

Das Krokodil unterm Bett – Gabriele Pohl

Trost, Zuversicht, Hoffnung und Geborgenheit sind die besten Mittel, die wir dem Kind, gegen die Angst mitgeben können.

Angstvermeidung ist ein schlechter Ratgeber.

Sie hemmt die Entwicklung, erzeugt Abhängigkeiten und steht der Individuation, als Ziel jeder menschlichen Existenz überhaupt, im Weg.

Meist sind Kinder aber von einem ungeheuren Lebenswillen erfüllt, bereit sich den Herausforderungen zu stellen, um die eigene Existenz zu ringen, sich etwas abzuverlangen, Mut zu entwickeln.

Voraussetzung hierfür ist die Entwicklung von Vertrauen, Vertrauen in den anderen Menschen, Selbstvertrauen, aber letztendlich auch Vertrauen in das Leben an sich.

Das Krokodil unter dem Bett

Unbestimmte Ängste tauchen häufig schon bei kleinen Kindern auf. Sie fürchten sich vor Gespenstern, Räubern, Monstern oder Wölfen. Alle diese Schreckgestalten spiegeln innerseelische Probleme wider.

Es gibt in ihrer Fantasie nicht nur gute Feen und liebevolle Königinnen, sondern auch Hexen und wilde Tiere, die in das Paradies der frühen Kindheit eindringen. Woher kommen die Ängste vor dem Krokodil unterm Bett, vor der bösen Hexe und dem allmächtigen schrecklichen Zauberer?

Aus der Sphäre des Unbewussten tauchen bei allen Kindern- auch wenn sie noch so „aufgeklärt“ erzogen werden („Liebes Kind, da kann keine Hexe hinterm Schrank sein, Hexen gibt es nicht!“)- diese Bilder auf, die sie ängstigen.

Das Unbewusste der Kinder „übersetzt“ ihre diffusen, unbenennbaren Ängste und Gefühle in Bilder, so werden sie für das Kind anschau- und handhabbar.

Selbst die geliebten Eltern verwandeln sich in den Augen des Kindes gelegentlich in Ungeheuer. Weil es für das Kind schwer ist, mit der Tatsache fertig zu werden, dass auch die Mutter manchmal- in den Auge des Kindes- böse ist, spaltet es die Mutter sozusagen in zwei Bilder auf: in die gute Mutter und in die böse Mutter. Im Laufe der Zeit lernt es beide Seiten innerlich zu integrieren. Aber solange es das noch nicht kann, taucht die strafende Mutter, die verwehrende Mutter als böses Ungeheuer in der Fantasie des Kindes auf. Auf diese Weise kann es sich das Bild der guten Mutter weiter erhalten.

Es wird uns sicher nicht gelingen die Hexen und Ungeheuer aus dem Leben der Kinder zu verbannen, in dem wir zum Beispiel „ die schrecklichen blutrünstigen Märchen“ vermeiden, aber wir können das Kind befähigen mit seinen Ängsten fertig zu werden. Jedes Kind entwickelt dabei ganz individuelle Möglichkeiten (Fantasiefiguren, die das Kind unsichtbar begleiten und beschützen, Schwerter und Pistolen, die nächtliche räuberische Überfälle vereiteln sollen, Übergangsobjekte, in

Form von Schmusetüchern oder Kuschtieren, die die Abwesenheit der Mutter erträglicher machen.) Die Volksmärchen, deren Bilder aus der gleichen Quelle stammen wie die inneren Bilder der Kinder sind eine große Hilfe. Hier fühlt sich das Kind in seinem Innersten verstanden. (Vielleicht wird jetzt auch klarer, warum wir in den Märchen ständig der bösen Stiefmutter begegnen)

Vor allem in den verschiedenen Rollenspielen, die das Kind erfindet, erarbeitet es sich Entängstigungsstrategien und setzt der Willenslähmung, die durch die Angst hervorgerufen wird, die Tat entgegen, wenn auch noch im geschützten Rahmen. Das Fantasiespiel ist Probehandeln.

Ein Kind, das seine Fantasie benutzt, um seine Probleme zu lösen, arbeitet an seiner eigenen geistigen Gesundheit.

Auch die eigene innere Gefühlswelt, beispielsweise der Zorn oder die Eifersucht macht ja Angst und müssen im Spiel bewältigt werden.

Wie gehen wir mit der Angst der Kinder um?

Die Aufgabe der heutigen Eltern in Bezug auf die Entwicklung echten Selbstvertrauens ihrer Kinder besteht heute in erster Linie darin, ihnen mehr physischen Freiraum zu geben, in dem sich die Kinder ausprobieren und entwickeln können und sie andererseits vor seelischen Gefahren zu bewahren.

Kinder sind häufig seelischen Gefährdungen ausgesetzt, nicht zuletzt auch durch ihren Zugang zu den Medien. Die Eltern wissen oft nicht mehr, was sie ihren Kindern zumuten dürfen und was nicht. Es wäre hilfreich, sich so manche Sendung im Fernsehen, die als unbedenklich deklariert wird, einmal mit den Augen eines kleinen Kindes anzuschauen. Die sind häufig viel bedenklicher als der vorher erwähnte tote Hamster, der ja nicht Angst macht, sondern traurig. Und das gehört zum Leben dazu. Im Gegensatz zu virtuellen Bildern, die sie nicht einordnen können.

Nach ihren Ängsten befragt, antworten die Kinder verblüffend oft stereotyp und zählen die Ängste ihrer Eltern auf: Angst vor Arbeitslosigkeit, vor Krieg etc., d.h. viele Eltern übertragen ihre eigenen Ängste auf ihre Kinder. Ob, bzw. in welchem Lebensalter Kinder mit den Erwachsenenproblemen konfrontiert werden sollten, ist eine Frage, die sich alle Eltern selbstkritisch stellen müssen. Wenn Kinder kindliche Ängste äußern, meint man oft verharmlosen zu müssen und sie übertrieben schonen zu sollen.

Andererseits besteht heute die Tendenz Kinder von allen möglichen Dingen fern zu halten, vor allem wenn die leibliche Sicherheit gefährdet ist. Lieber nicht auf Bäume klettern lassen, das Kind könnte runterfallen, lieber mit dem Auto in die Schule fahren, Fahrrad fahren ist zu gefährlich, lieber kein Messer in die Hand geben, es könnte sich ja schneiden... Am besten sollen Kinder Zuhause bleiben und unter ständiger Aufsicht sein.

Wir brauchen aber, um uns entwickeln zu können, Situationen die uns herausfordern; Situationen, in denen wir eigene Grenzen überschreiten müssen; die Angst machen; aber auch Mut entwickeln lassen.

Wenn wir die Natur des Kindes in seinen unterschiedlichen Entwicklungsphasen und die dazugehörigen Ängste verstehen, sind wir am besten im Stande dem Kind zu helfen, eigene Kräfte zu entwickeln um mit seinen Ängsten fertig zu werden.

Die Beschützerrolle der Eltern - da, wo sie wirklich angebracht ist und nicht auf Überängstlichkeit beruht - ist so lebenswichtig in der frühen Kindheit, dass die Kinder sogar wenn sie ungewöhnlichen Gefahren ausgesetzt sind, keine besonders große Angst haben - in Gegenwart der Eltern. Man weiß, dass in Kriegszeiten die Kinder, die bei ihren Eltern blieben, die Angst während der Bombenangriffe besser ertragen konnten, als die Kinder, die von ihren Eltern getrennt und in sichere Gegenden evakuiert worden waren.

Aber auch jede neue Entwicklungsphase bringt Unsicherheit und Angst mit sich. Wenn wir nun jede Situation vermeiden, indem das Kind Angst haben könnte, könnte das Kind keine eigenen Fähigkeiten entwickeln, mit der Angst umzugehen. Tatsächlich ist es aber so, dass das Kind ein ungeheures Repertoire an Möglichkeiten hat, Mut zu üben und die Angst besiegen zu lernen. Schauen wir uns beispielsweise die Guck- Guck- Da- Spiele des ganz kleinen Kindes an:

Das Kind erforscht im ersten Lebensjahr damit das Problem des Verschwindens und Wiedererscheinens. Glaubt es anfangs noch beim Verschwinden der Mutter diese sei auf immer weg, so gibt ihm die eigene Erprobung des Verschwinden-lassens und Wiederauftauchens Sicherheit. Dadurch schafft es Bedingungen, die es kontrollieren kann und das hilft ihm seine Angst in Verbindung mit diesem Problem zu besiegen. Ob es das Versteckspiel ist, das Ritterspiel oder die Bandenbildung, in jedem Lebensalter sucht das Kind von sich aus Möglichkeiten, seine Probleme auf symbolischer Ebene zu meistern.

Wenn wir aus eigener Angst den Tätigkeitsdrang des Kindes beschränken, fühlt es unsere Angst und verliert infolgedessen sein Selbstvertrauen.

Die Kinder haben ein Recht auf Angst, Trauer und Schmerz. In unseren Bemühungen, die Kinder vor schmerzlichen Gemütsbewegungen zu schützen, berauben wir sie vielleicht ihres besten Mittels schmerzliche Erlebnisse zu überwinden. Trauer sogar über einen toten Vogel ist ein notwendiges Mittel, um mit einem Verlust fertig zu werden. Wie oft wird einem Kind versucht, die Angst zu nehmen, in dem man sie ihm ausredet oder versüßt: („denk nicht an den Zahnarzt, sondern daran, dass du danach eine schöne Überraschung bekommst“) („Die Spritze tut gar nicht weh“). Jedes Mal, wenn die Angst im Bewusstsein hätte auftauchen können, wird ein angenehmer Gedanke an die Stelle des gefürchteten Ereignisses oder der Gefahr gesetzt. Das

Ergebnis ist, dass das Kind seinen eigenen Gefühlen zu misstrauen beginnt.

Das Kind findet nur Zutrauen zu sich selbst, wenn es Angst überwinden lernt. Was es sich im Moment noch nicht zutraut, kann zu dem Mut anspornen, selbstständig etwas zu bewältigen. Ist es bewältigt, ist das Ich stabiler geworden. In dem Maße, in dem man sich Angst machenden Situationen stellt, erweitert sich der Ich- Umfang. Das kleine Kind braucht hierzu Hilfe. Nicht, in dem man ihm Schwierigkeiten erspart, es braucht nicht Schonung, sondern Zutrauen, damit es zu sich selbst Vertrauen fassen kann. Solange das Kind klein ist, braucht es dazu die physische Nähe des Erwachsenen. Dabei sollte der Erwachsenen nicht ständig an den Mut des Kindes appellieren oder seine Selbstständigkeit forcieren. Das Kind muss erleben, dass die Eltern seine Ängste ernst nehmen, dass sie ihm aber auch zutrauen, eine schwierige Situation zu meistern.

Wenn dagegen immer ängstlich die um sein Wohlergehen besorgten Eltern hinter dem Kind stehen, wenn es eine Schwierigkeit zu meistern gilt, wird es deren Ängste übernehmen. Wenn diese Kinder dann einmal ohne Aufsicht etwas wagen, sind sie meist gefährdeter als andere, weil sie nicht genügend gelernt haben, die eigenen Fähigkeiten einzuschätzen.

Ein selbstbewusstes Kind kommt mit den entwicklungsgemäßen Ängsten zurecht und nimmt sie letztlich als Ansporn. Ein Kind entwickelt Selbstsicherheit, wenn es sich mit diesen Ängsten dosiert auseinandersetzen darf. Ein Kind, das durch Angst gelähmt ist, die Dinge zu tun, die es eigentlich tun möchte, oder ein Kind, das traumatisiert ist und dadurch Ängste entwickelt, braucht Hilfe.

Kinder wollen und müssen sich erproben. Ihre Sehnsucht nach Erlebnissen ist groß. Wenn sie als Kinder keine Gelegenheit dazu hatten, suchen sie als Jugendliche unter Umständen auf andere Art und Weise starke Sinneseindrücke: durch U-Bahn-Surfen oder Koma-Saufen.
--

Die ganze Erziehung läuft schließlich darauf hinaus, die Kinder in ein selbstständiges Leben zu entlassen.

Das geht in kleinen Schritten vor sich. Und wir müssen ertragen lernen zuzusehen, wie sich das Kind immer weiter von uns fortentwickelt. Wir sollen und können diese Entwicklung nicht aufhalten. Die Liebe der Eltern läuft in die Irre, wenn sie das Groß- und Selbstständigwerdens des Kindes nicht zu ertragen vermag, wenn sie nicht wahrhaben will, dass die Verselbstständigung und Loslösung von früh an bestimmend ist für diese besondere Beziehung. Wir haben Verantwortung für unsere Kinder zu tragen, aber wir dürfen sie nicht aus egoistischen Motiven ängstlich an uns binden. Kinder lernen im Tun, vorsichtig zu sein; ihre Angst vor realen Dingen oder mangelndes Zutrauen ist meist eine Projektion der Erwachsenenängste.

Klettert ein Kind auf einen Baum, ist uns als Erwachsenen das Risiko, dass es hinunterfällt und sich unter Umständen verletzt, wohl bewusst. Aber gleichzeitig wissen

wir auch, dass das Kind einen neuen Grad an Gewandtheit erreicht haben wird und ein neues Gefühl von Können und Selbstsicherheit, wenn es unbeschadet wieder herunterkommt.

Ein Kind, das sich von klein auf immer wieder selbst erproben konnte, kann viel besser Risiken einschätzen, weil es seine eigenen Grenzen besser kennt, als ein Kind, dem nichts zugetraut und zugemutet wurde.

Wenn das Kind von klein auf, eigene Lösungen suchen darf und altersgemäße Wagnisse eingehen darf, kann es darauf vertrauen, auch später größere Herausforderungen zu meistern.

Wir brauchen keine Draufgänger, nicht ständige Sieger, wir brauchen emphatische und vorsichtige Menschen genauso. **Wir müssen die Kinder nicht „abhärten“.** **Auf jeden Fall wollen wir aber, dass unsere Kinder zu Menschen werden, die im Stande sind, mutig und selbstbewusst ihren eigenen Weg zu gehen.**

