

## Die Botox Kultur schadet dem Selbstgefühl der Kinder

Ich warte immer noch darauf, einen Arzt oder Therapeuten kennenzulernen, der den Mut aufbringt, einer 30-jährigen Mutter zu erzählen, in welchem katastrophalen Maße sie das Selbstgefühl ihrer Kinder mit ihrer Jagd nach dem perfekten Leben beeinflusst. Kinder übernehmen dieses Besessen-Sein vom Sinnlosen, und schon als Fünfjährige sind viele von ihnen damit beschäftigt, wie dick, dumm, hässlich und un-cool sie sind, anstatt, wie lustig und geborgen sie sich fühlen.

Die Konkurrenz Gesellschaft bringt immer mehr Kinder und Jugendliche mit ernsthaften existenziellen und psychosozialen Problemen hervor, und aktuell spielen wir das Spiel: Wer ist schuld, und wer ist verantwortlich? 'Eltern trauen sich nicht, zu erziehen' lautet eine von mehreren Anklagen, die in der Luft hängen.

Ich habe täglich Kontakt mit Eltern aus fast allen europäischen Staaten, und ich erlebe nicht, dass sie sich nicht trauen, zu erziehen. Oft fürchten sie sich davor, ihre Kinder zu kränken oder ihnen sonst wie Schaden zuzufügen. Und es fällt ihnen schwer, zwischen verschiedenen Gefühlen, wie z.B. zwischen Trauer und Frustration, zu unterscheiden, genauso, wie ihnen ihre eigenen Gefühle fremd sind. In erster Linie haben sie große Schwierigkeiten damit, beim Umgang mit den Kindern für sich selbst und ihr erwachsenes Leben Sorge zu tragen. Die Angst davor, den Kindern „Schaden zuzufügen“, hat in den letzten 15 Jahren die Leitung und Führung von Eltern am meisten beeinflusst. Das hat einen defensiven Führungsstil hervorgebracht, unter dem sich weder Kinder noch Erwachsene gut entfalten können. Das ist unglücklich, es ist aber nichts Neues in der Geschichte der Menschheit, dass unsere Haltungen und Verhaltensweisen zwischen Extremen hin und her pendeln. Wir kommen aus einigen Jahrhunderten, in denen Kindererziehung und Schulpädagogik gewaltig kränkend waren. Danach erlebten wir drei Jahrzehnte, in denen viele Erwachsene das Dominieren und das Indoktrinieren von Kindern panisch zu meiden suchten. Das entsprach dem Zeitgeist, war aber eher politisch fundiert, als dass es auf psychologische und existenzielle Erkenntnisse baute. Ist es dann nicht stimmig, dass es vielen Kindern und Jugendlichen an Erfahrung fehlt, wie man sich zu Begrenzungen, Grenzen und Anforderungen verhält? Doch, das stimmt ohne Zweifel, aber die Eltern dafür anzuklagen setzt voraus, dass sie erlebt hätten, einen deutlichen Leitungsstil bzw. eine entsprechende Erziehungsphilosophie wählen zu können. Und so sieht es in den Köpfen der Eltern nicht aus.

### DEN ERWACHSENEN GEHT ES AUCH NICHT GUT

Nicht Erziehung erzieht, sondern das innere und äußere Verhalten von Eltern und anderen bedeutsamen Erwachsenen. Lassen Sie mich dieses an ein paar Beispielen illustrieren:

Seit mehr als einem Jahrzehnt leben wir in einer Botox Kultur, in der sogar intelligente und hochausgebildete, erwachsene Menschen massenweise kostbare Zeit und Energie für narzisstische Versuche aufwenden, die "richtige" Oberfläche, das "ideelle" Gewicht, Muskeln der "richtigen" Grösse an der richtigen Stelle etc. zu bekommen. Sie haben gelernt, ihr Tun damit zu begründen, dass es ihren "Selbstwert" stärkt, was ein sinnlos hybrider Begriff ist, der jetzt etwa soviel wie soziales Selbstvertrauen bedeutet, aufgebauscht um die chronische Angst und Unsicherheit abzumildern; die Angst, durchzufallen, und die Angst, den Konkurrenzkampf um Lob, Aufmerksamkeit, Sex und das perfekte Leben zu verlieren. Alles Äußerlichkeiten, für die es kein inneres Pendant gibt.

Den Erwachsenen geht es in der Konkurrenzgesellschaft auch nicht gut. Egal, wie viel sie trainieren und sich einen trendy Vollbart anlegen, fahren sie in ihrem Leben, ihrer Ehe und in ihrer Elternfunktion gegen die Wand, und nur die Wenigsten halten das Tempo auf dem Arbeitsmarkt ohne ernsthafte Konsequenzen für die Gesundheit, die Lebensqualität und die Nationalökonomie aus. Es fehlt ihnen ganz entscheidend an einem inneren Kompass, den die Glück haben, erst anfangen zu entwickeln, wenn sie ein Burn-Out oder Krebs bekommen.

## BESESSEN VOM SINNLOSEN

Kinder übernehmen sehr früh dieses Besessen-Sein vom Sinnlosen, und schon als Fünfjährige sind viele von ihnen damit beschäftigt, wie dick, dumm, hässlich und un-cool sie sind, anstatt wie lustig und geborgen sie sich fühlen. Das kann niemand wieder aberziehen oder weg-pädagogisieren, wenn es sich erst mahl in der Seele eines Kindes festgesetzt hat. Das ist ein fehlender Selbstwert und ein negatives Selbstbild, und die führen zu großem Leiden und selbstzerstörerischem Verhalten durch die gesamte Pubertät und bis weit ins Erwachsenenleben.

Ich warte immer noch darauf, einen Schönheitschirurgen, Kosmetologin, Hausarzt, Psychologen oder Therapeuten kennenzulernen, der das Wissen und den Mut hat einer 30-jährigen Mutter von zwei kleinen Kindern zu erzählen, in welchem katastrophalem Maße sie deren Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen beeinflusst, wenn sie sich dafür entscheidet, sich ein glattes Gesicht zu kaufen. Das gleiche gilt für den 40-jährigen Mann, der davon überzeugt ist, dass es einfacher für ihn ist, eine neue Frau zu finden, wenn es ihm gelingt, so auszusehen, wie der Mensch, der er sich zu sein wünscht.

Ja, aber, ist das nicht ihre eigene Sache? Doch, natürlich. Aber irgendwer muss sie darauf aufmerksam machen, welche Auswirkungen ihre Entscheidung auf ihre nächsten Mitmenschen und die gesamte Gesellschaft hat.

Sollen Kinder, Jugendliche und Erwachsene qualifizierte persönliche Entscheidungen treffen können, müssen sie sich klar werden über mögliche Konflikte zwischen dem, was die Umgebung/Autoritäten wünscht(en), und dem, was ihnen ihr eigener, innerer Kompass (ihr Selbstwertgefühl) erzählt. Nie zuvor ist der öffentliche Raum so voll

gewesen von Slogans wie: "Wozu hast du denn selber Lust?", "Sei einfach nur Du Selbst!", "Was sagt dein Bauchgefühl?". Das Problem bei Kindern ist, dass sie keine wesentliche Weisheit, Lebenskompetenz und Selbstwertgefühl aufbauen, solange sie kein qualifiziertes, empathisches Zusammenspiel und keinen Widerstand von Eltern, Lehrer, Großeltern usw. erfahren.

Die Grund dafür, dass sie diese lebensnotwendigen Nährstoffe nicht bekommen besteht darin, dass ihre Erwachsenen oft selbst äußerlich gesteuerte "Pleaser" (angepasste Leisetreter und Karrieristen) sind, die wichtige Konflikte und ernsthafte Gefühle umgehen und vermeiden. Man kann sein Kind nicht dazu anregen, selbständig zu reflektieren und in sich rein zu fühlen, wenn man selber partout das gleiche tun und meinen muss, wie die beste Freundin oder der Coach.

## DIE NOTWENDIGKEIT VON ERWACHSENER LEITUNG

Kinder sind so kompetent, wie sie schon immer gewesen sind, aber sie sind nicht omnikompetent, und wissen es nicht immer selber oder besser. Darum brauchen sie dialogbasierte Leitung von Erwachsenen, u.a. Eltern, die den Unterschied kennen zwischen Lust und Bedürfnis, und die den Mut haben, zentrale Werte zu vertreten. Dreh- und Angelpunkt dieser Werte ist die ewige Frage: "Wie kann ich für meine persönliche Integrität und wichtigsten Bedürfnisse eintreten, ohne die Grenzen anderer Menschen zu verletzen oder sie daran zu hindern, das zu bekommen, was sie brauchen?"

Einige Jahrhunderte lang haben moralische Prinzipien, Ge- und Verbote relativ gut als Regulatoren für das Verhalten von Kindern und Erwachsenen im öffentlichen Raum funktioniert. Ein gutes Leben war ein konformes Leben, die Qualität wurde gemessen an der Fähigkeit, mit der Tapete eins zu werden. So einen moralischen Konsens haben wir nicht mehr, und dort, wo man ihn sich wünscht - Schweden z.B. - geht es den Menschen und ihren Kindern überhaupt nicht besser als bei uns.

Wir leben in einer Zeit, wo die Äußeren Kompass in alle Richtungen gleichzeitig weisen. Wollen wir gerne gesündere Individuen und stärkere Gemeinschaften, dann müssen wir uns anstrengen, einen besseren inneren Kompass zu schaffen. Das ist ein steiler Weg, denn die meisten Machtmenschen haben Große Angst vor dem innerlich gelenkten Mitmenschen oder verwechseln die Sachlage mit Egozentrismus und Individualismus.

## TOLL.....SUPERTOLL

Etwas deutet darauf hin, dass ein Teil der Eltern vor der Furcht, dass ihre Kinder zu Verlierern werden, kapituliert haben. Häufig reagieren sie, indem sie die ohnehin schon eksaltierte Sprache noch mehr verstärken und damit den Kindern die Möglichkeiten zur Entwicklung eines gesunden Selbstwertgefühles völlig abwürgen: "Super!", "Richtig, richtig,

richtig gut, mein Liebling!", "Supertoll, Superphantastisch!". Zum Schluss klingt das alles wie *Voice Junior*, und das Lächeln der Kinder erstarrt, gleichzeitig damit, dass sich Eltern und Geschwister im Fanklub melden. Nur eine kleine Minderheit von Kindern hat ein so gutes und etabliertes Selbstgefühl, dass der ganze Lärm sie nicht stört. Aber das sind viel zu wenige.

Viele der über-gelobten Kinder werden zu unsicheren, ängstlichen, nervösen Jugendlichen und Erwachsenen, die in allen Kontexten völlig unmögliche Forderungen an sich selber stellen, es sei denn, dass sie stattdessen supertolle, asoziale Egos entwickeln. Sie sind nicht das Produkt von Eltern, denen der Mut fehlt, Anforderungen zu stellen, sondern von Eltern, die keine Ahnung davon haben, wie destruktiv ihr schrilles Lob und ihre schrille Bewunderung sind.

Von Jesper Juul, Übersetzung Axel Maychrzak

Quelle: Chronik, Dagbladet Information, 05.11.2014, S. 18-19