

Dr. Thomas Kahl

Ein Kind braucht Freiraum, um stark zu werden!

Für die Unterstützung und Anleitung der Kinder gibt es zwei verschiedene Ansätze – das fürsorgliche und das zutrauende Vorgehen. Die Kinder benötigen beide Vorgehensweisen: *Fürsorglich* sind wir Kindern gegenüber dann, wenn wir davon ausgehen, dass wir ihnen etwas geben und anbieten sollten, was ihnen mangelt – etwa Nahrung, Kleidung, Geborgenheit, Schutz, Verhaltensregeln, Informationen, Entscheidungshilfen.

Zutrauend sind wir Kindern gegenüber dann, wenn wir von dem ausgehen, was in ihnen steckt und was sie können und zur Verfügung haben – und wir regen sie dann durch Ermunterung dazu an, damit selbständig umzugehen, dieses anzuwenden und ihre Fähigkeiten zu erproben.

Beim *zutrauenden* Vorgehen gewähren wir den Kindern bewusst *Freiräume* zur Selbständigkeit, Eigenständigkeit. Hier können sie ihren inneren Antrieben, ihrem eigenen Willen und ihren Vorstellungen und Einsichten folgen. Wir stellen hierbei oft bewusst unsere Bedenken und Befürchtungen zurück und riskieren dabei auch, dass die Kinder zunächst noch ungeschickt vorgehen, auf die Nase fallen, Misserfolge erleben – und aus gemachten Fehlern etwas von sich aus erkennen und lernen.

Beim *fürsorglichen* Vorgehen werden demgegenüber die Freiräume der Kinder begrenzt und eingeschränkt – um möglichst angemessenes, zweckmäßiges Verhalten der Kinder zu fördern, um sie vor Gefahren, Überforderung und Scheitern zu bewahren, um ihr (und unser) Bedürfnis nach Sicherheit und nach Erfolgen auf bestimmten Gebieten zu befriedigen.

Selbstverständlich ist es oft schwierig, angemessen einzuschätzen, was und wieviel wir einem Kind gerade zutrauen können und wo bzw. inwiefern Fürsorglichkeit angebracht ist. Den angemessenen Umgang mit Freiheit zu erlernen, die zweckmäßige Nutzung von Freiräumen, d. h. Kindern zu Selbständigkeit zu verhelfen, ist eine große Herausforderung.

Wer an schnellen und offensichtlichen Erfolgen seines Kindes interessiert ist, der wird mehr zur fürsorglichen Haltung tendieren. Dabei besteht jedoch die Gefahr, dass das, was im Kind bereits steckt, dass das, was es von sich aus tun möchte und will, sein eigenes Handlungs- und Erkenntnistreben, eher zu wenig beachtet und gefördert wird. Das Kind wird dann leicht abhängig von den Erwartungen, die man an es stellt und versucht eher, diesen gerecht zu werden als dem zu folgen, was in ihm ist und ausgelebt werden möchte. Allzu fürsorglich behandelte Kinder werden leicht Opfer von Anregungen, die dem eigenen Wohlergehen des Kindes nicht dienen – etwa von kommerzieller Werbung oder Drogenangeboten.

Starke, selbständige Kinder zeichnen sich demgegenüber dadurch aus, dass sie gründlich prüfen, was sie brauchen, was sie wollen und was ihnen gut tut. Und sie sind fähig, ihre Interessen auch gegenüber den davon abweichenden Erwartungen und Vorstellungen anderer zu vertreten und durchzusetzen. Sie sind deshalb von außen schwerer zu lenken und zu dirigieren und darum für die anderen oft unbequemer.

Die innere Stärke eines Kindes beruht auf

1. seinen Gefühlen und inneren Handlungsimpulsen (z. B. Bewegungsdrang, Neugier)
2. seinem eigenen Willen (seinen Absichten und Wünschen)
3. seiner eigenen Realitätssicht (Wahrnehmung und Verständnis von Gegebenheiten sowie vom Notwendigen und Zweckmäßigen) mit Hilfe der Kopfsteuerung über Wissen und Einsichten

In erster Linie sollten Kinder lernen, ihre Gefühle bewusst wahrzunehmen, zu beachten und zu benennen und dann bei ihrer Verhaltenssteuerung zu berücksichtigen: Dazu gehören zunächst Körpergefühle wie z. B. Hunger, Durst, Schmerzen, Kälte, Harndrang und Darmdruck, Müdigkeit.

Sabine

Wenn Sabine Hunger hat, sagt Sabine: „Ich habe Hunger!“

Wenn Sabine Durst hat, sagt Sabine: „Ich habe Durst!“

Wenn Sabine Bauchweh hat, sagt Sabine: „Ich habe Bauchweh!“

*Und dann bekommt Sabine etwas zu essen,
etwas zu trinken und eine Wärmflasche auf den Bauch.*

Wenn Sabine Angst hat, sagt Sabine nichts.

Wenn Sabine Kummer hat, sagt Sabine nichts.

Wenn Sabine traurig ist, sagt Sabine nichts.

Und dann bekommt Sabine nichts.

Weil Sabine dann nicht über Sabine spricht.

Wesentlich sind mithin auch die folgenden psychischen Gefühle:

- Scheu, Verlegenheit, Unsicherheit und Zweifel,
- Angst,
- Schmerz, Frustration, Versagen bzw. Erfolglosigkeit, Trotz
- Neid und Eifersucht,
- Trauer, Kummer,
- Verlassenheit, Einsamkeit, Alleinsein
- Ungeduld, Langeweile, Hilflosigkeit, Ohnmacht, Sprachlosigkeit (Schweigen)
- Ärger, Wut, Zorn, Hass,
- Freude und Zuneigung,
- Ablehnung, Abwehr, Widerstand bzw. Widerwille gegen etwas oder jemanden.

Kinder brauchen Raum und Zeit, um diese Gefühle erleben und abreagieren zu können. So lange sie voll davon sind, sind sie innerlich nicht fähig, äußere Anregungen aufzunehmen und angemessen zu verarbeiten. Die benötigen dann Zeit, um wieder zur Ruhe kommen zu können. Erst danach sind sie wieder empfängsbereit.

Bemühen Sie sich, dem Kind konstruktive, d. h. nicht schädigende, Formen des Gefühlsauslebens zu vermitteln.

Sie sollten dazu angeregt werden, die Ursachen und den Sinn – die Berechtigung – dieser Gefühle zu verstehen, diese Gefühle anzunehmen und zu ertragen, auszuhalten. Sie können für ihr eigenes Wohlergehen sorgen lernen, indem man ihnen hilft, Wege finden, um aus unangenehmen Gefühlen selbständig herauszukommen. Hierzu gibt es stets mehrere Möglichkeiten – dazu ist es nicht nötig, zu tun und zu lassen, was das Kind möchte.

Was lässt sich tun, wenn das Kind unerfüllbare Wünsche hat oder etwas will, was man ihm nicht erlauben oder ermöglichen will oder kann? Es kann ja nicht immer nur nach seinem Willen gehen. Oft ist es nötig, Grenzen zu setzen, nein zu sagen. Dann benötigen die Erwachsenen Konsequenz und Kraft, denn es mit dem Widerstand des Kindes zu rechnen, seiner Enttäuschung: Es kann dann ärgerlich und wütend werden, zu kämpfen beginnen. Wer diese Gefühle nicht zulassen und aushalten kann und aus eigener Bequemlichkeit oder Nervenschwäche nachgibt, der erweist sich und dem Kind damit oft keinen guten Dienst.

Aufgrund der Art und Weise, wie Erwachsene ihr Verhalten steuern, nämlich mit dem Kopf, d. h. ihren Einsichten, Vorstellungen und Zielen, neigen sie oft zu sehr dazu, vor allem auf das zu achten, was sich ein Kind bei seinem Handeln gedacht haben mag.

Sie fragen es dann etwa: Warum hast du das getan? Wie konntest du das nur machen? Hast du dir denn gar nichts dabei gedacht? Derartige Fragen überfordern das Kind oft, machen es mundtot und lassen es sich klein, hilflos und unverstanden, ja auch missachtet und in die Verteidigung bzw. Rechtfertigung gedrängt fühlen.

Meistens entscheidet über das, was ein Kind gerade tut, weniger sein Wissen, seine Gedanken, Vorstellungen und Ziele, sondern sein jeweiliges praktisches Können. Dieses beruht vor allem auf seinen Gefühlen, inneren Impulsen und Bedürfnissen.

Starke Kinder sind im Umgang nicht einfach. Deshalb müssen Eltern bewusst etwas tun, um sich selber zu stärken – ihre Geduld, Nerven, Einfühlungsfähigkeit usw.