

„Das kann ich sowieso nicht...!“ Über Erwartungen, Erfolg und Misserfolg

Wer Kinder bei ihren gelegentlichen Herausforderungen begleitet, hat möglicherweise schon Ausrufe gehört wie „Das kann ich nicht!“, „Das schaffe ich nie!“ oder „Alle andern können das schon, nur ich nicht...“ Dabei handelt es sich zum Beispiel um Matheaufgaben, Schuhebinden, den Sporttag, eine bevorstehende Prüfung oder eine Zeichnung. Und meist vermögen unser Zuspruch und unsere Ermunterung das Kind zu stärken und es schöpft Zuversicht - und die Befürchtung, eine Aufgabe könnte nicht gemeistert werden, verliert sich wieder. Manchmal steigen jedoch die kindlichen Eigenerwartungen so stark, dass sie uns an ein geringes Selbstwertgefühl erinnern. Das kann verschiedene Gründe haben.

Eine der Fragen, die sich uns in diesem Zusammenhang stellen soll, ist die nach unserem eigenen Umgang mit Herausforderungen.

Wie hohe Erwartungshaltungen habe ich bezogen auf meine Leistungen?

Was bedeutet Erfolg für mich persönlich?

Wie gehe ich mit meinen eigenen Misserfolgserfahrungen um?

Kann ich auch verlieren?

Davon ausgehend, dass das Kind in seinen nächsten Bezugspersonen Vorbilder sieht, steht diesen Fragen durchaus Bedeutung zu.

Das Familien- und/oder Schulleben bietet diverse Situationen, wo das Kind erfährt, wie und ob Erwachsene mit Misserfolgen umgehen und Misserfolge wegstecken können oder ob sie vielleicht nur Bestleistungen wertschätzen mögen und vielleicht zu Perfektionismus neigen.

Ein Kinderarzt und Psychologe nannte erstmals den Begriff der „genügend guten Mutter“ („good enough mother“; D.W. Winnicott, 1966). Aus seinen Beobachtungen und Arbeiten schliesst sich, dass die mütterliche Präsenz und Beziehung für die (gesunde) kindliche Entwicklung von grosser Bedeutung ist, aber das heranwachsende Kind mitunter lernen wird, dass es vorübergehend auch alleine zurechtkommt. Während der Säugling noch ganz eng verbunden mit seiner Mutter, seinen Eltern, seine erste Lebenszeit erfährt und unmittelbare Reaktionen auf seine Bedürfnisse erlebt, lernt das Kleinkind mit zunehmendem Alter, auf Zuwendung und Aufmerksamkeit zwischendurch auch mal warten zu müssen. So wird beim älteren Kind auch ein gewisses Mass an Unzufriedenheit relevant; ein Moment Quengeln oder kurzzeitig anstrengendes Krabbeln um beispielsweise (selbst) an das Spielzeug zu gelangen, stärkt beim Kind die Erfahrung, dass ein Bedürfnis aufgeschoben werden, das negative Gefühl vorbeigehen und man sich bald wieder beruhigen kann.

Das Bild der „genügend guten Mutter“ lässt sich selbstverständlich übertragen auf „genügend gute Eltern“ - oder genügend gute Lehrpersonen und Bezugspersonen überhaupt!

Perfektion muss nicht sein. Ausreichend gut genügt. Das heisst, jeder Mensch kann sich auch mal Fehler leisten. Auch die Erwachsenen. In irgendeinem Bereich haben alle schon Niederlagen und Misserfolge erfahren. Ebenso Erfolge und Glück.

Wertvoll ist unser Umgang damit. Wie tolerant wir mit unseren Erfahrungen umgehen, wie geduldig wir mit uns selbst sind und wie wir mit Ärger, Frustration und unseren Emotionen umgehen, vermag das Kind zu prägen in seinem eigenen Umgang und seiner Eigenerwartungshaltung: Bin ich nur gut, wenn mir alles gelingt und wenn ich alles kann? Werde ich nur dann geliebt, wenn ich alles richtig mache?

Natürlich ziehen wir nicht daraus, dass wir nur noch Lob aussprechen und alles guteheissen sollen!

Allerdings dürfen wir dem Kind wertschätzend, aber authentisch begegnen. Vielleicht will und muss es auf seine besorgten Ausrufe („Das kann ich nicht“) mehr hören als „doch, das kannst du bestimmt“. Manchmal ist wohl sinngemäss „Stimmt, das kannst du *noch* nicht...“ angebracht... und „Aber du bist trotzdem toll!“

Bei Interesse zu Fragen dieser und ähnlicher Art stehen zum Beispiel die Schuldienste Willisau zur Verfügung.

Regula Dahinden
Dipl. Psychomotoriktherapeutin