

Abstract: Bernd Siggelkow

Gründer und Vorstand des christlichen
Kinder- und Jugendwerks „Die Arche“ e.V.

Auswirkungen von mangelnder Achtsamkeit anhand von Beispielen aus der Arche

Die Ergebnisse der aktuellen Achtsamkeitsstudie 2017 offenbaren beunruhigende Tatsachen: Ein Großteil der Kinder und Jugendlichen in Deutschland erfährt durch seine Eltern keine ausreichende Beachtung – mit ernsthaften Folgen für deren Persönlichkeitsentwicklung. Die Daten der Studie zeichnen eine Realität, die auch in der täglichen Arbeit des christlichen Kinder- und Jugendwerks „Die Arche“ deutlich wird. Bernd Siggelkow, Gründer und Vorstand der Einrichtung, versucht mit seinem Team das zu leisten, was Familie, Gesellschaft und Schule teilweise nicht leisten können. Hier erhalten Kinder die Aufmerksamkeit und Wertschätzung, die sie benötigen, um eine gesunde Persönlichkeit zu entwickeln und später ein selbstbestimmtes Leben führen zu können.

Wie ordnen Sie die Ergebnisse der Achtsamkeits-Studie ein?

Spiegeln Ihre Erfahrungen mit Arche-Familien diese Ergebnisse wider?

Die Ergebnisse der Achtsamkeitsstudie sind alarmierend, aber schließlich liefern sie die Bestätigung für das, was wir täglich in unseren Arche-Häusern sehen. Viele der Kinder, die die Arche besuchen, schreien förmlich nach Aufmerksamkeit, da sie diese zu Hause häufig nicht in der nötigen Form erhalten. Oft kommt es vor, dass sich Kinder um ihre jüngeren Geschwister und zahlreiche kleinere Arbeiten im Haushalt kümmern müssen. Als Kinder werden sie in ihrer Familie nur selten wahrgenommen. Sie sind in den Augen ihrer Mütter kleine Erwachsene, ersetzen manchmal den Vater, der seine Aufgaben nur selten wahrnimmt oder gar abwesend ist. Für sie bedeutet das zumeist eine verlorene Kindheit.

In welcher Lebenssituation befinden sich „Arche-Familien“?

Und welche Auswirkungen hat das auf die Eltern-Kind-Beziehung?

Familien, deren Kinder die Arche besuchen, unterliegen fast immer einem enormen wirtschaftlichen Druck und – teils dadurch bedingt – einem Spannungsverhältnis innerhalb der Familie. Nach Jahren der Arbeitslosigkeit vermitteln die Eltern ihrem Kind häufig keine lebensbejahende Stärke, sondern geben die negative Grundeinstellung, die durch ihre Perspektivlosigkeit geprägt ist, weiter. Sie haben es verlernt, stark zu sein, und können sich aufgrund des starken Fokus auf die materiellen Grundbedürfnisse und der

dadurch verursachten psychischen Belastungen nicht ausreichend um die emotionalen Bedürfnisse ihrer Kinder kümmern. Gerade Alleinerziehende haben es schwer – sie finden oft keine Arbeit oder üben diese einhergehend mit starker psychischer Belastung aus. Kinder werden oft in eine Rolle gedrängt, in der sie weniger Kind sein dürfen, sondern bereits eine große Verantwortung für Geschwister oder den Haushalt mit übernehmen müssen. Die Eltern-Kind-Rollen, die Kindern während des Heranwachsens Halt und Sicherheit geben sollen, verschwimmen.

Welche Konsequenzen hat mangelnde Achtsamkeit bei Kindern?

Kinder, die zunehmend weniger Kindheit leben dürfen, werden nicht – wie man annehmen könnte – schneller selbstständig und zu verantwortungsbewussten Individuen. Im Gegenteil: Sie haben keine Möglichkeit, sich in der Rolle des Kindes an erwachsenen Vorbildern in der Familie zu orientieren, die ihnen Verantwortung vorleben. Sie werden vor für sie unlösbare Probleme gestellt und mit ihnen alleingelassen, was bei den Kindern zu einem Gefühl von Orientierungslosigkeit und Überforderung führt. Sie sind so mit sich und ihren Problemen beschäftigt, dass ihnen nach und nach auch das natürliche Empathieempfinden und das „Aufeinanderachten“ abhandenkommen.

Wie wird sich mangelnde Aufmerksamkeit zukünftig auf unsere Gesellschaft auswirken?

In der Folge wird auch unsere Gesellschaft immer unpersönlicher. Individuen konzentrieren sich auf sich selbst und die eigenen Probleme, was wiederum zu einem Mangel an Achtsamkeit und Empathie gegenüber anderen führt. Wenn den Kindern von heute nicht die Aufmerksamkeit zukommt, die sie verdienen, dann werden sie ihren eigenen Kindern diese Werte ebenfalls nicht vermitteln können.

Familie wird folglich immer weniger gelebt und so entgeht den Kindern zumeist die Aufmerksamkeit, die für ihre Persönlichkeitsentwicklung so wichtig ist. Beziehungen zu leben kostet Zeit und setzt eine gewisse Zufriedenheit mit dem eigenen Leben voraus. Wenn dies nicht vorhanden ist, gehen die Kinder oft leer aus. Auch in der Schule sind die Kinder einem enormen Druck ausgesetzt. Statt individueller Aufmerksamkeit liegt der Fokus auf der Vermittlung des Lehrstoffs. Die Menschlichkeit fällt weg, die privaten Probleme der Kinder finden keine Beachtung. In der Konsequenz scheitern sie häufig in der Schule, erreichen keinen Abschluss und finden keinen Ausbildungsplatz. So beginnt der Kreislauf von Armut und Ausgrenzung erneut. Die Praxiserfahrung zeigt: Insbesondere Kinder aus sozial schwachen Familien benötigen eine gesonderte Form von Achtsamkeit und Wertschätzung, um den Kreislauf der Ausgrenzung zu unterbrechen und sowohl Eltern als auch Kinder zu achtsamen Menschen zu erziehen.

Können Sie uns Beispiele Ihrer Arbeit nennen, in denen Ihnen mangelnde Aufmerksamkeit bei Kindern aufgefallen ist? Was ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

Welche Auswirkungen fehlende Beachtung von Eltern für ihre Kinder auf deren Alltag und die Ansprüche haben können, verdeutlicht das Beispiel eines zwölfjährigen Mädchens, das seit vier Jahren die Arche in Berlin-Hellersdorf besucht. Die Mutter lebt seit vielen Jahren von Hartz IV und steht allgemein unter einem hohen finanziellen Druck. Ihre Tochter litt sehr darunter – sie hatte keine vernünftige Kleidung und erhielt auch von ihrer Mutter kein Taschengeld. Zudem waren ihre Leistungen in der Schule katastrophal.

Die Mutter bat die Arche, sich um ihre Tochter zu kümmern, da sie mit der Erziehung überfordert war. Ich begleitete das Mädchen in die Schule und sprach mit ihren Lehrern über die Defizite. Es stellte sich heraus, dass das Mädchen sich vor allem alleingelassen fühlte – sowohl von ihrer Mutter als auch von den Lehrern – und auch keine Freunde hatte. Daraufhin lernte ich jeden Tag mit ihr, holte sie von der Schule ab und fuhr mit ihr in die Arche. Sie aß dort zu Mittag, schloss Freundschaften – vor allem aber traf sie dort zum ersten Mal auf Menschen, die sich um sie kümmerten. Die Noten in der Schule besserten sich langsam und auch insgesamt wurde sie immer offener gegenüber anderen Menschen, sowohl innerhalb als auch außerhalb der Arche. Heute hilft sie selbst regelmäßig auf der Arche Kinder-Ranch und engagiert sich für die Schule. Vor allem hat sie nun einen Berufswunsch: „Ich will Erzieherin in der Arche werden.“ Wie es aussieht, wird sie das auch schaffen.