Ablösungs Vorbereitung Eltern 88.doc

Vortrag vom 13.01.1988 bei ELPOS über

VORBEREITUNG DER ELTERN AUF DIE ABLOESUNGSPHASE

U. Davatz

I Einleitung

Soll und kann man sich überhaupt vorbereiten auf irgendeine Lebensphase? Löst eine solche Vorbereitung nicht nur mehr Angst aus, schadet also mehr als dass sie hilft?

Die beste Vorbereitung auf eine spätere Lebensphase ist das intensive Leben und Erleben aller davorliegenden Lebensmomente.

II Welche Lebensmomente gilt es besonders zu erleben als Vorbereitung auf die Ablösungsphase?

1. Geburt
   Adoptiveltern, Pflegeeltern oder Mütter, die Kinder mit Kaiserschnitt oder sonst unter Narkose auf die Welt gebracht haben, wurden um dieses intensive Erlebnis zwischen Mutter und Kind gebracht. Solche Mütter fühlen sich deshalb oft diesbezüglich betrogen und als Folge davon kommen meist Schuldgefühle in der Mutter auf oder ein Gefühl der Insuffizienz als Mutter, was dann die Ablösung für die Mutter erschwert.

2. Stillen
   Nicht Stillen dürfen oder können, kann ebenfalls enorme Insuffizienzgefühle bei einer Mutter auslösen, die stark in die weitere Entwicklung der Mutter-Kind-Beziehung hineinwirken bis zur Ablösungsphase.

3. Zeit haben für das Kind in seinen verschiedenen Entwicklungsphasen
   Eltern, die aus beruflichen oder anderen Gründen zuwenig Zeit haben für ihre heranwachsenden Kinder, haben oft viel mehr Mühe, diese Kinder loszulassen. Auch hier spielen oft Schuldgefühle eine wichtige Rolle, man will im letzten Augenblicke, d.h. z.Z. der Ablösung noch alles nachholen, was man verpasst hat zuvor, sei dies Erziehung oder Liebe dem Kinde mitgeben. Uebergangsphasen wie Eintritt in Kindergarten, Schuleintritt, Schulübertritt und Beginn der Pubertätsphasen sind dabei besonders wichtig und verlangen spezielle Aufmerksamkeit und Zeit resp. Energieinvestition.

III Welche besonderen Umstände in der Familie erschweren ausserdem die Ablösung?

1. Kind als "Bindeglied" in einer "gestörten ehelichen Beziehung"
   Gestörte Ehebeziehungen treten oft nicht zutage, solange ein Kind diese Vermittlerrolle übernimmt. Ein solches "Vermittlerkind" hat verständlicherweise grosse Mühe, sich

https://adhs.expert

loszulösen von den Eltern, da es instinktiv Angst hat um seine Eltern, wenn es sich von diesen entfernt durch die Ablösung. Schlussendlich wird das Kind sogar noch beschuldigt als Ursache des elterlichen Streites, obwohl es ja ursprünglich diese Vermittlerrolle innehatte. Meist übernimmt das Kind in der Pubertätsphase den Kampf für den "unterdrückten", scheinbar schwächeren Ehepartner gegen den dominierenden Teil.

2. Kind mit speziellen Problemen (Krankheit oder Handicap) oder spezieller Begabung oder Funktion in der Familie
Kinder, die irgendeine schwerwiegende Krankheit haben oder ein Handicap körperlicher oder psychischer Art und zeitweise einer speziellen Betreuung bedürfen, erwecken den Mutter- oder Vaterinstinkt weit stärker als sog. normale Kinder. Deshalb fällt es den Eltern viel schwerer, solche Kinder loszulassen und auch die Kinder haben Mühe, sich aus dem behüteten Milieu hinaus in die unbehütete Welt zu bewegen.

   Kinder mit spezieller Begabung und daraus erfolgter spezieller Rolle erfüllen oft eine wichtige Funktion für die ganze Familie und können deshalb viel schlechter entbehrt werden im Augenblicke der Ablösungsphase. Auch solche Kinder haben es schwieriger, sich abzulösen.

3. Unausgelebte und unerkannte Wunschvorstellungen in den Eltern
Eltern mit starken unverwirklichten und vielleicht sogar nicht einmal eingestandenen Wünschen neigen dazu, diese Wünsche auf die Kinder zu übertragen. Falls die Kinder diese Wünsche natürlicherweise übernehmen können und verwirklichen, entwickelt sich die Familie problemlos weiter und die Ablösung funktioniert ebenfalls ohne allzu viel Konflikt. Falls die Kinder diese Wunschvorstellungen aber nicht übernehmen können, d.h. sie nicht verwirklichen können, werden sie von den Eltern nicht losgelassen in der Ablösungsphase, da der "elterliche" Auftrag ja noch nicht erfüllt ist.

4. Sehr verschiedene Erziehungsvorstellungen bei den Eltern
Falls die Erziehungsvorstellungen der Eltern sehr stark divergieren, kommt es leicht zu einem Kampf zwischen denselben und dadurch zu einer uneffizienten Erziehung. Zur Zeit der Ablösung, wenn das "Produkt" sozusagen fertig sein sollte, werfen sich dann beide Eltern nochmals in aller Vehemenz die gegenseitigen "Erziehungsfehler" vor, was natürlich die Ablösung für das Kind sehr erschwert, da es als Reaktion auf die elterliche Uneinigkeit keine rechte Identität entwickeln kann, ein Prozess, der in der Ablösungsphase sehr wichtig ist.

5. Kinder von Alleinerziehern
Kinder, die nur mit einem Elternteil aufwachsen, haben ebenfalls mehr Schwierigkeiten sich abzulösen, da sie meist in die Rolle eines "Partnerersatzes" hineinrutschen und deshalb die Mutter oder den Vater nur unter schlechtem Gewissen alleine lassen können, wenn dies die Ablösungsphase erfordern würde.

https://adhs.expert

IV Was tun, wenn verschiedene dieser beschriebenen Umstände zutreffen, um dennoch die Ablösung zu erleichtern?

1. Adoptiv- und Pflegeeltern
   Sich der Insuffizienzgefühle bewusst werden, diese auch zulassen und offen besprechen, evtl. mit gleichgestellten Eltern.

2. Kaiserschnitt, oder sonst "verpasste Geburt"
   Verlusterlebnis offen besprechen und sich nicht genieren dafür.

3. Verpasstes Stillen
   Bei Stillschwierigkeiten nicht zu schnell aufgeben oder sich vom Arzt entmutigen lassen. Bei verpasstem Stillen ebenfalls darüber sprechen, versuchen offen zu verarbeiten.

4. Zeit haben für Kind
   Nicht nachholen wollen, sondern akzeptieren wie es war.

5. Kind mit speziellem Problem
   Acht geben vor Ueberbehütung.

6. Kind mit spezieller Funktion
   Acht geben vor Ausbeutung des Kindes, z.B. besonders anpassungsfähiges Kind sollte nicht missbraucht werden für den Familienfrieden. Ehekonflikt eingestehen und angehen.

7. Unausgelebte elterliche Wunschvorstellungen
   Versuchen, diese zu erkennen und nach Möglichkeit noch selbst zu verwirklichen.

8. Uneinigkeit in Erziehungsfragen
   "Klare Kompetenzbereiche" aufteilen an je einen Elternteil und dann nicht mehr gegenseitig hineinfunken. Nicht mehr nachholen wollen, was man verpasst hat.

9. Alleinerzieher
   Möglichst regelmässig Kontakt und Beziehungen pflegen zu anderen Erwachsenen, im Sinne von Partnerschaftsbeziehungen.

11.01.1988
Davatz/em

https://adhs.expert