

# Lieber ab und zu genervt, als sich ständig verstellen

KINDER ZU SELBSTBEWUSSTEN MENSCHEN ERZIEHEN

**Die Lebensqualität eines Menschen ist in hohem Maß davon abhängig, wie selbstbewusst er ist. Erwachsene, die an mangelndem Selbstbewusstsein leiden, können mit therapeutischer Hilfe ein Stück weit für ihre eigene „Nacherziehung“ sorgen. Kinder allerdings, die nicht selbstbewusst genug sind, bleiben aufgrund ihrer realen Abhängigkeit von den Eltern oft trotz therapeutischer Behandlung in ihrer psychischen Entwicklung eingeschränkt. Die Heidelberger Kinder- und Jugendtherapeutin Renate Hörburger gibt im folgenden Beitrag einen Überblick, welche Möglichkeiten Eltern haben, sich selbst und ihre Kinder zu stärken.**



Renate Hörburger studierte Anglistik, Germanistik, Psychologie und Pädagogik. Im Anschluss daran absolvierte sie in Heidelberg eine Ausbildung zur analytischen Kinder- und Jugendlichen-therapeutin. Seit 1994 hat sie in Schwetzingen eine eigene Praxis.

Lediglich ein geringer Prozentsatz der Kinder und Jugendlichen, die zu wenig Selbstbewusstsein haben, verhalten sich gemäß unseren allgemeinen Vorstellungen. Sie sind unsicher, gehemmt, anhänglich und unselbstständig. Dass sich aber ein Mangel an Selbstbewusstsein auch ganz anderes darstellen kann, ist weitgehend unbekannt. Dabei leiden Kinder und Jugendliche, die übermäßig selbstbewusst erscheinen, freches, anmaßendes oder gar asoziales Verhalten zeigen, ebenso an einem Mangel an Selbstbewusstsein. Sie kompensieren ihr Defizit oft demonstrativ mit einem falschen Selbstbewusstsein, einem Größenselbst.

Bei genauerer Betrachtung findet sich bei nahezu allen psychisch- psychosomatischen Symptomatiken – Hyperkinetisches Syndrom, ADS, Essstörungen eingeschlossen – ein Mangel an Selbstbewusstsein. Das Wissen über sich selbst ist nicht ausreichend verinnerlicht, weshalb die Selbstwahrnehmung abgewehrt und ersetzt wird.

Es ist leicht nachzuvollziehen, dass Kinder, die schlecht behandelt und traumatisiert worden sind, einen so genannten „Knacks“ in ihrem Selbstbewusstsein haben, da sie gravierende, frustrierende Erlebnisse zurückweisen müssen. Woher aber kommt der Mangel an Selbstbewusstsein bei Kindern, deren Eltern versuchen, alles für ihr Kind zu tun, alles richtig zu machen? Offensichtlich gibt es da etwas, das wichtiger ist, als der Wille, gute Eltern zu sein.

„Ich weiß, dass du es kannst“, „du schaffst es doch.“ So ähnlich klingt es, wenn Eltern versuchen, ihren Kindern Selbstbewusstsein einzutrichtern. Auf diese Art und Weise lässt sich die Selbstwahrnehmung

des Kindes aber oft genauso wenig beeinflussen wie durch vernünftige Diskussionen über das Fehlverhalten eines Kindes. Der Zustand bleibt unbefriedigend, die Eltern bekommen zunehmend das Gefühl, immer weniger an ihr Kind heranzukommen. Parallel dazu steht das Kind selbst seinem Verhalten machtlos gegenüber, es kann einfach nichts „dazulernen“. Auf beiden Seiten stellt sich unterschwellig eine vorwurfsvolle Haltung ein, Härte und Verslossenheit nehmen zu.

### **Kinder spüren psychische Defizite ihrer Eltern**



Bei Klett-Cotta erschien soeben der Ratgeber „Selbstbewußtsein. Wie Erwachsene sich und ihre Kinder stärken“ von der Kinder- und Jugendtherapeutin Renate Hörburger, ISBN 3-608-91025-5, 13,50 EUR

Die Ursache für eine solch verfahrenere Situation kann an unzureichendem Selbstbewusstsein der Eltern liegen. Unbewusst spüren Kinder sofort, wenn Eltern sich selbst falsch wahrnehmen oder ein falsches Bild von sich präsentieren. Sie verschließen sich und legen ein unterschwellig aggressives Verhalten an den Tag. Bereits ein Säugling reagiert negativ auf eine hilflos-besorgte Mutter, die sich nicht wirklich auf ihre Gefühle einlassen kann und überfürsorglich ist. Die Suche des Kindes gilt immer dem vollständigen Gefühl des Gegenübers, der echten Zuneigung. Darin sind zwangsläufig auch stimmige, aggressiv-abgrenzende Impulse enthalten, die Eltern aber immer häufiger ausklammern wollen.

Spalten Eltern negative Gefühle dem Kind gegenüber von vornherein ab oder erleben sie nur ansatzweise und machen dem Kind etwas vor, wird der emotionale Dialog – durch den Erziehung hauptsächlich wirkt – beeinträchtigt. Oberflächlich scheint alles in Ordnung, die Eltern haben sich eigentlich nichts vorzuwerfen. Dennoch leiden sie meist an diffusen Schuldgefühlen. Anstatt einer Beziehung hat sich gegenseitige Abhängigkeit entwickelt, die durch eine allfällige Symptomatik des Kindes noch verstärkt wird.

### **Eltern müssen Ärger und Wut zulassen**

Damit sich das Selbstbewusstsein des Kindes entwickeln kann, muss ihm ein stimmiger emotionaler Dialog angeboten werden. Es sind ausschließlich echte und ehrliche Reaktionen der Eltern, die zum Nährboden für das Selbstbewusstsein des Kindes werden können. Bestehen beispielsweise bei einem Elternteil wütende Gefühle dem Kind gegenüber, so kann ein rechtzeitiges Gewahrwerden dieser Gefühle aggressive Ausbrüche verhindern.

Werden Kinder in irgendeiner Form misshandelt, so geschieht dies, wenn Eltern ihre wahren Gefühle nicht bewusst erleben können. Ansonsten wären sie dazu gar nicht in der Lage. Das Zulassenkönnen der Gefühle vermittelt sich atmosphärisch positiv, vertieft und festigt die Beziehung. Emotionales Abwehrverhalten hingegen schafft eine negative unbefriedigende Atmosphäre. So bedeutet der Wille, gute Eltern zu sein, in erster Linie die Bereitschaft, sich selbst auf die eigenen Gefühle einzulassen. Bemühungen, mit unstimmigem Verhalten dem plakativen Bild einer guten Mutter/eines guten Vaters gerecht zu werden, sind kontraproduktiv.

Eltern, die krampfhaft guten Willens sind, verhalten sich tagtäglich unstimmig. Längst genervt, verpassen sie immer wieder den richtigen Augenblick, um konstruktiv-aggressiv zu sein, Kritik zu üben oder Grenzen zu setzen. Sie verstellen sich und spielen dem Kind falsche Geduld und falsches Verständnis vor. Die besten Absichten kulminieren in einer erzieherischen Katastrophe, einem destruktiv-aggressiven Kampf. Der gute Vorsatz, sich das nächste Mal noch mehr zusammenzunehmen, anstatt sich früher „auszulassen“, führt zur Verfestigung eines negativen Regelkreises.

Ein Mangel an Selbstbewusstsein entwickelt sich immer vor dem Hintergrund abgewehrter aggressiver Gefühle. Lernt das Kind nicht, seine eigenen aggressiv-destruktiven Gefühle bewusst zu erleben, so erreicht es das Gefühl der Reue nicht. Je nachdem, wie die Abwehr beschaffen ist, kann die Aggressivität dann weiterhin selbstschädigend sein oder asozial destruktive Wirkung entfalten.

### **Frustrationen sind ebenso wichtig wie die Ernährung der Kinder**

Können Eltern die eigene Aggressivität stimmig wahrnehmen, dann haben sie die Fähigkeit, ihr Kind stimmig zu frustrieren und es beim „Verdauen“ anstehender Enttäuschungen empathisch zu begleiten. Neben guter körperlicher Ernährung, ist das „Füttern“ der Kinder mit Frustrationen die Hauptaufgabe der Erziehung. Durch die Verinnerlichung von Enttäuschungen lernen Kinder ihre Grenzen kennen, erfahren wer sie sind, werden selbstbewusst. Haben allerdings die Eltern als Kinder selbst wenig empathische Unterstützung erhalten, sind selbst bedürftig geblieben und versuchen, von ihren Kindern zu bekommen, was ihnen ihre Eltern vorenthalten haben, so kann ein Mangel an Selbstbewusstsein wie eine „Erbkrankheit“ weitergegeben werden.

Da wir heute in einer Zeit leben, in der die Tendenz zunimmt, aggressive Gefühle zu verdrängen und Frustrationen zu umgehen, werden der Mangel an Selbstbewusstsein und damit im Zusammenhang stehende Kompensationsversuche/Symptomatiken zunehmen. Die Auseinandersetzung mit den inneren Reizen – den authentischen Bedürfnissen und Gefühlen – kommt in dem Maße zu kurz, in dem die äußere Reizüberflutung ansteigt. Die Aufgabe der Eltern, Kinder zu selbstbewussten Menschen zu erziehen, ist deshalb heute besonders wichtig, da sonst ein in uns angelegter moralischer Maßstab verloren geht. Ein Maßstab, der nicht einmal durch ausgefeilte Trainingsprogramme ersetzt werden kann.

Renate Hörburger

#### **Ansprechpartnerin**

##### **Renate Hörburger**

c/o Klett-Cotta Verlag  
Ilona Meidlinger (Presse)  
Rotebühlstraße 77  
70178 Stuttgart  
Telefon: 0711-6672-1716  
Fax: 0711-6672-2033  
Mail: [i.meidlinger@klett-cotta.de](mailto:i.meidlinger@klett-cotta.de)

# Jugendlichen die Diskussion über Gentechnik erleichtern

VERLAGE KLETT UND SPIEGEL KOOPERIEREN

## Hintergrund

### Schnelle Information für Schulen

Aktuelle und kontroverse Themen wie „Gentechnik“ „Terrorismus“ oder „Globalisierung“ schnell, informativ und ansprechend aufbereitet an die Schulen zu bringen, ist das Ziel einer langfristigen Kooperation, die der SPIEGEL-Verlag und der Bildungsverlag Klett unter dem Titel „SPIEGEL@Klett“ vereinbart haben. Das erste Unterrichtsmagazin erscheint bereits im Mai 2002.

In den 48-seitigen Unterrichtsmagazinen, die für jeweils 5,60 EUR angeboten werden, bündeln die Verlage Klett und SPIEGEL ihre jeweiligen besonderen Kompetenzen: einerseits didaktische Expertise, andererseits umfassender Informationsfundus sowie journalistisches Know-how. Damit sollen den Schulen aktuelle und vertiefende Informationen in einer für den Unterricht geeigneten Form angeboten werden. Das Themenspektrum der geplanten Hefte reicht von Ethik über Politik und Geschichte bis Deutsch.

**(cvm). Das geklonte Schaf Dolly hat die öffentliche Diskussion über Gentechnik vor einigen Jahren angestoßen, und bis heute wird engagiert darüber diskutiert, ob Dolly ein harmloses Schaf ist oder ein gefährliches Experiment mit noch unbekanntem Folgen. Inzwischen sind die Fragen noch brisanter geworden: Wie werden sich beispielsweise Jugendliche fühlen, wenn sie erfahren, dass sie nach bestimmten Kriterien bei einer Samenbank „bestellt“ wurden?**

Gentechnik – ein heikles, äußerst umstrittenes Thema, das ständig im Umbruch ist und vielen Menschen unheimlich erscheint. Spekulationen und Ängste beherrschen die öffentliche Diskussion, Unkenntnis verhindert oft eine sachliche Behandlung; Fluch und Segen der neuen Forschungserkenntnisse sind nicht immer leicht auseinanderzuhalten.

Den Weg der Wissenschaftler zur Entschlüsselung des menschlichen Genoms und die daraus resultierenden – kontrovers diskutierten – möglichen Folgen können Schüler nun mit dem ersten Unterrichtsmagazin der Reihe „SPIEGEL@Klett“ für die Gymnasiale Oberstufe anhand authentischer Texte aus Wissenschaft, Werbung, Literatur, Wirtschaft und Medien nachvollziehen. Sachinformationen (Glossare, Schaubilder, Zeittafel), Stellungnahmen und bilanzierende Zusammenfassungen (SPIEGEL-Artikel „Schlacht um die Gene“ – Der Bauplan des Menschen) geben den Schülern einen Überblick über das Thema sowie seine möglichen Folgen und ermöglichen ihnen die Erarbeitung eines eigenen Standpunkts.

Beispielsweise handelt das Kapitel „Vom Raps zum Riegel“ von den Hoffnungen und Sorgen, die sich mit gentechnisch veränderten Nahrungsmitteln verbinden. Helfen sie wirklich beim Kampf gegen den Hunger? Und wie denaturiert wird unsere Nahrung bereits jetzt in der Retorte zusammenkomponiert? In einem anderen Kapitel werden die ethischen Positionen zum Thema „Darf der Mensch, was er kann?“ ausführlich dargelegt. Der Philosoph Peter Sloterdijk, Befürworter eines „Menschenparks“, kommt ebenso zu Wort wie seine Gegner aus Politik, Moraltheologie und Philosophie.

## Ansprechpartnerin

### Hannelore Ohle-Nieschmidt

Ernst Klett Verlag  
Leitung Presse- und  
Öffentlichkeitsarbeit  
Rotebühlstraße 77  
70178 Stuttgart  
Telefon: 07 11-66 72-16 73  
Fax: 07 11-66 72-20 10  
Mail: h.ohle-nieschmidt@  
klett-mail.de  
Internet: www.klett-verlag.de