

LÜGEN HABEN KURZE BEINE – ODER?



Angst vor
Reaktionen

Wenn der Nachwuchs es mit der Wahrheit nicht so genau nimmt, ist das nicht gleich ein Grund zur Sorge. Kinder- und Jugendpsychotherapeutin Vivien Kain über Lügen als Entwicklungsschritt, Wissensgrenzen und unbrauchbare elterliche Reaktionen.

TEXT — Elke Jauk-Offner

Warum fangen Kinder überhaupt zu schwindeln an?

VIVIEN KAIN — Das ist Teil der kindlichen Entwicklung. Ab dem zweiten bis ungefähr zum vierten Lebensjahr kann man Kinder dabei beobachten, wie sie bei Rollenspielen oder fantastischen Geschichten flunkern. Das sind aber keine absichtlichen Lügen oder Täuschungsmanöver. In der magisch-animistischen Entwicklungsphase vermischen sich Fantasie und Realität. Der unsichtbare Freund existiert für das Kind wirklich.

Wie verändert sich dieses Verhalten mit zunehmendem Alter?

V K — Zwischen vier und acht Jahren probieren sie dann mithilfe von Unwahrheiten kleine Vorteile für sich selbst zu erwirken. Kinder können diese Flunkereien aber für gewöhnlich nicht sehr lange aufrechterhalten, beginnen selbst zu schmunzeln – oder die Wahrheit rutscht ihnen versehentlich heraus.

Ab wann handelt es sich um eine vorsätzliche Lüge, was braucht es dafür?

V K — Dazu sind eine Reihe von Fähigkeiten notwendig. Eine Lüge setzt Intelligenz, Kreativität, sprachliche Ausdrucksfähigkeit sowie die Kompetenz, schlüssige und nachvollziehbare Geschichten zu entwickeln, voraus. Darüber hinaus muss ein Kind wissen, was glaubwürdig wirkt und was nicht und sich den erfundenen Inhalt über eine gewisse Zeit hinweg merken können. Vierjährige vergessen gerne schnell, dass sie geflunkert haben. Hier kommt zudem die ‚Theory of Mind‘ ins Spiel – die Fähigkeit zur Mentalisierung. Sie ermöglicht es dem Kind, sich in andere hineinzuversetzen und abzuschätzen, welche Wirkung eine bestimmte Aussage auf das Gegenüber haben könnte.

Eine Lüge setzt Kreativität, sprachliche Ausdrucksfähigkeit sowie die Kompetenz, schlüssige Geschichten zu entwickeln, voraus.

Worin liegen denn die Motive der älteren Kinder und Jugendlichen, es mit der Wahrheit nicht so genau zu nehmen?

V K — Es gibt unterschiedliche Gründe: Angst vor Ärger, vor der Reaktion des anderen, vor einer Strafe. In der Schule wird geflunkert, um Anerkennung zu bekommen, um jemanden zu ärgern oder um sich einen persönlichen Vorteil zu verschaffen. Das sind ganz bewusste Handlungen. Und dann gibt es noch die sogenannte weiße Lüge.

Was ist mit einer „weiße Lüge“ gemeint?

V K — Man hält etwas zurück, spricht also nicht die Wahrheit aus, um die Gefühle des anderen nicht zu verletzen. Ein Beispiel dafür wäre, wenn man von der Oma potthässliche Socken bekommt, ihr aber dennoch sagt, dass man sich darüber freut.

Wie ist eine Lüge dieser Art einzuordnen?

V K — Das ist eine sozial angepasste Form einer Lüge, am Ende des Tages bleibt es aber dennoch eine Lüge. Eine weiße Lüge setzt Empathie und eine gewisse soziale Kompetenz voraus. Oma würde es kränken, wenn das Kind die Wahrheit sagt. Es nimmt Rücksicht. Dennoch müssen Eltern für sich klären, ob sie lieber wollen, dass die Kinder ausnahmslos ehrlich sind.

Sollte man Lügen nach Möglichkeit immer aufdecken?

V K — Wenn Fantasie und Realität noch ineinander verschmelzen, macht das keinen Sinn. Man kann aber eine gewisse Realitätsprüfung ins Gespräch bringen. Wenn das Kindergartenkind erzählt, im Gruppenraum habe es zu schneien begonnen, wäre eine passende Antwort: „Es wäre toll, wenn das möglich wäre. Normalerweise gibt es Schnee ja nur draußen.“ Wenn das Kind älter ist, sind Drohen, Schimpfen oder Bestrafen die unbrauchbarsten Reaktionen auf eine Lüge. Viel wichtiger ist es zu ergründen, ▷

- ▷ warum das Kind dachte, flunkern zu müssen. Ein Beispiel: Das Kind behauptet, alle Hausaufgaben gemacht zu haben und geht nach draußen spielen. Später stellt die Mutter fest, dass es nicht gestimmt hat. Das Kind hat aus Angst vor der Reaktion gelogen, eigentlich ging es aber um das Bedürfnis ins Freie zu gehen. Ein Gestaltungsspielraum kann helfen: Mit der Vereinbarung zuerst draußen zu spielen und Hausaufgaben etwas später zu erledigen, entfällt die Notwendigkeit zu lügen.

Wie reagiert man als Elternteil adäquat, wenn man Lügen entlarvt?

V K — Als Reaktion nicht gut sind Aussagen wie: ‚Nie kann ich mich auf dich verlassen. Ich bin so enttäuscht von dir.‘ Darunter leidet der Selbstwert. Ein respektvoller Austausch begünstigt es, dass alle bei der Wahrheit bleiben. Das bedeutet auch, dass das Kind die Erfahrung macht, dass seine Ehrlichkeit nicht bestraft wird. Man sollte Lügen auch nicht im Beisein von Freunden oder fremden Personen besprechen, sondern allein in einer vertrauensvollen Umgebung. Und auch hier ist es wichtig, mit dem Kind zu reflektieren, warum die Lüge vermeintlich notwendig gewesen ist.

Welche Rolle spielt das elterliche Vorbild in Sachen Ehrlichkeit?

V K — Es ist natürlich wichtig, den eigenen Zugang zum Thema zu reflektieren. Erwachsene flunkern mehrmals am Tag, häufig sozial angepasst. Aber es bleiben Lügen. Häufig lügen auch wir Eltern, um Konflikte zu vermeiden. Das bekommen Kinder mit. Keinesfalls sollte man Kinder zum Lügen anstiften. Es gilt zudem, die eigene Erwartungshaltung kritisch zu hinterfragen – etwa, dass das Kind nie lügt. Grundsätzlich geht es nicht um den Anspruch, in allem perfekt sein zu müssen, sondern vielmehr darum, was man beim nächsten Mal anders machen könnte.

Wo liegt die Grenze zu einem zunehmend problematischen Verhalten?

V K — Sind Verhaltensweisen sehr untypisch und irritierend für das Entwicklungsalter, schadet das Kind anderen, bringt es andere in Gefahr, ja begeht sogar Straftaten, dann sollte man psychologische oder psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch nehmen, weil ein gewisses Regulativ nicht zu greifen scheint.

Wie fördert man ein vertrauensvolles und ehrliches Miteinander in der Familie?

V K — Nicht jedes Flunkern bedeutet gleich einen Vertrauensverlust. Wenn Kinder erleben, dass Lügen langfristig eher Nachteile als Vorteile mit sich bringen, verändert sich ihr Verhalten meist ganz von selbst.

Wie geht man mit erst spät entdeckten Lügen um?

V K — Natürlich wird da die Irritation größer sein, das darf sie auch. Doch durch heftige elterliche Reaktionen oder Vorwürfe allein ist bei den Kindern und Jugendlichen keinerlei Lerneffekt möglich. Viel hilfreicher ist es, ihnen zu zeigen: Es lohnt sich, ehrlich zu sein – und es ist erlaubt, Fehler einzugestehen, ohne Angst vor Konsequenzen haben zu müssen. _____



Zur Person

Vivien Kain ist Psychotherapeutin in eigener Praxis mit den Schwerpunkten Säuglings-, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, Eltern und Erziehungsberatung sowie der Therapie von Erwachsenen. Spezialisiert ist sie auch auf die Diagnostik und die Behandlung von Teilleistungsschwächen und ihren Begleiterscheinungen wie Lern-, Leistungs-, Verhaltens- und Konzentrationsschwierigkeiten.