



familylife KIDS

Eltern stark machen

NOSTALGIEBEKÄMPFUNG – ODER: WAS ICH ALLES NICHT VERMISSE

Es mir einzugestehen, war nicht leicht, doch: Ich gehöre zum Typ «nostalgisch». Ich idealisiere die Vergangenheit. Nicht selten verdrücke ich beim Familienalben-Angucken ein Tränchen und wünsche mir die Zeit zurück, als die Kinder noch klein und die Alltagsthemen weniger groß und komplex waren. Ein stiller Schmerz geht durch meine Brust, begleitet von einem Seufzer und dem Gedanken: Wie leicht und schön und unschuldig doch alles war!

Dass das so nicht ganz stimmt, ist mir schon klar. Ich schaffe es dennoch nicht, weniger verklärt zurückzuschauen. Schlimm finde ich das nicht, solange sich diese gedanklichen Ausflüchte im Rahmen bewegen und nicht allzu sehr mit der Gegenwart konkurrieren. Doch gerade in der kälteren, dunkleren Jahreszeit nehmen diese Momente zu. Deshalb habe ich mir in einem Anflug hormonell-begünstigter Tatkraft eine Strategie festgelegt. Die Strategie heißt: «Nostalgiebekämpfung». Statt zu idealisieren, was war, drehe ich den Spieß um und frage mich: Was war da alles, worauf ich heute gut verzichten kann? Was vermisse ich nicht?

Hier meine persönliche Flucht nach vorn – zufällige, nicht abschliessende, unausgegorene, dem jetzigen Moment entsprungene Gedanken zu früher, die der Verklärung entgegenwirken und mir das Hier und Jetzt versüßen sollen:

Unsicherheitsgefühle

Die ersten Tage nach der Entbindung meiner Kinder waren zwar selig schön, aber gleichzeitig auch surreal, eigentlich die Überforderung pur. Insbesondere beim ersten Kind. Nun sind wir Eltern, was bedeutet das? Was machen wir jetzt? Die Nachhausefahrt nach der Entbindung mit dem winzigen Bündel im Maxicosi auf dem Rücksitz war die wohl bizarrste Situation meines Lebens. Und das wiederholte sich bei jedem weiteren Kind. Glücksgefühle mischten sich mit leichter Panik. Ob das mit uns als Eltern gut kommt? 14 Jahre später: Gefühle der Verunsicherung gibt es auch heute noch, doch wenn eine Unsicherheit auftaucht, dann habe ich im Vergleich zu früher a) genug Erfahrungswissen, dass mein Mann und ich das schon schaukeln werden und b) genügend Strategien, um dieser Unsicherheit gelassener entgegenzutreten.

Nichtschlaf

Ich weiss nicht, ob ich diesen Punkt überhaupt ausführen muss. Ich kenne keine Eltern, deren Nächte – und somit deren Schlaf – sich mit der Ankunft von Kindern nicht verändert hätten. Deshalb nur so viel dazu: Ich bin froh, dass sich nach Jahren der Kleinkindphase wieder ein regelmäßiger Nachtschlaf-Rhythmus eingestellt hat. Wobei, der verändert sich aufgrund der sich ankündigenden Wechseljahre bereits wieder Richtung Unregelmäßigkeit – aber das ist ein anderes Thema und hat nichts mit unseren Kindern zu tun. Die mutieren nämlich gerade eins ums andere zu Wochenend-Langschläfern. Schön für sie.



familylife KIDS

Eltern stark machen

Essensbeschaffung

Ich habe die Menge nicht gezählt, aber es müssen Tonnen gewesen sein. Ein unzählbares Quantum an Obst und Gemüse, das erst vom Supermarkt nach Hause geschleppt (mehr dazu, siehe nächster Punkt), dort zu Brei verarbeitet und schließlich den Vielfraßen eingelöffelt wurde. Nicht nur haben alle meine vier Kinder heute Zähne, was den Brei und somit das Einkochen überflüssig macht.

Auch haben sie sich glücklicherweise dahingehend Richtung Selbständigkeit entwickelt, als dass sie eigenständig mit Messer und Gabel essen und ab und zu selbst einen Einkauf im Dorfladen tätigen.

Lastesel-Dasein

Nein, nicht das Körpergewicht ist gemeint, sondern die Quantität, die ich jeweils gleichzeitig stemmen durfte, wenn ich allein mit Kids unterwegs war. Baby im Tragetuch vorne, hinten Rucksack voll mit Einkauf, Kind 2 auf der rechten Hüfte tragend (weil zu bockig, um die paar Meter bis zum Auto zu laufen), zweite Einkaufstasche links umgehängt, und als Bonus: Kind 1 rennt, weil Lasteselin nur schleppend vorankommt, voraus quer über den Parkplatz. Dass wir alle diese Zeit unversehrt überstanden haben – niemand wurde überfahren, von Einkaufsstützen zerquetscht oder erlitt einen Herzinfarkt –, grenzt an ein Wunder.

Logistikstress

Die Ware, die wir als Familie mit Kleinkindern partout von A nach B transportierten! Egal, ob nur mal kurz für einen Nachmittag an den See oder für einen zweiwöchigen Urlaub, das Auto war stets proppenvoll. Und weil die Kinderlein noch zu klein waren, um mit anzupacken, waren für den gesamten Materialtransport, inklusive Ein- und Ausladen, stets Mama und Papa alleine zuständig. Mensch, haben wir Ware geschleppt. Heute, ja, heute ist das alles sowas von easy, geradezu ein Zuckerschlecken. Nicht nur brauchen wir deutlich weniger Zeugs (Tschüss überdimensioniert grosser Maxicosi, Doppelkinderwagen und Babyspielsachen), auch hilft heute jedes Familienmitglied Taschen, Kisten und was auch immer schleppen. Und das Sahnehäubchen obendrauf: Mittlerweile packt sogar jeder seine eigene Tasche. Meine einzige verbleibende Aufgabe: Viermal Packliste ausdrucken. Ein Kinderspiel.

NEXT LEVEL FÜR DEINE FAMILIE

Bist du auch mehr der Typ «nostalgisch»? Was sind deine Strategien, um der Wehmut zu entfliehen? Gerne darfst du mir schreiben. Von gegenseitigem Erfahrungsaustausch hat schon manch einer profitiert.

Angi Schmidt ist verheiratet mit Jonathan. Zusammen haben sie vier Kinder im Alter von 9 bis 14 Jahren. Sie ist Psychologin und arbeitet bei Campus für Christus Schweiz als Co-Chefredakteurin des Amen Magazin.

Weitere Artikel: familylife.de/kids