



Vor dem Steintor 14
28203 Bremen

Angelika.Rohwetter@web.de
www.angelika-rohwetter.de

6. August 2020

„Zerre deine Gedanken weg von deinen Sorgen, an den Ohren,
den Füßen oder auf sonst eine Art, die dir recht ist.
Das ist das Gesundeste, was ein Körper tun kann.“
Mark Twain (1853-1910)

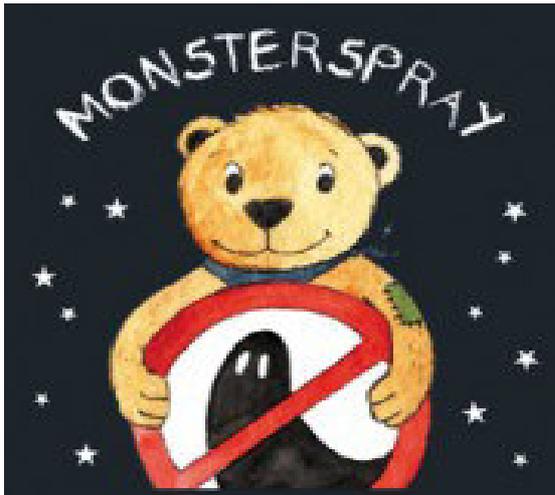
Der 21. Text: Die Heldin¹ sucht das Monsterspray²

Kleine Kinder denken animistisch, die Welt ist belebt, auch die Gegenstände. Das ist bedrohlich und erzeugt Ängste. Die Ängste erzeugen Bilder. So liegen Monster und Räuber unter dem Bett und hinter dem wehenden Vorhang lauert ein Gespenst. In dieser Zeit der Ängste brauchen Kinder Erwachsene, die fähig zum Containing sind. Das heißt, die Erwachsene nehmen die Ängste der Kinder in sich auf und helfen ihnen dabei, diese zu bewältigen. Sie sehen mit den Kindern zusammen unter das Bett, in den Schrank und hinter den Vorhang. Das hilft für eine Weile. Manchmal bietet nur das elterliche Bett Sicherheit. Auf Dauer braucht das Kind Unterstützung darin, seine Angst selbst zu beruhigen. Da helfen zum Beispiel die Übergangsobjekte wie Teddybären oder Schmusetücher. Kinder können auch beruhigende Rituale entwickeln, wie das bekannte Singen im dunklen Keller. Damit Monster vertreiben zu können, ist eine fabelhafte, für's ganze Leben stärkende Erfahrung für Selbstwirksamkeit.

Manche Menschen haben nie gelernt, den Kampf gegen Monster, Gespenster, Räuber oder andere Bedrohungen zu gewinnen. Sie sehen noch als Erwachsene noch unter das Bett, hinter den Vorhang oder in den Schrank und *sehen* Monster. Da hilft keine Diskussion, keine Realitätsprüfung: Dort *sind* Monster!

¹ Ich verwende das generische Femininum, weil der Text deutlich mehr Leserinnen als Leser hat. Aber er (der Text) ist für alle Geschlechter gedacht.

² Dieses Wort verdanke ich meinem Sohn Florian, der freundlicherweise auch wöchentlich meinen Text auf meine Website setzt.



<https://www.rundumskinderzimmer.de/wp-content/uploads/2015/03/Aufkleber230x230-180x180.jpg>

Eine wunderbare Unterstützung gegen Ungeheuer aller Art ist das Monsterspray. Es wirkt etwa bei drei- bis fünf- oder sechsjährigen Kindern. Man fülle einfach Wasser in eine Sprühflasche, gebe noch etwas Geheimnisvolles mit hinein, zum Beispiel eine bunte Glasmurmelt oder grüne Lebensmittelfarbe. Fertig ist das wirksame Spray gegen Monster.

Das erinnert mich an eine (wahre) Geschichte von der Akutstation einer psychiatrischen Klinik: Ein Patient fiel dadurch auf, dass er vorsichtige Schritte machte und dabei die Knie fast bis zu Brust hochzog. Warum er das tat, darüber wurde viel spekuliert, natürlich streng fachlich. Bis eine Krankenschwester ihn direkt fragte und er antwortete: „Monsterwürmer!“ Sein Psychiater fand das passende Monsterspray – und ein paar Wochen später waren die Würmer verschwunden.

Man kann Anti-Monster-Spray in Drogeriemarkt kaufen. Aber es passt nicht für alle Fälle. Wenn erwachsene Menschen unter ihr Bett oder in ihren dunklen Schrank gucken und dort Bill Gates, den Islam oder ein andere Weltverschwörung sehen – welches Monsterspray kann ihnen dann helfen?

Auch, wenn sie mich kurzfristig wütend machen, habe ich Verständnis für diese Menschen und ihre Monsterängste. Manche habe ich auch schon geteilt, wenigstens zu Beginn der Pandemie. Auch heute gibt es manchmal Ängste, ganz individueller Art: Wie lange dauert das? Bleibe ich gesund? Darf ich nie mehr auf weite Reisen (zum Beispiel nach Indien) gehen? Aber auch: Wird es große soziale Unruhen in unserem Land geben? So suche ich lieber nach meinem eigenen Monsterspray, statt Menschen zu verurteilen, die (noch) keines gefunden haben.

Teile mir gern das Rezept Deines Monstersprays mit – und bleib gesund!