

3. Rundbrief

Mai 2016




Vom Glück, ein Kind zu sein

Oder: „Lasst Kinder wieder Kinder sein“ (Michael Winterhoff)

„**Kinder sind ein Ruhepol.**“ Sie können in ihr Tun eintauchen und darin aufgehen wie Wesen, denen in diesem Moment die Welt so egal ist, dass sie auch ihren Untergang nicht merken würden. Sie konzentrieren sich nur auf diese Tätigkeit (puzzeln, malen, Buch anschauen, CD hören, ...), blenden alle äußeren Einflüsse aus und genügen sich mit dem, was sie tun, selbst. (vgl. Michael Winterhoff in „Lasst Kinder wieder Kinder sein“, S. 33)

„**Kinder haben ein natürliches inneres Gleichgewicht**, das durch äußere Einflüsse gefährdet wird, vor allem durch übermäßigen Druck.“ (ebd. S. 34)



Ruhe und **inneres Gleichgewicht** sind Merkmale der -Gelassenheit. Sie bedürfen grundsätzlich konkreter Voraussetzungen, um im Leben von Kindern – aber auch von Erwachsenen – aktiviert und zum tragenden Einsatz kommen zu können.

⇒ Es bedarf der Atmosphäre und Erfahrung von *Sicherheit, Geborgenheit, Schutz, Halt, Vertrautheit und Vertrauen, ...*

Es bedarf eines „**sicheren Hafens**“.

Kinder müssen diesen „sicheren Hafen“ im Herzen mindestens eines erwachsenen Menschen finden und erleben können.

Ein Erwachsener vermag umso mehr „sicherer Hafen“ zu sein, je mehr er auch selber sicher verankert ist, z. B. im Herzen eines anderen Erwachsener,



der ihm in aufrichtiger Liebe zugetan ist. Dies befähigt zum Beispiel Eltern, ihren Kindern in besonderer Weise „sicherer Hafen“ zu sein.



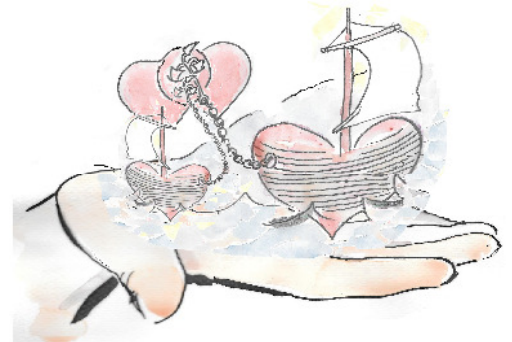
Diese *Sicherheit, Geborgenheit ...*, die Kinder bei ihren Eltern haben, findet ihre Vertiefung und gleichzeitige Erhöhung in der von Gott allen Menschen – Groß und Klein – angebotenen *Sicherheit und Geborgenheit* in Gottes VATER-Hand.

Sie verhindert nicht alle „Stürme“ des Lebens, aber sie begleitet, trägt, stärkt und hilft jedem in jeder Not.

Da Kinder vor allem am „Modell“ lernen, können sie durch das Vorbild der Eltern Gott als eine Quelle von *Sicherheit, Halt, Orientierung, Schutz ...* entdecken und erleben.

Dies vermag ihnen auf dem Weg des eigenen allmählichen „Er-wachsens“ (M. Winterhoff) *Hilfe und Orientierung* zu sein.

So können sie freudig zu nachhaltigem und zukunftsorientiertem Glücklichein gelangen – zu einem Glücklichein, das nicht ständig einen „neuen Kick“ fordert, sondern andauert und eine Zukunftsperspektive in sich birgt – z. B. gerichtet auf Beruf oder Lebensentwurf ... im Blick auf die Ewigkeit.



„Die Freude am Herrn ist eure Stärke“

(Neh 8, 10)

„Mit meinem Gott überspringe ich Mauern.“

(Ps 18,30)



Ruhe und **inneres Gleichgewicht** sind auch Kennzeichen eines realen guten und sicheren Schiffshafens. Diese Sicherheit geht daraus hervor, dass die allgemein gültigen natürlichen Regeln von allen wie selbstverständlich eingehalten werden. Dann kann man auch den hin und wieder auftretenden natürlichen und menschlichen Stürmen und Unruhen gemeinsam gelassen begegnen.

- Jedes Schiff hat seinen Platz / seine Position und liegt dort sicher "vor Anker".
- Den naturgegebenen Besonderheiten / Bedingungen muss Rechnung getragen werden.
- Die Schifffahrtsregeln gelten für alle.
- Eine Aufsicht regelt, überwacht, klärt, ordnet ... das Geschehen im Hafen zum Wohl aller.
- Die Aufsicht und ihre Entscheidungen werden von allen respektiert.
 - Fremdbestimmung und Frustrationstoleranz gehören selbstverständlich zum Alltag im Hafen.
- ...

Übertragen auf unser Leben im „**sicheren Hafen**“ heißt das:

Jeder „sichere Hafen“ stellt ein Beziehungsgeflecht dar, das jedem Sicherheit, Halt, Schutz, Hilfe, ... bietet.

Jeder Mensch im „sicheren Hafen“ hat seinen natürlichen Platz / seine natürliche Position und die damit verbundenen Aufgaben und Verantwortungen.

Jeder respektiert und wertschätzt den anderen in dessen Position.

Denn:

*„Die Beziehung zwischen Erwachsenen und Kindern kann nur dann funktionieren, wenn jeder Part in seiner **natürlichen Position** ist. Sobald sich diese Positionen verschieben, kommt es zu Beziehungsstörungen.“*

(M. Winterhoff in: Lasst Kinder wieder Kinder sein, S. 198)



Ruhe und **inneres Gleichgewicht** setzen jene Beziehungen voraus, in denen jeder Part in seiner **natürlichen Position** ist.

So können und dürfen Kinder Kinder sein, die sorglos in ihrem „sicheren Hafen“ leben, allmählich und ruhig „er-wachsen“ und sich so zu ausgeglichenen **sozialen Persönlichkeiten** entwickeln können. Sie wiederum sind dann später fähig, im **sozialen Geflecht** der Gesellschaft „sichere Häfen“ für andere zu sein.

Doch der Weg dorthin ist heute steiniger denn je. Trotzdem heißt es ihn zu gehen – um eine glückliche Zukunft und Gesellschaft für unsere Kinder zu ermöglichen.

„Alles in Liebe für die Kinder“

(M. Winterhoff B 5 S. 207)



Ruhe und **inneres Gleichgewicht** bei Kindern sind Ausdruck **kindlicher Sorglosigkeit**. **Kindliche Sorglosigkeit** gründet auf dem **kindlichen (Ur-)Vertrauen** gegenüber seinem geordneten „sicheren Hafen“ und kommt auf ihm zum Stehen und schließlich zum Erblühen und Ausreifen.

Das **kindliche (Ur-)Vertrauen** erwächst aus der **gegenseitigen Liebe**, d.h. aus dem sich gegenseitig **Glücklich-machen-wollen** im „sicheren Hafen“.

Die **kindliche Liebe** schlägt ihre Wurzeln in das Liebe-volle Erdreich des „sicheren Hafens“ und entnimmt ihm all seine Kraft, Nahrung, Halt, Orientierung, äußere und innere Sicherheit, ...
Zugleich beschenkt sie den „sicheren Hafen“ in seiner natürlichen Position mit einer tiefen und beglückenden Stärkung und Wertschätzung.

In einem solchen Beziehungsgefüge wird das Kind zu einem Wesen, dem (auch als Erwachsener) von Zeit zu Zeit die Welt egal ist, das sich auf seine augenblickliche Tätigkeit konzentrieren kann und alle äußeren (störenden) Faktoren auszublenden vermag. Ein solches Kind entwickelt sich zu einem Menschen, der ganz bei sich und dem Wesentlichen des Augenblicks zu sein und zu bleiben vermag. (vgl. Michael Winterhoff in „Lasst Kinder wieder Kinder sein“, S. 33 – s.o.)

Zusammenschau:

Im „**sicheren Hafen**“ verwurzelt, kann in einem Menschen auf der Basis der **Liebe**

- ↳ das **(Ur-)Vertrauen** erwachsen und
- ↳ aus ihm die Blüte der **Sorglosigkeit** hervorgehen, die den Duft der **Dankbarkeit, Hingabe** und des **Respektes** in sich birgt und verströmt.

Im Bild ausgedrückt

die Blüte der **Sorglosigkeit**
mit ihrem Duft der **Dankbarkeit, Hingabe** und des **Respektes**



der tragende Stiel des **(Ur-)Vertrauens**



das Liebe-volle Erdreich des „**sicheren Hafens**“,
in dem die Zwiebel voll Liebe eingebettet ruht und
sich mit ihren Wurzeln verankert



Ruhe und **inneres Gleichgewicht** sind Ausdruck einer stabilen und reifen Psyche.

Psychische Reife zeichnet sich aus durch die **psychischen Funktionen**, die nach M. Winterhoff grundlegend bis zum 6. Lebensjahr erworben werden können und sollten (max. bis ca. zum 25. Lebensjahr). Anschließend finden sie in immer neuen und komplexeren Situationen ihre Anwendungs- und Trainingsaufgaben.

Die **psychischen Funktionen** bilden die Voraussetzung für jedwede **Gemeinschaftsfähigkeit**, die immer auch mit menschlichen Schwächen in Berührung kommt.

„Wo Menschen sind, da menschelt es.“

Die **psychischen Funktionen** stellen die Grundlage zur „Imperfektionstoleranz“ (R. M. Bonelli) dar, die im Menschen die innere Widerstandskraft (Resilienz) wesentlich fördert.

Die **psychischen Funktionen** sind ein Basis-Werkzeug, um in Konfliktsituationen, bei Druck und Stress innerhalb der + und – Bereiche des „**Stress-Toleranz-Fensters**“ (vgl. Karl Heinz Brisch LMU) verbleiben zu können, anstatt nach oben und/oder unten „auszubrechen“. Extreme Ausschläge ins übermäßige Hoch oder Tief bleiben also aus. Oder sie fallen wenigstens nicht so extrem aus und sind von kürzerer Dauer.



äußere panikähnliche Überaktivität
(wie eingefrorene, erstarrte Aktivität)

innere erschlafte Überaktivität
(wie erstarrt ruhende Innen-Aktivität)

FAZIT:

Zum Nachdenken:

- > **Hamsterrad:** Welchem übermäßigen Druck bin ich als „sicherer Hafen“ ausgesetzt?
Welchem Druck setze ich mich quasi gewohnheitsmäßig selber aus?
Welchen Druck gebe ich (ungewollt!) an meine Kinder weiter?
- > Was unternehme ich als „**sicherer Hafen**“, um das Beziehungsgeflecht der **natürlichen Positionen** für meine Kinder und mich zu bewahren bzw. wieder aufzubauen und ihnen / uns so zu Ruhe und innerem Gleichgewicht zu verhelfen?
- > Durch welche äußeren Einflüsse sind die Ruhe und das innere Gleichgewicht meiner Kinder gefährdet? Welchem übermäßigen „Druck“ sind sie ausgesetzt? Wie fördere ich ihre innere Widerstandskraft?
- > Wie komme ich an meine Ressourcen, um wieder bzw. noch mehr „sicherer Hafen“ für meine Kinder (und Mitmenschen) zu werden?
Dazu: Ein Blick in die Homepage www.schmetterling-statt-raupe.de
- > Jesus ruft uns immer wieder auf: **Werdet wie die Kinder**.
Er hat uns wie auch seine Mutter Maria ein glaubwürdiges Beispiel der Realisierung dieses Aufrufes vorgelebt.
Als reifer Erwachsener zu leben und zugleich ganz Kind des VATERS sein, der im Himmel ist.

„VATER unser, im Himmel“ (Grundgebet aller Christen)

(Michaela Dütsch)

Jeder Rundbrief steht in unmittelbarem Zusammenhang mit der Homepage www.schmetterling-statt-raupe.de, die im Wesentlichen auf den Darlegungen von Dr. Michael Winterhoff basiert. Alle blau gefärbten Textteile sind Links zu **ZU** derselben.