

# Rems-Murr-Rundschau Alm statt Glotze

Serie: „Was ist mit unseren Kindern los?“ / Etwas Sinnvolles tun und Erfolg haben, das stärkt die Seele

ZVW





Bild 1 von 2

**Schorndorf. Was ist mit unseren Kindern los? Immer mehr Jungen und Mädchen gelten als psychisch auffällig oder seelisch krank. In einer Serie beleuchten wir, was dahinterstecken könnte. Im zweiten Teil erläutert heute die Diplom-Pädagogin Marion Uhse, wie auf Kinder wirkt, was Eltern an Lasten mit sich herumschleppen. Ihr Credo: Sinnvolles Tun stärkt die Seele.**

Die Zeit heilt alle Wunden? Schön wär's. Die Zeit heilt leider nicht. Im Menschen liegt weit mehr verborgen, als er bewusst benennen könnte. Das ist nichts Neues, und doch fehlt der Brückenschlag: Geht es Kindern nicht gut, kann's an seelischen Nöten ihrer Bezugspersonen liegen. Bereits Säuglinge erspüren, es stimmt was nicht. Meine Eltern halten mich auf Abstand. Sie lassen sich nicht voll und ganz auf mich ein. „Babys verstehen weit mehr, als wir denken“, sagt Marion Uhse.

Man könnte nun jahrelang in der Vergangenheit stöbern. Alles ausgraben, was die Seele längst gnädig ganz tief vergraben hat. Das kann zu erstaunlichen Erkenntnissen führen. Vielleicht hat die Kriegserfahrung des Großvaters mit dem Verhalten der jetzigen Elterngeneration zu tun. Vielleicht wirkt bis heute nach, was an Tragödien in der Familie passiert und immer unter der Decke gehalten worden ist.

Marion Uhse zählt nicht zu jenen, die glauben, man muss nur lang genug reden und alles Verborgene ans Tageslicht befördern. Die Diplom-Pädagogin, Hochschuldozentin und Trainerin versucht in Gesprächen mit ratsuchenden Eltern eher, deren Blick in Richtung Zukunft zu lenken. Sie möchte ihnen gute Nachrichten vermitteln: Es geht nicht um die Frage nach Schuld.

Es geht darum, wie Eltern ihre Kompetenzen stärken. Wie sie gut für sich selbst sorgen, damit sie gut für andere zu sorgen in der Lage sind. Wie sie erkennen, was alles gut läuft im Umgang mit den Kindern, und wie sie daran anknüpfen können. Dafür ist es nie zu spät: Widerstandskraft gegen die Widrigkeiten des Lebens lässt sich auch noch später im Leben erlernen und fördern. Echte Bindung zur Bezugsperson von Beginn an fördert diese Widerstandskraft, das ist unbestritten.

## **Keine einfachen Antworten: Nicht alle sind „seelisch krank“**

Marion Uhse hält es für falsch, so vielen Kindern den Stempel „seelisch

krank“ auf die Stirn zu pappen. Alles hängt mit allem zusammen, und deshalb verlangt die Pädagogin anzuerkennen, es kann keine einfachen Antworten auf komplizierte Fragen geben. Ein konkretes Beispiel: Konzentrationsprobleme oder Hyperaktivität bei Kindern könnte aus Marion Uhse's Sicht auch damit zusammenhängen, dass traumatische Erlebnisse zu hochsensiblen Reagieren der Kinder auf Mitmenschen und Umwelt führen. Die Pädagogin ist fest überzeugt, schlimme Erlebnisse früherer Generationen wirken selbst auf Kinder heute. Das können Gewalterfahrungen sein, Suchtkrankheiten in der Familie oder Todesfälle, die nie betrauert wurden. Es kann auch ein „Bindungstrauma“ sein, wie die Pädagogin erklärt: Wer als Kind spürt, die nach außen hin vielleicht heile Welt ist innen rissig und die Bezugsperson lehnt das Kind im Grunde ab, wird später sehr schwer eigene Bedürfnisse erkennen und Erklärungen finden für Probleme. Wer es als Kind mit suchtkranken Eltern zu tun hat, wird lernen, intensiv die Bedürfnisse anderer zu erspüren, statt aufs eigene seelische Wohlbefinden zu achten.

Die Verantwortung, mit all dem angemessen umzugehen, können Eltern nie allein tragen. Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen. So heißt es in einer alten Weisheit, und sie stimmt, findet Marion Uhse. Die Gesellschaft heute funktioniert aber anders. Uhse's Hauptvorwurf: „Wir schauen, was wir auf unserem Girokonto haben. Aber wir müssen schauen, was wir auf unserem Seelenkonto haben.“ Es zählen Leistung und Konsum, und das ist nicht gesund, für niemanden, findet Marion Uhse: „Die Widersprüche, die in der Gesellschaft sind, sind krankmachend.“

Gesünder wäre aus ihrer Sicht, den Blick auf die beiden wichtigsten Bedürfnisse von Kindern zu richten: Sie möchten sich weiterentwickeln, nach und nach selbstständiger und unabhängig werden. Und sie wünschen sich Bindung, Nähe, Geborgenheit. Eltern von Pubertierenden wissen, wie heftig diese beiden Bedürfnisse zuweilen aufeinanderprallen und wie unvereinbar sie scheinen.

# Was Kindern und Jugendlichen gut tut

Was Kindern und Jugendlichen gut tut und seelische Gesundheit fördert, sind aus Uhse's Sicht zwei Dinge: die Bereitschaft der Eltern, Zusammenhänge zu erkennen. Und die Chance, so oft wie möglich Erfolge zu erzielen durch eigenes Handeln. Vor diesem Hintergrund schließt sich Marion Uhse der These an, welche der Neurobiologe und Hirnforscher Gerald Hüther in einem Interview mit „Geo“ vertritt: Was Kindern mit Aufmerksamkeitsstörung wirklich hilft, sind zwei Monate harte körperliche Arbeit auf einer Alm, fernab von Fernseher und Computer. Statt Medikamenten, so Hüther sinngemäß, brauchen Kinder das Gefühl, gebraucht zu werden und etwas Sinnvolles tun zu können.