Aus Erziehung wird Beziehung

Vortrag von Thomas Schnura

ENTSPANN DICH, MACH’S DIR BEQUEM, NIMM DIR N KEKS

Veränderungen sind immer mit Schwierigkeiten verbunden. In diesen Schwierigkeiten stecken wir zur Zeit. Die Beziehung zwischen Eltern und Kinder haben sich geändert, nichts ist mehr einfach, Eltern sein wird immer anstrengender. So sehr, dass viele Paare sich trennen, weil sie mit den Schwierigkeiten nicht mehr klarkommen: etwa am zweiten Geburtstag des zweiten Kindes.

Zwischen Konservativismus, der Disziplin und Grenzen fordert, weil er die Kinder als kleine Tyrannen empfindet, und der Romantik der belächelten Hubschrauber-Eltern schwanken wir hin und her.

Beiden Modellen ist zu eigen, dass sie Eltern-Rollen voraussetzen. Eltern spielen Erzieher. Und sind zutiefst verunsichert, was sie eigentlich machen sollen, was von ihnen erwartet wird. Wie sie zugleich Eltern sein können und davon profitieren, dass sie da einen ganzen, neuen Menschen in ihrer Familie haben...

# Vortrag

# Früher – Heute

Einst Jetzt .

Schwarze Pädagogik Romantik / Konservativismus

Machtausübung Einbeziehung

Disziplinierung Dialog / Gespräch

Wertend korrigieren und belehren Anerkennend und reflektierend

Rollenbedingte Autorität Persönliche Autorität, Authentizität

Fokus auf Verhalten des Kindes Fokus auf die Beziehung

# Eine Sprache sprechen

"Es war mein großes Glück, in eine Familie hineingeboren zu werden, in die ich nicht hineingehörte. Als ich ungefähr vier Jahre alt war, habe ich gespürt, dass mir meine Eltern nicht das geben können, was ich brauche. Ich war klein und musste selbstverständlich bei ihnen bleiben, aber mental habe ich im Exil gelebt. Ich habe mir meine eigene Welt zusammenphantasiert und habe mich wohl dabei gefühlt. Den meisten Menschen macht Einsamkeit zu schaffen, aber ich kenne gar keinen anderen Zustand, und nichts erscheint mir wünschenswerter, als allein zu sein. Aus mir konnte also zum einen kein soziales Tier werden. Ich habe es nicht einmal aus Versehen versucht, mich mit Menschen zu umgeben, nur um nicht alleine zu sein. Zum anderen bin ich äußerst befähigt, für mich selbst zu sorgen. Ich brauche niemanden, der für mich sorgt, was manchmal für die anderen schwierig ist, denn: Wie soll man sich auf jemanden beziehen, der so unabhängig ist?

Meinen Eltern kann man rein äußerlich gesehen gar nichts vorwerfen. Damals war es normal, keinen Dialog zu führen. Eltern sprachen mit ihren Kindern nur das Notwendigste, und auch Mann und Frau unterhielten sich so wenig wie möglich. Mein Vater hat in all den Jahren meiner Kindheit und Jugend kaum was erzählt, und wenn er mal was sagte, dann war es kurz und bündig. Meine Mutter hingegen redete die ganze Zeit, aber sie wusste nicht, wie man ein Gespräch führt. Sie wusste immer, was man in der einen oder anderen Situation zu sagen hat, was von einem erwartet wird. Sie hatte also Phrasen für den Todesfall, für Glückwünsche, für Unfälle oder Krankheiten parat, aber sie hat es nie zu ihrer eigenen Sprache gebracht. Sie sprach eine soziale Sprache, die ich nie lernen konnte und lernen wollte, so dass ich bis zum heutigen Tag nicht weiß, was man sagt. Manchmal würde ich diese Sprache auch gerne beherrschen und beispielsweise in einem Zugabteil Smalltalk führen, aber ich kann es nicht. Es ist für mich immer noch eine große Herausforderung herauszufinden, wie ich etwas Inneres nach außen bringen kann. Zu lernen, meine eigene Sprache zu sprechen.

Meine Mutter und ich haben uns auch heute nichts zu sagen, ich spreche nicht mit ihr über diese Eindrücke. Meine Mutter beklagt sich manchmal, dass ich sie viel zu selten anrufe, und ich sage ihr dann aufrichtig: "Ich habe dir nichts zu sagen." Und dann kommt einer ihrer klassischen "man"-Sätze als Antwort. "Man hat seiner Mutter immer etwas zu sagen." Sie merkt, dass etwas nicht stimmt, aber sie verlässt ihren Kurs nicht und bleibt bei ihrer Forderung, ich solle sie öfter anrufen. Für mich ist es aber keine Pflicht, das zu tun. Sie hingegen gehört der Generation von Eltern an, die glauben, im Recht zu sein, wenn sie an ihre Kinder Forderungen stellen. Und solche Mütter sind gefährlich, denn sie ersticken jede Möglichkeit einer natürlichen Beziehung im Keim und sind sich dabei keiner Schuld bewusst. Sie sind im Recht, aber nicht in ihrem Wesen."

# Elterndarsteller oder: Die 3. Singular

„Da ist Mama aber ganz traurig...!“ – „Wer?“ Wie soll ein Kind einen Erwachsenen ernst nehmen, der im Gegensatz zu allen anderen von sich selbst in der dritten Person Singular spricht.

„Oma hat das eben gesehen!“ – „Wo ist sie denn?“ Es ist erstaunlich, wie resistent eine ganze Generation von Menschen gegen Änderungsvorschläge bezüglich des Sprechverhaltens ist.

„Papa möchte das nicht!“ Möglichst laut und im Umfeld der heimischen Fußgängerzone, danach der Blick aus dem Augenwinkel, der fragt: Habt ihr auch alle gesehen, wie schön mild ich mit meinem Kind umgehe? Ist das nicht goldig? Hab ich die Haare schön?

„Komm Kevin...! Ich geh schon mal nach Hause! Kevin, ich zähl jetzt bis drei: eins, zwei, komm Kevin! Tschüss Kevin...!“ Mama quatscht bloß. Sie ist nicht ernst zu nehmen.

„Was willst du denn Essen? Womit willst du spielen? Willst du Schokoladeneis? Kannst du jetzt ins Bett gehen? Soll ich noch einen Kasper machen? Bin ich schuld? Ich weiß es doch selber nicht...“ Da wird ein Kind zum Chef, das damit natürlich völlig überfordert ist, und es wird mit selbstzerstörerischen Gefühlen Schuld und Scham überhäuft.

Und das verstörte Kind fragt sich: Mit wem habe ich es hier eigentlich zu tun? Da ist niemand.

Ich will: Grenzen

Jeder Mensch braucht Grenzen – für sich selbst. Grenzen, die er selbst festlegt und die entweder respektiert werden oder bei denen es akzeptiert wird, dass man sie wahrt.

Keiner hat die Befugnis, anderen Menschen Grenzen zu setzen. Dass wir Verantwortung tragen für unsere Kinder, heißt nicht, dass wir Macht über sie ausüben dürfen. Stellen Sie sich vor, ich würde die Grenzen Ihres Handelns und Ihrer Entscheidungen festlegen: Sie würden sich das zu Recht verbitten. Dem Partner zeigen wir i.A. unsere Grenzen, dem Kind zeigen wir i.A. Vorwürfe und machen damit die Kinder für unsere Grenzen verantwortlich.

Nun wenden wir im Allgemeinen ein, dass Kinder noch nicht in der Lage sind, Grenzen zu erkennen, und das stimmt auch. Weder erkennen sie die Grenzen anderer Menschen noch anfangs ihre eigenen. Das heißt aber nicht, dass wir sie ihnen setzen, das heißt, dass wir unsere Grenzen wahren und dass wir auf die der Kinder aufpassen. In welchen Bereichen?

Als Neugeborene können sie nicht einmal die Grenze des Wickeltisches erkennen und überschreiten die unwissend.

In der Kindergartenzeit wollen sie sich nicht anziehen, sondern gerne auch im Schlafanzug gehen. Das ist okay. Nach ein oder zwei derartigen Versuchen werden sie ohne weiteres auf die allgemeine Linie einschwenken, ohne jede Verhandlung und ohne Druck.

In der Schulzeit können sie entscheiden, was sie anziehen, essen, machen wollen, mit wem sie reden wollen,

Grenzen setzen bedeutet nicht, Macht auszuüben gegenüber anderen. Das kommt den Kindern nicht zugute, es zeigt ihnen nur, dass sie minderwertig sind gegenüber den Erwachsenen.

Die wesentliche Frage ist: möchtest du Kinder, die ihr eigenes, autonomes Leben führen oder Kinder, die wissen, wie man sich benimmt?

Von den Menschen, die wissen, was *man* sagt, haben wir heute so viele, dass verständlich wird, dass ein Viertel der Erwachsenen irgendein psychisches oder ethisches Problem hat. Das ist sehr viel.

# Das Verhalten der Kinder ist immer sinnvoll

Jeder Mensch steht ein Leben lang in dem Konflikt, ob er seinen eigenen Interessen nachgeht oder ob er sich an die Gemeinschaft anpasst. Wahre ich meine Integrität oder kooperiere ich mit anderen?

Früher glaubte man, Kinder kennen diesen Konflikt nicht und seien egoistisch.

Heute weiß man, dass Kinder von Geburt an soziale, einfühlende und kooperierende Menschen sind, die für ihre Mitmenschen wertvoll sein wollen.

Bereits Säuglinge sind an Beziehungen interessiert und lernen durch Beziehungen etwas über sich selbst, den Anderen und die Welt.

Wir wissen, dass Kinder einfühlsam sind und die Gefühle der Menschen um sie herum seismographisch genau erfühlen und darauf reagieren. Wenn z.B. das kleine Kind immer weint und nicht in die Krippe gehen will, wenn die Mutter dabei ist, aber problemlos in die Krippe geht, wenn der Vater dabei ist, kann es sein, dass das Kind die Unsicherheit, die Zweifel der Mutter spürt und ihre Sorgen mit seinem Verhalten aufzeigt. Es bringt das ans Tageslicht, was die Mutter spürt, aber nicht zeigt.

Kinder wollen sich in Beziehungen wertvoll fühlen. Deshalb arbeiten sie immer mit ihren Eltern zusammen, auch wenn das oft nicht leicht ersichtlich ist. Kinder tun immer das, was für das Familiensystem das Beste ist und reagieren auch auf unbewusste Gefühle, Werte und Verhaltensmuster der Eltern. Im obigen Beispiel arbeitet das Kind mit der Mutter zusammen. Es lebt das aus, was die Mutter unterdrückt. Es gibt der Mutter die Möglichkeit auf ihre eigene Gefühlssituation hinzuschauen.

Wenn Familien unter täglichen Machtkämpfen mit den Kindern leiden, fragt man sich: Wo liegt da der „Wille zur Zusammenarbeit“? Machtkämpfe und Verweigerung haben vor allem eine Ursache: Einen tief greifenden Beziehungskonflikt in der Familie, den es zu entdecken gilt.

Wenn Kinder auffällig werden in ihrem Verhalten, dann sind sie wie ein Feueralarm. Wenn er erklingt, sollte man das Feuer in der Familie suchen.

Kinder wollen kooperieren, wollen nichts lieber, als Eltern erfreuen. Dazu müssen sie einen respektvollen Umgang erleben und in ihrer Persönlichkeit und Individualität anerkannt und geachtet werden.

Langeweile

"Kinder müssen sich langweilen"

Viele Institutionen, die Nachmittagsbetreuung, Sportcamps und auch die Medien sind voll von Animationsangeboten. Sie haben alle eines gemeinsam: Sie bieten Eltern Ideen und Strategien an, um Langeweile bei ihren Kindern zu vermeiden. Ich möchte eine Lanze für die Langeweile brechen.

Es geht nicht darum, Eltern zu kritisieren, die ihre Zeit mit ihren Kindern genießen, die Ferien und Wochenenden nutzen, um Museen zu besuchen, gemeinsam im Garten zu arbeiten, Fahrräder zu reparieren oder gemeinsam Sport zu treiben.

Es geht um Eltern, die sich unter Druck gesetzt fühlen: die darüber nachdenken, was sie mit den Kindern unternehmen könnten, und die sich schuldig fühlen, weil sie sich **eigentlich lieber entspannen** würden. Hier sind einige Ideen für diejenigen, die zusammenzucken, wenn sie ihre Kinder sagen hören: "Mir ist langweilig!"

Eltern und Kinder sind Konsumenten geworden. Das führt dazu, dass vielen Kindern langweilig wird, sobald die externe Stimulation fehlt. Es ist ihnen fad ohne Computerspiele, DVDs und Fernsehen. Auch Kindertagesstätten und Schulen setzen auf externe Stimulation. Wenn Kinder dem den ganzen Tag lang ausgesetzt sind, erhalten sie eine Überdosis davon.

Viele Eltern fühlen sich förmlich genötigt, diese Aktivitäten zu Hause fortzusetzen. Den Druck erzeugen dabei eigentlich die Kinder, denn sie wurden schlichtweg stimulationssüchtig gemacht. Ohne Anregung oder Bespielung haben sie Entzugserscheinungen. Sie beschweren sich und fordern, unterhalten zu werden. Wenn die Eltern noch genügend Energie haben, werden sie mit den Kindern Dinge unternehmen. Diejenigen, die müde sind, geben den Kindern einen Stapel DVDs oder schicken sie auf ein Kindercamp, damit andere Menschen sie unterhalten.

Mein Vorschlag: Lassen Sie Ihre Kinder sich langweilen. Sie können das mit reinem Gewissen tun.

Die meisten Kinder erleben eine unangenehme innere Unruhe, wenn sie sich langweilen. Der Grund: Sie versuchen, eine Balance zu finden zwischen dem Konsumieren von externen Reizen und ihrer eigenen inneren Kreativität. Jüngere Kinder wissen, dass diese Unruhe oder Langeweile nicht einfach zu beruhigen ist.

Wenn Kinder sagen, dass ihnen langweilig ist, und Eltern dann sofort eine Idee anbieten, weisen die Kinder diese in den meisten Fällen umgehend zurück. Wenn Eltern einige wenige Minuten lang warten, werden sie aber feststellen, dass sich ihr Kind bereits in etwas vertieft hat.

Langeweile ist der Schlüssel zur inneren Balance - egal in welchem Alter. Diejenigen, die die Unruhe vorbeiziehen lassen, kommen in Kontakt mit ihrer Kreativität. Unsere Kreativität ist der Raum, in dem wir uns spüren, uns selbst kennenlernen, uns selbst ausdrücken und die Erfahrung von Selbstverwirklichung machen.

Was sich noch vor einer Stunde wie eine unangenehme Stille anfühlte, erzeugt plötzlich inneren Frieden und wird zur emotionalen Aufladestation.

Für Kinder ist es wichtig, ihrer inneren Kreativität zu folgen. Es macht sie unabhängig von äußerer Anerkennung und Zustimmung. Kreativität ist zentral, um Selbstwert zu entwickeln. Kinder, die sich gelegentlich langweilen, werden eine größere innere Ruhe spüren, die ihre soziale Kompetenz fördert.

Wenn Ihr Kind zu Ihnen kommt und sagt: "Mir ist so langweilig", dann umarmen sie es und sagen: "Herzlichen Glückwunsch, mein Freund! Es interessiert mich, zu sehen, was du jetzt tust." Vielleicht ist Ihr Kind kurz irritiert, aber Sie geben ihm damit eine wertvolle Gelegenheit, mit seinen inneren Stimuli in Kontakt zu kommen, anstatt sich auf die äußeren zu verlassen.

Noch besser wäre es, wenn sie sich gemeinsam langweilen: Sie werden bemerken, dass Sie plötzlich über Dinge sprechen und sich gegenseitig erzählen, die nur auftauchen, wenn der "Unterhaltungsmodus" ausgeschaltet ist und Sie die innere Unruhe überwunden haben. Das ist der Punkt, an dem echte Nähe möglich wird. Sie können das auch mit Ihrem Partner ausprobieren.

Wir können uns aus unserer Konsumentenrolle nicht befreien. Aber wir können sie steuern und unseren Kindern dabei helfen herauszufinden, wie ihnen das selbst gelingt.

# Die 4 Veränderungen in der Pubertät

* Erfahrungen, die ihnen wehtun
* Verhältnis zu Drogen, Sex und Moral
* Mit wem sie über was reden wollen
* Erfahrungen für sich selbst, nicht gegen Sie

Und sie müssen ihr Gesicht wahren! Aber das müssen auch schon Kinder.

Am besten wäre es, wenn Jugendliche mit einem Schild herumlaufen, auf dem steht: Wegen Umbau geschlossen.

Die persönliche Sprache:

Ich will – ich will nicht

Ich mag – ich mag nicht

Ich will haben – ich will nicht haben

Wenn ich statt „Ich mag keine Zwiebeln“ sage: „Ich vertrage keine Zwiebeln“, dann werde ich Patient.

## Dialog statt Monolog

Dialog setzt voraus: Offenheit, Interesse, Engagement füreinander und für die eigene Sache.

Erwägungen, Ansichten, Erfahrungen können angeführt werden, aber man muss auch bereit sein, neue Einsichten zu gewinnen. Man muss sich dem Risiko aussetzen, klüger zu werden.

Ich spreche von mir, und daher werde ich nicht kritisch oder belehrend sein.

## Hilflosigkeit

Die Offenbarung der eigenen Hilflosigkeit: „Es ist uns/mir wichtig, gewisse Verabredungen zu treffen. Sie betreffen das Zusammenleben. Am besten schicken wir dir mal eine Mail mit unseren Vorschlägen. Du kannst dann darüber nachdenken und Gegenvorschläge machen. Diese Regeln haben nicht für die nächsten sieben Jahre Bestand. Und wenn sie geändert werden müssen, dann müssen wir wohl hin und wieder eine Pizza zusammen essen und sie neu besprechen. Ist das okay für dich?“ Es macht nichts, wenn die Jugendlichen erfahren, dass wir Anfänger sind im Umgang mit Jugendlichen. Wenn wir sie respektvoll behandeln, tun sie das auch.

## Kinder – Schule – Eltern

Kommunikation ist die Basis.

1. Lehrer sind nicht darin ausgebildet, fruchtbare Dialoge mit Kindern zu führen.

2. Lehrer sind nicht darin ausgebildet, Dialoge mit Eltern zu führen.

3. Schule ist kein Ort des Dialogs.

Der Fehler liegt im System. Über die Bildungschancen unserer Kinder entscheiden Menschen, die weder Zeit noch Interesse haben, sich der Individualität unserer Kinder zu widmen, und dieses unmenschliche System übt auch noch Druck auf uns Eltern aus. Daher wenden sich immer mehr Familien von der Schule ab und verweigern sich ihrer eigenen Neugierde und ihrem Wissensdurst.

Die wachsende Zahl der Kinder mit Schulproblemen ist ein Signal, das sagt: Die Schule ist ein wachsendes Problem für die Schüler.

# Workshop

# Worum geht es eigentlich?

Wir haben jetzt viel über das gesprochen, was heute nicht mehr geht, wenn wir unsere Kinder bei ihrer Entwicklung begleiten wollen, autonome und verantwortungsbewusste Individuen mit der Fähigkeit zu einer klaren Zielsetzung und zu kritischer Selbstreflektion zu werden. „Will ich ein lebendiges oder ein gehorsames Kind? Will ich ein gesundes oder ein nettes Kind?“

## Gleichwürdigkeit

... oder das gelungene Zusammenspiel von Eltern und Kindern auf gleicher Ebene.

Gleichwürdigkeit heißt nicht Gleichheit (juristisch) oder Ebenbürtigkeit (stark). Anerkennen, es heißt, dass alle Menschen den gleichen Wert und die gleiche Würde haben.

Gesündeste Beziehung: Subjekt – Subjekt, nicht Subjekt – Objekt. Das Kind ist kein Ding, sondern ein Mensch.

Das Kind wird so ernst genommen wie die Erwachsenen.

Die Führung bleibt bei den Eltern. Aber Respekt für die individuellen Eigenschaften.

Machtausübung ist nicht Fürsorglichkeit. Gehorsam, Unterordnung sind die alten Ideale.

Kind lieben für sich selbst, nicht für das, was es tut. Authentizität ist die Basis einer solchen Beziehung.

Konsequenz vs. Strafe. Z.B.: Wunde, Erkältung vs. Nachtisch verweigern, Herabminderung. Die Konsequenzgläubigkeit geht meist zu Lasten der Eltern, die Mama und Papa spielen. Oft geht es um Schuld, Scham und Konsequenzen. Schuld und Scham sind die beiden selbstzerstörerischsten Gefühle, die wir kennen.

Ist Einigkeit in den Erziehungsprinzipien wichtig? Nein.

Eltern stellen oft die Frage, wie sie das Selbstwertgefühl der Kinder fördern können. Entscheidend ist, dass man Kindern gleichwürdig begegnet. Gleichwürdig heißt, dass die Wünsche, Bedürfnisse, Grenzen und Gedanken eines jeden Familienmitgliedes gleich wahr und ernst genommen werden.

Niemand wird für das, was er fühlt und denkt gekränkt, kritisiert, gedemütigt oder lächerlich gemacht. Trauer, Enttäuschung, Wut sind völlig normale, wichtige Gefühle. Kinder wollen das Recht, auch die zu haben. ALLE Gefühle sind wichtig. Kinder, die Symptome entwickeln, zeigen, dass etwas mit der Beziehung nicht stimmt, und es ist die Aufgabe der Eltern, herauszufinden, was.

Dies wahr und ernst nehmen erfüllt das fundamentale menschliche Bedürfnis gesehen und gehört zu werden. Das lässt Kinder ein gesundes Selbstwertgefühl entwickeln, denn sie fühlen sich „richtig“, so wie sie sind. Mit jeder Kritik, jedem Sarkasmus und jeder Respektlosigkeit fühlen sich Kinder falsch und schuldig. Gleichwürdigkeit ist eine innere Haltung, die vor allem dadurch ausgedrückt wird, wie wir miteinander sprechen.

Nur weil ich jemanden in seinem Wunsch ernst nehme, heißt das nicht, dass ich ihn erfüllen muss. Aber es macht einen Unterschied ob ich seinen Wunsch anerkenne und dann nein dazu sage oder ob ich ihn dafür kritisiere, dass er einen Wunsch äußert. „Ich will dir diese Puppe jetzt nicht kaufen“, ist eine klare Aussage, die niemanden kränkt. „Hör auf zu quengeln mit deiner Puppe“, ist eine Antwort, die das Kind erniedrigt. Es kommt nicht auf den Inhalt an, ob ich ja oder nein zu etwas sage, sondern wie ich etwas sage, ob ich die Würde des Kindes respektiere.

### Vertrauen und Liebe.

Sagen Sie Ihrem Kind doch mal die Wahrheit. Und die Wahrheit könnte sein: „Wir haben alles versucht, was wir konnten, damit du ..., doch jetzt sehen wir, dass uns das nicht gelungen ist.“ Das ist der schwerste, aber wichtigste Satz. Damit übernehmen die Erwachsenen die Verantwortung.

„Wir haben es genauso schwer, wie du es offensichtlich auch hast. Deshalb brauchen wir deine Hilfe. Du musst uns erzählen, was wir falsch machen und wie wir es besser machen können.“ Jetzt wird es ernst genommen. Wenn es den Eltern gelingt, eine Weile zu schweigen, fangen die Kinder oft von selber an, Lösungsvorschläge zu machen. Nicht das Kind und sein Verhalten ist schuld, sondern die Eltern übernehmen Verantwortung. Dann zuhören ohne zu argumentieren. Nicht wieder die alten Ermahnungen.

Grundregel: Wenn Sie mit Ihren Kindern etwas machen wollen, überlegen Sie, ob Sie das auch mit Ihrem Partner machen würden. Wenn die Antwort „nein“ lautet, ist es wahrscheinlich eine schlechte Idee.

## Integrität

... bedeutet, zu sich selbst Ja zu sagen – und auch mal Nein zu den Wünschen anderer.

Die eigene Persönlichkeit wahren.

Konsensbereitschaft führt zu Grenzüberschreitungen und Missachtung von eigenen Regeln. Dadurch wird Liebe zum Gefängnis und Familie erdrückend.

Eine Gemeinschaft wird mit der Stärke der Individuen stärker. Je genauer einer weiß, was er will und was nicht. Das ist nicht Egoismus, denn es ist nicht gleichbedeutend mit Durchsetzen der Bedürfnisse.

Familie ist eine Ansammlung unterschiedlicher Individuen mit verschiedenen Anlagen, Temperamenten, Bedürfnissen

Signale des Unwohlseins: Selbstzerstörerisches Verhalten: Bauchschmerz, Essstörung, Einstellung der Kooperation: schwierig werden.

Wir müssen die eigene Führungsrolle immer wieder überdenken.

Integrität heißt, die eigenen Grenzen aufzeigen, z.B. „**mir** ist die Musik zu laut, mach sie bitte leiser.“ Das ist das Miteinander.

Symptome (Selvini–Pallazoli) sind Einladungen, die zeigen, dass es dem Kind nicht gut geht. Die Eltern sollten die Einladung annehmen. Dadurch werden die Symptome überflüssig. Belohnungen oder Strafen haben dabei allenfalls einen kurzfristigen Effekt.

## Authentizität

... oder die Fähigkeit, die Person zu sein, die man wirklich ist, um auch andere in ihrer Einmaligkeit wahrnehmen zu können

Statt Lob und Tadel: echte, persönliche Rückmeldung. Das gefällt mir, das nicht; das mag ich, das nicht. Das fühlt sich für alle besser an als ein Eltern-Rollenspiel. Rollenmodell für die Kinder. Es ist in Ordnung, so zu sein, wie man ist. Damit wird auch Subjektivität erkennbar und gleichwürdig.

Eine neue Forderung: Authentizität. Neue Wege finden! Nicht mehr Gehorsamskultur, in der sich Eltern hinter einer pädagogischen Maske verstecken. Lehrreiche, besserwisserische oder hilfsbereite Kommentare. Wie viel ist persönliche Erfahrung?

Wir werden als Originale geboren und sterben als Kopie. (Max Stirner) Zur eigenen Kraft kommen und stehen; der sein, der wir wirklich sind; die eigene Persönlichkeit vertreten und die unserer Kinder akzeptieren.

„Ich möchte, dass meine Kinder es gut haben.“ – „Das Gefühl, versagt zu haben...“

Mangel an Autorität ist die Konsequenz aus der Schwierigkeit, sich selbst ernst zu nehmen. Nimm dich ernst, wenn andere es nicht tun. Bau eine innere Sicherheit auf bzgl. der Frage, was du willst und was du nicht willst.

Langeweile: es ist gesund, sich zu langweilen. Versuche nicht, deinen Kindern ein Unterhaltungsprogramm zu liefern. Setz dich mit den Kindern persönlich auseinander und versuche nicht, das an Unterhalter zu delegieren. Die Menge der Unterhaltungsangebote ist überwältigend und führt zu Überreizung. Bei manchen Kindern ist Langeweile gleichbedeutend mit innerer Leere oder Traurigkeit. Dann lehnen sie Veränderungsvorschläge ab, was aber höchstens eine viertel Stunde dauert. Langeweile führt über kurz oder lang in eine innere Balance und zu Kreativität. „Da bin ich aber gespannt, was dir einfällt. Viel Glück dabei.“ Oder gemeinsam langweilen und mit der eigenen Innenwelt in Kontakt kommen.

Stellen Sie sich vor, das, was Sie tun, würden Sie mit Ihrem Partner tun. Oder noch besser: Ihr Partner würde das mit Ihnen tun. Wie würde Ihnen das gefallen.

„Ich will euch nicht mehr...“ bedeutet: meine Welt ist mir abhanden gekommen. Ich kenne mich nicht mehr aus.

„Ich glaube, das damals ist dir schwerer gefallen als ich mir das gedacht habe. Stimmt das?“ – „Vielleicht kannst du ein paar Bilder darüber malen, wie es dir damals gegangen ist. Darüber würde ich mich freuen. Dann könnte ich besser verstehen, wie es dir gegangen ist.“ Wenn Kinder nicht über ihre Schwierigkeiten sprechen können, dann schließen sie diese in sich ein und tragen sie lange mit sich herum.

## Verantwortung

... oder: Es liegt an den Erwachsenen, wie die Qualität ihrer Beziehung zu ihren Kindern ist.

Verantwortlichkeit bedeutet, die Verantwortung für Leben, Handeln und Werte sowie das Verhalten gegenüber den anderen. Wir Erwachsenen tragen die Verantwortung. Die kann weder geteilt noch delegiert werden. Sowohl für die guten wie die sogenannten schlechten Gefühle.

Kinder können in verschiedenen Bereichen (Essen, Hausaufgaben, Kleidung) persönliche Verantwortung für sich übernehmen. Wenn sie von ihren Eltern darin gefördert werden, entwickeln sie fast von allein soziale Verantwortung, Empathie, Rücksichtnahme und Respekt. Aber nur dann, wenn sie soziale Verantwortung aus der Authentizität und Verantwortung aus dem Leben der Eltern lernen können.

Frei dagegen sind Kinder aber nicht. Sie sind bis zum Alter von 10 Jahren abhängig von den Eltern, es liebt sie bedingungslos, egal, wie sie mit ihm umgehen.

### Verantwortung vs. Schuld:

Verantwortung ist das, was wir tragen, ob wir wollen oder nicht. Der Mensch ist frei, das aber aus Zwang. Verantwortung ist die Zwillingsschwester der Freiheit im Schiller’schen Sinne.

Schuld ist die Folge eines Verstoßes gegen eines der bekannten Gebote, Schuld muss gesühnt werden und führt, vor allem wenn die Sühne unterbleibt, zu selbstzerstörerischen Schuldgefühlen.

„Ich liebe dich, weil du so wunderbar bist.“ – „Ich bin wütend, weil du so schrecklich bist.“ Das sind Aussagen von Menschen, die für ihre Gefühle einen Verantwortlichen suchen und die Verantwortung nicht selber tragen können. Wir übernehmen ungern die Verantwortung für unsere Emotionen, daher suchen wir nach Gründen. Dabei ist das ein Teil des Erwachsenwerdens und Reifens.

# Aus Liebe Nein sagen

## Kindererziehung „Viele Eltern benehmen sich wie Flugbegleiter“

03.06.2010 ·  Soll man Kindern Grenzen setzen oder sie selbst entscheiden lassen? Wo es keinen Konsens mehr über Erziehung gibt, weist der Familientherapeut Jesper Juul Auswege aus den Erziehungsfallen und beruhigt: „Die besten Eltern machen täglich 20 ernsthafte Fehler.“

Die Entdeckung der Würde des Kindes vergleicht Juul mit der Emanzipation der Frau.

**Konjunktive, bis das Kind verwirrt ist**

Neokonservativen mit ihrem Lieblingsdogma, dass man Kindern Grenzen setzen müsse. Sie schwören auf gute alte Werte wie Gehorsam und Disziplin.

Neoromantiker hingegen, wie Juul sie nennt, kann man auf jedem Spielplatz beobachten. Lächelnd sagen sie "bitte" und benutzen Konjunktive, bis ihre Kinder verwirrt sind. Weil sie Konflikte scheuen und Entscheidungen dem Nachwuchs überlassen, tanzen ihnen die lieben Kleinen auf der Nase herum. "Viele Eltern benehmen sich heute wie Flugbegleiter, um die Leute mal wieder zum Lachen zu bringen.“ Der Therapeut malt mit dem Finger einen imaginären Strich in die Luft und sagt: "Auf diesem Kontinuum, wo Autorität der eine Pol ist und Laissez-faire der andere, gibt es nichts, das funktioniert. Solange wir innerhalb dieser Polaritäten bleiben, kommen wir nicht vorwärts."

Seine Schlagworte wie "Gleichwürdigkeit" und "Selbstverantwortung" erschließen sich zwar nicht auf den ersten Blick. Aber das Leben sei nun mal nicht einfach, sagt er selbst. Er geht um eine Haltung, und die beginnt mit der Einstellung dem eigenen Kind gegenüber. "Will ich ein lebendiges oder ein gehorsames Kind? Will ich ein gesundes oder ein nettes Kind?", fragt Juul. Betrachte ich mein Kind als Projekt, mit dem ich ein bestimmtes Ziel verfolge - oder als eigenständige Persönlichkeit, die ich respektiere wie erwachsene Menschen auch?

Gleichwürdigkeit zwischen Kindern und Eltern hat für Juul allerdings nichts mit Gleichberechtigung zu tun. Im Gegenteil: Kinder brauchen Führung, lautet sein Mantra. Er sagt: "Kinder brauchen Eltern, die mehr oder weniger wissen, was sie wollen. Es ist nicht wichtig, was sie wollen." Das führt dazu, dass sich Grenzen in der Familie nicht aus abstrakten Konventionen ergeben, sondern aus persönlichen Bedürfnissen.

Sätze wie: "Nein, ich will dir jetzt keine Geschichte vorlesen. Ich will Zeitung lesen." Oder: "Ich will dich nicht mehr in unserem Bett haben. Mama und ich wollen allein schlafen." Das sorgt vielleicht für Konflikte und Frustration. Doch daran, so Juul, wachsen Kinder. Solange ihnen niemand Schuldgefühle macht.

Den Ausschlag gibt die Qualität der Auseinandersetzung. Dafür sind Juul zufolge die Eltern verantwortlich, und weil Zwang der Beziehung schadet und Endlosdiskussionen zu gar nichts führen, kommt der Sprache eine Schlüsselbedeutung zu. "Ich gebe ein Beispiel", sagt Juul wie immer, kurz bevor man den Faden verliert. Also Zähneputzen. Der Zweijährige will nicht; die Eltern finden, es muss sein. Deshalb sagt die Mutter zum Beispiel: "Hör mal. Für mich ist es notwendig. Und ich bin der Boss. Jetzt machen wir das." Das funktioniere, glaubt Juul, meistens jedenfalls. Kinder wollten kooperieren, egal in welchem Alter. Die Bedingung heißt Freundlichkeit. "Das ist schwierig für Eltern. Die sind immer so ein bisschen streng oder süß. Und dann versuchen sie, ihrem Kind alles zu erklären, von Karius und Baktus und so, und das macht alles nur noch schlimmer. Dabei muss ich nur wissen: Das will ich jetzt."

Den Respekt für sein Gegenüber scheint man zu spüren. Er schweigt, um nachzudenken, manchmal schließt er die Augen. Als wolle er sagen: "Hier bin ich. Wer bist du?"

Er begann eine Ausbildung zum Familientherapeuten. Trotzdem sagt er: "Sechzig Prozent von dem, was ich weiß, habe ich mit meinem Sohn gelernt." Inzwischen erzählt Juul gern von seinem Enkel, den er für ähnlich eigensinnig hält wie schon den Sohn und sich selbst. Das stellt ihn vor Herausforderungen, an denen er sein Lebenswerk gewissermaßen experimentell überprüfen kann. Juul hasste es zum Beispiel, wenn sein Sohn das angekaute Essen auf die Tischplatte spuckte, weil ihm etwas nicht schmeckte. "Darüber haben wir acht Jahre lang einen Machtkampf geführt, und ich habe verloren", sagt er. Plötzlich machte der Enkel - damals zwei Jahre alt - dasselbe. Also sagte Juul: "Ich will gerne, dass du das nicht auf den Tisch legst, sondern auf deinen Teller. Kannst du das für mich machen?" Und der Enkel schaute ihn an. Blickte auf den Tisch. Nahm den Bissen. Legte ihn auf den Teller. Schaute wieder den Opa an und fragte: "So meinst du?" Und Juul sagte: "Genau so meine ich es. Danke."

Einmal, als die Oma weg war, die sonst den lieben langen Tag den Enkel bespaßt, sagte Juul: "Du, hör mal. Ich spiele nicht so gerne wie die Oma. Wenn wir beide alleine sind, musst du mehr alleine spielen." Der Kleine antwortet, wie es für Zweijährige typisch ist: "Nein." Aber Juul erklärt rückblickend: "Da muss man nur warten. Es dauert maximal 15 Sekunden, dann macht er es. Mit diesem ,Nein' sagen Kinder nur: ,Ich bin meine eigene Person. Wenn du das weißt und akzeptierst, können wir kooperieren.' Nur wenn man gegen dieses Nein geht, mit einer pädagogischen Erklärung oder einer Motivation, dann geht alles schief."

Dass ist kein Weltuntergang, die Kleinen auch mal anzubrüllen. "Romantiker glauben, ihre Gefühle schaden dem Kind. Aber die Abwesenheit von Gefühlen schadet dem Kind." Dass man sich Zeit zum Nachdenken nehmen darf, wenn die Kinder einen mit Wünschen bestürmen. "Kinder können warten." Er sagt: "Es ist auch erlaubt, Humor zu haben." Und: "Die Reaktionen von Kindern sind immer sinnvoll." Den Trend, Kinder reflexhaft zu loben, bezeichnet er als Krankheit.

Juul denkt in Generationen und Geschlechterrollen. Die Entdeckung der Würde des Kindes vergleicht er mit der Emanzipation der Frau. Deshalb macht es ihn so wütend, wenn junge Akademikerinnen heute ihre Kinder behandeln wie ihre Großväter einst Frauen. Prinzip: Wir können über alles reden, aber jetzt sei still und geh in die Küche. Eine Mutter, die unzufrieden ihre Halbwüchsigen bedient, missachtet Juul zufolge nicht nur ihre Grenzen. Sie sei auch ihrer Tochter ein schlechtes Vorbild - als hieße Frau sein, Dinge zu tun, die man nicht will. "Ich habe in fast vierzig Jahren als Psychotherapeut nicht eine Frau getroffen, die keine Schwierigkeiten hatte, die eigenen Grenzen wahr- und ernst zu nehmen. Dabei ist das der Kern mentaler Gesundheit."