

## In Würde aufwachsen

*Kinder sind große Wesen in kleinen Körpern. In ihren Augen spiegelt sich das Licht ihrer Seele und das tiefe Wissen um unsere Welt.*

Ein Leben in Würde ist unser göttliches Geburtsrecht – und im deutschen Grundgesetz im ersten Artikel verankert. Oft sieht die tägliche Realität jedoch anders aus: die Würde eines Kindes wird in der Regel mehrmals täglich verletzt.

Warum?

Viele Erwachsene wurden in ihrer Kindheit auf ganz unterschiedliche Art und Weise übergangen, gedemütigt, missachtet oder benutzt. An diese Art des Umgangs haben sie sich mit der Zeit gewöhnt, bis er irgendwann für sie ganz *normal* geworden ist. Dadurch können sie die großen und kleinen Entwürdigungen im Alltag häufig gar nicht mehr erkennen – weder bei sich selbst noch bei ihren Kindern.

Für einen Erwachsenen ist es demnach gar nicht so leicht, nicht wieder die gleichen „Fehler“ zu machen. Die eigenen Wunden sind groß. Der eigene Schmerz sitzt tief. Um *wirklich* zu seiner inneren Größe zurückzukehren, gehört ein langer Weg des Sich-Selbst-Erkennens, Fühlens und Heilens.

Ein Mensch, der sich selbst ernst nimmt, wertschätzt und achtet, wird anderen unweigerlich auf eben diese Weise begegnen. Somit bilden *die eigene Würde und der eigene Wert* die Basis für die Erhaltung und die Entwicklung der Würde unserer Kinder.

**Im Folgenden werde ich einige Beispiele nennen, wie es bereits bei Babys und Kleinstkindern möglich ist, sie in der Entwicklung ihrer inneren Größe zu unterstützen.**

**Das Kind gehört sich selbst:** Von großer Bedeutung ist die innere Haltung, mit der Eltern ihrem Kind täglich begegnen. Ein Kind gehört niemals seinen Eltern. *Ein Kind gehört sich selbst.* Es steht zwar in Abhängigkeit zu seiner Außenwelt, in dem es zum Beispiel Nahrung, Wärme oder Liebe braucht – in

sich ist es aber ein *eigenständiges Wesen, ein vollwertiges ernstzunehmendes Geschöpf.*

Die Aufgabe der Eltern besteht darin, ihr Kind zu achten und zu lieben, und ihm zu zeigen, wie das Leben auf unserer Erde funktioniert.

Immer wieder erzählen mir Eltern, dass sie für das, was sie geben, von ihrem Kind etwas zurückbekommen möchten. Sie wollen zum Beispiel Liebe, Aufmerksamkeit oder Dank. Dies ist für ein Kind sehr belastend, spürt es doch unbewusst die Erwartungen seiner Eltern und wird dadurch negativ abhängig an sie gebunden. Es wird versuchen, den Wunsch seiner Eltern zu erfüllen – und sich dabei aber nicht mehr frei fühlen, seinen ureigenen Weg zu gehen.

**Die Sprache:** Jeden Tag sind wir in Kommunikation mit unserem Kind. Für die Entwicklung seiner Würde ist die Art und Weise, wie wir mit ihm sprechen, essenziell. Leider wird mit Babys und Kleinstkindern immer wieder in einer verniedlichenden Sprache gesprochen. Dies kann sehr kränkend für das Kind sein, da es sich nicht ernstgenommen fühlt. Wahrnehmungs- und Verständnisfähigkeit sind beim Kind von Geburt an – und bereits auch schon vorher – vorhanden. Babys und kleine Kinder haben lediglich andere Wege der Kommunikation. Wenn Erwachsene sich klein machen, um mit Kindern vermeintlich auf „gleichem Stand“ zu sprechen, vermitteln wir ihnen ein falsches Bild von eigener Größe und Würde.

Es ist demnach wichtig, mit Kindern *ganz normal* zu sprechen: liebevoll-klar, in der eigenen, üblichen Tonhöhe, selbstverständlich mit einem Wortschatz, der der Reife des Kindes entspricht.

**Der Schnuller:** Der Schnuller ist in unserer Gesellschaft ein allgemein akzeptiertes und geschätztes Mittel, Kinder zu beruhigen. Oftmals wird er vor allem dann eingesetzt, wenn ein Kind weint, schreit, traurig oder wütend ist. Immer wieder beobachte ich, wie der Schnuller dazu genutzt wird, diese Empfindungen zu unterbinden. Dies ist

fatal, denn damit trägt man schon ganz früh dazu bei, den authentischen Selbst-Ausdruck des Kindes zu unterdrücken.

Der Fokus sollte demnach nicht darauf gerichtet sein, das Kind möglichst schnell wieder ruhig und still werden zu lassen, sondern darauf, den emotionalen Ausdruck des Kindes *zu erlauben*. Wenn der Erwachsene sein Herz für die Gefühle seines Kindes öffnet, nimmt er das Kind – *so wie es ist* – ernst und an. So wächst Selbstannahme, Selbstliebe und Selbstwert – im Kind und im Erwachsenen.

**Stillen:** Seit einigen Jahren fällt mir mehr und mehr auf, dass Mütter immer freizügiger und öffentlicher ihr Kind an ihre Brust anlegen – manchmal sogar mitten in einem Gespräch.

Stillen ist eine ganz und gar intime Angelegenheit, denn es stellt eine tiefe Nähe zwischen der Mutter und ihrem Kind dar. Wenn ich als Mutter mein Kind „so nebenbei“ stille, lasse ich mich weder auf mich noch auf mein Kind wirklich ein. Mit *tiefem Nähren* hat dies nichts zu tun und letztlich, wenn man genau hinspürt, verletzt es die Würde der Mutter und ebenso die des Kindes.

Es ist von hohem Wert, dass die Mutter beim Stillen ganz bei sich ist und wahrnimmt, was sie hier eigentlich tut. Dann erst gibt sie diesem wunderbaren Akt die Bedeutung, die er verdient. Und dies nicht nur für sich selbst, sondern insbesondere für das Kind.

**Aufmerksamkeit:** Die meisten Eltern, wenn nicht sogar alle, stellen ihr Kind in das absolute Zentrum ihrer Aufmerksamkeit. Dadurch sind sie mit ihrem Fokus, mit ihrer Energie nicht bei sich, sondern bei ihrem Kind. Darüber erfährt es eine permanente energetische Grenzüberschreitung und hat nur wenig Raum für sich selbst.

Wenn Eltern mit ihrem Kind zusammen sind, sollten sie eine Person auf keinen Fall vergessen: *sich!* Ein Kind hat am meisten von seinen Eltern, wenn sie einfach *sie selbst sind*. Dies kann manchmal bedeuten, dass das Elternteil den Wunsch des Kindes gerade nicht erfüllen möchte. Es ist essenziell, dass die Mutter, der Vater dazu steht. So weiß das Kind, wer sein Elternteil *ist* – und lernt durch das Vorbild seiner Eltern, zu sich zu stehen.

**Vertrauen in sich selbst:** Werdende Eltern werden oftmals mit einer überfordernden Menge an Literatur konfrontiert. Es ist empfehlenswert, aus diesem Überangebot genau auszuwählen, was wirklich förderlich ist. Es gibt leider so viele unwahre, verklärte Informationen, die einen völlig verrückt machen können. Hier ist es wichtig, seinem Gefühl zu vertrauen, zu spüren, was wahr und wertvoll sein könnte und dann danach zu handeln. Jede Mutter hat letztlich einen untrüglichen inneren Instinkt, was für ihr Kind gut und richtig ist.

Es gäbe noch viele weitere Situationen, von denen ich berichten könnte. In einem kleinen Artikel wie diesem ist es mir jedoch nicht möglich, auf all diese einzugehen. Ich hoffe dennoch, dass ich anhand der genannten Beispiele eine Ahnung davon vermitteln konnte, wo die Reise hingehen kann.

Wer mit offenen Augen und offenem Herzen durch seinen Alltag geht, hat die Chance, sehr viel zu erkennen. Dieses Erkennen ist manchmal erschütternd, schmerzhaft oder unbequem – aber es ist der erste Schritt auf dem Weg zu Veränderung.

Ich wünsche allen Eltern Mut, Stück für Stück diese Schritte zu gehen. Denn, wie besagt doch ein bekanntes afrikanisches Sprichwort: „Viele kleine Leute an vielen kleinen Orten, die viele kleine Dinge tun, können das Gesicht der Welt verändern.“



### Sabine Schneider

ist Erzieherin, Montessoripädagogin und Ganzheitlicher Coach/AMW – gibt Beratungen, Kurse, Familienworkshops und hält inspirierende Vorträge. Sie leitet einen reformpädagogischen Kindergarten sowie den Fachbereich Eltern, Kinder & Familie des IFEB-Instituts in Dresden. Ihre ganze Liebe gilt einer neuen, tiefen und komplexeren Arbeit mit Kindern und natürlich deren Eltern.

Info / Kontakt: Tel: 0351-266 660 85, [sabine.schneider@ifeb.com](mailto:sabine.schneider@ifeb.com), [www.ifeb.com](http://www.ifeb.com)