

Ein Buch für Eltern

Ein Buch für Eltern

Dieses kleine Buch ist über Eltern, die sich manchmal überfordert fühlen.

Vielleicht gehören Sie nicht zu diesen Eltern, aber es gibt sicher etwas in diesem Buch, das Sie berührt. Schließlich ist es nicht immer einfach, Vater oder Mutter zu sein.

Auf der Welt gibt es hunderte Millionen von Eltern, die jeden Tag versuchen, das Beste für ihre Kinder zu tun. Dennoch steigt die Zahl der gemeldeten Fälle von Kindesmissbrauch. Das spiegelt wahrscheinlich wider, dass es manchmal furchtbar schwierig ist, Vater oder Mutter und gleichzeitig ein Mensch zu sein. Es könnte auch zeigen, dass Väter und Mütter oft nicht wissen, wie sie sich verhalten sollen. Mag auch sein, dass Eltern-Kind-Beziehungen zu wenig diskutiert werden.

Ein Buch kann natürlich nicht alle Antworten liefern. Aber es kann unter Umständen jenen Eltern ein wenig Hilfe und Ermutigung geben, die das Gefühl haben, dass sie das brauchen.

Und das ist genau das, worum es in diesem kleinen Buch geht: Hilfe und Ermutigung zu geben.

Schwedisches Komitee gegen Kindesmissbrauch

Fünfjährige wissen natürlich nichts darüber, wie demütigend es ist, um Zahlungsaufschub für die Stromrechnung bitten zu müssen.

Eine gestresste Mutter

Martina Eriksson ist eine Frau. Sie ist aber auch die Mutter des fünfjährigen Edgar, der in Martinas Leben den wichtigsten Platz einnimmt. Es gibt selbstverständlich auch andere Dinge, die ihr wichtig sind und ihre Zeit in Anspruch nehmen – einige, weil sie angenehm sind, und andere, weil sie lebensnotwendig sind. Sie ist alleinerziehende Mutter und arbeitet Vollzeit. Ihre Arbeit fällt in die Kategorie „lebensnotwendig“.

Martina Erikssons ganzes Leben dreht sich darum, mehrere Dinge gleichzeitig zu tun und unter einen Hut zu bekommen, bevorzugt mit einem Lächeln im Gesicht. In den Augen eines Außenstehenden scheint sie ganz gut zurechtzukommen: Lächelnd ruft sie die Stromfirma an und bittet um Zahlungsaufschub für die Rechnung, Lächelnd bittet sie den Kassier im Supermarkt, die Kreditkarte noch einmal durchzuziehen, in der Hoffnung, dass es beim dritten Versuch klappt. Lächelnd ist sie die Letzte, die ihren quirligen und müden fünfjährigen Sohn vom Kindergarten abholt. Und sie lächelt fast auf dem ganzen Weg nach Hause in die Wohnung, wo sie und Edgar wohnen.

Aber in Wahrheit hat Martina Eriksson das Gefühl, eine Versagerin zu sein. Sie empfindet es als Niederlage, dass sie die Stromrechnung nicht pünktlich bezahlen kann, und jedes Mal, wenn sie Edgar allein mit den Bausteinen im Spielzimmer des Kindergartens sitzen sieht, wird ihr schwer ums Herz.

Die Tatsache, dass Martinas Leben ein Jonglierakt voller Probleme geworden ist, ist nicht ihre Schuld. Trotzdem ist ihr Selbstvertrauen erschüttert. Sie fühlt sich hilflos und unfähig, und sie muss sich sehr anstrengen, um die fröhliche Fassade aufrechtzuerhalten.

Jedenfalls ist Edgar in seiner anstrengendsten Stimmung, als sie mit ihm nach Hause kommt. Er zupft an Martina und hat ihr hundert wichtige Dinge zu erzählen. Er wirft einen Kübel um und das Seifenwasser rinnt über den Teppich. Dann überkommt Martina die Wut und in einem Augenblick äußerster Hilflosigkeit gibt sie Edgar eine Ohrfeige.

Und diese Art von Verletzung heilt weniger leicht, wenn überhaupt.

Ein Vater ohne Glauben an seine eigene Wichtigkeit

Im Vorraum hängt ein Foto, das Ymer Tribali aus irgendeinem Grund fasziniert und ihn hin und wieder stehen bleiben lässt, um es anzuschauen. Auf dem einem Ringelspiel in Bakens Tivoli, dem Vergnügungspark in der Nähe von Kopenhagen. Nora ist ungefähr sechs Jahre alt. Sie hat den Kopf nach hinten geworfen und lacht hemmungslos, ohne den Fotografen zu bemerken. Ymer selbst trägt eine karierte Weste und einen Vollbart. Er hat einen Arm um Nora geschlungen und sieht fröhlich in die Kamera.

Vieles auf diesem Foto – der Bart, die karierte Weste – scheint auf einmal sehr weit weg, obwohl es erst zehn Jahre her ist. Vor allem findet es Ymer Tribali plötzlich komisch, sich selbst darauf stolz und glücklich, entspannt und väterlich zu sehen.

Nora ist Samstagabend auf eine Party gegangen und erst am Sonntag nach Hause zurückgekommen. Als sie durch die Tür kommt, will er sie zuerst umarmen, aber er hält sich zurück. Aus Sorge hat er eine schlaflose Nacht verbracht, aber sie hat ein Versprechen gebrochen. Nora weiß natürlich nichts von der Umarmung, die hätte sein können. Sie geht schnurstracks in ihr Zimmer

und ihr ganzes Verhalten sagt: „Lass’ mich in Ruhe’. Wahrscheinlich hätte sie ihrem Vater ohnehin nicht erlaubt, sie zu umarmen.

Irgendwann scheint Nora, allen Respekt für Ymer verloren zu haben. Heute zeigt sie offen, dass sie alles verachtet, wofür er steht. Sie flucht und wirft ihm viele abscheuliche Schimpfworte an den Kopf. Sie sagt, dass sie sich für ihn schäme – seine Kleidung, seine Witze, seine Unfähigkeit, mit dem Computer umzugehen, seinen alten Ford Fiesta. Sie grinst ihm nur ins Gesicht, wenn er wütend wird. Sie nennt ihn einen „Sch*** Idioten“ in Hörweite anderer Leute.

All das gibt Ymer das Gefühl, ein unfähiger Vater zu sein. Neben dem Zorn und dem Gefühl der Machtlosigkeit ergreift ihn mit rasender Geschwindigkeit das Gefühl des Versagens. Manchmal reagiert er darauf, indem er Nora schüttelt in einem vergeblichen Versuch, die Kontrolle wieder zu gewinnen.

Später am Sonntag provoziert Nora ihren Vater wieder so wie es ihre Art geworden ist. Außer sich vor Wut schlägt Ymer ihr mit dem Handrücken fest ins Gesicht – die regelrechte Rückhand schmettert

Nora nach hinten gegen die Wand. Jetzt schreit Nora: „Ich hasse dich!“ Er bekommt Sachen über sich selbst zu hören, die er nie vorher gehört hatte. Und sie will ihn wegen Körperverletzung anzeigen. Ymer schreit zurück, dass er derjenige ist, der sie anzeigen sollte, damit sie sich benimmt. Daraufhin dreht Nora sich um und geht.

Ymer glaubt, dass es Noras einziges Lebensziel sei, ihn wütend zu machen, aber in Wahrheit will sie wahrscheinlich genau das Gegenteil. Sie würde es sich selbst gegenüber nie zugeben, aber tief in ihrer Seele ist sie unsicher und verletzlich. Sie wünscht sich, dass ihr Vater leiser spräche, auf erwachsene Weise ruhig bliebe und ihr seine Liebe zeigte. Er sollte Anteil nehmen an ihrem Leben und sie fragen: „Was ist passiert? Ich verstehe nicht, warum du so bist. Bitte erkläre es mir.“ Sie möchte von ihm hören: „Ich interessiere mich für dich und ich lasse dich nicht allein, bevor du mir nicht erzählt hast, was eigentlich los ist.“

Stattdessen schlägt Ymer seine Tochter aus Machtlosigkeit ins Gesicht. Auf die klarste Weise signalisiert er ihr: „Es ist mir egal, wie es dir geht.“ (obwohl das gar nicht so ist), „du bist ein hoffnungsloser Fall und mit dir kann man nicht reden“ (obwohl er es nicht einmal versucht hat), und „Körperliche Gewalt ist das einzige womit ich dich noch erreichen kann“ (obwohl er selbst nicht daran glaubt).

Sein Gewaltausbruch hat schlimmere Folgen als eine deutliche Rötung auf

Noras linker Wange. Er hat auch das Selbstwertgefühl seiner minderjährigen Tochter, das ohnehin schon auf wackeligen Beinen stand, zerstört. Und diese Art von Verletzung heilt weniger leicht, wenn überhaupt.

Nein, eine Person, die offensichtlich schon Mitte der 1980er Jahre einen Vollbart trug, muss schlicht und einfach mehr Lebenserfahrung haben als ein Mädchen, das eben erst seinen 16ten Geburtstag hatte. Und der Erwachsene muss in der Lage sein, seine größere Erfahrung dazu zu nutzen, einen Konflikt durch vernünftiges Reden zu lösen anstatt mit verbaler oder körperlicher Gewalt.

Wie dem auch sei, auf dem Foto im Vorraum gibt es etwas, das Ymer manchmal stehenbleiben und nachdenken lässt. Es zeigt eine Beziehung zu Nora, die unwiederbringlich verloren scheint. Anscheinend hat er vergessen, dass es auch andere Möglichkeiten gibt, eine Beziehung zu anderen aufzubauen. Menschen wachsen und verändern sich. Wenn es keinen Spaß mehr macht, Ringelspiel zu fahren, müssen Familienmitglieder neue Wege finden, um sich nahe zu sein.

Obwohl Nora nicht mehr sechs Jahre alt ist, braucht sie immer noch einen stolzen und selbstsicheren Vater, der sie nicht nur beleidigt. Sie braucht einen Vater, der es erträgt, manchmal unbeliebt zu sein, und der sie umarmen kann, wenn sie selbst die Kontrolle über dieses oder jenes verliert. Einen Vater, der sich weder

für seine geschmacklosen Kleider schämt, noch dafür, dass er sich im Internet nicht auskennt, noch für seinen rostigen Ford oder sein offensichtliches Recht, seine Nase in das Leben seines Kindes zu stecken. Sie braucht einen Vater, der Verantwortung für seine Tochter übernimmt und sie liebt.

Wenn es Ymer Tribali gelingt, Noras Vertrauen in ihn wiederzugewinnen, muss er natürlich seine Vaterrolle annehmen und Selbstkontrolle übernehmen. Und das wird nicht einfach sein. Aber letzten Endes kann das Leben nicht viel schwieriger werden als es schon ist.

Würde der Vater von Thomas an den Haaren eines erwachsenen Bekannten ziehen, der etwas falsch gemacht hat?

Ein Vater, der nicht wie sein eigener Vater sein will

Würde jemand im Gespräch mit Thomas Bengtsson eine Baustelle erwähnen, würde er an eine in der Nähe der Einfamilienhaussiedlung denken, in der er aufgewachsen war.

Dort, wo vorher seine Lieblingswiese gewesen war, sollten neue Häuser gebaut werden, und ihm war verboten worden dorthin zu gehen. Der Vater von Thomas war Architekt; vielleicht dachte er deshalb, dass seine Kinder sich nicht bei Häusern herumtreiben sollten, die gerade gebaut wurden. Oder vielleicht wusste er einfach nur, dass es dort ziemlich gefährlich sein konnte mit all den Baugruben, in die man fallen konnte, und den Baumaschinen, unter die man kommen konnte.

Natürlich ging Thomas trotzdem auf die Baustelle. Und natürlich fand sein Vater es heraus – denn eines Abends brachte er fünf

orangefarbene Baustellenmarkierungen mit nach Hause. Der Vater von Thomas Bengtsson sagte nicht viel. Er packte Thomas nur an den Haaren und drehte sie ein paar Mal rundherum. Immer wenn jemand von Haaren sprach, erinnerte ihn das an die vielen Gelegenheiten, an denen sein Vater ihn so stark an den Haaren gezogen hatte, dass sich sein Gehirn zusammengezogen, sein Gesicht die Farbe gewechselt und sein Herz einen Schlag ausgelassen hatte. Nach der Bestrafung wurde er immer auf sein Zimmer geschickt. Er erinnert sich daran, wie er manchmal stundenlang auf dem Boden saß, auf ein Astloch in der Maserung der Holzdecke starrte und sich fest vornahm, seine eigenen Kinder niemals an den Haaren zu ziehen, falls er jemals Vater werden sollte.

Jetzt als Erwachsener hält Thomas es für gar keine so schlechte Art der

Bestrafung. Jetzt kann er verstehen, warum sein Vater bei diesen Gelegenheiten so ängstlich und wütend wurde und es für nötig hielt, sich so gewalttätig durchzusetzen. „Es hat mir nicht sehr geschadet“, denkt Thomas.

Man könnte Thomas nun fragen, was es ihm Gutes getan hatte. Jedes Mal, wenn sein Vater ihm wehtat, weil er etwas falsch gemacht hatte, hörte er zweifellos auf zu tun, was auch immer es in diesem speziellen Fall gewesen war. Aber langfristig war es offenbar überhaupt keine Hilfe, weil der Vater von Thomas ihn immer wieder an den Haaren zog.

Würde der Vater von Thomas an den Haaren eines erwachsenen Bekannten ziehen, der etwas falsch gemacht hat? Vermutlich nicht: Es wäre erniedrigend für beide, für ihn selbst und für die andere Person. Durch das Ziehen an den Haaren zeigte ihm sein Vater, dass er seinen Sohn nicht als ganz vollwertiges menschliches Wesen hielt. Er betrachtete ihn als einen Taugenichts – als jemanden, den man behandeln konnte, wie man wollte. Anstatt zu versuchen, das Problem wie unter zivilisierten Menschen zu lösen, indem man darüber sprach, wandte sich der Vater von Thomas ab und distanzierte sich selbst von seinem Sohn als Person.

Thomas darf denken, was er will, jetzt, wo er erwachsen ist. Aber die Frage ist, ob die Behandlung, die er erhalten hat, ihm nicht doch sehr geschadet hat, egal was er darüber denkt. Welche Botschaft vermitteln Eltern ihren Kindern, wenn sie an

ihren Haaren ziehen? Dass sie nicht auf Baustellen herumlaufen dürfen? Nein, es bringt ihnen bei, dass sie das Recht haben, einer Person weh zu tun, die etwas falsch gemacht hat.

Vor kurzem erwischte Thomas seinen Sohn Peter dabei, wie er einen Freund auf seinem Fahrrad mitnahm – ohne Helm, obwohl Peter sehr genau wusste, was seine Eltern davon hielten. Thomas schlug ihm mit der Handfläche auf den Hintern, nur um Peter gegenüber zu betonen, wie gefährlich es ist, jemanden ohne Helm auf dem Rad mitzunehmen. Es war ein ziemlich zurückhaltender Klaps, aber Peter schaute auf den Boden und verbrachte den Rest des Abends auf eigenen Wunsch in seinem Zimmer. Man kann vermuten, dass er dort saß und irgendein Astloch in der Maserung anstarrte mit dem festen Vorsatz, seine eigenen Kinder niemals auf den Hintern zu schlagen.

Man wünscht sich natürlich, dass Peter sich selbst von der Demütigung, von seinem Vater geschlagen zu werden, befreien kann. Andererseits wünscht man sich, dass er sich lange genug an diese Gefühle erinnern kann, um aus dem Muster auszubrechen, wenn er an der Reihe ist, Vater zu sein.

Thomas ist bestimmt kein schlechter Mensch. Sein Fehler ist es, nicht zu versuchen, eine Verhaltensweise zu ändern, die er selbst als kleiner Bub gelernt hat. Wenn die Gewalt aufhören soll, muss jemand in der Familie Bengtsson damit aufhören, ihr oder sein Kind zu schlagen. Und

Thomas sollte erkennen, dass diese Person er sein könnte.

Erlerntes Verhalten zu ändern, ist nie leicht. Aber man kann nicht leugnen, dass es äußerst wichtig ist, wenn man bedenkt, was andernfalls an die

nächste Generation weitergegeben werden kann ... und an die nächste ... und an die nächste. Vor allem ist es eine Chance, die Welt ein bisschen besser zu machen.

Johanna sitzt gern stumm in ihren halsbrecherisch hohen Plateauturnschuhen da und weigert sich, Milch zu trinken.

Eine Mutter, die nicht mehr ein noch aus wusste

Johanna Dahlberg ist 13 Jahre alt und hat sehr feste Prinzipien. Zum Beispiel lehnt sie Milch, Haarspangen und Turnschuhe mit Sohlen, die weniger als 12 cm hoch sind, ab. Johannas Mutter glaubte lange, dass Haarspangen furchtbar altmodisch sein müssten – bis sie im Schuljahrbuch sah, dass praktisch jedes Mädchen in der Schule Haarspangen benutzte. Außer Johanna Dahlberg.

Johannas Eltern würden selbstverständlich alles tun für ihre dickköpfige Dreizehnjährige mit den Haaren in den Augen. Dreimal pro Woche bringen sie sie zum Fußballtraining, zur Reitschule und zu ihren Freunden. Ihr Vater verzichtet auf sein Glas Wein am Freitagabend, damit er sie von der Diskothek abholen kann, die in einer ziemlich ungünstigen Entfernung von Zuhause liegt. Ihre Mutter beschließt, mit dem Geld, das sie gespart hatte, um sich selbst mit einem Wochenende und einem Sitzplatz im Musical zu belohnen,

doch lieber die gesteppte Daunenjacke zu kaufen, die Johanna so gerne haben möchte.

Johanna sitzt gern stumm in ihren halsbrecherisch hohen Plateauturnschuhen da und weigert sich, Milch zu trinken. Ihre Eltern können sich nicht helfen, aber sie empfinden es als eine ziemlich undankbare Aufgabe ist, alles in ihrer Macht stehende zu tun, um Johanna zu gefallen. Ganz allgemein ist es in der Familie in letzter Zeit unangenehm still geworden. Johannas mürrisches Verhalten ist sozusagen ansteckend. Es ist nicht ungewöhnlich, dass die Familie das gesamte Sonntagsessen in Totenstille verbringt abgesehen von der Bitte um Salz und einem nachlässigen Dankeschön für die Mahlzeit.

Eines Abends ruft Johannas Lehrerin an. Sie fragt, wie es Johanna geht, weil sie schon seit zwei Tagen nicht mehr in der Schule war. Als Johannas Mutter die Tochter fragt, wo sie gewesen sei, antwortet sie:

„Das geht dich gar nichts an!“ Dann schlägt sie die Tür zu ihrem Zimmer zu und als die Mutter klopft, um ihr zu sagen, dass es Zeit fürs Abendessen ist, bekommt sie zu hören, dass sie eine alte Hexe sei und Johanna sie hasse.

Die Mutter würde Johanna niemals schlagen. Stattdessen schließt sie sie für ein paar Stunden in ihr Zimmer ein, um ihr die Gelegenheit zu geben, über ihr Benehmen und ihr Schuleschwänzen nachzudenken. Danach wird entschieden, dass Johanna ein Monat lang nicht in die Disko gehen darf. In diesem Monat muss sie selbst sehen, wie sie zu ihren Freunden, zu den Ställen und auf den Fußballplatz kommt. Johannas Eltern möchten, dass sie aus diesem Vorfall etwas lernt und deshalb sprechen sie beim Abendessen auch nur miteinander, wobei sie versuchen, so zu tun, also ob Johanna nicht da wäre.

Schließlich ist Schuleschwänzen ein ernstes Vergehen. Gebe es ein Regelheft dafür, wie sich Dreizehnjährige benehmen sollen, stünde darin zweifellos, dass Kinder die Schule nicht schwänzen dürfen. Die Eltern einer dreizehnjährigen Tochter, die es zwei Tage nicht für nötig hält, zur Schule zu gehen, und dann ihren Eltern sagt, dass sie sich um ihre eigenen Angelegenheiten kümmern sollten, würden vermutlich den Segen des Regelhefts haben, sehr wütend zu sein.

Gleichzeitig würde das Regelheft vermutlich sagen, dass die Eltern nicht herumlaufen dürfen wie Märtyrer, die über den Fehler ihrer

Tochter eisern schweigen. Wenn Johannas Eltern sie einsperren und sie von den Gesprächen beim Abendessen ausschließen, zeigen sie ihr damit paradoxerweise überhaupt nicht, wie sehr ihnen ihr Schuleschwänzen missfällt. Sie zeigen, wie sehr sie Johanna missbilligen. Und man fragt sich, ob das Regelheft diese Vergehen der Eltern nicht als schwerwiegender einstufen würde als das von Johanna.

Wie auch immer, sie haben ihre Macht nicht nur dazu benutzt, dass ihre Tochter sich noch schuldiger und vollkommen allein fühlt. Unbewusst haben sie ihr auch eine armselige Art beigebracht, mit Konflikten umzugehen, die in Johannas Hinterkopf bleiben wird, ob sie es will oder nicht. Und diese Auswirkungen müssen nach den Regelheften bestimmt als eine Art von Kindesmissbrauch betrachtet werden.

Es wäre besser gewesen, ihre Wut zu zeigen und über die ganze Angelegenheit zu sprechen. Wütend zu werden, ist nicht verboten. Jedenfalls nicht solange es für die Wut einen Grund gibt und sie unter Kontrolle bleibt, indem die Wütenden rechtzeitig Dampf ablassen, bevor sie explodieren. Ein wenig Protest und Tadel hätte die Atmosphäre in der Dahlberg Familie vielleicht sogar auffrischen können, wenn man bedenkt, wie unendlich still es in letzter Zeit geworden war. Das Schuleschwänzen hätte Johanna und ihren Eltern schließlich etwas Interessantes geboten, worüber sie stundenlang hätten reden können.

Aber Johanna Dahlbergs Eltern haben es nicht leicht. Wenn Johannas Mutter an der Daunenjacke vorbeigeht, die im Vorzimmer hängt, trifft es sie bis ins Mark, dass sie sich praktisch für ihre Tochter aufopfert und trotzdem das Gefühl hat, nicht genug zu tun. Manchmal wünschte Johannas Mutter, dass es ein Buch darüber gebe, wie sich Dreizehnjährige und ihre Eltern verhalten sollten. Aber natürlich gibt es kein solches Buch.

Jeder einzelne von uns muss seinen eigenen Weg finden. Und wenn wir manchmal ein Durcheinander produzieren, müssen wir ganz einfach unseren Kindern im Teenageralter oder unseren Eltern in die Augen schauen und um Verzeihung bitten. Wir müssen erklären, warum wir gehandelt haben, so wie wir es getan haben, und versuchen, denselben Fehler nicht noch einmal zu machen.

Achtjährige scheinen in ihrem Leben schon ziemlich viel erlebt zu haben.

Eine Stieffamilie mit Schwierigkeiten zusammenzuwachsen

Peter sah Magdalena zum ersten Mal bei einem Fußballspiel. Eine seiner Kolleginnen hatte Magdalena und ihren Sohn mit zu einem Derby gebracht. Sobald er die Pfeife des Schiedsrichters hörte, musste Peter seinen Kopf einfach nach rechts drehen, um Magdalena anzusehen. Sie hatte einen gestrickten Hut auf und ihre linke Wange hatte Grübchen. Peter liebt Fußball; trotzdem saß er da und sehnte sich nach der Halbzeit, damit er diese Lachgrübchen näher betrachten und ihrer Besitzerin vielleicht einen Kaffee spendieren konnte.

Ein paar Wochen später trafen sich Peter und Magdalena wieder. Seither haben sie sechs Monate lang praktisch jeden Morgen gemeinsam

gefrühstückt. Praktisch jeden Morgen seit sechs Monaten haben sie auch mit Oskar gefrühstückt.

Oskar ist Magdalenas Sohn, acht Jahre alt, und Magdalena hat mit ihm allein gelebt, seit er drei war.

Achtjährigen scheinen in ihrem Leben schon ziemlich viel erlebt zu haben. Sie sprechen auf altkluge Weise, surfen im Internet und wissen eine ganze Menge darüber wie Babies gemacht werden. Vielleicht ist das warum Peter immer um Worte verlegen ist, wenn er allein mit Oskar ist. Oder vielleicht ist es, weil Peter nicht recht weiß, was Magdalena möchte, dass er für Oskar ist. Ein zusätzlicher Papa oder sein Freund? Die Antwort ist ziemlich entscheidend für die

Haltung, die er annehmen sollte. Also entscheidet sich Peter dafür, still zu sein. Auf diese Weise verhindert er zumindest, dass er sich wie ein dummer Außenseiter fühlt – er fühlt sich nur wie ein Außenseiter.

Ziemlich bald nachdem Peter eingezogen war, bemerkte Magdalena, dass Oskar sich veränderte. Vorher wollte er abends auf dem Sofa auf ihrem Schoß sitzen; jetzt wollte er plötzlich allein in seinem Zimmer sein. Vorher war er ruhig und es war leicht, mit ihm zurechtzukommen, plötzlich ist er die ganze Zeit schwierig. Er weigert sich, seine Gummistiefel für einen Schulausflug ins Moor anzuziehen. Er weigert sich, ins Bett zu gehen, obwohl es zehn Uhr nachts ist. Er weigert sich, seine Haare zu waschen oder Frühstück zu essen. Und wenn er seinen Willen nicht bekommt, legt er sich auf den Boden und schreit so laut, dass die Fensterscheiben in Magdalenas Haus klirren.

Magdalena versucht, diese Konflikte diplomatisch zu lösen, ohne Peter einzubeziehen. Sie bemerkt, wie sehr ihm die ganze Situation missfällt: Er geht jedes Mal in ein anderes Zimmer, wenn die Dinge am schlimmsten stehen. Magdalena glaubt, dass Peters und Oskars Beziehung mit der Zeit vielleicht Wurzeln schlagen wird, wenn sie es schafft, den Frieden so weit wie möglich zu erhalten – wenn es ihr nur gelingt, Peter vor Oskars Zornausbrüchen und Oskar vor Peters Unsicherheit zu schützen. So enden die meisten von Oskars

Ausbrüchen damit, dass er seinen Willen bekommt, nach vielem Wenn und Aber.

Eines Abends weigert sich Oskar, seine Zähne zu putzen, und schreit wieder so laut, dass die Fensterscheiben klirren. Peter geht in ein anderes Zimmer und Magdalena spürt plötzlich den Drang, ihrem achtjährigen Sohn eine Ohrfeige zu geben. Aus irgendeinem Grund hält sie sich zurück. Der Impuls kam wie ein Blitz aus völliger Machtlosigkeit, aber Magdalena findet jene Stärke, die von Zeit zu Zeit in Eltern schlummert, und schafft es, sich selbst davon abzuhalten, ihm zu folgen.

Magdalena schlägt Oskar nicht. Stattdessen schaukelt sie ihren Sohn auf dem Schoß und realisiert langsam wie nahe daran sie war, ihn zu verletzen. Gleichzeitig wird ihr bewusst, dass sie nicht länger im Kreis gehen und die anderen beiden Familienmitglieder voreinander beschützen kann. Sie kann es nicht schaffen, allein verantwortlich zu sein für ihr Wohlbefinden. Diese Rolle ist auf Dauer nicht durchzuhalten. Peter wird die Rolle eines erwachsenen Mannes annehmen müssen, obwohl er nicht Oskars Vater ist, und Oskar muss es erlaubt sein, ein normaler Achtjähriger zu sein, der manchmal wütend wird, wenn er seinen Willen nicht bekommt.

Jetzt, zum Beispiel, schreit Oskar lauter denn je, aber es geht nicht wirklich ums Zähne putzen. Wenn er widerspenstig ist, dann ist es vielleicht, weil er die Belastbarkeit

der neuen Familienkonstellation austesten will. Er macht sich Sorgen und fühlt sich unsicher, weil er nicht weiß, ob Peter jemand ist, der verschwinden wird, oder jemand, der bleiben wird.

Einen zusätzlichen Papa zu haben, ist ziemlich lustig – das ist vermutlich ein Standpunkt, den die meisten Achtjährigen hätten. Du kannst mit ihnen zu Fußballmatches gehen. Du kannst Bücher lesen oder Fragen darüber stellen, wie Babies gemacht werden. Zugegebenermaßen wird dir ein zusätzlicher Papa manchmal sagen, dass du die Gummistiefel anziehen sollst, und manchmal wird er ein bisschen böse werden. Aber diese Art von Dingen ist schwer zu vermeiden zwischen Erwachsenen und Kindern, die zusammenleben. Du musst dich ziemlich umstellen. Peter ist Peter und wird es bleiben; und Oskar ist Oskar. Peter ist ein

Erwachsener und Oskar ist ein Kind, und niemand kann das ändern. Aber es ist der Erwachsene der versuchen muss, mit den Konflikten, die das nach sich zieht, umzugehen und über sie zu sprechen.

Magdalena ist eine Frau, die abgesehen von ihrem gestrickten Hut die beneidenswerte Fähigkeit besitzt, die Kontrolle zu behalten, wenn das Gefühl der Machtlosigkeit über sie kommt. Gerade jetzt sitzt sie erschöpft auf dem Badezimmerboden und sieht Peter dabei zu, wie er versucht, die Zähne ihres abwehrenden, laut weinenden Sohnes zu putzen.

Und komischerweise taucht auf ihrer linken Wange zum ersten Mal seit Tagen so etwas wie eine kleine Lachfalte auf.

Johanns Vater hat ihn nie geschlagen, noch hat er ihn jemals mit Schimpfwörtern bedacht. Aber er gab Johann das Gefühl, minderwertig zu sein, so dass nichtsdestoweniger ein verletztes menschliches Wesen aus ihm wurde.

Jemand, der als Kind gelernt hat, dass er nie gut genug ist

Johanns Vater sagte immer, dass man alles erreichen kann, solange man nur entschlossen ist, es zu tun. Er nahm sich immer gerne als Beispiel: der Arbeiterjunge, der Oberarzt wurde nur dank seiner Willensstärke, entschlossen zum Erfolg und dazu Stipendien zu

gewinnen. *„Mein älterer Sohn kann alles erreichen, was er will, solange er sich ins Zeug legt“*, prahlte Johanns Vater manchmal seinen Gästen gegenüber. Als Johann diese Äußerung zum ersten Mal hörte, fragte er sich, was sie bedeutete, Er fragte seinen kleinen Bruder, der

darüber auch irgendwie im Dunkeln tappte.

Als Johann in der ersten Klasse war, wurden alle Schüler für die Aufnahme in die städtische Musikschule getestet. Die besten im Test durften Geige spielen lernen. Die zweitbesten durften Trompete oder Klarinette spielen. Dann kamen in absteigender Reihenfolge Klavier, Gitarre, Schlagzeug und Blockflöte. Nach langem, ungeduldigem Warten auf dem Gang erhielt Johann die schmerzliche Nachricht, dass er Blockflöte spielen durfte. Bis zum heutigen Tag erinnert er sich daran, wie sehr er im Auto auf dem Weg nach Hause von der städtischen Musikschule weinte, obwohl er nie wirklich davon geträumt hatte, Geige zu spielen. Und er erinnert sich daran wie sein Vater sagte *„dass er besser hätte abschneiden können, hätte er sich ins Zeug gelegt.“*

„Du kannst alles erreichen, solange du entschlossen bist, es zu tun.“

Als Johann zehn Jahre alt war, durfte er seinen Vater auf die Jagd begleiten. Das war in der Familie ein viel diskutiertes Thema gewesen und Ende September hatte Johanns Vater viele Abende damit beendet, Johann und seinem kleinen Bruder Jagdgeschichten zu erzählen.

Johann erinnert sich an vier Dinge dieser Jagd: Wie ein Dachshund vor Aufregung zitterte. Wie schwierig es war, ganz still zu sein. Wie er sich übergab, als jemand die Innereien aus einem Reh herausnahm. Und am deutlichsten erinnert er sich noch daran, wie sein Vater ihn kalt

anschaute und sagte *„vermutlich können wir ihn genauso gut heim bringen.“*

„Du kannst alles erreichen, solange du entschlossen bist, es zu tun.“

Als Johann ungefähr 13 Jahre alt war, musste das Dach des Familienferienhauses erneuert werden. Johanns Vater, Jan der Zimmermann und Johanns Großvater waren auf dem Dach. Johann und sein jüngerer Bruder hatten Aufgaben näher am Boden übertragen bekommen. Der Bruder schleppte Dachschildeln die Leiter hinauf, wo ihr Vater sie übernahm, während Johann die Plastikpakete mit Dachschildeln aufschneiden und darauf achten musste, dass sein Bruder die richtige Anzahl zu tragen bekam. Am späten Nachmittag kam die Hierarchie ins Wanken. Johanns Bruder musste sich ausruhen und Johann brachte die Dachschildeln die Leiter hinauf und gab sie direkt seinem Vater. Alles ging gut. Das nächste Mal trug er die Dachschildel die Leiter und das ganze Dach hinauf. Jan der Zimmermann ganz oben streckte eine sehnige Hand zu Johann aus, aber Johann konnte ihn nicht erreichen. Also ging er einen Schritt weiter nach oben und schrammte eine Reihe Dachschildeln entlang, die bereits gelegt worden waren – selbstverständlich nicht mit Absicht. Aber er erinnert sich noch an den Augenblick, als er dort auf den Balken stand, drei Meter über dem Boden, Auge in Auge mit seinem Vater, der ihn mit Verachtung ansah

und mit erzwungener Ruhe sagte „bitte geh’ vom Dach hinunter.“

„Du kannst alles erreichen, solange du entschlossen bist, es zu tun.“

Wenn man Johanns Vater nach Johanns Kindheit fragt, würde er zweifellos sagen, dass er versucht hatte, seinen Sohn auf jede Weise zu ermutigen, und dass er seinen Freunden gegenüber immer mit ihm angegeben hatte. Wenn man Johann fragt, *würde er zweifellos sagen, dass sein Vater nie – nicht ein einziges Mal – gezeigt hatte, dass er Johann für gut genug hielt.* Und obwohl Johann jetzt ein erwachsener Mann ist, hat er immer noch Angst davor, zu scheitern. Oder genauer gesagt war es für ihn genau aus diesem Grund extrem wichtig für ihn geworden, Erfolg zu haben.

Johanns Vater hat ihn nie geschlagen, noch hat er ihn jemals mit Schimpfwörtern bedacht. Aber er gab Johann das Gefühl, minderwertig zu sein, so dass nichtsdestoweniger ein verletztes menschliches Wesen aus ihm wurde. Man kann gut vermuten, dass Johanns Vater selbst schmerzlicher Behandlung ausgesetzt war, als er noch ein Kind war, und dass er, ohne darüber nachzudenken, die eisige Zurückweisung seines eigenen Vaters wiederholt hat.

Tatsächlich kannst du nicht absolut alles tun, was du möchtest, solange

du dazu entschlossen bist. Du kannst es nicht aushalten, die Innereien eines Rehs zu sehen, wenn du den Anblick von Blut hasst. Und du kannst in deinem Sohn nicht Mut und Unternehmungsgeist wecken, außer wenn du ihm irgendwann das Recht zubilligst, falsch zu singen, sich zu übergeben oder eine Dachschindel zu zerkratzen. Sonst gibst du ihm das Gefühl, dass du ihn nur magst, wenn er etwas erreicht – und das ist sicher nicht, was du wirklich meinst.

Als Johann ungefähr 15 Jahre alt war, legte seine Blockflöte weg. Bis dahin hatte er jede Fingerposition auf der Piccolo, der Sopran- und der Altflöte gelernt und sowohl als Solist als auch in allen möglichen Ensembles Auftritte in der Schule absolviert. Aber er hatte weiter Jahr für Jahr Flöte gespielt, nicht weil Johann selbst so viel Freude daran hatte, sondern weil er seinem Vater zeigen wollte, dass er sich ins Zeug legen konnte. Das war ein ziemlich trauriger Grund – und es funktionierte auch nicht. Es gab Johanns Vater nur mehr Gelegenheit, seinen Sohn zu verletzen, indem er sich zurückhielt, ihn zu loben.

Das war unbestreitbar eine raffinierte Art, ein Kind zu verletzen. Zwanzig Jahre später ist der Schmerz immer noch da.

Sechzehn Ratschläge für jeden, der es manchmal schwierig findet, Mutter oder Vater zu sein

1. *Wenn du fürchtest, manchmal keine gute Mutter oder kein guter Vater zu sein*, erinnere dich daran, dass es nie zu spät ist, dazuzulernen. Kinder sammeln die ganze Zeit über Erfahrungen und gleichzeitig erkennen sie unglaublich scharfsichtig, wenn ihre Eltern sich ändern wollen.
2. *Wenn du jemals denkst, dass du dein Kind vielleicht falsch behandelt hast:*
Als kleines Kind wird man oft gebeten, sich wegen irgendetwas bei anderen zu entschuldigen. Als Erwachsener macht man das seltener, obwohl es eine gute Möglichkeit ist, anderen Respekt zu zeigen. Es kommt besonders selten vor, dass Eltern an die Türen ihrer Kinder klopfen, um sich zu entschuldigen. Wenn du dich bei deinen Kindern entschuldigst, verlierst du dadurch aber nicht dein Gesicht, sondern es hilft dir selbst als Mensch zu wachsen und es zeigt deinem Kind, dass du es als Person respektierst.
3. *Wenn du dich extrem überfordert fühlst oder traurig über Dinge in deinem Leben bist*, erkläre es deinem Kind. Niemand kann immer stark und fröhlich sein! Auch kleine Kinder können verstehen, wie es ist, sich mutlos zu fühlen. und es ist nicht nötig, zu dramatisieren oder ins Detail zu gehen. Denke daran, am Ende anzufügen „... und es ist nicht deine Schuld“. Diese Worte sind höchst wichtig. Für einen Erwachsenen ist es eine Erleichterung, zu hören, dass er keine Schuld hat, für ein Kind gilt das umso mehr. Sonst kann es leicht passieren, dass dein Kind die Verantwortung für eine Situation übernimmt, für die es in Wirklichkeit nichts kann.
4. *Wenn du dich machtlos fühlst, weil sich dein Kind in Gegenwart anderer Erwachsener nicht so verhalten will, wie du es für angebracht hältst*, erinnere dich daran, dass das etwas ist, was alle Eltern betrifft. Je machtloser du dich zeigst und je mehr du dich anders als sonst verhältst, zum Beispiel wenn dein Kind anfängt zu schreien, umso unsicherer wird sich dein Kind fühlen. Wie wärest du mit der Situation zu Hause fertig geworden? Versuche dasselbe zu tun, und zwar ohne dem, was andere Leute vielleicht denken, zu viel Beachtung zu schenken. Ihre Kinder schreien bestimmt auch manchmal.
5. *Wenn es nicht funktioniert, mit deinem Kind zu reden*, versuche es noch einmal. Sprich bewusst mit tieferer Stimme, bleib' auf erwachsene Weise ruhig und sag' was du denkst. Das gibt dem, was du sagst, Gewicht, selbst wenn du keine sofortige Reaktion erwarten kannst. Wenn du dich vom Zorn mitreißen lässt, wird die Situation nur schlimmer.

6. *Wenn du fühlst, dass dein Kind dich so provoziert hat, dass du kurz davor stehst, die Kontrolle über dich zu verlieren, denk' daran, dass ein Kind normalerweise genau weiß, was es tun muss, um die Mutter oder den Vater wütend zu machen. Dann ist es nicht leicht, die Selbstkontrolle zu behalten, aber das ist es, was eine Mutter oder ein Vater tun muss. In dieser Situation ist es ratsam, die genauen Worte des Kindes zu ignorieren und stattdessen zu versuchen, die Kinder als das zu sehen, was sie sind: Individuen, die ihren Eltern immens wichtig sind und deshalb selbst eine ziemlich schwere Zeit haben. Selbst wenn sie durch ihr Verhalten das Gegenteil signalisieren, brauchen Kinder immer die Fürsorge und Beachtung ihrer Eltern.*
7. *Wenn Kinder immer weiter schreien und weinen und untröstlich scheinen, sind sie wahrscheinlich müde und haben Schwierigkeiten damit umzugehen. Vielleicht ist das, was sie gerade brauchen, eine ruhige Zeit für sich allein. Versuche daran zu denken, was es war, wonach du dich selbst mit sechs Jahren gesehnt hast, wenn du untröstlich warst. Was beruhigte dich und gab dir ein Gefühl der Sicherheit – eine Geschichte, Stille, in Ruhe gelassen werden und einen Erwachsenen um dich haben? Dein eigener Instinkt darüber, was das Richtige ist, ist vermutlich besser als der jedes anderen.*
8. *Wenn dein Teenager allen Respekt vor dir verloren zu haben scheint, erinnere dich daran, dass das nur dein subjektives Gefühl ist. Wie alle Kinder brauchen Teenager uns Erwachsene und unsere Lebenserfahrung, aber sie müssen auch ihre Unabhängigkeit demonstrieren dürfen. So ist es immer gewesen. Aber natürlich gibt es auch Grenzen dafür, was du dir gefallen lässt.*
9. *Wenn dein Kind etwas tut, was dich wütend macht, denke daran, dass Wut nicht verboten oder unnatürlich ist. Aber die Wut darf nie lange anzuhalten oder in Verachtung, kaltem Zynismus und grausamen Kommentaren gipfeln. Diese Art von Verhalten lässt Kinder an ihrem Selbstwert zweifeln und solche Gefühle sind sehr schwer, zu überwinden.*
10. *Wenn dein Kind versucht, die Grenzen des Erlaubten auszudehnen, und Druck auf die ausübt, damit du nachgibst, denke daran, dass Fürsorge auch bedeutet, nein zu sagen. Von Kindern kann nicht erwartet werden, sich auf jemanden zu verlassen, der nicht standhaft bleiben kann: Kinder brauchen klare Grenzen. Wo sie gezogen werden, entscheidest du selbst; dann ist es deine Aufgabe als Erwachsener, darauf zu achten, dass die Grenzen eingehalten werden.*
11. *Wenn du denkst, dass dein Kind etwas falsch gemacht hat, achte darauf, dass sich dein Tadel klar auf den Fehler selbst konzentriert, nicht auf die ganze Art wie dein Kind ist. Es muss klar sein, dass du dein Kind*

respektierst und dass es nur der begangene Fehler ist, warum du enttäuscht von dem bist, was es getan hat.

12. *Wenn dein Kind Partei für den anderen, abwesenden Elternteil nimmt*, denke daran, dass der andere Elternteil dem Kind deshalb nicht wichtiger ist als du. Wenn ein Kind den Vater oder die Mutter idealisiert, der nicht mehr Teil der Familie ist, zeigt das, dass es diesen Elternteil vermisst. Du solltest es nicht zulassen, dass dich das verletzt. In Wahrheit hat es nichts zu tun mit dir, mit dem Elternteil, der da ist.
13. *Wenn dein Kind anscheinend nicht gern mit seinem neuen Stiefvater oder seiner neuen Stiefmutter zusammen ist*, denke daran, dass Kinder sich sicher fühlen müssen mit dem, was in ihrer Familie passiert. Was das Kind wahrscheinlich spürt ist nicht echte Abneigung gegen den Stiefvater oder die Stiefmutter, sondern Angst und der Wunsch, die neue Beziehung auszutesten. Wird diese neue Person bleiben oder wird sie früher oder später verschwinden? Das ist etwas, worüber Erwachsene übereinstimmen müssen, damit sie dem Kind gegenüber einen klaren Standpunkt vertreten können.
14. *Wenn es manchmal eine undankbare Aufgabe scheint, deine eigenen Interessen zu opfern*, denke daran, dass dein Kind nicht von dir erwartet, dass du dich selbst aufgibst, um ihm oder ihr zu gefallen. Kinder profitieren nicht davon, Eltern zu haben, die müde und resigniert sind. Denk' auch manchmal darüber nach, was für dich am besten ist.
15. *Wenn du dich in deiner Elternrolle machtlos fühlst*, ist es wichtig, damit anzufangen, zu verstehen, wo dieses Gefühl der Machtlosigkeit herkommt. Nur dann kannst du etwas dagegen unternehmen. Es ist fast immer einfach, eine neue Sicht auf deine Situation zu bekommen, wenn du deine Gedanken mit einem anderen Erwachsenen teilst – einem Freund, einem anderen Vater oder einer anderen Mutter, einem Lebensgefährten oder einem Kollegen. Wenn du einen Außenstehenden anrufen möchtest, gibt es verschiedene Organisationen, die telefonische Beratungsdienste für Eltern anbieten.
16. *Wenn du den Verdacht hast, dass ein Kind, das du kennst, misshandelt oder missbraucht wird*, ist es immer besser, mit jemandem über deinen Verdacht zu sprechen, als gar nichts zu tun. Kontaktiere die zuständige Jugendbehörde: Dort kann dir ausgebildetes Personal raten, was du tun sollst. Du musst nicht sagen, über welches Kind du sprichst, oder deinen Namen angeben. Dein Anruf wird nicht automatisch zu einem Bericht führen, der in einen Akt kommt. Du kannst dich auch an eine Kinder- und Jugendpsychiatrische Klinik oder den Schulgesundheitsdienst wenden, um Rat und Hilfe zu bekommen.

Was ist Kindesmissbrauch?

Was erreichen Erwachsene, wenn sie Kinder schlagen, einsperren oder ignorieren, sie mit Worten missbrauchen oder auf andere Weise verletzen oder angreifen?

Sie zeigen den Kindern, dass sie wenig wert sind. Sie wenden sich ab, anstatt näher zu kommen. Sie unterlassen es, die Kinder als menschliche Wesen zu bestätigen. Sie rütteln an den Fundamenten des Selbstwerts der Kinder. Sie erhöhen ihre eigene Bedeutung auf Kosten der Kinder. Sie bringen den Kindern bei, dass Liebe nicht für selbstverständlich gehalten werden kann – dass sie verdient werden muss (sogar um den Preis der Selbstaufgabe). Sie signalisieren, dass sie ihnen egal sind.

Kinder tragen diese Gefühle jahrelang als Last mit sich herum – vielleicht bis weit ins Erwachsenenalter. Für viele Kinder, die missbraucht werden, ist es das Schlimmste, das furchtbare, einsame und ewige Gefühl zu haben, dass ihren Eltern jede Hingabe fehlt.

Sie lernen auch eigenes Verhalten. Das ist, wenn Kinder für sich selbst entscheiden, was richtig und was falsch ist: Eltern bringen es ihnen durch ihr eigenes Verhalten bei. Es ist meistens ziemlich sinnlos, mit einem Kind darüber zu sprechen, wie es sich anderen gegenüber verhalten soll, außer wenn du tust, was du predigst. Kinder gründen ihr Lernen auf das, was die Eltern tun, und formen auf dieser Basis unbewusst ihre eigenen moralischen Richtlinien.

Das heißt nicht, dass alle, die in ihrer Kindheit geschlagen wurden, automatisch ihre eigenen Kinder schlagen werden. Aber es heißt tatsächlich, dass sie mit ihren erlernten Mustern brechen müssen, wenn sie es nicht tun sollen. Offensichtlich wäre es einfacher, wenn die Muster von Anfang an nicht da gewesen wären.

Eine weitere Auswirkung ist, dass wir Eltern nicht nur unsere eigenen Kinder aufziehen, sondern zu einem gewissen Grad auch unsere Nachkommen in folgenden Generationen.

Das gibt uns als Eltern eine noch größere Verantwortung. Und wir können auch sagen, dass es uns eine noch größere Chance gibt, zukünftigen Generationen zu nützen.