

LEBENS RATGEBER

VON TABITHA GASSNER*

Vom Inszenieren des immer Gleichen

Tra, tra, trallala, tra, tra, trallala...». Jeden Mittag nach dem Essen schallt Jörg Schneiders Kasperli-Stimme durch die Wohnung von Christa W. Seit Wochen hört ihre Tochter die immer gleiche Geschichte vom Rieblidieb, meist mehrmals hintereinander. Christa kann verständlicherweise diese Geschichte nicht mehr hören. Sie fragt sich ernsthaft, wozu das Verhalten ihrer Tochter gut sein soll.



Kinder lieben Wiederholungen. Sie sind für sie Strukturierungs- und Orientierungshilfen im Alltag. Auch wenn sie die Nerven arg strapazieren mögen: Rituale leben von der Inszenierung des immer Gleichen. Sie schaffen Inseln der Ruhe im hektischen Alltag, sind wichtige Anker in Krisenzeiten und wunderbare Erziehungshilfen. Das bestätigt auch der Kinder- und Jugendtherapeut Michael Winterhoff. Vertraute Abläufe vermitteln Verlässlichkeit, Sicherheit und Geborgenheit. Das fördert das Selbstbewusstsein und die Konfliktfähigkeit der Kinder und macht sie zu starken, sozialen Menschen.

Rituale können aus einem Brauchtum stammen, in einer Familientradition weitergegeben werden oder durch Zufall entstehen. Wichtig ist, dass die Rituale zur Familie und ihrer individuellen Situation passen. Sie sollen die eigenen Werte wiedergeben. Das erfordert von den Eltern eine aktive Auseinandersetzung damit, welche Werte und Rituale überholt und welche zentral für ein glückliches Familienleben sind.

Wiederkehrende Handlungen, die einer Familie guttun, werden in der Regel automatisch zum Ritual. Das müssen keine riesigen Veranstaltungen sein. Auch zwei, drei einfache Rituale, die im Alltag integriert sind, dazu ein paar Wochen- und Jahresrituale sorgen für Zusammenhalt und Wohlbefinden. Wichtig ist, dass Rituale mitwachsen dürfen. Rituale sollten niemals starr sein – auch die besten nicht.

Lauras Verhalten gehört zur normalen kindlichen Entwicklung. Sie hat sich mit der Geschichte vom Rieblidieb ein echtes Mittagsritual geschaffen. Nach einigen Wochen ist sie freiwillig auf Papa Moll umgestiegen. Und Christa W. ertappt sich manchmal dabei, wie sie den Rieblidieb vermisst.

* **Tabitha Gassner**

Samowar Suchtprävention Bezirk Meilen, Telefon 044 924 40 10, E-Mail gassner@samowar.ch. Weitere Infos: www.samowar.ch. Buchtipps: Ingrid Biermann (2002): Rituale machen Kinder stark, Kösel-Verlag. ISBN 978-3-466-30573-5. 15.20 Franken.