familylife KIDS

Eltern stark machen

GESCHICHTEN MACHEN STARK

Als Kind verbrachte ich viel Zeit mit meinen Großeltern. Mit dem Großvater war ich Stunden im Wald unterwegs. Meine Großmutter war chronisch krank, aber sie hatte immer Zeit und viel Verständnis. Mit zwölf durfte ich mit den beiden nach Paris. Sie erzählten mir von ihren Eltern: Von der Urgroßmutter, die im Berner Mattenquartier aufgewachsen war, und vom Westschweizer Urgroßvater, den sie im Bahnhofsbuffet in Lyss kennenlernte, weil er sich als Schaffner dort verpflegte. Ich war beeindruckt als ich erfuhr, dass meine Großmutter als 6-jähriges Mädchen wegen einer Lungenkrankheit wochenlang allein zur Kur fahren musste. Und dass mein Großvater täglich vor dem Frühstück für seinen Vater, der Metzger war, Fleisch ausliefern musste.

Meine andere Großmutter war mit Anfang 40 Witwe geworden, arbeitete danach als Gemeindeschreiberin und zog drei Kinder allein groß. Sie erzählte mir, wie wenig Lohn sie dafür bekam – und dass nach vielen Jahren ihr männlicher Nachfolger von Anfang an den fünffachen Lohn erhielt. Als ich Teenager war, zog sie in das Nachbarhaus. Von da an gehörte sie einfach dazu. Regelmäßig verwöhnte sie uns mit selbst gebackenen Brezeln. Ihre Rezepte werden von uns allen verwendet, niemand käme auf die Idee, nach einem anderen Rezept zu backen! Zu sehen und hören, wie meine Großeltern ihr Leben gemeistert haben, hat mich geprägt.

Auch unsere Kinder verbrachten viel Zeit mit ihren Großeltern. Sie durften in allen Schulferien eine Woche bei ihnen verbringen. Sie genießen es, dass diese viel Zeit, einen riesigen Garten und noch mehr Verständnis und Liebe für sie haben.

Unsere Großeltern hinterlassen einen unauslöschlichen Eindruck. Auf Familienfesten kursieren oft einige ihrer Geschichten. Sie beeinflussen und formen unsere Familie.

In einer Untersuchung aus dem Jahr 2001 zogen die beiden Forscher Dr. Duke und Dr. Fivush folgende Schlussfolgerung: Je mehr Kinder über ihre Familiengeschichte wussten, desto stärker hatten sie das Gefühl, Kontrolle über ihr eigenes Leben zu haben. Zudem war ihr Selbstwertgefühl ausgeprägter. Die gleichen Kinder wurden ein paar Monate später – nach den Terroranschlägen des 11. September – noch einmal befragt. Kinder, die viel über ihre Familie wussten, zeigten sich deutlich widerstandsfähiger. Warum? Es hat mit dem Gefühl des Kindes zu tun, Teil einer größeren Familie zu sein, also zu etwas Größerem dazu zu gehören.

Wenn wir unseren Kindern und Enkeln Geschichten von uns und Familienmitgliedern erzählen, stärken wir den Geist und das Herz unserer Kinder fürs Leben – unabhängig davon, ob wir fröhliche oder schwierige Geschichten weitergeben.

Von Alexandra Kämpf,

Mitarbeiterin FAMILYLIFE, verheiratet mit Richard. Gemeinsam haben sie drei Töchter im Alter von 8 bis 18 Jahren.

NEXT LEVEL

FÜR DEINE FAMILIE:

Welche Geschichten werden in deiner Familie immer wieder erzählt? Welche Geschichten möchtest du deinen Kindern erzählen? Oder werden bei dir selten Geschichten erzählt? Nimm dir vor, deine Geschichten zu erzählen. Und ermutige deine Kinder, ihren Großeltern Fragen zu stellen.
Tipp: Schenke deinen Eltern und Schwiegereltern ein Buch zum Ausfüllen, z.B. von Martin Gundlach „Erzähl mir dein Leben". Im Buchhandel gibt es weitere Titel wie z. B. „Erzähl mal Opa/Oma".