

Meves aktuell

Liebe Freunde,

vorab möchte ich Euch/Ihnen eine persönliche Mitteilung machen: In der letzten Woche habe ich bei Radio Horeb im Rahmen der Lebenshilfe die 4. Folge meiner Sendereihe gesprochen. Ich war beauftragt gewesen, mehrere der bekannten Grimm'schen Märchen in Bezug auf ihren versteckten christlichen Hintergrund abzuklopfen. Bei „Hänsel und Gretel“, beim „Froschkönig“, beim „Wolf und den sieben Geißlein“ und bei dem Märchen „Die Gänsemagd“ bin ich fündig geworden. Diese Sendungen sind nicht für Kinder gedacht, sondern für bildungsfreudige Erwachsene mit ihrem Bedürfnis nach tieferer Erkenntnis. Wer daran Interesse hat, kann diese Livesendungen beim Mediendienst von Radio Horeb erbitten. Diese werden Ihnen dann kostenlos übersandt. Auch eine Diskussion ist - wie grundsätzlich immer - über Mail dann mit mir möglich.

Außerdem möchte ich Sie heute mit dem entwicklungspsychologischen Begriff „Zeitfenster“ bekanntmachen, weil ich in der letzten Zeit die Erfahrung gemacht habe, dass manche Eltern vor dem nun wartenden Schulanfang ihrer Kleinen sich einige Sorgen über ein nicht übliches Verhalten mancher ihrer Sprösslinge machen. Die betroffenen Kinder zeigen ein Verhalten, mit dem sie auffallen könnten. Zum Beispiel: Ein Sechsjähriger macht in kurzen Abständen einen Nasenschnaufer, ein Mädchen lässt nicht davon ab, sich immer wieder Locken auszureißen, ein anderer kaut an den Fingernägeln, eine andere muss häufig auf die Toilette, um sich die Hände zu waschen. Regelmäßig erklären die besorgten Eltern, dass diese Angewohnheiten schon eine ganze Weile vorhanden sind und dass sie samt Oma und Papa trotz vieler Mahnungen es nicht geschafft haben, das Kind zu bewegen, von diesen Stereotypen abzulassen. „Will ich doch auch nicht“, pflegt das so angesprochene Kind dann zu antworten. Aber statt Fortschritten sei nach ausführlicher Beachtung eher eine Verstärkung der Symptome eingetreten, berichten die Erziehenden.

Ich möchte das heutige „Meves aktuell“ deshalb dafür in Anspruch nehmen, über meist unbekannt psychische Gegebenheiten aufzuklären. Dazu ist es aber nötig, zunächst ein wenig tiefer die Ursachen solcher Erstsymptome von Verhaltensstörungen in den Blickpunkt zu rücken; denn es fehlt in diesen Bereichen an Kenntnis über die Notwendigkeit, die Zeitfenster im Entwicklungsgang des Menschen zu beachten.

Die Bezeichnung Zeitfenster ist ein ausgesprochen anschaulicher Begriff der Entwicklungspsychologie. Er betrifft die Gegebenheit, dass sich jeder Entwicklungsschritt beim Menschen immer mit einer bestimmten Dauer in einem bestimmten Alter vollzieht.

Entwicklungsaufgaben treten altersentsprechend ein und wollen geübt sein. Wir Menschen haben unser Sein in Phasen, in Stufen zu vollziehen. Dafür ist der Begriff Zeitfenster besonders zutreffend, weil ein Fenster nicht nur erhellenden Ausblick, sondern meist auch die Möglichkeit enthält, sich öffnen zu können, und damit natürlich auch die Möglichkeit hat, sich zu schließen. Eine Zeitlang entsteht ein gewisser Schwerpunkt in den Verhaltensformen, der vergeht, wenn dieser genug geübt ist und unwichtiger wird. So schließt sich z. B. an die Säuglingszeit die Trotzphase an. Das Zeitfenster der Säuglingszeit schließt sich, nachdem das Kind eine Bindung an die Mutter erworben hat. Daran schließt sich ein Zeitfenster mit neuen Aufgaben an, in dem das Kind ein Bedürfnis nach Selbstständigkeit entfaltet, und zwar von dem Augenblick an, in dem es alleine laufen kann.

Schwierigkeiten z. B. der eben beschriebenen Art pflegen bei den Entfaltungsaufgaben der jeweiligen Phasen dann aufzutreten, wenn solche Hauptaufgaben nicht hinreichend eingeübt wurden, z. B. weil das von den Erziehenden nicht beachtet wurde oder das Schicksal das verhinderte. Verpasste Bindung an die Mutter mit Zeitfenster in der Säuglingszeit kann man später nicht selbstverständlich nachholen z. B. durch die Begegnung mit wechselnden Pflegerinnen in der Kita. Diese Restbestände von Lebensaufgaben, die in der jeweiligen Stufe unerledigt blieben, verweilen dann mit einem unbestimmten Nachholbedürfnis in der Kinderseele. Die Kinder beginnen unruhig zu werden, weil ein elementarer Drang nicht abgesättigt worden ist. Und dieser Mangel wird dann leicht durch eine der eben beschriebenen

Angewohnheiten zu kompensieren versucht. Das geschieht dem Kind in jeder Stufe ohne jedes Bewusstsein von dessen Bedeutung. Es hilft also nicht, wenn eine Mutter jetzt immer und immer wieder dem Kind sagt, es möge aufhören, z. B. an den Fingernägeln zu beißen oder am Daumen zu lutschen. Die Frage: „Warum tust du das?“ ist sinnlos, denn das Kind weiß nicht, warum die Natur in ihm auf einen seelischen Mangel mit einem groben, unbewussten, häufig wiederholten Selbstheilungsversuch reagiert, sondern im Gegenteil: Die häufige Thematisierung der Angewohnheit durch die Erziehenden verstärkt den Zwang zu den unliebsamen Tätigkeiten. Solche Symptome lassen sich in der Kindheit so schwer abgewöhnen, weil alles, was sich dort im Gehirn abspielt, als Lebensgrundlage so fest eingeprägt wird. In den späteren Stufen werden alle inneren bedeutsamen Aufgaben leichter veränderbar - jedenfalls die neu hinzukommenden -, während die alten Prägungen zäh zu haften pflegen. So enthält z. B. das Zeitfenster Pubertät, das mit der Geschlechtsreife geöffnet wird, für Mädchen oft das Bedürfnis, durch Schlankheit ihr Selbstwertgefühl zu steigern. Das lässt sich durch regelmäßig reduzierte Kalorienzufuhr zwar erreichen. Aber wenn das in der ersten Lebenszeit vorhandene Bedürfnis nach emotionaler und oraler Sättigung nicht befriedigt wurde, kann aus dem Mangel das dringliche Bedürfnis entspringen, das irgendwie nachzuholen; und so vereinnahmt die Jugendliche unbesehen so viele Kalorien, dass sie eher vollbeleibt wird, als dass der Wunsch, schlank und damit modisch erwünscht zu sein, sich erfüllen lässt.

Oder ein weiteres Beispiel aus dieser Altersstufe: Ein Jugendlicher sitzt im Allgemeinen wie ein junger Vogel auf dem Nestrand, plant Ausbildung und Auszug. Das innere Zeitfenster drängt dazu. Bleibt er jetzt dennoch bei Pension Mama hängen, dann ist das ein Zeichen dafür, dass sein Seelenrucksack aus der Kindheit entweder für ihn zu schwer ist oder dass er aus Bequemlichkeit nun einmal zu sehr Mamas klasse Hotel liebt. Das Letztere ist mit Eigenwillen zu ändern, das Erstere aber nicht - es sei denn, jemand hilft ihm, den Rucksack tragbar zu machen. Sein Zeitfenster klemmt eben. Er hat es nicht zum angemessenen Zeitpunkt schließen können.

Deshalb brauchen die Erziehenden bei allen Stufen der Kinder und Jugendlichen und später bei sich selbst ein Gespür für die Zeitfenster - und das heißt Wissen um den sich entfaltenden Menschen. Er versucht sich sonst unbewusst selbst zu helfen, ohne zu ahnen wieso. Er strebt doch lediglich nach dem Gesetz, nach dem er von Gott und dessen Natur angetreten ist.

Je mehr also Eltern mit einem gesunden Menschenverstand beim Umgang mit ihrem Kind spüren, was für ihr Kind in den jeweiligen Phasen das Richtige ist - also weniger künstlich, sondern entwicklungsgerecht -, umso mehr wird ihr liebster Schatz den ihm zugemessenen Weg finden und dann auch von lästigen Angewohnheiten lassen können; denn die haben für ihn dann keinen Sinn mehr.

Christa Meves