

Heutzutage werden viele (junge) Tiere, aber auch Kinder, schon sehr früh überreizt und überfordert. Die Anforderungen und Ansprüche sind so unglaublich hoch geworden!

Der sichere Hafen

Autorin: [Patricia Wegmann, Wolfsgeist](#)

Heutzutage werden viele (junge) Tiere, aber auch Kinder, schon sehr früh überreizt und überfordert. Die Anforderungen und Ansprüche sind so unglaublich hoch geworden!

Alles mögliche sollen die (jungen) Tiere und Kinder schon kennenlernen, erleben, machen, sein, erlernen oder - noch besser - doch bitte direkt können.

Doch was ist mit dem sicheren Hafen?

Warum spricht niemand davon?



Stress und Druck statt unbeschwertem Heranwachsen

Die ständige Reizflut, gepaart mit den hohen Erwartungen, führen zu unglaublichem Druck und Überreizung und somit unweigerlich zu Stress. Dass das – nicht zuletzt aufgrund der vermehrt ausgeschütteten Stresshormone – auch den Körper beeinflusst, sollte logisch sein.

Bist Du Dir überhaupt bewusst, was Stress wirklich bedeutet?

Es sei mir an dieser Stelle kurz erlaubt, mich noch dem Wort Stress zu widmen.

Ich glaube nämlich, dass dieses Wort heute nicht mehr wirklich in seinem Gehalt wahrgenommen wird. Vermutlich weil wir uns eine so gestresste Welt erschaffen haben, dass Stress ja alltäglich/gewöhnlich zu sein scheint.

Falls Du auch zu dieser Gruppe Menschen gehörst, die also das Wort Stress einfach liest, mit wenig körperlich wahrgenommener Regung dazu, hier eine bildliche Vorstellung: Stress ist das, was Du spürst, wenn Du Dich schutzlos im Angesicht eines hungrigen Raubtiers widerfindest. Dein gesamter Organismus schaltet in diesem Moment auf Kampf oder Flucht. Adrenalin schießt durch Deinen Körper und mobilisiert ungeahnte Kräfte. Du steckst gänzlich in Aktivität, an Entspannung ist in diesem Moment nicht zu denken.

Mit diesem kleinen Exkurs erhoffe ich mir, dass das Wort Stress nun nicht mehr gefühlslos gelesen (oder gar überlesen?) wird...

Viel hilft viel - oder eben doch nicht?

Doch zurück zum sicheren Hafen. Ich bin der Meinung, dass viel zu viel Zeit und Aufwand in die Aktivität von Tier und Kind gesteckt wird. Dass viel zu viel, und das meist noch ständig, mit ihnen irgendwas gemacht wird. Und dass sie schon viel zu viel und viel zu früh alles Mögliche lernen und können sollen.

In dieser Einseitigkeit fehlt jedoch der Gegenpol. Ruhe und Entspannung. Innerhalb von so viel Aktivität kommt die bewusste Bildung eines ruhigen, sicheren Hafens für Tier und Kind oftmals leider viel zu kurz.

Dabei wäre doch gerade die Erschaffung eines sicheren Hafens für Tier und Kind so immens wichtig! Denn von dort aus würden wir sie befähigen, die auf sie zukommenden Dinge zu bewältigen. Mit einem Gefühl der Sicherheit im Rücken könnten sie in die grosse, weite Welt hinaus gehen und sich allen Herausforderungen voller Selbstbewusstsein stellen. Vom sicheren Hafen aus hätten sie alles, was sie benötigen, um im Leben klar zu kommen. Und das ganz ohne vorherige Reizüberflutung. Wobei diese wohl sowieso eher als Symptombekämpfung statt als Ursachenwirkung zu betrachten ist.

In diesem Sinne:

Reifung ist ein Prozess, der sich nicht beschleunigen lässt!

Reifung befähigt.

Reifung braucht Zeit.

Schenkt Euren (jungen) Tieren und Kindern also das, was sie wirklich und natürlicherweise

benötigen: Zeit!

