

BIBLIOTHEK DER GEFÜHLE

# Wie Kinder fühlen

UDO BAER | GABRIELE FRICK-BAER

**BELTZ**

Leseprobe aus: Baer, Wie Kinder fühlen, ISBN 978-3-407-22488-0

© 2012 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-22488-0>

## 2 Wie Kinder fühlen

### Liebe

Kinder lieben. In jedem Alter. Die Liebe der Kinder ist sichtbar und spürbar, wenn man hinschaut und sich ihr öffnet. Die Liebe eines Säuglings ist offensichtlich: der offene und öffnende Blick auf die stillende Mutter, der Verdruss, wenn sich eine geliebte Person abwendet, die strahlende Freude bei Zuwendung und Nähe. So, wie sich ein Kleinkind an eine Person schmiegt, die es liebt und der es vertraut, so vollkommen können sich Erwachsene nur noch selten hingeben.

Werden die Kinder größer, verdichtet sich ihr Lieben oft im Schenken oder, genauer gesagt, in der Vorbereitung des Schenkens. Da tuscheln die Geschwister und sparen und wälzen Kataloge und gehen allein in Geschäfte – und präsentieren der Mutter als Ausdruck ihrer innigen Liebe eine elektrische Orangenpresse. Die Mutter lächelt pflichtschuldig, zwei solcher Pressen stehen schon kaputt im Keller. Für sie ist das Geschenk ein weiterer, eher überflüssiger Haushaltsgegenstand. Sie ahnt aber, dass mehr dahintersteckt, sie hat die »heimliche« Vorbereitung mitbekommen und erlebt, dass dies Geschenk für die Kinder wichtig ist. Und wichtig ist es in besonderer Weise, denn die Kinder freuen sich, wenn die Mutter ihnen einen Oran-

gensaft presst. Sie staunen über ihre Kraft und bemitleiden sie ein wenig wegen der Mühe, die sie mit der Handpresse aufwendet, um ihnen etwas Gutes zu tun. Also wollen sie ihr etwas Gutes tun, wollen ihr ihre Mühe erleichtern und damit ihre Liebe zeigen. Das Geschenk wird damit auch für die Mutter wichtig und das zunächst pflichtschuldige Lächeln nimmt einen liebevoll-freudigen Ausdruck an.

In der Pubertät oder nach der Pubertät ist die Liebe der Kinder für ihre Eltern oft nicht verloren gegangen, selbst wenn sie sich manchmal so verkleidet, dass man ein Fernglas oder eine Lupe braucht, um sie zu erkennen. Natürlich wendet sich die Liebe dann vorrangig den Freunden und Freundinnen zu. Aber wenn die Kinder gegenüber anderen Menschen etwas über ihre Eltern erzählen, dann schimmert Liebe zumindest ein wenig durch. Sie sagen oft Dinge über die Eltern, die sie ihnen direkt gar nicht mehr sagen könnten, weil das ja »kindisch« wäre. Die Liebe ist weiterhin da, aber anders, verschämter, manchmal versteckt, sich darin zeigend, dass die Jugendlichen ihre Eltern gegenüber anderen verteidigen oder durchblicken lassen, dass sie stolz auf sie sind.

Kinder lieben. Leidenschaftlich. Im Kindergarten gibt es oft Freundschaften, die über das übliche Verständnis von Freundschaft weit hinausgehen und eher leidenschaftliche Liebe beinhalten. Vorher schon beginnt die Liebe in der leidenschaftlichen Hinwendung zu Teddys oder Lieblingspuppen – und wehe, der Teddy wird gewaschen und riecht nicht mehr so wie früher oder wird gar als alt und vergammelt von Erwachsenen weggeworfen. Später dann wendet sich die leiden-

schaftliche Liebe anderen zu, der Grundschullehrerin oder dem Fußballverein, den Pokemon-Bildern, Man-gas oder bestimmten Musikgruppen. Ob das ganze Zimmer mit Bildern von Anastacia tapeziert wird, ob das Pferd geliebt wird oder die Meerschweinchen oder Fußballstars wie Ronaldo oder David Beckham – immer geht es um das ganze Herz. Das Herz wird hingegen, leidenschaftlich und vollständig. Das wird bei Kindern bedauerlicherweise oft übersehen und nicht genug gewürdigt. Leidenschaftliche Liebe ist es und kein Tick, keine Spinnerei oder lediglich Schwärmen. Sie verträgt kein Lächerlichmachen.

Kinder lieben. Bedingungslos. Da wird die 11-jährige Lucia von ihrem Vater geschlagen und begrabscht – doch sie entschuldigt ihn und verteidigt ihn und lässt »nichts auf ihn kommen«. Denn er ist ihr Vater und sie liebt ihn. Die Liebe der Kinder ist bedingungslos, andauernd und zäh. Kindliche Liebe lässt sich nicht gänzlich zerstören durch Grausamkeiten, Ignoranz, Demütigungen, Verwahrlosung und heillose Überforderung. Selbst wenn Erwachsene zornig und verzweifelt verurteilen, was ihnen als Kind von einem Elternteil angetan wurde, selbst wenn Liebe offenbar in Hass umgeschlagen zu sein scheint, so bleibt doch – von Außenstehenden zumeist staunend und verwundert oder gar mit großem Unverständnis und Ablehnung zur Kenntnis genommen – ein Rest der kindlichen Liebe vorhanden. Diese Liebe ist ein Teil des Kindseins und braucht Anerkennung und Würdigung. Dass sie selbst bei Menschen, denen Schreckliches angetan wurde, lebendig bleibt, ist ein Zeichen ihrer Kraft und der Bedingungslosigkeit, mit der sie in die Welt tritt.

Kinder lieben. Selbstlos. Gelegentlich mögen Kinder einigen Erwachsenen wie kleine, Liebe und Aufmerksamkeit verschlingende, undankbare Ungeheuer vorkommen. Manchmal scheinen Kinder (elterliche) Selbstaufgabe zu fordern. Doch wenn das Lieben der Kinder nicht verschüttet, verachtet oder beschämt worden ist, wohnt der Liebe der Kinder immer die Bereitschaft inne, viel mehr auf das Wohl von Mutter und Vater und der ihnen Liebsten zu achten als auf das eigene.

Die Selbstlosigkeit der kindlichen Liebe hängt eng mit ihrer Bedingungslosigkeit zusammen und liegt oft nah an der Selbstaufgabe. Sie ist (zunächst zumindest) zutiefst vertrauend und macht blind. Kinder haben grundsätzlich die Fähigkeit und Bereitschaft, sich mit den geliebten Menschen zu identifizieren, sich in sie hineinzusetzen, sie zu verstehen, zu bejahen und zu entschuldigen. Sie sind in der Lage, die Erwartungen der geliebten Menschen zu erspüren (auch wenn es darin eine mehr oder minder hohe Fehlerquote geben mag), und haben die Bereitschaft, sie zu erfüllen. Die selbstlose Liebe ist Kindern so selbstverständlich, ist ein so unspektakulärer Teil ihrer Innenwelt, dass sie nur selten das Licht der Welt erblickt bzw. ins Licht der Welt gerückt wird. Sie kann leicht von den Erwachsenen übersehen, überhört und übergangen werden und entschlüsselt sich manchmal erst über die Rückschau im Erwachsenenalter.

Das Lieben der Kinder bzw. ihre Art, zu lieben, wird oft belächelt. Es verdient stattdessen Beachtung und Respekt.

## Schuld und Verantwortungsgefühl

Ein Vater sitzt am Wohnzimmertisch und redet mit seinem 8-jährigen Sohn. Vier Wochen ist es her, dass die Eltern des Kindes sich getrennt haben und der Vater in eine neue Wohnung gezogen ist. Der Vater staunt, wie gut der Sohn die Trennung verkraftet hat und freut sich, dass er anderen stolz sein neues Kinderzimmer zeigt und anscheinend gern bei ihm ist. Sie trinken einen Kakao. Der Vater fragt den Sohn, wie es ihm mit der Trennung der Eltern geht. Der Sohn erzählt erst, dass er es toll findet, nun zwei Kinderzimmer zu haben, und dass es für ihn gut ist, abwechselnd bei Vater und Mutter sein zu können. In der Schule wären die meisten Eltern der Mitschüler und Mitschülerinnen getrennt und die meisten Kinder hätten nur noch Kontakt zu einem Elternteil. Doch dann sagt er etwas, woraufhin der Vater vor Überraschung fast den Kakao verschüttet. Der Sohn erklärt mit tiefem Ernst und großer Sicherheit, dass er wisse, dass er verantwortlich dafür sei, dass sich die Eltern getrennt hätten, und dass er seit einigen Wochen ganz viel dafür tue, dass sie wieder zusammenkämen. Der Vater hatte von all dem trotz seiner innigen Verbindung zu seinem Sohn nichts mitbekommen. Das ist nicht verwunderlich, denn dieses Verantwortlichkeitsgefühl der Kinder ist ein vor allem geheimes Gefühl.

Wenn in der Lebenswelt der Kinder etwas Einschneidendes geschieht, das sie sich nicht erklären können, das, so wie sie es erleben, vom Himmel fällt, dann fühlen sie sich wie automatisch dafür verantwortlich. In diesem Verantwortlichfühlen ähneln sich

Kinder und der Glaube mancher afrikanischer oder indianischer Stämme: Wenn der Regen ausbleibt, liegt die Verantwortung dafür darin, dass den Göttern zu wenig geopfert wurde oder der Lebenswandel des Häuptlings dem Regengott missfiel. In unserem Kulturkreis wachsen ganze Generationen mit der Vorstellung auf, dass die Sonne morgen scheint, wenn das Kind den Teller heute »schön leer isst«. Es werden Verknüpfungen hergestellt, die logisch nicht zu verstehen sind, die aber von der emotionalen Logik her betrachtet als sinnvoll und selbstverständlich erlebt werden. Wenn ich beim Gewitter fest meinen Kopf halte, schlägt der Blitz nicht ein. Wenn ich mein Zimmer aufräume, bekomme ich eine gute Note, wenn ich freundlich zu meinem Bruder bin, wird die Mama wieder gesund ...

Wir erfahren es in der Therapie und hören es von vielen Menschen, Kindern wie Erwachsenen: Kinder fühlen sich verantwortlich für Dinge, die über sie »hereinbrechen«, und sie versuchen, dieser Verantwortung gerecht zu werden, indem sie »besonders brav« sind, ihr Spielzeug in das Regal stellen, die Geschirrspülmaschine leeren, ihre Mahlzeiten aufessen, sich in der Schule häufig melden usw. Noch als Erwachsene sind sie oftmals erschüttert über das Ausmaß ihrer kindlichen Anstrengungen: Was musste ich nicht alles tun – und was habe ich nicht alles getan –, um das, wofür ich mich verantwortlich machte, wiedergutzumachen!

Das Verantwortungsgefühl der Kinder führt oft dazu, dass sie sich schuldig fühlen. Die Schwester eines Kindes stirbt und das Kind fühlt sich jahrelang für

den Tod der Schwester verantwortlich, weil es in dem Moment, als sie starb, draußen spielen war.

Romane und Erzählungen sind voller Geschichten, in denen beschrieben wird, wie verlassene Kinder die Schuld für das Verlassenwerden bei sich suchen. So auch der Junge in der Erzählung »Monsieur Ibrahim und die Blumen des Koran« (Schmitt 2003): »Es kam gar nicht in Frage, dass ich zugebe, verlassen worden zu sein. Zweimal verlassen, einmal nach meiner Geburt von meiner Mutter, das zweite Mal als Heranwachsender von meinem Vater... Was war nur so abscheulich an mir? Was war bloß an mir, dass man mich nicht lieb haben konnte?« (S.51). Auch in Annie Proulx' »Schiffsmeldungen« übernimmt ein verlassener Junge die Verantwortung dafür, dass ein Elternteil die Familie verlassen hat, und ist sich sicher, dass es daran liegt, dass er so langweilig ist.

Auch hier sagt die Logik des Verstandes: Das ist falsch, sogar verrückt. In der Logik der Gefühle sind solche Verknüpfungen selbstverständlich. Wie viele Kinder fühlen sich schuldig dafür, dass ihre Eltern sich getrennt haben! Wie viele Kinder übernehmen die schuldhafte Verantwortung dafür, dass nahe Angehörige gestorben sind oder schwerkrank wurden oder sonstige unglückliche Ereignisse geschehen sind! Und wie viele Kinder übernehmen die Verantwortung für das »verkorkste Leben« ihrer Eltern! Sie spüren oder reimen sich aus vielen Hinweisen zusammen, dass sie eigentlich existenziell unerwünscht sind oder waren oder dass ihre Eltern »wegen ihnen« zusammenbleiben. Sie übernehmen die Schuld dafür, dass ihre Mutter oder ihr Vater ihr Leben nicht so leben, wie sie es

eigentlich leben wollten. Diese Schuld ist zäh und nachhaltig. Sie kann jahrelang, ja manchmal jahrzehntelang anhalten und das Leben beeinflussen.

Zwei Verhaltensweisen wirken diesen Schuldgefühlen entgegen: Transparenz und Entschuldung. Der Vater des erwähnten Jungen tat das einzig Richtige, er erzählte seinem Sohn, warum seine Ehe gescheitert war. Nicht alles, aber vieles von sich und der Beziehung zu seiner ehemaligen Frau, was dazu geführt hatte, dass sie nicht mehr zusammenleben konnten und wollten. Hier ging es nicht darum, »schmutzige Wäsche zu waschen« oder über den anderen »herzuziehen«, um sich zu »rechtfertigen«. Es galt hier und es gilt für viele andere Kinder in ähnlichen Situationen, ihnen zu erklären, dass Liebe manchmal nicht reicht, damit Menschen zusammenbleiben können. Es gilt, zu erklären, dass sich Menschen auseinanderleben und dass es dann auch gut ist, wenn sie auseinandergehen, um sich nicht weiter zu verletzen oder eine unerträgliche Spannung aufzubauen bzw. aufrechtzuerhalten. Die Schuld und das Verantwortlichfühlen der Kinder entstehen, wenn etwas Unerklärliches geschieht, das für sie wesentliche Bedeutung hat. Also bedarf es der Erklärung und der Transparenz. Es ist notwendig, das, was geschehen ist, so verständlich wie nur irgendwie möglich für die Welt des Kindes zu machen.

Zur Entschuldung gehören zwei Sätze. Der eine Satz lautet: »Du bist nicht schuld.« Dieser Satz muss ausgesprochen werden, auch dann, wenn Kinder schweigen und ihn nicht einfordern. Dass Kinder sich schul-

dig fühlen, ist ebenso wie das Gefühl, verantwortlich zu sein, ein geheimes Gefühl. Nur in Ausnahmefällen wird es bekannt. Also sollten Erwachsene es auch ohne äußere Anzeichen in Erwägung ziehen und gleichsam »auf Vorrat« den Kindern mitteilen. Am besten sagen sie es eher beiläufig und dennoch ernst und wiederholen, dass die Kinder nicht schuld sind, wenn eine ihnen nahestehende Person gestorben ist, wenn Eltern sich trennen, wenn jemand krank wird... »Du bist nicht schuld!« Auch wenn Kinder »merkwürdig«, »depressiv«, »panisch« werden oder »durchknallen«, ist es oft hilfreich, der Spur der heimlichen Schuldgefühle zu folgen.

Der zweite Satz lautet: »Ich, der Erwachsene/die Erwachsene übernehme die Verantwortung.« Es ist eine wunderbare Eigenschaft, dass Kinder auch bereit sind, Verantwortung zu übernehmen. Dieses Verantwortungsgefühl sollte, wo immer es möglich und verantwortbar ist, unterstützt werden. Doch die Verantwortlichkeit der Kinder ist eine andere als die der Erwachsenen. Wenn Kinder Verantwortung übernehmen müssen für Geschehnisse, für die sie keine Verantwortung übernehmen können, dann verwandelt sich ihr Verantwortlichkeitsgefühl in Schuld.

8- oder 12-jährigen Kindern die Verantwortung für die Entscheidung zu übergeben, wo die Familie leben soll, ob die Mutter eine neue Stelle annehmen darf, ob der neue Lebenspartner, die neue Lebenspartnerin der/die Richtige zum Zusammenleben ist, ist eine heillose Überforderung, die in dem Kind das tiefe Empfinden hinterlässt, zu früh groß sein zu müssen, zu versagen und zu scheitern, kurz: sich zu verlieren. Es

ist wichtig, die Meinung der Kinder einzuholen, ihre Empfindungen und Gefühle ernst zu nehmen und ihnen Raum zu geben. Es ist wichtig, mit ihnen im Gespräch zu bleiben und den Kindern zu sagen, wo und in welcher Hinsicht Verantwortlichkeit von ihnen erwartet wird. Gleichzeitig müssen wir Erwachsene ihnen mitteilen, wo sie keine Verantwortung haben und diese auch nicht übernehmen müssen. Die Verantwortlichkeit darüber, wie Erwachsene zusammenleben, ist Sache der Erwachsenen. Auch die Verantwortlichkeit für die Lebensumstände der Kinder ist Sache der Erwachsenen. Nur wenn die Erwachsenen diese Verantwortlichkeit auch öffentlich aussprechen und übernehmen, können Kinder sie loslassen.

## **Zugehörigkeit und Freundschaft**

»Zu wem gehörst du?« Diese Frage würden heute nur wenige stellen, zu altmodisch kommt sie daher. Doch für das Gefühlsleben der Kinder ist die Beantwortung dieser Frage wichtig.

Die siebenjährige Marlies gehört zu ihrer Familie. Zwar ärgert sie sich manchmal oder ist traurig, gelegentlich fühlt sie sich im Stich gelassen oder ist enttäuscht und findet das eine oder andere Verhalten ungerecht. Doch Freude, Liebe, Geborgenheit prägen ihr Leben genauso wie die alltäglichen Reibereien und Kümernisse. Sie gehört zu dieser Familie, die zusammen isst und gemeinsam in den Urlaub fährt, in der jeder und jede aber auch einen eigenen Spielraum hat. Sie gehört dazu, selbstverständlich, ohne dass darüber

Worte verloren werden und ohne dass sie das Wort »Zugehörigkeit« kennt oder gar in den Mund nimmt.

Marlies gehört auch zu Theresa, zu ihrer Freundin, mit der sie »durch dick und dünn« geht, von den ersten Tagen des Kindergartens an. Freundschaft, Liebe, ganz gleich, wie man das innige Verhältnis von Marlies und Theresa bezeichnet, sie gehören zueinander.

Der 12-jährige Mike hat früher zu seiner Familie gehört, jetzt steht sein Fußballverein an der ersten Stelle. Der Trainer ist ihm wichtiger als Familie oder LehrerInnen, auf ihn »hört« er mehr als auf seine Eltern. Die Mannschaftskameraden sind seine Kumpels, zu ihnen gehört er mehr und intensiver als zu seinen MitschülerInnen oder zu seiner Familie. Diese Zugehörigkeit ist sichtbar: Er trägt, so oft er darf, seine Vereinsmütze, seine Schulhefte werden von Vereinsaufklebern geschmückt, über seinem Bett hängt ein Fußballposter, die Mappe mit seinen Stiften ist blau wie seine Vereinsfarbe.

Seine drei Jahre ältere Schwester gehört zu den Gothics: schwarze Haare, schwarze Kleidung, schwarze Musik...

Zugehörigkeit ist wichtig für die Identität eines Kindes. Die Frage »Wer bin ich?« wird auch dadurch beantwortet, dass ein Kind weiß, spürt, lebt, zu wem es gehört. Für Marlies, Mike und seine ältere Schwester ist ihre Zugehörigkeit selbstverständlich, da werden keine großen Worte gemacht. In und nach der Pubertät findet die Zugehörigkeit oft einen demonstrativen Ausdruck, der ein deutliches Zeichen für den Wunsch oder die Notwendigkeit ist, sich von der Familie abzu-

setzen. Um die Zugehörigkeit der Kinderzeit abzulegen, wird häufig nach deutlichen Alternativ-Signalen gesucht. Nicht die Individualität kann die Zugehörigkeit zu einer Familie sofort ersetzen. Fast immer bedarf es eines Zwischenstadiums der Zugehörigkeit zu einer anderen Gemeinschaft, zu einer politischen, religiösen oder sportlichen Gruppe, zur Gemeinschaft der Anhänger einer bestimmten Musik- bzw. Subkultur oder Ähnlichem.

Doch von den pubertären Zeichensetzungen abgesehen wohnt der Zugehörigkeit etwas Selbstverständliches inne. Sie ist selten konkretes Gefühl, zumeist ein Boden des Befindens, auf dem Geborgenheit und Glück gedeihen können. Die enorme emotionale Wichtigkeit der Zugehörigkeit offenbart sich vor allem, wenn sie gefährdet oder verloren ist. Verloren gehen kann sie, wenn Kinder verstoßen, im Stich gelassen oder verraten werden. Sie wird brüchig oder schwindet schließlich, wenn Kinder dauerhaft ignoriert werden und ihre Regungen und Bestrebungen ins Leere greifen. Manchmal ist sie auch dadurch gefährdet, dass Kinder anders als die meisten in ihrer Umgebung sind, klüger, vielleicht hochbegabt, empfindsamer, langsamer oder erregter. Diese Kinder suchen dann die Zugehörigkeit zu anderen Personen, Gemeinschaften, Lebewesen, oft auch zu einem Tier.

Sich nicht zugehörig zu fühlen hat nachhaltige Folgen. »Mich versteht sowieso keiner!« – durch diese Stimmung muss jedes Kind irgendwann einmal durch. Verfestigt sie sich aber im sicheren Gefühl, nicht dazuzugehören, wird daraus ein Grundgefühl, verloren zu sein. Wie viele Kinder fühlen sich fremd! Wie oft ha-

ben wir in Therapien gehört, dass Erwachsene erzählen, sie seien sich als Kind sicher gewesen, dass sie bei der Geburt vertauscht worden sind, weil alles dafür sprach, dass sie nicht zu dieser Familie gehörten, in der sie lebten! Wie oft hören wir von Kindern den im Brustton der Gewissheit ausgesprochenen Satz: »Ich bin falsch.« Wie oft hören wir, dass Kinder weglaufen, und erfahren jedes Mal, dass sich unsere Vermutung bestätigt: Wer wegrennt, ist vorher schon verloren gegangen. Nicht dazu zu gehören, verloren gegangen zu sein, zeigt sich oft darin, dass sich Kinder unter Druck fühlen. Dieser innere Druck ist häufig mit einer Unruhe verbunden, mit Unstetigkeit, wie ein Hamster im Rad getrieben zu sein, wie auf der Flucht oder auf der ständigen Suche nach etwas, das nicht benannt werden kann.

Was hilft: Erstens muss aufmerksam und wachen Blickes hingeschaut werden, muss wahr- und ernst genommen werden, dass sich Kinder verloren und nicht zugehörig fühlen und dass sie darunter leiden. Zweitens gilt es, ernst und verlässlich Zugehörigkeit anzubieten bzw. gemeinsam mit den Kindern herauszufinden, wo und wie sie zugehören wollen. Oftmals wird Zugehörigkeit erzwungen (»Du gehörst nach Hause.« »Du gehörst ins Heim.«) – ein Unding, weil sich das Problem so nur scheinbar, von außen betrachtet, und nur in der Wahrnehmung der Verantwortlichen, nicht aber im Erleben der Kinder und Jugendlichen lösen lässt. Und drittens hilft Kindern die Unterstützung darin, herauszufinden, was sie brauchen, um sich zugehörig fühlen zu können!