistisches Verhalten. Das geht langfristig nicht nur auf Kosten seiner Mitmenschen, er wird auch selbst die Folgen zu tragen haben.⁵

Bringen ihn die Eltern – im günstigen Fall – trotz seines Widerstandes rechtzeitig ins Bett, dann muten sie ihm auch den daraus entstehenden Konflikt zu. Sie akzeptieren seinen Unwillen, bedauern mit ihm das beendete Spiel, sind hilfreich beim Zubettgehen, schenken ihm Trost und lesen ihm vor. So wie jeden Abend.⁶

Hierbei lernt Carlos, dass sich die Eltern an die eigenen Regeln halten, dass sie standfester als sein Unmut sind, dass sie für ‚Richtig und Gut‘ einstehen, dass sie helfen und trösten. Und dass sie Zutrauen zu ihm haben, dass er den Konflikt – mit ihrer Hilfe – schon meistern wird.

Im ungünstigen Fall lernt das Kind, dass seine Eltern nachgiebig und passiv sind und dass sein eigenes Anliegen an erster Stelle steht.

Im günstigen Fall lernt das Kind, dass seine Eltern stark und führend sind und das Gemeinwohl in den Mittelpunkt stellen.

4 | Es ist ein großes Verdienst der modernen Hirnforschung, dass sie die angeborene Veranlagung zu sozialem Verhalten erforscht und belegt hat – sie steht im Gegensatz zu der bisherigen (darwinistischen) These, dass sich immer der Stärkere durchsetzt. Es ist die Fähigkeit zur Kooperation und Hilfsbereitschaft, die unsere Spezies über Jahrtausende hat überleben lassen und unser Miteinander menschlich macht.

5 | Ein Kind, welches über den Familienablauf und über seine Eltern ‚bestimmen‘ darf, hat zu viel Verantwortung und zu wenig Geborgenheit. Denn Kinder beziehen ihr Vertrauen und ihre Geborgenheit aus sicherem Schutz und freundlicher Führung, den sie bei Erwachsenen finden, wenn diese größer, klüger, stärker und weiser sind, als sie selbst. Bei ihnen fühlen sie sich beschützt, behütet und aufgehoben.

6 | Das heißt natürlich nicht, dass es keine Ausnahmen geben kann. Wenn mit dieser Ausnahme alle einverstanden sind und das Gemeinwohl bewahrt bleibt, dann schenkt sie uns als ‚Sahnehäubchen auf der Suppe‘ die Freude – als Gegenpol zum ‚Salz in der Suppe‘, welches uns das Wachstum spendet.

Das Erleben des Konfliktes schenkt ihm – durch das Durchleben und Durchstehen der Krise – wichtige soziale Erfahrungen, an denen es reifen und wachsen wird.

Ähnliches erlebt auch die sechsjährige Insa – sie will unbedingt zum Geburtstagsfest der Freundin, obwohl sie matt und erkältet ist. Diskussionserfahren wird sie – im ungünstigen Fall – die Eltern überreden können und eine Verantwortung für Ihre Gesundheit übernehmen, die sie nicht überschauen kann. Auch sie wird damit ‚größer und stärker‘ als ihre Eltern und büßt so von ihrer Geborgenheit ein.

Wenn die Eltern jedoch – im günstigen Fall – die Verantwortung bei sich behalten und ihr Ruhe verordnen, dann muten sie ihrem Kind auch den damit zusammenhängenden Verzicht zu. Insa wird weinen, schimpfen und argumentieren – die Eltern werden ihr helfen, das Undenkbare zu ertragen und sie solange trösten, bis das Kind die Situation annehmen kann. Dann erst kann sie spüren, wie gut sie geschützt und geleitet ist.

Auch die dreijährige Leni bekommt mehr Macht über das Geschehen zugesprochen, als ihr zusteht, wenn die Erziehenden sie – im ungünstigen Fall – trotz besseren Wissens weiter schaukeln lassen und ihr damit die Hoheit über den Zeitablauf geben. Auch Leni wird innerlich wachsen, wenn ihr – im günstigen Fall – zugemutet wird, das Schaukeln zu beenden, weil jetzt die Zeit für das Abendbrot gekommen ist. Auch sie darf und wird natürlich schimpfen und zetern, auch sie wird in eine gemeinschaftsfreundliche Zeitstruktur geleitet, auch sie wird verstanden und solange getröstet, bis sie kooperieren kann. Bis sie vom unreifen kindlich-egoistischen ‚Ich-will-mehr‘ in ein reiferes angemesseneres ‚Ich habe genug‘ wechseln kann und so einen wichtigen sozialen Entwicklungsschritt vollzieht.

Alle Kinder haben diesen enormen Drang, sich zu entwickeln – doch wenn sie einen nächsten Entwicklungsschritt nicht vollziehen können, werden sie sehr unleidlich und lassen ihren Frust – wo sonst? – an ihrer Umgebung aus.⁷

Die Soziologin Erika Schuchardt (*1940) – Professorin der Erziehungs- und Bildungswissenschaften – hat die Krisen-, Konflikt- und Trauerverarbeitung erforscht. Sie erkannte, dass in solchen Situationen die Gefühlsenerfahrungen der Menschen immer gleich sind. Innerhalb der Verarbeitungsprozesse gelangen die Betroffenen zunächst von der quälenden Ungewissheit in eine schmerzende Gewissheit. Hiernach bäumen sie sich mit Aggressionen gegen diesen Zustand auf, um dann über (innere) Verhandlungen zu versuchen, dem Unausweichlichen zu entkommen. Die nun bestärkte und bestätigte Erfahrung der Unausweichlichkeit stürzt die Leidtragenden in eine depressive Auswegslosigkeit, nach deren Durchleben sie anschließend zu einer Annahme des Unvermeidlichen finden.

Dieser Annahme folgt eine freie und positive Aktivität, die sie neue Wege beschreiten lässt. Ihr Leid hat sich verwandelt und sie zeigen nun – bereichert durch neue, elementare Lebenserfahrungen – Solidarität mit ihren Mitmenschen.

Die Verarbeitung von psychischen oder physischen Krisen erfolgt also in acht Schritten. Sie unterliegen dieser Gesetzmäßigkeit, unabhängig vom Alter des Menschen und vom Auslöser der Krise. Sie gehören zur menschlichen Natur.

Diese acht Stufen der Krisen- und Konfliktverarbeitung sind ebenso bei einem Kind zu beobachten, welches gerade frustriert auf etwas verzichten muss, wie auch bei einem Erwachse-

7 | Vielleicht erinnern Sie sich noch, als Ihr Kind das Laufen lernen wollte? Wie hat es da gezetert und geschimpft, wenn das nicht so funktionierte, wie es sich das vorgestellt hatte. Und wie wütend wurde es, wenn Sie ihm eine Handreichung abnahmen, die es unbedingt – zum Lernen, Üben und Entwickeln – selbst durchführen wollte?

nen, der eine schwere Erfahrung – wie einen Unfall oder den Verlust eines nahen Menschen – durchleidet.⁸

Ich nehme noch einmal den vierjährigen Carlos zum Beispiel, um diese Phasen der Konfliktbewältigung zu verdeutlichen:

1. Die Phase der Ungewissheit

Die ungeliebte Anordnung der Eltern verunsichert und frustriert ihn – er ist noch ungewiss, ob seine Eltern das wirklich so meinen, wie sie es sagen. Diese Unsicherheit führt zum Widerstand gegen die Eltern.

2. Die Phase der Gewissheit

Bleiben die Eltern beharrlich, wird ihm die Unausweichlichkeit des Zu-Bett-gehens deutlich – er fühlt sich nun zornig, verzweifelt, hilflos und unterlegen. Er versucht zunächst, den unangenehmen Gefühlen zu entkommen und verweigert weiterhin die Zusammenarbeit mit den Eltern.

3. Die Phase der Aggression

Ist die Gewissheit zu erdrückend, versucht Carlos sich durch Aggression davon zu befreien. Er kämpft nun mit all seinen Möglichkeiten gegen das Unausweichliche und gegen seine Eltern als Verursacher dieser Zumutung an – die jedoch freundlich und standhaft bleiben und ihm diesen emotionalen Lernprozess zumuten.

4. Der Phase der Verhandlung

Wenn all dies nicht fruchtet, versucht er – verbal oder nonverbal – andere Auswege zu finden. Carlos bittet, schmeichelt, verspricht, verhandelt, sucht Ausflüchte und Kompromisse. Er will das Schlimmste noch verhindern, um den schmerzhaften Prozess der Krisenbewältigung so schnell wie möglich – und immer noch zu seinen Gunsten – zu beenden.

5. Die Phase der Depression

Versagen nun auch diese Versuche, sich gegen die Unausweichlichkeit der Anordnung zur Wehr zu setzen, fällt er in einen tiefen Kummer. Nun erst wird ihm das ganze Ausmaß seiner Situation bewusst – sie trifft sein Kinderherz mit ganzer Härte. Carlos trauert über sein beendetes Spiel und kann jetzt erstmals seine Eltern wieder als helfend und tröstend wahrnehmen. Die Wandlung beginnt.

6. Die Phase der Annahme

Nun kann das Kind die Gegebenheiten endlich annehmen. Er versöhnt sich mit der schmerzhaften Tatsache, dass sich die Welt nicht nach seinem Willen dreht und erlebt seine Eltern wieder als liebevolle, hilfreiche und tröstende Beschützer. Es wechselt nun vom Widerstand zur Kooperation und wendet sich offen und unbefangenen den Eltern zu.

7. Die Phase der Aktivität

Der Kummer hat sich aufgelöst – das Kind spürt seine wiedererweckte Lebensenergie. Spielerisch und freudvoll nimmt er Kontakt zu seinen Eltern auf und bleibt nun in Verbindung mit ihnen. Carlos geht voraus zum Zähneputzen und zieht selbstständig seinen Schlafanzug an. Der Konflikt ist überstanden – die Wandlung der Gefühle ist gelungen.

8 | Im ersten Fall kann der Verlauf einige Minuten dauern, im zweiten Fall auch einige Jahre. So oder so – die Wandlung setzt (erst) ein, wenn der Prozess durchlaufen ist.

8. Die Phase der Solidarität

Carlos ist jetzt ausgeglichen und kooperativ. Er folgt seinen Eltern, freut sich über die Vorlesegeschichte und verlangt nicht – wie sonst – eine zweite oder dritte. Er akzeptiert das Feierabendbedürfnis seiner Eltern und wünscht ihnen eine gute Nacht. Das Kind ist durch die erfolgreiche Bewältigung der Krise in seiner sozialen Kompetenz gewachsen und um eine wesentliche Lebenserfahrung reicher geworden.

An diesem Beispiel können Sie die konstruktive Bewältigung einer Krise kennenlernen. In den ersten vier Phasen lehnt das Kind sich auf und verweigert den Kontakt zu seinen Bezugspersonen. Es ist gestresst und frustriert und sein vegetatives Nervensystem zudem hoch erregt.

In den vorausgegangenen *Impulse - Mails* konnten Sie schon des öfteren lesen, dass das Bindungsniveau abnimmt, wenn der Stresspegel steigt. So hat also auch Carlos in seinem Verweigerungskampf kaum noch Bindung zu sich und zu den Eltern. Das erklärt seine Vehemenz – denn ein Kind im Bindungsmangel gerät ‚aus dem Häuschen‘. Es ist außer sich.

In den folgenden Phasen der Depression und der Annahme kann das Kind die Gegebenheiten anerkennen und Trost annehmen. Das Nervensystem beginnt unmittelbar, sich wieder zu regulieren und die Bindung kehrt zurück. Carlos kann nun erneut den wohlwollenden Beistand seiner Eltern spüren und in sich aufnehmen.

In den Phasen der Aktivität und Solidarität ist die Bindung vollends wieder hergestellt, das Kind erneut in seiner Mitte angekommen und daher kreativ, kooperativ und konstruktiv. Carlos ist nun wieder ‚er selbst‘ – ein freundlicher, offener, hilfsbereiter, zufriedener und humorvoller Junge.

Diesen positiven Ausgang des Konfliktes hat das Kind seinen Eltern zu verdanken, die sich selbst treu geblieben sind und ihr Kind zur angemessenen Zeit ins Bett gebracht haben. Sie sind dem – durchaus lauten und anstrengenden – Konflikt nicht aus dem Weg gegangen und haben Carlos damit zu sozialem Wachstum und einer erneuerten Bindung verholfen. Dafür dankt das Kind mit Freude und Kooperation.

Doch was geschieht, wenn dieser lebendige Prozess vorzeitig unterbrochen wird? Was folgt, wenn Kinder diese Wachstumsschritte nicht vollziehen können?

Wenn Eltern und Erziehende – durchaus gutmütig und wohlmeinend – den Krisenverarbeitungsprozess schon innerhalb der ersten vier Phasen unterbrechen, bleiben die Kinder folgerichtig in der ‚Frustphase‘ stecken – sie werden dann die befreienden Wachstumsimpulse durch die *s e l b s t h e r v o r g e b r a c h t e* Aktivität und Solidarität nicht kennenlernen. Ebenso wenig wie den erneuerten Bindungsimpuls, der unmittelbar dem bestandenen Konflikt folgt.

Stattdessen bleiben Erfahrungen haften wie „... ich bin frustriert – die Welt muss sich nach meinem Willen richten, damit mein Frust beendet wird ...“ oder „... wenn die Welt gegen mich ist, brauche ich einen materiellen oder zeitlichen Ausgleich zur Wiedergutmachung ...“. Aus diesen Erfahrungen formt sich dann zukünftig das Weltbild des heranwachsenden Kindes.

Die Kinder, die keine oder wenig Erfahrung mit einer vollendeten Krisenverarbeitung machen können, werden es zukünftig schwer haben, die Eigenverantwortung für ihr Leben zu übernehmen. Es werden stets die Anderen an ihrem Unglück ‚schuld‘ sein.

Die Kinder jedoch, die immer wieder erleben, dass nach dem Frust die Wandlung folgt und sie aus **e i g e n e r K r a f t** neue Energien und Lösungen finden, werden krisenerprobt durchs Leben gehen. Statt einer materieller ‚Wiedergutmachung‘ erleben sie eine immer wieder erneuerte Bindung.

Das ist der einzig wahre Trost – denn Bindung hilft und heilt in allen Lebenslagen.

Die Wiederherstellung der Bindung durch eine konstruktive Krisenbewältigung entlastet Eltern und Kinder enorm. Zudem haben diese Prozesse bereichernden, befreienden, belebenden Einfluss auf die Beziehungen innerhalb der Familie, sowie eine grundlegende und stärkende Wirkung auf die Persönlichkeitsentfaltung aller Beteiligten.

Das griechische Wort ‚krisis‘ benennt nicht nur eine Ausweglosigkeit, ein Dilemma, eine kritische Situation oder eine Zwangslage – bezeichnenderweise steht es auch für ‚*Entscheidung*‘ und für die ‚*entscheidende Wendung*‘.

Auf diese inneren, emotionalen und oftmals schmerzhaften Prozesse können wir alle nicht verzichten. Sie sind nötig, um **u n s s e l b s t** die entscheidende Wendung zu erarbeiten, die uns wachsen und reifen lässt.

So ist es eben sehr förderlich für die Kinder, wenn wir ihnen das für sie scheinbar Unzumutbare zumuten und sie bei der Wandlung vom Widerstand zur Kooperation unterstützen. Wenn wir sie während dieser Prozesse freundlich an die Hand nehmen und sie trost- und hilfreich zum Ziel führen, werden sie nicht vorzeitig abbiegen und das Beste verpassen.

Eltern und Erziehende brauchen wieder mehr Mut zu einer aufrechten, konstruktiven, freundlichen und zielgerichteten Auseinandersetzung mit den Kindern.

Erlernen Sie gemeinsam die konstruktive Bewältigung der Konflikte und profitieren Sie von den erneuerten Kooperations- und Bindungskräften, die dem Kind Geborgenheit und den Eltern mehr Sicherheit schenken.

Erfahren Sie, dass die Krisen tatsächlich das ‚Salz in der Suppe‘ des Lebens sind.

Erleben Sie, wie sich Ihr Kind durch diese ‚Würze‘ zu einem kompetenten, einfühlsamen und verantwortungsvollen Menschen entwickelt.

Für diesen manchmal beschwerlichen, aber immer bereichernden Weg wünsche ich Ihnen viel Freude und alles Gute

Brigitte Hannig

Bücher

Nein aus Liebe | Jesper Juul | Kösel Verlag

Wüten, toben, traurig sein | Aletha Solter | Kösel Verlag

Broschüren

Wut Geschrei und Tränen | Brigitte Hannig | www.in-bindung-leben.de

Bedarf und Bedürfnisse | Brigitte Hannig | www.in-bindung-leben.de

Internet

Hier finden Sie reichlich weiterführende Informationen zu der Arbeit von Prof. Erika Schuchardt und der von ihr erforschten Trauer- und Krisenspirale.

Filme

Wie es ist, wenn es nicht nur nach der Lust des Kindes geht, das sehen Sie im Marshmallow-Experiment auf YouTube. Hier üben die Kinder das Warten – mit beeindruckenden Ergebnissen.

*Das berühmte Marshmallow-Experiment hat der Psychologe Prof. Walter Mischel (*1930) entwickelt. Mithilfe dieses Tests konnte er die Bedeutung des Belohnungsaufschubs – des Warten-könnens – für die Persönlichkeitsbildung und die soziale Kompetenz eines Menschen belegen.*

In den 1970er Jahren – zu Beginn einer Langzeitstudie – experimentierte er mit 4jährigen Kindern zum Belohnungsaufschub. Er gab ihnen jeweils ein begehrtes Objekt – eben ein Marshmallow – und erklärte dem Kind, dass er nun für kurze Zeit den Raum verlässt. Wenn das Kind mit dem Vernaschen warten würde, bis er wiederkäme, dann erhielte es ein zweites Marshmallow von ihm. Eine große Herausforderung für die jungen Kinder, die sie in einen inneren Zwiespalt zwischen ‚Genuss-sofort‘ oder ‚Noch-mehr-Genuss-später‘ führte.

Zehn Jahre danach fand der Forscher in den Nachbeobachtungsstudien Erstaunliches heraus: Die Kinder, die auf ihr zweites Marshmallow warten konnten – deren Regulations- und Konfliktfähigkeit also gut ausgebildet war – waren auch als Jugendliche sozialer und kompetenter als die Kinder der Vergleichsgruppe. Sie konnten nicht nur besser mit Frustrationen, Stress und ungunstigen Versuchungen umgehen – sie zeigten auch eine deutlich ausgeprägtere Leistungsfähigkeit, als die Kinder, die das Warten nicht gelernt hatten. (→ Wikipedia)

In diesen Filmchen können Sie in vielen Sequenzen den Kindern – allesamt äußerst liebenswerte Persönlichkeiten – bei dieser kleinen Konfliktbewältigung zusehen und ihren starken Wachstumswillen erkennen. Empfehlenswert und herzerfrischend.



Brigitte Hannig
in Bindung leben

Die
Impulse – Mails für Erziehende

sind unregelmäßig erscheinende Anregungen für interessierte Eltern, Pädagogen und Therapeuten. Sie können die Impulse - Mails über meinen Verteiler kostenlos beziehen und auch weiterverschenken. Alle Rechte liegen bei der Verfasserin. Auszüge und Zitate aus diesem Text dürfen mit der nötigen Quellenangabe jederzeit verwendet werden. Bitte bleiben Sie der Verfasserin und ihren Rechten gegenüber fair. Vielen Dank für Ihr Interesse.

Anmelden und Abmelden über
www.in-bindung-leben.de