

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Das ungewollte Kind

erstellt am: 01.02.2018 | Kategorie(n): [ARTIKEL](#)



Bettina Baumann
HEILPRAKTIKERIN FÜR
PSYCHOTHERAPIE (HPG)

Auf das Thema des ungewollten Kindes hat mich eine Blogleserin aufmerksam gemacht. Sie fragte nach entsprechender Literatur. Zu meinem Erstaunen fand ich spontan kein empfehlenswertes Buch in meinem Regal oder bei Amazon, das sich speziell mit diesem Thema beschäftigt. Das Drama des ungewollten Kindes wird offensichtlich **stiefmütterlich** behandelt.

Das ungewollte Kind kennt vor allem Mangelgefühle. Wenig oder keine Liebe, Zuwendung, Aufmerksamkeit, Schutz, wurde häufig sich selbst überlassen und kennt Verlustängste sehr gut.



Ich selbst war auch ein ungewolltes Kind, meine Eltern waren über 40 Jahre alt, als ich mich ankündigte. Sie hatten bereits zwei Kinder und die Familienplanung war abgeschlossen. Meine Mutter schämte sich schon während der Schwangerschaft für mich. Ich vermute, es war ihr peinlich, durch die Schwangerschaft nach außen zu zeigen, dass sie mit 40 noch Sex hat. In der 60er Jahren war das wohl eine Schande – oder sie dachte, dass es so wäre.

Meine Mutter war mit sich und der Welt zutiefst unzufrieden, sie war ein emotionaler Eisberg, da war nichts zu holen. Als ich in die Pubertät kam, war meine Mutter in den Wechseljahren. Geniale Kombination! Ab da war ich an allem Schuld. Heute weiß ich, dass sie ihre schlechten Gefühle über mich ausagierte. Sicher haben Sie das auch erlebt. Schuld am Kopfschmerz der Mutter und an der Gastritis des Vaters. Schuld am Fahrrad, das in China

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Die Frage nach dem WARUM

Der rationale Verstand liebt Begründungen, deshalb ist er ständig auf der Suche nach ihnen. Er findet hier und da einen Grund und trotzdem fühlen Sie sich nicht besser. Die Jahre und Jahrzehnte andauernde Suche nach der Antwort auf das „Warum?“ kann zu einer fixen Idee und einer echten Qual werden.



Sicher haben Sie schon das Leben ihrer Mutter/Vater von allen Seiten durchleuchtet und viele Gründe gefunden, warum sie sich so verhalten haben und Sie nicht annehmen konnten. Diese Gründe beruhigen möglicherweise Ihren **Verstand**, aber niemals die schlechten **Gefühle** in Ihnen. Deshalb werde ich hier nicht die Liebesunfähigkeit Ihrer Eltern erörtern. Sie waren ein liebenswertes Baby und es war nicht Ihre Schuld, warum Mutter/Vater Sie nicht lieben oder wenigstens mögen konnten.

Unter meinen Klienten gibt es viele -heute erwachsene- **gewollte** Kinder, die in ihre Familie geboren wurden und ihre Kindheit dennoch unter Ablehnung und Zurückweisung fristeten, weil das Mädchen ein Junge hätte sein sollen oder der Junge ein Mädchen. Das Kind den Leistungs- und Schönheitsansprüchen der Eltern nicht genügte. Oder „aussortiert“ wurde, „weil es anders war“ oder „nicht in die Familie passte“. Oder das Kind mit der Bürde geboren wurde, die Ehe zu retten, was dem armen Kind nicht gelang.

Auch hier ist die Unfähigkeit der Eltern zu nennen, die ihr Kind nicht lieben und annehmen konnten, so wie es war.

Entlassen Sie sich aus der Fehlersuche in sich selbst und aus den lebenslänglichen Mangelgefühlen. Betrachten Sie Ihre Mutter/Vater mit erwachsenen Augen, nur so können Sie das sehen, was wirklich ist.



Manchmal geschehen kleine Wunder, wenn Mutter/Vater alt und krank wird. In der Schwäche des Alters können alte Gedanken- und Verhaltensmuster aufweichen

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



und offene Worte werden möglich. Es könnte sein, dass Mutter/Vater dann ausdrücken, dass sie Sie immer geliebt haben, es Ihnen aber nicht sagen konnten. Eventuell, weil sie einen Erziehungsstil verinnerlicht hatten, der vorgab streng, hart und autoritär sein zu müssen. Nicht selten sind Eltern mit der Erziehungsaufgabe hoffnungslos überfordert, haben keine Ahnung wie mit einem kleinen Kind und der Verantwortung dafür umgegangen werden soll. Der Führerschein für Eltern wäre keine sinnlose Sache!

Machen Sie Ihre Existenz und Ihre Gefühle nicht länger abhängig. Ihre Existenzberechtigung haben Sie in dem Augenblick bekommen, indem Sie sich -auf andere Ebene- bereit erklärten, auf diesem Planeten zu leben. Speziell wenn ich wütend bin, nenne ich ihn gerne den „Strafplaneten“. Die Lebensbedingungen hier sind nicht ideal. Ihre Existenzberechtigung und Ihren Platz auf dieser Welt kann Ihnen niemand nehmen!

Das ungewollte Kind trägt viel Schmerz, Schuld, Traurigkeit und Einsamkeit in sich. Seine Geschichte ist tragisch und dramatisch.



Energetisch und spirituell gesehen, ergibt sich eine völlig andere Perspektive:

Unsere Seele hat sich auf anderer Ebene diese Mutter und diesen Vater, das Umfeld und die Konstellation vorab ausgesucht. Natürlich haben wir diese Entscheidung mit einem anderen Bewusstsein getroffen. Mit dem Ziel etwas zu lernen. Wir sind hier, um zu lernen. Ihre Eltern sind nichts anderes, als Ihre Erfüllungsgehilfen auf dem Weg zur Weiterentwicklung.

Der Seelenlernprozess des ungewollten Kindes ist sicher die Selbstliebe. Sich selbst zu lieben und anzunehmen, trotz der Ablehnung und Zurückweisung der Mutter/Vater.

Diese Betrachtungsweise hat hohe Qualität, da sie den Menschen in die Distanz des Erlebten bringt. Aus der Distanz heraus, wird unser (Über-)Blick klarer und weniger durch Gefühle getrübt. Die Entscheidungsmöglichkeit entlastet ungemein. Wenn eine Situation noch eine Wahl offen hält, fühlen wir uns handlungsfähig, mündig und selbstwirksam.

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



In jedem Therapieprozess ist die Selbstliebe der Dreh- und Angelpunkt. Steht der Mensch in gutem Bezug zu seinem Selbst, kann er alles überwinden und seinen Weg positiv und stabil beschreiten.

Für mich ist meine Kindheit nur noch die „**Geschichte meines Aufwachsens**“, ich bin dieses Kind nicht mehr. Es ist seitdem so viel Zeit und Selbstverachtung ins Land gegangen und ich habe keine Lust mehr auf Selbstzerfleischung, Dramen und Tragödien.



Die Wichtigkeit dieser Geschichte verblasst. Wichtig ist das Kind in mir, das noch manchmal traurig, mutlos und wütend ist. Diesem Kind schenke ich all meine Aufmerksamkeit und Liebe.

Hier ist der Punkt, an dem sich jede Investition lohnt!



In der Traumatherapie geht das erwachsene Selbst zum inneren Kind um ihm Aufmerksamkeit, Liebe und Nähe zu geben. Gehen Sie innerlich zum

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Ihrem 3-5-10 jährigen Kind und sehen Sie, was es fühlt. Beschenken Sie dieses Kind, das ein Anteil Ihres Selbst ist, mit Ihrer Zuneigung.

Tun Sie das bitte nur, wenn Sie wirklich bereit sind für Ihr inneres Kind zu sorgen. Auch wenn die Welt stinkt und lügt, sind Sie sich selbst zur Ehrlichkeit verpflichtet.

Dann nehmen Sie Ihre Bereitschaft und schenken Sie dem Kind Trost, Liebe, Aufmerksamkeit, Nähe -nehmen Sie das Kind in den Arm- bis Sie das Gefühl haben, es geht ihm besser. Spielen Sie mit ihm. Hat es Lust zu schaukeln? Dann setzen Sie es auf die Schaukel und geben Schwung! Wenn Sie sich aus dem Prozess lösen, versichern Sie dem Kind, dass Sie wieder kommen und nach ihm sehen werden.

Lassen Sie diese Interaktion entstehen, auch wenn Tränen fließen, Sie werden einen besseren, liebevolleren Bezug zu sich selbst zu entwickeln. Die Begegnung mit sich selbst ist ein großer Segen!

Investieren Sie Zeit und Gefühle in das richtige, lohnende Projekt und das sind Sie!