

Erziehungsfragen sind ganz natürlich... -

eine Elterninformation der MAG ELF -

**Amt für Jugend und Familie
der Stadt Wien**



„Ene, mene muh und raus musst Du!“ Die Außenseiter

Mag. Reinhard Gstättnr
Klinischer- und Gesundheitspsychologe

„... lange schon war die Entenmutter gesessen, bis endlich auch das letzte Ei platzte. „Piep, piep!“ sagte das Junge und kroch heraus. Es war sehr groß und hässlich! „Pfui, wie das Entlein aussieht, das wollen wir nicht dulden!“ sagte eine der anderen Enten und biss es in den Nacken. „Lass es gehen!“ sagte die Mutter; „es tut ja niemanden etwas.“ Aber das arme Entlein, welches zuletzt aus dem Ei gekrochen war und so hässlich aussah, wurde gebissen, gestoßen und ausgelacht, und das sowohl von den Enten, wie von den Hühnern. Das arme Entlein wusste nicht, wo es stehen oder gehen sollte; es war so betrübt, weil es hässlich aussah und vom ganzen Entenhof verspottet wurde. „Ich glaube, ich gehe hinaus in die weite Welt!“ sagte das Entlein. „Ja, tue das!“ sagte die Henne. Und das Entlein ging; es schwamm auf dem Wasser, es tauchte unter, aber von allen Tieren wurde es wegen seiner Hässlichkeit übersehen. Der Winter wurde kalt, so kalt! Aber all die Not und das Elend, welches das Entlein in dem harten Winter erdulden musste, zu erzählen, würde zu trübe sein.

Es lag im Moor zwischen dem Schilf, als die Sonne wieder warm zu scheinen begann. Die Lerchen sangen; es war herrlicher Frühling. Da konnte auf einmal das Entlein seine Flügel schwingen; sie schlugen stärker als früher und trugen es kräftig davon. Plötzlich entdeckte das hässliche Entlein drei prächtige weiße Schwäne; sie brausten mit den Federn und schwammen ganz leicht auf dem Wasser. Das Entlein bestaunte die prächtigen Tiere und wurde von einer eigentümlichen Traurigkeit befangen. „Ich will zu ihnen hinfliegen, zu den königlichen Vögeln!“ sagte es und es flog hinaus in das Wasser und schwamm den prächtigen Schwänen entgegen. Diese erblickten es und schossen mit empor gestäubtem Gefieder auf es los. Das arme Entlein neigte seinen Kopf der Wasserfläche zu und erwartete ihren Spott. Aber was erblickte es da im Wasser? Es sah sein eigenes Bild unter sich, das kein plumper schwarzgrauer Vogel mehr, hässlich und garstig, sondern selbst ein Schwan war. Nun erkannte es erst recht sein Glück an all der Herzlichkeit, die es begrüßte. Und die großen Schwäne umschwammen es und streichelten es mit dem Schnabel.“

Wer kennt nicht Hans Christian Andersens Märchen vom hässlichen grauen Entlein? Und wie bei allen Märchen, die doch „nur“ erdichtet sind, steckt auch hier ein Fünkchen Wahrheit und Lebensweisheit drinnen. So war und ist es für heranwachsende junge Menschen zu allen Zeiten eine große Herausforderung, den eigenen Weg zu finden, sich selbst kennen zu lernen und mit allen seinen Besonderheiten und Möglichkeiten anzunehmen und von anderen angenommen zu werden, ohne die eigenen Besonderheiten leugnen zu müssen.

Aus der psychologischen Forschung wissen wir heute, dass es für Kinder nicht nur schön und lustig ist, Freunde zu haben, mit denen man spielen kann, sondern dass Freundschaften für die kognitive, soziale und moralische Entwicklung des Kindes eine wichtige Rolle spielen. Freundschaftsbeziehungen helfen Kindern bereits sehr früh, ihre Selbstbezogenheit zu überwinden, und sich mit einem gleichwertigen „Du“ auseinander zu setzen, auf es einzugehen und Rücksicht zu nehmen. Freundschaften sind ein Übungsfeld für sich entwickelnde soziale Verhaltensweisen. Sie sind im Gegensatz zur Eltern-Kind-Beziehung von Gleichrangigkeit gekennzeichnet und liefern Kindern daher im gegenseitigen Messen im gemeinsamen Spiel Verhaltens- und Bewertungsstandards, die Orientierungssicherheit und die Entwicklung eines realistischen Selbstbildes ermöglichen, ebenso wie die Entwicklung von moralischen Standards.

Mit dem Heranwachsen eines Kindes ändern sich auch seine Ansprüche, Vorstellungen und Motive von Freundschaften. Während Kleinkinder, sowohl Menschen als auch Tiere, die zu ihnen nett sind, oftmals sofort als Freunde bezeichnen das momentane Miteinanderspielen also bereits Freundschaft begründet und Freundschaften in diesem Alter daher auch rasch wechseln, nimmt mit steigendem Alter die Zahl der Freunde zunächst ab. Acht bis Zwölfjährige nennen meistens nur noch einen „besten Freund“ (und dazu mehrere andere Freunde), der in der Regel dem eigenen Geschlecht entspricht. Jugendliche ab 16 Jahren geben in der Mehrzahl der Fälle wieder mehrere Freunde an, die häufig eine „Clique“ bilden. Ausschließlichkeit ist hier also nicht mehr in Freundschaftsbeziehungen, sondern bereits in den ersten Liebesbeziehungen gegeben.

Bei jungen Kindern sind Freunde ein „Mittel zum Zweck“, man braucht sie zum Spielen und als Helfer in schwierigen Situationen, wenn man irgendwie „in der Klemme steckt“.

Bei Volksschulkindern gewinnt aber bereits zunehmend auch der soziale Aspekt als Motiv für Freundschaften an Bedeutung; der Freund wird als Gesellschafter und Unterhalter, als Partner gegen das Alleinsein und die Langeweile begriffen. Auch der Begriff „Vertrauen“ gewinnt für Freundschaften jetzt zunehmend an Bedeutung. Später im Jugendalter wird das Alleinsein als existentielle Grunderfahrung begriffen – das Alleinsein wird sowohl als eigenes „Einmaligsein“, als auch als „Einsamsein“ erfahren – was auch die Voraussetzung für die besondere Freundschaft im Jugendalter schafft, die sich zwischen den Polen der Selbsterfahrung als Individuum auf der einen Seite und der zukunftsgerichteten Gemeinsamkeit auf der anderen Seite entfaltet.

Im Jugendalter tritt schließlich auch der personale Aspekt der Freundschaft zunehmend ins Zentrum des Interesses. Für die Wahl eines Freundes sind nun weniger äußere Verhaltensweisen, sondern vielmehr besondere Charaktereigenschaften von Bedeutung. Freundschaft wird als wechselseitiger Austausch von intimen Gedanken und Problemen angesehen, sie soll eine Intimsphäre ermöglichen, die der Identitätsfindung und Identitätssicherung dient, der nach Auflösung der vorher geltenden, an den Eltern gebildeten Orientierungen, ein besonderer Stellenwert zukommt. Im Erwachsenenalter finden sich Konzeptionen von Freundschaft, die wieder mehr Raum lassen für Autonomie und Distanz, und die als Erweiterung des eigenen Lebenspotenziales und -spektrums betrachtet werden.

Emotionale Aspekte begleiten Freundschaften in jeder Altersstufe, hierbei geht es nicht nur um die oftmals bange Frage, ob man von anderen akzeptiert und gemocht wird, sondern auch darum, ob und wie es einem selbst gelingt, einem Gegenüber Zuneigung entgegenzubringen und die eigenen Gefühle in ihrer ganzen Vielschichtigkeit und manchmal auch Widersprüchlichkeit offen zu zeigen.

Sollte der Fall eintreten, dass Ihr Kind von anderen wiederholt ausgegrenzt wird, so können hierfür natürlich sehr unterschiedliche Ursachen vorliegen. Kommt ein Kind, z.B. auf Grund von „besonderen Eigenschaften“, wie Sommersprossen, roten Haaren, Zudicksein, Zudünnsein, etc., in eine Außenseiterrolle, so ist es zuallererst wichtig, das Kind mit seinen Sorgen ernst zu nehmen, denn selbst wenn die Erwachsenen ihren Sprössling vielleicht gerade wegen seiner „besonderen Eigenschaften“ auch besonders süß finden, wird Ihr Kind das in diesem Moment ganz anders sehen. Den Selbstwert stützen, Erfolgserlebnisse auf anderen Gebieten ermöglichen, Identifikationsfiguren mit ähnlichen Eigenschaften nahe bringen, gemeinsam Verhaltensstrategien im Umgang mit Hänseleien erarbeiten, und das Kind wissen lassen, dass man als Eltern voll und ganz hinter ihm steht, sind hier die richtigen Strategien.

Pubertierende kommen oftmals in der Gleichaltrigengruppe unter Druck, wenn sie körperlich schon weiter oder vielleicht weniger weit entwickelt sind als ihre Altersgenossen. Auch wenn die Zeit dieses Problem relativ rasch löst, kann dies für die Betroffenen einen erheblichen Leidensdruck darstellen. In diesem Entwicklungsabschnitt suchen die Heranwachsenden oft Kontakt zu jenen, die körperlich ähnlich entwickelt sind wie sie, auch wenn sie älter oder jünger sind – etwas Vorsicht ist hierbei nur dann geboten, wenn die körperliche Entwicklung der geistigen weit vorseilt und die Betroffenen in Gefahr laufen, von Älteren ausgenützt zu werden.

Jeder Mensch, egal welchen Alters, kommt gelegentlich in Situationen, wo er sich mit seiner Meinung, seinen Ansichten, seinem Sosein gegen die Ansprüche und Erwartungen anderer richten muss. Diese Situationen erfordern ein erhebliches Maß an Courage und sind mitunter unangenehm. Doch der Anspruch jederzeit „Everybody's Darling“ sein zu müssen, es allen recht machen zu müssen, allen Ansprüchen genügen zu müssen, wäre sicherlich verfehlt. Manchmal kann es geradezu Zeichen einer gesunden Entwicklung sein, wenn man sich Konflikten mit anderen stellt und daher von anderen zeitweilig angegriffen, ausgegrenzt oder angefeindet wird, frei nach dem Sprichwort: „Wer keinen Feind hat, verdient auch keinen Freund.“

Sollten Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind unter Kontaktschwierigkeiten leidet, da ihm wesentliches „Rüstzeug“ für den Umgang mit anderen fehlt, können Sie sich zudem an Psychologen wenden, die Gruppenprogramme für das Training sozialer Kompetenzen durchführen. Solche Trainingsprogramme werden bereits für Kinder ab dem Kindergarten und Vorschulalter angeboten, sie helfen Ängste im Umgang mit anderen abzubauen und führen Schritt für Schritt in wichtige Fertigkeiten im sozialen Miteinander ein, die in der Gruppe spielerisch geübt werden, damit sie dann im Alltag zur Verfügung stehen.

Klinische PsychologInnen helfen abzuklären, ob zusätzliche Hilfestellungen erforderlich sind. Klinische Psychologinnen und Psychologen helfen Ihnen auch bei der Klärung der Frage, ob hinter der Zurückgezogenheit Ihres Kindes eventuell eine krankheitswertige Störung steht, die entsprechender Hilfestellung bedarf.

An Klinische Psychologinnen und Psychologen sollten sie sich jedenfalls wenden, wenn mehrere der folgenden Symptome vorliegen:

- deutliche Anzeichen von Angst (Schweißausbrüche, Herzklopfen, Zittern, Mundtrockenheit, Beklemmungsgefühl, Schwindel, Situationen werden als unwirklich, „wie im Traum“ erlebt etc.)
- deutliche Einschränkung im Alltag durch Vermeidung verschiedener Situationen, wie z.B. außerschulische Aktivitäten
- vermindertes Selbstvertrauen
- Apathie, Konzentrationsmangel
- Leistungsstörungen, Antriebslosigkeit
- Veränderung der Schlafgewohnheiten
- psychosomatische Störungen
- Gewichtsveränderungen
- Hoffnungslosigkeit, negative Zukunftserwartungen
- suizidale Gedanken und Verhaltensweisen, Selbstverletzungen

MAG ELF Psychologinnen und Psychologen sind Fachpsychologen für Klinische Psychologie und stehen gerne für Ihre Fragen zur Verfügung. Darüber hinaus haben Psychologinnen und Psychologen für alle großen und kleinen Probleme mit der Erziehung, dem Heranwachsen und Erwachsenwerden ein offenes Ohr.



Servicetelefon der MAG ELF: 4000 - 8011

Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber: Stadt Wien – MAG ELF – Amt für Jugend und Familie
1030 Wien, Rüdengasse 11