

# NACHGEFRAGT

„Aber in meiner Kindheit war doch alles gut ...! Wieso also soll meine Kindheit etwas mit meinen Beziehungsproblemen zu tun haben?“

## Erika Bradavka antwortet:

Einwände gegen die Imago Theorie, dass sich viele Beziehungsprobleme aus der Kindheitsgeschichte erklären lassen, höre ich in meiner Praxis relativ oft. Und ich kann sie gut verstehen: Die meisten Eltern haben ja ihr Bestes gegeben, haben nach bestem Wissen und Gewissen erzogen – auch wenn sie es in ihrer eigenen Kindheit oft nicht leicht hatten (...Der Papa war immer so liebevoll, obwohl er als Kind geschlagen wurde.). Das verdient Wertschätzung und Anerkennung.

## In der Kindheit alles gut?

Doch sehen wir uns das genauer an: „In der Kindheit alles gut“ würde heißen, dass die gesamte psychische Entwicklung des Kindes ohne wesentliche Einschränkungen und Verletzungen gelungen sein müsste. Nehmen wir zum Beispiel die Entwicklung der fünf Kernfunktionen des Lebens: Lebensfreude, Fühlen, Spüren, Denken und Handeln (in der Imago Theorie die „Soziale Reise“ genannt). Gelingt sie ohne Einschränkungen, müssten die Eltern (oder andere erste Bezugspersonen) dem Kind dazu nur positive Botschaften vermittelt haben: Schön, dass es dich gibt! (Lebensfreude) Ich verstehe gut, dass du jetzt zornig bist. (Fühlen) Ja, das fühlt sich herrlich matschig an! (Spüren) Wow, toll durchschaut! (Denken) Du kannst aber schnell laufen! (Handeln) Wie oft aber hören Kinder genau das Gegenteil? Du bist so anstrengend! Jetzt rei dich doch zusammen! Pfui, du bist ja ganz schmutzig! Das verstehst du nicht! Lauf nicht so schnell, du wirst hinfallen!

Die allermeisten dieser Botschaften senden die Eltern in wirklich guter Absicht: um das Kind vor Verhalten zu schtzen, das sie als gefährlich oder unangemessen einschätzen – um das Kind zu Werten zu erziehen, die ihnen wichtig sind. Auch müssen alle diese Botschaften nicht wörtlich ausgesprochen werden, es genügen Signale in der Stimmlage, in Mimik oder Gestik (ngstlicher Blick, Seufzen, Augenverdrehen usw.). Kinder nehmen all dies unbewusst schon sehr früh wahr.

## Das verlorene Selbst

Werden einem Kind zu einem oder mehreren Kernfunktionen überwiegend negative Botschaften vermittelt, so beginnt es unbewusst diese zu unterdrücken. Betrifft das zum Beispiel das Fühlen, so wird das Kind seine Gefühle immer weniger ausdrücken, seine Gefühle immer weniger wahrnehmen, sich zu einem Menschen entwickeln, der Gefühlen hilflos und/oder abwertend gegenübersteht. Der Selbstanteil Fühlen geht ein Stück weit verloren.

## Wieder ganz werden

Gleichzeitig haben wir (unbewusst) den Wunsch, wieder ganz zu werden. Alle Selbstanteile leben und genießen zu können, so als wären sie nie unterdrückt worden. Darum verlieben wir uns oft in Menschen, die unsere verlorenen Selbstanteile gut leben können. Zum Beispiel ein logisch denkender und entschlossen handelnder Mensch in eine emotionale und feinsinnige Person. Am Anfang in der Verliebtheitsphase sind beide fasziniert voneinander: Du bist so herrlich lebendig! Toll, wie du Ruhe und Struktur ins Chaos bringst! Ist die erste Verliebtheitsphase dann aber abgeklungen, sind oft Beziehungskonflikte vorprogrammiert. In meiner Praxis höre ich dann oft Vorwürfe wie: Du bist so kalt, ich spüre dich nicht!! Oder: Kann man mit dir nichts in Ruhe besprechen??

## Chancen des Konflikts

Genau in diesen Beziehungskonflikten liegt die große Chance, sich weiterzuentwickeln. Der hinter den Konflikten liegenden Kindheitsgeschichte auf den Grund zu gehen, sie zu verstehen und neu bewerten zu können. Mit neuem Verhalten zu experimentieren und damit gemeinsam zu wachsen. Dem/der Partner\*in ähnlicher zu werden, in all den Punkten, die uns am Anfang so fasziniert haben und uns jetzt so auf die Palme bringen. Und all dies mit einem liebevollen Blick auf die Eltern, die vor dem Hintergrund ihrer Geschichte ihr Möglichstes getan haben.



## Erika Bradavka

Imago Professional Facilitator & Supervisorin, Dipl. Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Aufstellungsleiterin

A–3040 Neulengbach  
Tel.: 0664 2792447

[www.begegnungspraxis.at](http://www.begegnungspraxis.at)

Erika Bradavka lebt und arbeitet mit ihrem Mann Michael in Neulengbach in Niederösterreich. Sie hat zwei Kinder und zwei Enkelkinder und ist Oma mit Leidenschaft.

In ihrer langjährigen Arbeit an Familienberatungsstellen hat sie sich schon bald auf die Begleitung von Paaren und Familien spezialisiert. In ihrer Imago Begegnungspraxis arbeitet sie mit Paaren, Familien und auch im Einzelsetting. Außerdem bietet sie Supervisionen an.

