

Wie können Kinder sich selbst entdecken – Selbstentfremdung vermeiden

Kinder, die sich von den Eltern in ihren Bedürfnissen nicht angenommen fühlen, orientieren sich besonders nach den Wünschen und Erwartungen der Eltern. Die Eltern können oder wollen ihr Kind nicht verstehen, ihnen fehlt die Empathie, sie können es nicht annehmen und bestätigen. Der Psychiater Hans-Joachim Maaz erklärt, dass Liebesmangel in der ersten Lebenszeit zur Selbstentfremdung führen kann. Kinder passen sich dann übermäßig an, weil sie von ihren Eltern das Gefühl erhalten, dass sie nur dann wertvoll sind und anerkannt werden, wenn sie bestimmte Dinge tun und nach den Erwartungen der Eltern handeln. Ihre ursprüngliche Frage lautet: „Bin ich o.k.“ Sie wird unabhängig von irgendwelchen Leistungen und äußeren Bewertungen gestellt. Bei Liebesmangel kann sie nicht bejaht werden. Die Kinder fragen sich schließlich: „Wer bin ich? Wie bin ich wirklich? Bin ich gut genug?“ Dies ist der Antreiber, den eigenen Wert beweisen zu wollen und führt in die Selbstentfremdung des Kindes. Diese Kinder richten sich stark nach den Erwartungen der Eltern, Erzieher, Lehrer und später anderen Autoritäten. Sie leben zunehmend das Leben, in dem sie sich nicht selbst entwickeln dürfen und das nicht ihr eigenes Leben ist. Maaz weist auf die Folgen hin: „Die Kinder und später Erwachsenen schließen die schmerzliche Lücke durch süchtige Bemühungen zu einem aufgeblasenen Selbst, das immer abhängig von der Anerkennung anderer ist.“ Das Leben schenkt ihnen wenig Befriedigung und braucht Kompensierungen. „Das ist der sichere Weg in ein narzisstisches Größenselbst mit einer kompensierten Selbstüberschätzung und Fremdadwertung“, so Maaz. Die Kinder versuchen ihr Leben lang, die schmerzliche Lücke durch süchtige Bemühungen nach Aufmerksamkeit und Anerkennung, aber auch durch Suchtverhalten nach stofflichen Drogen oder einem übermäßigen Konsumverhalten zu schließen. In diesem „falschen Leben“ ist man dann häufig fremdbestimmtes Objekt der Autoritäten. Dieses Leben ist nicht nur anstrengend, sondern auch wenig glücklich und erfüllend.

Bei einer Erziehung zur Beziehung, in der das Kind Subjekt sein darf, achten die Eltern auf die Bedürfnisse ihres Kindes. Kinder, die sich wahrgenommen und bestätigt fühlen, ohne dafür besondere Leistungen erbringen oder ein bestimmtes Verhalten zeigen zu müssen, können sich vollständig entwickeln. Sie können ihre Fähigkeiten entfalten und ihr Leben mit den eigenen Möglichkeiten gestalten – mit Unterstützung der Eltern. Diese Prozesse müssen manchmal von außen in Gang gebracht werden. Wenn Sie Unterstützung dabei brauchen, melden Sie sich bei uns: <https://www.salus-gesellschaft.net/leistungen/>



Mehr: [Salus-Gesellschaft auf Facebook](#)

© Salus-Gesellschaft, Darmstadt