

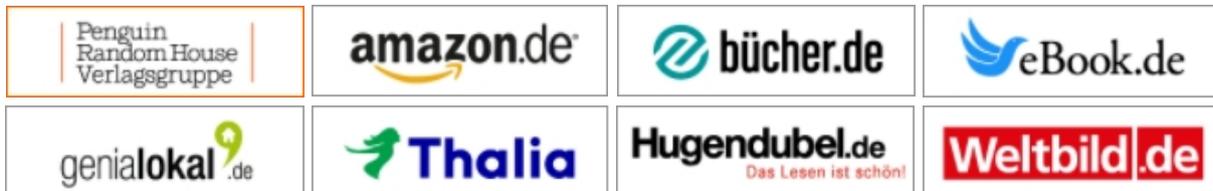
Leseprobe

Karen Glistrup

Was ist bloß mit Mama los?

Wenn Eltern in seelische Krisen geraten. Mit Kindern über Angst, Depression, Stress und Trauma sprechen

Bestellen Sie mit einem Klick für 16,00 €



Seiten: 72

Erscheinungstermin: 06. Oktober 2014

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Vorwort von Jesper Juul

Die allermeisten Eltern versuchen ihre Kinder instinktiv vor Erlebnissen zu schützen, die emotionalen Schmerz, Besorgnis, Trauer und durchwachte Nächte zur Folge haben. Es ist eine fürsorgliche, von Herzen kommende Reaktion, der es jedoch an Weisheit – in diesem Fall einer banalen Lebensweisheit – fehlt. Eine der wichtigsten Erklärungen für diesen Umstand besteht darin, dass so viele Eltern und Großeltern mit großen Leiden und Entbehrungen aufwuchsen, die niemand mit ihnen teilen wollte und die sie daher ihren eigenen Kindern ersparen wollen. Weniger den Schmerz oder die schmerzvolle Realität, als die Einsamkeit.

Es ist ein Zeichen der Zeit, dass Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen versuchen, sich selbst und anderen Schmerz zu ersparen, und dass die Fähigkeit, diesem zu begegnen, sich erst entwickelt, wenn die Familie von unvorhergesehenen Ereignissen wie lebensbedrohlichen Krankheiten, psychischen Leiden, Unglücken, Kränkungen und Todesfällen betroffen wird.

Wie Karen Glistrup in ihren Büchern so eindringlich beschreibt, können wir Kinder nicht davor bewahren, die Krankheiten und den Schmerz Erwachsener zu erleben, doch können wir ihnen zur Verfügung stehen, damit sie nicht einsam sein müssen. Mit ihrem Buch stellen uns die Autorin sowie die Illustratorin Pia Olsen sowohl ihre Kreativität als auch ihre Einsichten und Erfahrungen zur Verfügung – zum Wohle von Erwachsenen und ihren Kindern. Womit dieses Buch eine neue Tradition begründet, für die es in vielen unserer Ursprungsfamilien kein Vorbild gab. Eine Tradition,

in der die Gemeinschaft zwischen Kindern und Eltern wachsen kann, statt es dem Schmerz, den Geheimnissen und Sorgen zu erlauben, uns alle unserer Energie und Vitalität zu berauben. Es geht also nicht nur darum, was für Kinder eventuell gesund oder schädlich ist, sondern darum, eine Gemeinschaft zu bereichern – vor allem die Gemeinschaften, die unsere Kinder selbst gründen werden, wenn sie erwachsen sind.

Dieses Buch handelt auch von all den anderen Gefühlen, die Menschen erleben und zum Ausdruck bringen – Freude, Glück, Überraschung, Enttäuschung, Wut etc. Leider haben wir es uns in unserer europäischen Kultur angewöhnt, diese Gefühle in »positive« und »negative« zu unterteilen, und so ist es gleichermaßen ein Zeichen der Zeit wie eine Illusion anzunehmen, dass es uns allen besser ginge, wenn wir nur »positive« Gefühle hätten. Denn so einfach ist es nicht.

Kinder haben ein ausgeprägtes Bedürfnis, dass sowohl ihre Eltern als auch andere Erwachsene keinen Hehl aus ihren Gefühlen und Gedanken machen und auch mit ihnen darüber reden. Sie müssen ganz einfach erleben, dass Gefühle okay sind und es jede wichtige Gemeinschaft stärkt, sie zum Ausdruck zu bringen – mit Mimik, Tränen, Sprache, Jubel und Zorn. Auch Trost ist wichtig, doch trösten wir am besten, wenn wir einem Kind in der Realität, wie sie eben ist, nahe sind und zur Seite stehen. Gerne auch im Stillen, wenn unser ruhiger Atem unsere Gefühle durch den Körper strömen lässt. Für Kinder ist diese wortlose Sprache oft der größte Trost.

