



Oktober 2016

## Gehorsamerziehung des kleinen Mädchens

In der Auseinandersetzung mit der Farbe Orange haben wir uns über das Thema ‚persönliche Identifikation‘, Selbsterhaltungstrieb aber auch Schmerzerfahrungen im Zusammenhang mit Fremdbestimmung beschäftigt. Diese Themen waren u.a. Inhalte unserer Gespräche in der Therapie. Es ging, um die Begegnungen mit dem kleinen, verletzten Mädchen. In deinem Brief an mich hast du versucht, einige Gedanken und Erkenntnisse festzuhalten. Herzlichen Dank für dein entgegengebrachtes Vertrauen. Ich war sehr gerührt.

In unseren Begegnungen ging es unter anderem darum sichere Orte zu imaginieren. Du hast geschrieben, dass du dich gelegentlich an die Übungen erinnerst, dich in solchen Momenten gedanklich und gefühlsmässig an sichere Orte begibst. Sichere Orte sind für dich Spielsituationen mit deinen ‚Gspändli‘ aus Kindertagen. Das freie, phantasievolle Spiel, die Sozialität und Verbundenheit in der Kindergruppe, all das waren für dich offenbar wertvolle Ressourcen, aber auch Fluchtorte.

Ich weiss, es ist dir gelegentlich schwer gefallen, passende Worte zu finden, um mir deine Wirklichkeit zu erklären, bspw. wie sich deine innere Unruhe und Ängste angefühlt haben. Du hast versucht mir mitzuteilen, was es für dich bedeutet, nicht wirklich zu wissen, wer du bist, was du willst und was dein eigentlicher Lebenssinn ist. Dir mangelt es an persönlicher Identifikation und du fühlst dich dir selbst entfremdet, unverbunden, ungenügend in Kontakt mit deinen Empfindungen und Wahrnehmungen – scheinst stets auf der Suche nach irgendetwas Unbekanntem zu sein.

Du fragst mich, wie sich diese innere Leere anfühlt? Ja, du hast Recht, wenn du sagst, dass sich Leere gar nicht anfühlt! In Begegnungen kann sich etwas Schizoides zeigen – manchmal macht sich Schmerz bemerkbar und mit ihm stellt sich Kälte ein. Du hast beschrieben, wie du den Versuch unternommen hast, Autonomie zu leben. Du hast enttäuscht festgestellt, dass du oft isoliert und von lebendigen Prozessen ausgeschlossen bist.

Als du dich an mich gewandt hast, wolltest du dich mit deinen Verunsicherungen und Ängsten auseinandersetzen. Sie haben dich v.a. in deiner beruflichen Tätigkeit beeinträchtigt. Du fandst es an der Zeit, genauer

hinzuschauen und deine Situation besser zu verstehen. Ich habe versucht dich an der Hand zu nehmen und sorgfältig zu führen. Ja, du hast in einer für dich typischen Art und Weise Widerstand geleistet. Das ist o.k. – ich habe es bemerkt. Du hast so getan, als sei dein Leben leicht, froh und gut, als sei alles in bester Ordnung. Du hast mir erklärt, dass deine Probleme gar nicht so schlimm und unsere Gespräche nicht mehr nötig sind. Dich zu verbinden fällt dir schwer – du unterziehst jeweils dein Gegenüber einer kritischen Prüfung. Ich hoffe, du hast meine Ermutigungen nicht allzu lästig empfunden. Ich habe mich gefreut, als ich in deinem Brief gelesen habe, dass du dich sicher genug gefühlt hast, um den Erkenntnisweg alleine fortzusetzen und gewisse Dinge zu benennen.

Ja, ich stimme mit deinen Einschätzungen überein: Im frühen Kindesalter hast du eine gravierende Täuschung erlebt. Vom ersten Tag an, hattest du den Eindruck, dass deine Mutter dir Liebe vorgetäuscht hat. Du sagst, es war keine Liebe, sondern es war die Erwartung, ihren Vorstellungen folgen zu müssen. Die Mutter hat bestimmt, wie ihr als Kinder euch verhalten, entwickeln und sein solltet. Du sagst, sie hatte ein klares Bild deines Entwicklungs- und Lebensweges vor Augen und es gab kaum Spielräume. Familie und Haushalt hat die Mutter in strengem Regime geführt und dabei sich selbst und euch Kindern einiges abverlangt. Der Alltag war perfekt, gemäss ihren Prinzipien, Vorstellungen und Regeln organisiert. Du hast wiederholt beschrieben, wie die Mutter von euch Kindern Gehorsam eingefordert hat. Eigene Vorstellungen und abweichendes Verhalten wurden hat sie nicht toleriert.

Für Kinder gibt es keine Wahl – sie müssen sich in jeder Zeit und jeder Kultur in die Umstände einfügen. Kinder sind von ihren Eltern abhängig und erfüllen deren Erwartungen. In Situationen des ‚sich ausgeliefert Fühlens‘ hilft dann weder Wut noch Trotz, die Eltern sind die Mächtigeren. Als kleines Mädchen hast du dich ohnmächtig, ausgeliefert gefühlt. Oft hast du dich wider deinen Willen angepasst. Ja, manchmal nur zum Schein. Es geht dabei um eine ‚unehrliche Anpassung‘, ein heimliches, vermeintlich schlaues Verhalten. Vordergründig verhalten sich Kinder oft nett und freundlich – es ist ein Schutzverhalten, eine mögliche Strate-

gie. Dein Ziel war es, einige Freiheiten und Privilegien zu ergattern. Die Scheinanpassung hast du unehrlich erlebt und sie hat zu Schuldgefühlen geführt. Die Grenzen zwischen dir und der Mutter haben sich verwischt. Du hast dich nicht mehr getraut für das Eigene einzustehen, denn du wolltest die Mutter nicht kränken, enttäuschen und dir selbst Ärger ersparen.

In der Scheinanpassung, der Unterwerfung nimmt das Unheil seinen Lauf, es schädigt das Selbstvertrauen von Kindern und sie bleiben den Mächtigen treu - ausgeliefert. Ja, sie lieben ihre Peiniger, errahnen und erfüllen ihre Wünsche, stets in der Hoffnung doch noch erkannt und akzeptiert zu werden. Die Folgen sind, dass Kinder, das Versprechen, das sie sich selbst einmal gegeben haben, ihre Identität, aus Liebe zu einem Elternteil opfern. Statt ‚ich bin ich‘ – wird ‚ich zu du‘. Die Beziehungsgrenzen verwischen.

Trotz der Fremdbestimmung, du hast versucht zu gefallen, hast dich angestrengt, warst fröhlich, lieb und gefällig – aber du warst nicht du selbst. Die Forderung nach Gehorsam hat deinen Eigen-Sinn im frühen Kindesalter verbogen und dadurch wurde die kindliche Integrität verletzt. Solche Erziehungsmethoden sind seit Jahrhunderten legitim und werden von Generation zu Generation weitergegeben. Sie sind die Grundlage unserer Kultur, sind zerstörerisch und begünstigen wiederum Formen von Gewalt und Unterdrückung.

Du hast dich als kleines Mädchen mit der elterlichen Autorität identifiziert, die Umstände idealisiert. Du hast mir geschrieben, dass du dich mitunter für die Befindlichkeit deiner Mutter verantwortlich gefühlt hast. Wenn es ihr schlecht ging, was oft der Fall war, dann warst du überzeugt, dass die Ursache für ihr Leiden bei dir liege. Du hast dich schuldig gefühlt. Du hast versucht die Mutter zu entlasten – erfolglos. Nun das ist auch eine gar grosse Aufgabe für ein Kind. Kein Wunder, dass du resigniert, dich hilflos gefühlt hast und dich zurückgezogen hast.

Einerseits hast du aufgegeben deine eigenen Bedürfnisse zu erkennen, zu äussern und andererseits bist du, wenn immer möglich, von zuhause weggegangen und hast dich der Kindergruppe angeschlossen. Du hast das Motiv der Flucht gewählt.

Du hast mich gefragt, wie sich der beschriebene Mangel eigener Identität zeigt? Du hast dir die Antwort selbst gegeben: Oft bist du unruhig, angetrieben. Du beschreibst eine innerliche Leere, Dumpfheit und Kühle. Da du diesen Zustand unangenehm erlebst, versuchst zu reagieren, in dem du dich enthusiastisch engagierst. Du empfindest ein Bewegungsbedürfnis, willst dich erwärmen, suchst Sinnhaftigkeit, um die innere Leere auszufüllen. Aktionismus ist jedoch stets ungestüm und flüchtig, ohne nachhaltige, sinnerfüllte Ergebnisse. Hilfreicher wäre es, wenn du dich nachhaltig für etwas begeistern kannst.

Die Qualität von Begeisterung unterscheidet sich vom oben beschriebenen enthusiastischen Aktionismus. Die

Bedeutung des Begriffes drückt aus, dass es darum geht ‚etwas mit Geist zu durchdringen‘. Begeistern vollzieht sich als rhythmisch-seelische Bewegung. Man wird dabei von etwas berührt, verbindet sich, identifiziert sich und erlebt sich selbstwirksam.

Im Nachklang an unsere Gespräche vom letzten Sommer, habe ich mich gefragt, wie dein Selbstwert, deine Selbstverwirklichung, die innere Harmonie und Zufriedenheit gestärkt werden können, so dass deine Identität künftig stabiler verankert sein kann. Wie kannst du dich begeistern? Wie kannst du dich spüren und selbstwirksam erleben?

Es geht wohl darum, dass du dir selbst mutig, offenen, empathisch und liebevoll begegnen kannst. Erinnerst du dich an die Übung mit dem ‚Inneren Team‘ (vgl. Schulz von Thun ). Du hast dabei verschiedene innere Figuren erkannt und benannt: Da waren bspw. ‚die Unruhe‘, ‚die Angetriebenheit‘, ‚die Leere‘ aber auch ‚die Freude‘, ‚die Wärme‘ ‚die Kreativität‘ und ‚die Herzlichkeit‘. Du hast damals deine inneren Figuren gefragt, was sie wollen und brauchen. Die ‚Wärme‘ hat ohne zu zögern folgendes gesagt: *„Wir wollen tanzen!“* Du hast gesagt: *„Gut wir tanzen - jeder für sich – wild und ganz aus der Mitte.“* Erinnerst du dich - nach und nach sind Reigen, Volkstänze, Formationen entstanden. Du hast die Truppe angewiesen: *„Mein Ich tanzt vor, ihr folgt – frei und doch verbunden!“* Die Figuren sind mit Leichtigkeit durch die Sommernacht getanzt. Es ist eine lebendige Ordnung entstanden. Die Figuren haben sich gefreut, gelacht, geschwitzt und sich im Rhythmus zur Musik bewegt.

So soll es sein - ein Tanz durchs Leben! Von Zeit zu Zeit, kannst du dich hinsetzen und still in dich hineinhören – was will dir das kleine Mädchen sagen? Hast du es verstanden?

Ich wünsche dir und deinem kleinen Mädchen viel Lebensfreude und immer wieder Erwärmung durch Begeisterung.

Denise Arber / August 2016