

Wenn die Eltern es ständig für das Kind richten . . .

Die Balance zwischen zu viel und zu wenig an Unterstützung, zwischen Unterforderung und Überforderung zu finden, ist für viele Eltern eine stetige Gratwanderung.

Ein wohltemperierter Raum, angenehm gedämpftes Licht, die Möglichkeit, nach Belieben Nahrung aufzunehmen, ein sanfter Wechsel zwischen Wachen und Schlafen, ein wohlthuendes Schaukeln: So etwa sieht das Leben des Embryos aus. Mit der Geburt ändert sich das schlagartig. Die Schwerkraft drückt auf den Körper, das Baby muss selbstständig atmen, saugend trinken, die Temperatur regulieren, Wachen und Schlafen abstimmen und Eindrücke aus der fremden, bedrohlichen, aufregenden Außenwelt verarbeiten. So vieles ist neu!

Der Säugling braucht nun die Unterstützung seiner Eltern, um mit den Anstrengungen seines Lebens fertig zu werden. Andererseits verfügt er aber über beachtliche Selbstregulationsfähigkeiten. Die Unterstützung kann weniger werden, die Eigenkompetenz wachsen.

Babys und Kleinkinder möchten ihre Bedürfnisse möglichst sofort befriedigt haben. Abwarten ist nicht ihre Stärke. Nun aber machen sie Bekanntschaft mit Enttäuschungen, Versagen und der Tatsache, dass die Welt kein Scharaffenland ist. Nicht wenige Eltern neigen dazu, ihren Kindern solche Frustrationen zu ersparen, nach dem Motto „Meinem Kind soll es doch gut gehen!“ Getrieben von diesem

Wunsch, umkreisen sie ihr Kind buchstäblich, um Schwierigkeiten aus dem Weg zu räumen. Solche Eltern nennt man anschaulich „Helikopter-Eltern“. Ja, es ist tatsächlich schwer, einem Baby zuzutrauen, ein wenig zu warten, einem Kleinkind zuzusehen (und es auch auszuhalten), dass der soeben gebaute Turm gleich umfallen wird, oder ein größeres Kind beim „Mensch ärgere dich nicht“ verlieren zu sehen.

Sein Kind unter solchen Frustrationen leiden zu sehen erfordert Übung im Umgang mit den eigenen Gefühlen. Leichter ist es, helfend einzugreifen, wo immer es geht, ob beim Turmbauen oder beim Verlieren im Spiel.

Das ist verständlich, aber keine gute Idee, denn das Kind sollte Bewältigungskompetenz erlernen: die Bewältigung der äußeren Anforderungen ebenso wie seiner negativen Gefühle. Kinder brauchen Zutrauen, dass sie etwas können, und zwar schon bevor sie es wirklich können. Sie brauchen das Gefühl, ernst genommen zu werden. Sie sollten erfahren, dass sich auch die Eltern ernst nehmen und sich nicht wie Marionetten ihrer eigenen Kinder fühlen.

Es sind die eigenständig mühsam errungenen Erfolge, die das Selbstwertgefühl des Kindes stärken. Wenn die Eltern es ständig für das

Kind richten, bleibt dieses unselbstständiger und abhängiger. Eine Gratwanderung für Eltern ist es allemal, die Balance zwischen zu viel und zu wenig an Unterstützung, zwischen Unterforderung und Überforderung zu finden.

Besonders kindzentrierte Eltern, die ihren Kleinen jederzeit alle Bedürfnisse erfüllen, müssen spätestens dann die Grenzen ihrer Fürsorglichkeit erkennen, wenn die Kinder den häuslichen Einflussbereich verlassen: beim Eintritt in die Krabbelstube, in den Kindergarten, in die Schule, in die Peergroup. Das Kind muss nun unweigerlich mit Frustrationen, Widerständen und Grenzlinien umgehen. Die Eltern können Leid, Wut, Ärger und Frust nicht mehr wegzaubern, sie können die Kinder nur begleiten, emotional greifbar da sein.

Auf diese Weise lernen Kinder Bewältigungskompetenzen für die Schattenseiten des Lebens. Das ist gut. Wir leben nicht im Paradies.

Dr. **Margit Firlei**, Klinische und Gesundheitspsychologin sowie Psychotherapeutin bei der Elternberatung Land Salzburg, WWW.SALZBURG.GV.AT/ELTERNBERATUNG-SBT. – Psychologische Hilfe auch auf WWW.KURATORIUM-PSYCHISCHE-GESUNDHEIT.AT
Hotline: 0664/100 800 1

**GROSS
WERDEN**
Margit Firlei

