

Auf dem Weg zur eigenen Persönlichkeit

Wie Kinder sich selbst werden

Lisa mangelt es an Selbstvertrauen, das Selbstwertgefühl von Lukas ist im Keller, das eigene Selbstbewusstsein ist auch nicht das beste. Liegt das am negativen Selbstbild? Ist das selbstverschuldet? Kann man es selbstständig wieder ändern? Braucht es einen Überblick über all die Selbstbegriffe? Selbstverständlich, meint Autorin Marion Sontheim.

Kinder kommen nicht als «weisses Blatt» zur Welt, mindestens ein gewisses Temperament (siehe Kasten S.6) bringen sie schon mit. Im Laufe der Kindheit wirken viele Erfahrungen und Gegebenheiten prägend für die Persönlichkeitsentwicklung, unter anderem die Stellung innerhalb der Geschwisterreihe. Erstgeborene Kinder versuchen noch am meisten, den Regeln und Anforderungen der Eltern zu entsprechen.

Doch egal, welche Rolle das erste Kind innehat: Diese ist dann besetzt, und die nächsten Kinder werden eine andere Rolle einnehmen, um sich vom ersten Kind abzuheben. Wenn wir in eine Wartehalle kommen, suchen wir uns schliesslich auch einen leeren Stuhl und nicht einen, der schon besetzt ist. So ist es auch zu erklären, dass eineiige Zwillinge sich im Durchschnitt sehr viel ähnlicher entwickeln, wenn sie getrennt voneinander und ohne jeden Kontakt zueinander aufwachsen.

Prägung und Vorbild

Dass die Rolle der Vorbilder in der kindlichen Entwicklung eine zentrale ist, dürfte bekannt sein. Wie früh jedoch die kindliche Persönlichkeit sich durch Abschauen verändert, zeigt ein Versuch, den der Neurobiologe Gerald Hüther immer wieder in seinen Vorträgen schildert: Bei diesem Versuch wurden sechs Monate alten Babys drei kurze Filmsequenzen vorgespielt.

Im ersten Kurzfilm sehen sie ein kleines gelbes Männchen, das mühevoll einen Berg hinaufklettert. Es rutscht immer wieder zurück, erreicht dann aber irgendwann doch das Ziel.

Im zweiten Kurzfilm kommt dem gelben Männchen ein grünes Männchen zu Hilfe. Das grüne Männchen schiebt von hinten, und so erreicht das gelbe Männchen mit Leichtigkeit sein Ziel.

Im dritten Kurzfilm kommt von oben herab ein blaues Männchen. Das blaue

Männchen stösst das gelbe immer wieder zurück und verhindert dadurch, dass dieses zum Ziel kommt. Nun bekommen die Babys ein blaues und ein grünes Männchen zur Auswahl vorgelegt. Alle Babys greifen nach dem grünen, dem Unterstützer, dem Helfer.

Sechs Monate später wurde der Versuch mit denselben Babys, die jetzt ein Jahr alt waren, wiederholt. Zum Schluss griffen zwei von zehn Babys nach den blauen Männchen. Bereits mit einem Jahr hatten also zwei von zehn Kindern gelernt: Es kann mir nützen, andere zu unterdrücken, um selbst erfolgreicher zu sein.

Ein Bild von sich selbst

Doch kleine Kinder machen sich nicht nur ein Bild von ihren Vorbildern und der Welt, sondern auch von sich selbst. Dieses Selbstbild entsteht durch Interaktion und Beziehung zu anderen, oder wie der Philosoph Martin Buber es kurz ausgedrückt hat: «Am Du werden wir erst zum Ich.»

Dieses Selbstbild wird in erster Linie dadurch geprägt, wie andere auf das Kind reagieren. Für Erwachsene ist es immer wieder verblüffend, wie fein kindliche Antennen für Verstimmungen und Gefühle sind. Besonders die Gefühlslage ihrer Bezugspersonen erfassen Kinder meist sehr schnell und präzise – und leiten daraus viel über sich selbst ab. Ein

Kind, das beispielsweise fortwährend von gereizten, gestressten Erwachsenen umgeben ist, lernt dadurch über sich selbst, dass es nervig und belastend für die Menschen ist, die es liebt. Auch positive und aufbauende Worte können das nicht ausgleichen, denn Verhalten hat gegenüber Worten ein Vielfaches an Gewicht. Die feinen kindlichen Antennen haben übrigens eine wichtige Funktion: Die grösste Bedrohung für ein kleines Kind wäre, ausgeschlossen und nicht mehr



©Holly Michele/fotolia.com

Mehr zum Thema
auf Seite 6

„Am Du werden wir erst zum Ich.“
Martin Buber, Philosoph



©poplasen|fotolia.com

versorgt zu werden. Deshalb «scannt» es ständig, ob es noch ein willkommener Teil, und damit sicher aufgehoben, in der Gemeinschaft ist. Und je sicherer diese Zugehörigkeit ist, desto mehr Ressourcen stehen dem kleinen Menschen für Lernen, sprich Spielen, zur Verfügung.

TEMPERAMENTE

Wie viel Charakter, Persönlichkeit, wie viel Selbst bringt der Mensch schon mit auf die Welt, und wie viel von dem, was er wird, ist Prägung? Derzeit geht die Fachwelt davon aus, dass Kinder mit einem bestimmten Temperament zur Welt kommen, also mit einer besonders ausgeprägten Empfänglichkeit für bestimmte Gefühle geboren werden. So können Kinder von sich aus eher zurückhaltend oder forsch, eher geduldig oder ungeduldig, gutmütig oder aufbrausend sein. Wenn auch dieses angeborene Temperament noch im Erwachsenenalter nachgewiesen werden kann, ist es nur einer von vielen Bausteinen, die am Ende die Persönlichkeit eines Menschen ausmachen.

Kann ich das?

Bei diesem Lernen entwickelt sich automatisch ein wichtiger Selbstbegriff: das Selbstvertrauen. Je nachdem ob einem Kind etwas mehr oder weniger liegt, hat es auch mehr oder weniger Freude daran und mehr oder weniger Erfolgserlebnisse dabei. Analog zu diesen Erfahrungen bildet sich dann auch ein grösseres oder kleineres Selbstvertrauen aus. Somit ist die Bezeichnung ein gutes oder schlechtes Selbstvertrauen irreführend: Denn Selbstvertrauen ist nicht dann gut, wenn es möglichst gross ist, sondern dann, wenn es angemessen ist! Wenn ein Kind nicht gut balancieren kann, darin aber ein grosses und damit unangemessenes Selbstvertrauen hat – dann ist das gefährlich. Und ganz nebenbei bemerkt, es ist eine Tatsache, manche Dinge nicht gut zu können, erst die Bewertung von aussen macht daraus ein Problem. Die Entwicklung eines angemessenen Selbstvertrauens, also

des Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten und Leistungen, ist in einer zutrauenden und ermutigenden Umgebung ein Selbstläufer.

Ich kann das nicht!

Schön und gut, mag sich mancher denken. Aber was, wenn ein Kind gar nichts mehr ausprobiert? Und nur noch sagt: «Ich kann das nicht.» Dann ist nicht das mangelnde Selbstvertrauen, sondern der mangelnde Mut (entstanden durch Entmutigung) das Problem. Und das Selbstvertrauen an sich kann man ja nicht einfach vergrössern. Man kann das Kind dabei begleiten, Erfahrungen zu machen, die das Selbstvertrauen wachsen lassen. Und dieser Zusammenhang ist hochkomplex: Denn auch Scheitern und Misserfolge können das Selbstvertrauen wachsen lassen: Das Vertrauen in die eigene Fähigkeit, Rückschläge und Enttäuschungen zu überwinden zum Beispiel. Und darin zeigt sich eine Besonderheit des Selbstvertrauens: Es be-

zieht sich auf ein bestimmtes Gebiet. Erfolgserlebnisse beim Balancieren zum Beispiel ermutigen ein Kind und vergrössern ausserdem sein Selbstvertrauen in diesem Bereich. Das Selbstvertrauen beim Malen wächst dadurch aber nicht automatisch, sondern erst, wenn das Kind Erfolg und Freude beim Malen hat. Eigentlich schön, dass Selbstvertrauen keine generelle Grösse, sondern auf einzelne Fähigkeiten bezogen ist, denn irgendetwas kann ja jeder.

Kultur der Potenzialentfaltung

Irgendetwas kann jeder, oder auch: Jedes Kind ist hochbegabt – diese Grundhaltung beschreibt ein Begriff, der seit einigen Jahren zentraler Bestandteil moderner Pädagogik ist: die Potenzialentfaltung.

Gerald Hüther meint dazu: «Damit andere Menschen ihre Potenziale entfalten können, kann man sie nur einladen, ermutigen, ihnen die Gelegenheit bieten, selbst die Erfahrung zu machen, was noch alles in ihnen drinsteckt. Das heisst, es wäre eine sehr liebevolle Kultur, in der nicht mehr einer auf Kosten von

gesagt wird, wie sie sind. Der Rowdy, der Clown, die Prinzessin – das sind meist nett gemeinte Bezeichnungen, die zeigen, wie gross das Bedürfnis des Menschen ist, sich ein Bild von andern zu machen. Sie bezeichnen aber immer nur eine winzig kleine Facette einer Persönlichkeit, die sich täglich weiterentwickelt, und sind für ein Kind deshalb nicht besonders hilfreich.

Wie gut, dass es mich gibt!

Und während sich das Kind selbst kennenlernt, entwickelt es auch ein Gefühl, ob es ein wertvoller Teil der Gemeinschaft ist, ob es gut und willkommen ist, so wie es ist. Der dänische Familientherapeut Jesper Juul, für den ein starkes Selbstwertgefühl die Grundlage psychischer Gesundheit und erfolgreichen Lernens darstellt, sagt dazu: «Ich glaube, der äussere Rahmen ist nicht so wichtig, solange man sich für die Menschen wertvoll fühlt, mit denen man zusammenlebt. Dann kann jeder sich selbst sein.»

Das Selbstwertgefühl resultiert also aus der Erfahrung, wertvoll für die Men-

hen – solange die Gemeinschaft bestimmte Aspekte erfüllt. Nach ihm ist entscheidend, dass jedes Mitglied in seiner Einzigartigkeit gesehen und anerkannt wird, jeder Einzelne bedeutsam und wertvoll ist. Verlässliche Beziehungen spielen in Potenzialentwicklungsgemeinschaften eine ebenso grosse Rolle wie die Möglichkeit, sich einbringen und die eigenen Talente und Begabungen entfalten zu können. Damit beschreibt er einen seiner wichtigsten Ansätze, nämlich, dass Menschen

in den Monaten vor ihrer Geburt zwei wichtige Erfahrungen machen: verbunden sein und wachsen. Und dass sie beides auch weiterhin möchten. In solchen Gemeinschaften ist es für Kinder dann auch ein Leichtes, selbstständig zu werden. Den Drang dazu haben sie ja in sich, deshalb müssen sie gar nicht von aussen dazu gedrängt werden. Um die Persönlichkeitsentwicklung eines Kindes zu begleiten, braucht es in erster Linie Vertrauen, Freude am Kind, Zeit und eine gesunde Selbstfürsorge. Dass Erwachsene Kinder nicht nur erziehen, sondern tatsächlich geniessen. Und so enden die Überlegungen zum kindliche Selbst dort, wo auch schon viele Überlegungen zuvor geendet haben dürften: Weniger ist manchmal so viel mehr.



©poplasen | fotolia.com

Die Geschichte ist voller berühmter Persönlichkeiten mit schwachem Selbstwert und starkem Selbstvertrauen.

anderen lebt und sich ständig irgendwie hervortun muss. Gegenwärtig definieren sich bereits viele Kinder dadurch, dass sie sagen: «Ich bin der, der das besser und schneller kann als die anderen.»

Wer bin ich?

Leistung und Fähigkeiten sind Kernthemen in unserer Gesellschaft, und so ist das Selbstvertrauen auch eine der ersten Grössen, die Erwachsene an Kindern wahrnehmen. Doch im Leben eines Menschen geht es ja bei Weitem nicht nur um die Frage «Was kann ich?», sondern auch um die Frage «Wer bin ich?» und da kommt der nächste, entscheidende Selbstbegriff ins Spiel: das Selbstwertgefühl. Sich selbst kennenlernen können Kinder nur, wenn ihnen nicht ständig

schen zu sein, mit denen man lebt – hat also rein gar nichts mit Leistungen, Erfolgen oder Misserfolgen zu tun, nichts mit Schönsein oder damit Erster oder Schnellster zu sein. Wohl eher ist es im Gegenteil so, dass Menschen mit einem geringen Selbstwert Erfolgserlebnisse dringend brauchen, um dieses «Loch» zu stopfen. Nebenbei bemerkt, ist die Geschichte voller berühmter Persönlichkeiten mit schwachem Selbstwert und starkem Selbstvertrauen, Marilyn Monroe ist nur eine von vielen.

Verbunden sein und wachsen

Um noch einmal zum Begriff der Potenzialentfaltung zurückzukommen: Für Gerald Hüther müssen Leistung und Selbstwert in keinem Widerspruch ste-

WEITERLESEN

Was wir sind und was wir sein könnten

Gerald Hüther
Verlag Fischer, 192 Seiten

Bestellen: www.spielgruppenshop.ch
Art.-Nr. 30-755

