

Einblicke in 40 Jahre Familienberatung Schlanders

Familiengeheimnisse und deren Wirkung auf Kinder

Familiengeheimnisse entstehen, wenn wir über manche Dinge nicht sprechen, weil wir Scham oder Schuld empfinden, weil wir uns selber oder jemand anderen schützen wollen. Besonders bei Kindern schaffen sie jedoch Distanz und emotionale Verwirrung. „Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß“ besagt ein Sprichwort. Eltern meinen es meist gut, wenn sie unangenehme Tatsachen wie z.B. Krisen, Sucht, Krankheit oder Herkunft vor ihren Kindern verschweigen, um zu verhindern, dass diese darunter leiden. Fakten können zwar verschwiegen werden, Gefühle jedoch nicht. Ein diffuses Gefühl, dass etwas nicht stimmt, bleibt zurück. Es verunsichert und kann sich bei Kindern z.B. in unerklärlichen Ängsten, depressiven Verstimmungen, schulischen Problemen oder in Schwierigkeiten bei der Identitätsentwicklung äußern. Kinder lernen, dass Verschweigen, Wegschauen und Lügen das Zusammenleben prägen. Schaffen es Eltern, mit ihren Kindern über schwierige Lebenssituationen zu reden, lernen diese, dass Herausforderungen gemeistert werden können.

Gibt es auch in meiner (Herkunfts)-Familie Geheimnisse oder tabuisierte Themen, über die nicht gesprochen werden darf oder durfte? Verschweige ich selber meinen Kindern zu deren vermeintlichen Schutz unangenehme Dinge? Könnte ich den Mut aufbringen, tabuisierte Themen liebevoll und altersgemäß anzusprechen? Vielleicht hilft mir der Gedanke, dass es im Inneren der Kinder Sicherheit und Vertrauen erzeugt, wenn die Erwachsenen ihnen mit Klarheit und Gewissheit begegnen.