

Ich heirate eine Familie!

Was das bedeutet, habe ich vor meiner Hochzeit und als wir bereits nach zwei Jahren ins Haus meiner Schwiegereltern einzogen, nicht geahnt! Aber die Realität ist, dass man mit dem Ehepartner auch die Familie heiratet, die ihn geprägt hat und zu welcher er auch in Zukunft Beziehungen unterhalten wird.

In über 30 Jahren in einem Mehrgenerationenhaus hat uns dieses Thema sehr bewegt, inzwischen hat auch ein Perspektivwechsel stattgefunden. 28 Jahre waren wir die erwachsenen „Kinder“, inzwischen sind wir im gleichen Haus Eltern, Schwiegereltern und Großeltern. Nach vielen guten und schwierigen Erfahrungen staunen wir immer noch, dass unsere Tochter und Schwiegersohn es gewagt haben, in unser Haus zu ziehen und wir genießen es sehr, inzwischen hautnah ein Enkelkind aufwachsen zu sehen.

Dieses Modell empfehle ich nicht jedem zur Nachahmung. Jedem jungen Paar rate ich dringend mindestens für die ersten Jahre eine räumliche Distanz zu den Eltern. Jedoch plädiere ich sehr dafür, ein gutes Zusammenleben zwischen den Generationen als Aufgabe zu sehen, weil es für jede Familie bedeutsam und von unschätzbarem Wert ist. Die Familie, in der man heranwächst, drückt jedem Menschen einen unverwechselbaren Stempel auf. Sie trägt wesentlich zur Identität dieser Person bei und beeinflusst auch folgende Generationen. Als wichtigster Faktor zählt die Familie zum sozialen Netz, das Zugehörigkeit, Gemeinschaft und Schutz bietet. Studien belegen bis heute, dass Familien mit diesem Rückhalt stabiler sind und schwierige Zeiten und Krisen leichter überstehen. Das funktioniert allerdings nur, wenn wir uns nicht erst im Ernstfall auf diese Beziehungen besinnen. Sie brauchen kontinuierliche Pflege.

Im Idealfall könnten junge Paare gut von der Lebenserfahrung der Älteren profitieren und auf Unterstützung der Eltern zurückgreifen. Eltern bleiben jung und dynamisch in guten Beziehungen zur jüngeren Generation. Wenn die Mobilität im Alter wieder eingeschränkt ist, werden Eltern eher Unterstützung der Kinder erfahren, wenn die Beziehungen bis dahin harmonisch waren. Jedoch – was sich eigentlich gut ergänzen sollte, greift sich im Alltag oft an. Woran liegt das? Was macht es so schwer?

Die Hindernisse

Verletzungen wirken wie unsichtbare Bindungen und belasten Eltern-Kind-Beziehungen weit ins Erwachsenenalter. Eltern machen Fehler und selbst denen, die sich aufrichtig bemühen, wird es nicht gelingen, alle kindlichen Bedürfnisse zu erfüllen. Jede Kindheit wird neben viel Liebe, Geborgenheit und Unbeschwertheit auch geprägt durch Enttäuschung, Mangel und Schmerz. Jeder Mensch nimmt darum unbefriedigte Bedürfnisse und ungestillte Sehnsüchte mit ins Erwachsenenleben. Verletzungen schmerzen und beeinträchtigen die Beziehungen zu den Eltern, zu Partnern und Kindern und machen einen normalen Umgang oft schwer. Offene Gespräche darüber gelingen eher selten, jedoch was unverarbeitet bleibt, hat Macht in Beziehungen, und vor allem im Ernstfall greifen viele unbewusst und beinahe automatisch auf falsches Elternverhalten zurück. Selbst wer sich aus Rebellion genau entgegengesetzt verhält, handelt nicht unabhängig.

Erwartungen der Eltern an die erwachsenen Kinder verursachen zusätzlichen Druck und belasten Beziehungen. Jedes junge Paar braucht Zeit und Freiräume, zueinander zu finden und eine neue Familiengemeinschaft zu gründen. Vorwürfe und Haltungen wie diese: „Niemand

sieht nach uns, ihr könntet auch mal wieder vorbeikommen!“ – „Wenn du klug bist, achtest du den Rat deiner Eltern!“ – „Der Rasen sieht so ungepflegt aus und müsste unbedingt mal wieder gemäht werden!“ – „Ich bin so einsam und vermisse deine täglichen Anrufe sehr!“, ausgesprochene und unausgesprochene Erwartungen verursachen ein schlechtes Gewissen, Rückzug, häufig Partnerschaftskonflikte und auf Seiten der Eltern Enttäuschung.

Die Schlüssel zu einem entspannten Miteinander sind die guten Weisungen Gottes: Eltern verlassen und ehren.

Es sind Weisungen an die jungen Leute, die aber auch Weisungen an Eltern implizieren.

Für junge Paare bedeutet dies,

- dankbar zu sein für alles Gute, das die Eltern gegeben haben. Neben Verletzungen hat jeder auch Positives aus der Herkunftsfamilie mitgenommen. Empfangene Liebe, Zeit, die Eltern investiert haben, Fertigkeiten, die sie geschult haben, Versorgung, Kümmern etc. – das hat mich zu dem Menschen gemacht, der ich bin und es lohnt sich, dem guten Familienerbe nachzuspüren.
- Verletzungen zu vergeben, die sonst unbewusst wie Erbstücke in Familien weitergereicht werden. Die einzige Chance, diesen negativen Kreislauf zu durchbrechen, ist, sich diese Verletzungen bewusst zu machen, zu vergeben und neue Lösungen für das Zusammenleben zu suchen. So heilen seelische Wunden, so wird man frei von Bitterkeit und so verlieren negative Familienmuster ihre Macht.
- einen guten eigenen Weg zu finden. Als Partner haben wir unterschiedliche Sicht-, Beurteilungs- und Vorgehensweisen. Es funktioniert nicht alles auf die eine Weise, wie ich es in meiner Familie gelernt habe und auch nicht umgekehrt. Selten ist das eine Frage von richtig oder falsch, sondern einfach anders. In vielem waren Eltern gute Vorbilder, dennoch muss jedes Paar Kompromisse und neue, eigene Wege und somit eine eigene Familienidentität finden. Es ist eine schöne Aufgabe übrigens herauszufinden, was unsere Familie so besonders macht!
- in Auseinandersetzungen sind Eltern selten gute Ratgeber. Ich bleibe die Mama, als solche zuständig für Verständnis und Trost in allem, was nicht die Ehen unserer Kinder betrifft. Jedes Paar hat die Aufgabe, sich ein eigenes Umfeld zu schaffen, in dem es Freundschaft und Gemeinschaft erlebt. Wir als Eltern gehören dazu, spielen aber nicht mehr die wichtigste Rolle.

Für Eltern bedeutet Loslassen,

- in die zweite Reihe zu treten. Wichtige Ziele der Erziehung sind Unabhängigkeit und Eigenverantwortung. Mit jedem Fortschritt haben wir unsere Kinder bewusst in größere Unabhängigkeit entlassen. Markante Ereignisse waren der 18. Geburtstag, das Verlassen des Elternhauses und die Hochzeit. Wir haben das immer mit einer Familienfeier und Segensgebeten verbunden. Zur Hochzeit haben wir das betreffende „Kind“ ausgesegnet. Wir bleiben seine Familie, aber nun gibt es eine Beziehung, die Vorrang hat. Ich finde diesen Schritt für Eltern sehr wichtig, denn die Gefahr, sich einzumischen oder Ansprüche zu stellen, ist sehr groß.

- Rat unabhängig zu geben. Solange Eltern Sorgfaltspflicht haben, tragen sie die Verantwortung und wachen über dem Weg ihrer Kinder. Das ändert sich spätestens im Erwachsenenalter. Es ehrt Eltern, wenn sie um Rat gefragt werden. Die Entscheidung, ob der Rat angenommen wird, liegt bei den Kindern. Wer das nicht akzeptiert und den Kindern Erwartungsdruck macht, muss sich nicht wundern, wenn er nicht mehr gefragt wird!
„Ihr achtet die Gebote Gottes nicht, wenn ihr unseren Rat missachtet!“ – „Ihr seid und bleibt unsere Kinder“ – das sind falsche, heutzutage vielleicht eher unausgesprochene, häufig aber noch innere Erwartungen, die erwachsenen Kindern entgegenschlagen. Söhne und Töchter bleiben sie, Kinder nicht.
- Grenzen zu akzeptieren. Für unsere Kinder sind wir nach wie vor das Zuhause. Sie haben einen Schlüssel und kommen gern und regelmäßig. Unsere Tür steht weiterhin offen, nicht unbegrenzt, aber dennoch mehr als für andere. Jeden Sonntagabend kochen wir. Wer da ist, kommt, und alle genießen das Zusammensein. Umgekehrt werden wir nicht einfach unangekündigt in die Wohnung unserer Kinder platzen. Wir melden uns an, klingeln, fragen und treffen Abmachungen. Ungefragt werden wir uns nicht einmischen – dieser Vorsatz ist wichtig für einen respektvollen Umgang und eine Hürde, Grenzen zu verletzen.
- klare Absprachen markieren die Grenzen und sind nötig für ein entspanntes Miteinander. Gut gemeint ist nicht immer erwünscht und richtig. Wir überlegen miteinander, wie Besuchsrechte geregelt, Aufgaben verteilt und Zuständigkeiten geklärt werden – das ist besonders wichtig, wenn man nah beieinander lebt und noch Enkelkinder hinzukommen.
- Wer es schafft, gibt den Kindern Raum, über in der Kindheit erlittene Verletzungen zu sprechen. Und hält sich zurück mit Rechtfertigungen, denn sonst ist die Tür wieder zu. Es bedeutet Vertrauen, solche Gespräche mit Eltern zu führen. Rechtfertigungen fügen den vergangenen Verletzungen neuen Schmerz hinzu. Ob es sich objektiv um Fehler handelt, ist zweitrangig. Wenn etwas weh tut, kann man nur sagen: „Es tut mir leid, kannst du mir bitte vergeben?“ Keine leichten Gespräche, aber ich bin sehr dankbar für jede ausgesprochene Vergebung.

Die Chancen

Am Leben der erwachsenen Kinder teilzuhaben, ist ein Geschenk.

Gemeinschaft erleben, Enkelkinder heranwachsen sehen, gefragt werden, Rat und Unterstützung geben – so können wir jungen Paaren mit hohen Belastungen ermöglichen, sich kleine Auszeiten vom Familienleben zu nehmen. Ich kann mich noch gut an die Kleinkinderzeit erinnern, in der ich oft an meiner Grenze war. Der Ausspruch „Kleine Kinder, kleine Sorgen ...“ hat mich nicht wirklich getröstet. Verständnis, Zuspruch, Ermutigung – so können Eltern junge Familien in der heutigen Zerreißprobe entlasten.

Großeltern haben einen reichen Schatz an Erinnerungen und Erfahrungen. Sie können Geschichten aus dem Leben und von Gott erzählen und damit den Glauben und die Wurzeln der Kinder und Enkel stärken.

Natürlich ist es das Vorrecht von Großeltern, Enkelkinder zu verwöhnen – aber nur ein wenig! Wer von den Enkeln geliebt und der Mama vorgezogen werden möchte, handelt aus falschen Motiven. Der schönste Augenblick am Ende eines Großelterntages ist für mich,

wenn wir beide am Fenster warten und die Kleine beim Anblick der Mama juchzt und vor Freude schier zu platzen scheint! Dann denke ich mit einem dankbaren Herzen: „So muss es sein!“

Heranwachsende lernen Unschätzbare im Miteinander der Generationen. In einer Zeit flüchtiger werdender Beziehungen ist es vor allem dieses: Beziehungen sind nicht immer leicht, es gibt Auseinandersetzungen, manches zu klären und auch Versöhnung, aber das ändert nichts daran, dass man sich liebt und zueinander hält.

Loslassen schafft Freiräume

Abschied und Loslassen sind ein schmerzlicher Prozess, aber es ist der Lauf des Lebens. Vor wenigen Jahren sind unsere Eltern im Haus verstorben, zeitgleich war die Hochzeit unserer ältesten Tochter. Das war das bisher schwierigste Jahr in unserer gemeinsamen Geschichte und emotional wie eine Achterbahn. Aber Loslassen entlastet auch. Wir tragen nicht mehr die Verantwortung! Die Chance: Eltern sind nach der Erziehungszeit nicht alt. Sie gewinnen neue Freiräume und eine neue Lebensperspektive und können nach der Familienzeit eine spannende neue Lebensphase einläuten.

Der rote Faden

Großeltern haben auch spezielle Fähigkeiten, die sie an die Enkel weitergeben können. Haben Sie darüber schon einmal nachgedacht? Was möchten Sie als „Familienerbe“ an die nächste Generation sehr bewusst weitergeben? Jede Familie hat etwas, das sie besonders macht – eine Familienidentität. Das herauszufinden, stärkt nicht nur die einzelne Familie, sondern prägt Generationen positiv. Unser gemeinsames Hobby ist Kochen. Inzwischen sitzt unsere kleine Enkelin schon manchmal auf der Arbeitsplatte daneben und schaut in die Töpfe.

Heidi Goseberg, verheiratet, vier erwachsene Kinder, ist an der Team.F-Akademie zuständig für das Studium „Fachreferent(in) Familie und Erziehung“ und für gleichnamige Fachseminare. In Lüdenscheid ist sie in der Ehe- und Familienberatung tätig.