

Jesper Juul  
Pernille W. Lauritsen



Renate Götz Verlag

# Frag Jesper Juul - Gespräche mit Eltern

Alltagsleben in der Familie

Jesper Juul  
Pernille W. Lauritsen



Frag Jesper Juul -  
Gespräche mit Eltern  
Alltagsleben in der Familie

Jesper Juul  
Pernille W. Lauritsen

# Frag Jesper Juul - Gespräche mit Eltern

Alltagsleben in der Familie

Übersetzung aus dem Dänischen von  
Christian Andersen

Renate Götz Verlag

Titel der Originalausgabe:  
*Samtaler med forældre – hverdagsliv i familien*  
Erschienen im Verlag Apostrof, Kopenhagen 2009  
Copyright © by Jesper Juul & Pernille W. Lauritsen 2009

Aus dem Dänischen übersetzt von Christian Andersen  
Alle Rechte an der Übertragung ins Deutsche bei  
Renate Götz Verlag, A-2731 Dörfles, Römerweg 6

E-Book: 2022  
Deutsche Erstausgabe der Printversion 2009  
Copyright © by Renate Götz Verlag  
A-2731 Dörfles, Römerweg 6  
e-mail: [info@rgverlag.com](mailto:info@rgverlag.com)  
[www.rgverlag.com](http://www.rgverlag.com)

Bildnachweis:  
Cover Seite 1: Titelfoto Jesper Juul © by Vanja Vukovic . [www.vanja-vukovic.de](http://www.vanja-vukovic.de)

Layout und Gesamtgestaltung © by outLINE | grafik Eva Denk outlinegrafik.at

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form  
(Druck, Kopie oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung  
des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,  
vervielfältigt oder verbreitet werden.

**Printausgabe: ISBN 978-3-902625-07-6**

**E-Book: ISBN 978-3-902625-94-6**

## Inhalt

[10 Erziehung oder Begleitung?](#)

[14 Unser Kind schläft nicht](#)

[19 Wilder Junge in der Krippe](#)

[27 Meine Tochter will selbst bestimmen](#)

[32 Begraben Sie den Krieg mit Ihrer kleinen Tochter](#)

[40 Gemeinschaft und Pädagogik](#)

[44 Einsames, fünfjähriges Mädchen](#)

[50 Unser Sohn gibt schnell auf](#)

[56 Die große Schwester macht ihren kleinen Bruder zur Schnecke](#)

[62 Nehmen Sie Ihre Grenzen ernst](#)

[68 Reden Sie so, dass Ihre Kinder zuhören](#)

[72 Wenn nur die Mutter taugt](#)

[78 Ihre Kinder sehnen sich nach Geborgenheit](#)

[84 Stiefvater oder Freund der Familie](#)

[90 Unser Junge wird oft gescholten](#)

[97 Unser Kind fühlt sich nicht wohl](#)

[101 Ich kann zu meinem Ex-Partner nicht Nein sagen](#)

[107 Wie kann unser Junge ein besseres Selbstgefühl entwickeln?](#)

[113 Ist mein Bub schulreif?](#)

[118 Große Meinungsverschiedenheiten nach Scheidung](#)

[124 familylab – die Familienwerkstatt](#)

## Hinweis

Alle Namen sind verändert, sodass Rückschlüsse auf die realen Personen nicht möglich sind.

Im Sinne einer guten Lesbarkeit wurde auf die heute übliche Schreibweise LehrerInnen, PädagogInnen usw. verzichtet, es mögen sich aber bitte jeweils weibliche wie männliche Personen angesprochen fühlen.

Wir haben die Übersetzung dem Original bewusst möglichst nahe gehalten, um den Ausdruck Jesper Juuls und die Emotionen der Eltern und Kinder beizubehalten.

## Vorwort

Es besteht kein Zweifel daran, dass heutige Familien vielen Herausforderungen gegenüberstehen. Wir können uns nicht am Wissen unserer Eltern, an dem, was man damals tat, anlehnen. Es ist entscheidend zu verstehen, dass neue Zeiten neue Herausforderungen für die Familie mit sich bringen.

Der ständig wachsende Wunsch von Eltern, gute Eltern zu sein, stets das Richtige oder sogar Perfekte zu tun, wird schnell, oft sogar vor der Geburt des Kindes, unverhältnismäßig groß. Es ist, als ob diesem Perfektionismus eine Erwartung zu Grunde liegt, nach der perfektes Verhalten der Eltern zu problemfreien Kindern führt. Ein Kind kann damit zum Beweis dafür werden, dass ich es gut gemacht habe.

Das immerwährende Verlangen danach, gute Eltern zu sein, bringt viele dazu, auf Nachbarn, Kindergarten, Schule oder Fernsehen zu schießen, um die „richtigen“ Lösungen zu finden, und damit sickert die persönliche Führungsposition langsam aus der Elternrolle.

Kinder brauchen die Persönlichkeit der Eltern, um die Bindung zu spüren und sich verbunden zu fühlen. Sie sind darauf angewiesen, Grenzen und Gefühle authentisch und nicht als Installationen moderner Prinzipien zu erleben.

Vor nur 20 Jahren war es viel einfacher, seinem Kind gegenüber ein persönliches Nein zu vertreten. Vielen standen weniger Geld und Mittel zur Verfügung, um ihren Kindern ungeahnte Mengen Geburtstagsgeschenke, geschweige denn tägliche Geschenke, Erlebnisse, Markengewand, Extras für die Jause und Ähnliches zu geben.

Heutzutage können sich die meisten Leute viel mehr leisten und selbst in der Finanzkrise zeigen Untersuchungen, dass Kinder-sachen zu den Dingen gehören, an denen am wenigsten gespart wird. Das Nein wird für viele zu einem Prinzip, das im Namen der Perfektion von Zeit zu Zeit eingespart wird, anstatt herauszufinden, was man eigentlich meint. Das Gleiche gilt für einen ganzen Berg angelernter Prinzipien und Haltungen bezüglich Schlafenlegen,

Essensgewohnheiten, Schulaufgaben, Strafen, Fernsehzeiten, Bettruhe usw.

Jesper Juuls Gedanken zum Familienleben sind nach wie vor originell und kreativ. Sie sind eine solide und alternative Grundlage dafür, was wir als Familien mit Kindern im neuen Jahrtausend benötigen. Wir müssen herausfinden, was wir selbst meinen, damit wir unseren Kindern wertebasierende Haltungen mitteilen können, damit sie ebenso lernen, zum Leben persönlich Stellung zu nehmen.

Ohne die persönliche Stellungnahme werden die Beziehungen leicht ausgehöhlt und leer, wobei es oft damit anfängt, dass das Elternpaar, das sein erstes Kind bekommt, kaum weiß, welche enormen Vorteile es der Beziehung bringt, in den vielen notwendigen Entscheidungen von Anfang an persönlich zu sein. Angefangen bei der Frage, ob das Kind gestillt werden oder Muttermilchersatz bekommen soll, oder in welcher Kinderbetreuungseinrichtung das Kind angemeldet werden soll. Die Experten stehen mit Ratschlägen bereit, aber nur die wenigsten betonen, wie wichtig es ist, dass die Eltern selbst fühlen, was genau für sie und ihr Kind das Richtige ist.

In diesem Buch haben wir uns entschlossen, 16 sehr verschiedene Familien vorzustellen, die alle verschiedenen Werten, Bedürfnissen und Herausforderungen in verhältnismäßig normalen Problemstellungen gegenüberstehen. Die Familien entstammen einer Gruppe von 100 Familien, die Jesper Juul und ich in den letzten fünf Jahren getroffen haben und die freigiebig genug waren, uns Einblick in Teile ihrer innersten Gedanken, Gefühle und Frustrationen im Familienleben zu geben.

Als professionelle Autorin und Coach habe ich mit den Familien ein einleitendes, danach hat Jesper Juul ein 1 bis 2-stündiges Gespräch geführt, bei dem ich anwesend war. Etwas später habe ich ein weiteres Mal mit der Familie gesprochen.

Die Geschichten bezeugen, wie wichtig es ist, persönlich Stellung dazu zu beziehen, was jeder von uns für richtig hält, kombiniert mit der Bereitschaft, der Wirklichkeit ins Auge zu sehen. Ist es beispielsweise so verwunderlich, dass ein fünfjähriges Mädchen



seinen kleinen Bruder mobbt? Ist es nicht naheliegend, dass es die Geburt des Bruders als Verlust empfindet, und genauso naheliegend, dass es diesen Verlust nur verwinden kann, wenn ihm mit Verständnis begegnet und ihm geholfen wird, seine Wut und Traurigkeit wieder loszuwerden?

Wie Jesper Juul in einem der Kapitel in diesem Buch schreibt, haben Eltern heutzutage sehr unrealistische Erwartungen, sowohl an sich selbst als auch in Bezug darauf, was ihre Kinder in einem bestimmten Alter lernen sollen. Das ist eine ewige Quelle für Konflikte und Gefühle des Scheiterns auf beiden Seiten des Tisches. Beispielsweise sind die Erwartungen der Eltern an kindliche Lernfähigkeit oft viel zu hoch. Ein Kind kann erst ab etwa vier bis fünf Jahren ein Nein vollständig integrieren und bereits wenn das Kind drei Jahre ist, ärgern sich viele Eltern darüber, dass das Kind einem Nein nicht folgt.

Wenn wir uns umschauen, haben Begriffe wie Geschwindigkeit nahezu religiösen Charakter bekommen, ungeachtet dessen, dass die meisten Kinder in der Früh mehr Zeit brauchen, um fertig zu werden, als sie je bekommen, und allmorgendlich erwarten die Eltern wieder, dass sie schnell fertig werden sollen.

Gleichzeitig werden Pausen gemieden und die gemeinsame Zeit soll mit Inhalt gefüllt werden. Unser Leben ist unglaublich lustbetont geworden und Gelüste wollen schnell erfüllt werden, aber unsere eigentlichen Bedürfnisse werden dabei übersehen. Beispielsweise das Bedürfnis nach Ruhe, um nachzufühlen, was wir als das Beste für unsere Kinder empfinden, und dies in einer sinnvollen Weise auszuformulieren.

Die Sitzungen, die Jesper und ich mit den Familien in den vergangenen fünf Jahren hatten, wurden oft mit tiefen Seufzern und einem Ausbruch beendet: „Ich bin so erleichtert, dass ich es richtig gespürt habe“ oder „Endlich bin ich in dem bestärkt worden, was ich für wirklich richtig hielt.“ Diese Worte sprudelten aus den Mündern von jungen und älteren Müttern und Vätern, Patchwork- und Singleeltern.

Wir haben es wieder und wieder gehört, egal ob es um die Handhabung von Schulbesuch oder Schulaufgaben, Mobbing,

Ernährung, Geschwister oder um Bettgehzeiten, Konsequenzen und In-die-Ecke-Stellen ging.

Jesper Juul erinnert uns daran, dass Kindererziehung ein gegenseitiger Lernprozess ist und dass wir uns in der Elternrolle entwickeln müssen, wenn wir uns Kinder wünschen, die neue Fertigkeiten entwickeln sollen. Mehr als andere kehrt Jesper Juul zu der Tatsache zurück, dass Kinder sich in einem sicheren Rahmen wünschen, selbständige Individuen zu werden und dass wir sie das nur lehren können, wenn wir ihnen schrittweise Verantwortung übertragen, ihnen unser Vertrauen zeigen und ihnen Fehler zugestehen – ein Prozess, der bei der Geburt des Kindes beginnt.

*Frag Jesper Juul – Gespräche mit Eltern* wurde für Familien mit Kindern in jedem Alter geschrieben. Wir alle sind die Kinder unserer Eltern. Unsere Familien haben eine zentrale Bedeutung für unsere Entwicklung als Menschen.

Die folgenden Gespräche mit Eltern wurden in den Zeitschriften „Vores børn“ und „Junior“ gedruckt.

Pernille W. Lauritsen

Mitbegründerin von familylab Dänemark

# Erziehung oder Begleitung?

Jede Generation hat vorsichtige Änderungen in der Kindererziehung, die im letzten Jahrhundert zunehmend human wurde, vorgenommen. In den letzten 15 Jahren haben wir erlebt, dass Eltern etwa alle vier Jahre einen neuen Trend erschaffen. Durch ein chaotisches Wechselspiel zwischen Medien, Müttergruppierungen, Freunden und Fachleuten werden diese Tendenzen auf unvorhersehbare Weise geschaffen und neue Eltern haben den Eindruck, dass sie sich danach richten müssen. Eine dieser Tendenzen, nämlich die Notwendigkeit Kinder zu erziehen, hält sich seit mittlerweile zehn Jahren. Deshalb erscheint es sinnvoll zu klären, was Erziehung ist und was wir meinen, wenn wir von Erziehung reden.

Wenn wir meinen, dass Kinder erzogen werden sollen, haben die meisten das eine oder andere Ziel vor Augen. Es können alltägliche Ziele sein, wie beispielsweise, dass Kinder bei Tisch ordentlich sitzen und essen sollen. Dass sie lernen sollen, schön mit anderen Menschen zu sprechen oder auch etwas fernere Ziele. Diese ferneren Ziele sind nahezu immer eine Mischung aus elterlichen Normen, Werten und Ambitionen und politischen und gesellschaftlichen Zielen. Eigentlich lohnt es sich, drei Fragen zu bedenken: Welche Kinder wollen die Eltern haben? Welche Kinder will die Gesellschaft haben? Welche Kinder wollen die Kinder haben?

Als Eltern beschäftigen wir uns am meisten damit, was gut für unsere Kinder ist und was ihnen schadet – um es etwas vereinfacht auszudrücken. Oder sind wir in Wirklichkeit die meiste Zeit selbstbezogen? Wie oft tun wir etwas, im Grunde genommen um unser eigenes Selbstbild zu stärken oder uns besser zu machen, als wir sind? Als Grundlage für die Beantwortung dieser fundamental wichtigen Fragen kläre ich als Fachmann zuerst, was wir über die mentale, gefühlsmäßige und physische Gesundheit des Menschen wissen. Was fördert die Fähigkeit von Kindern, ihr eigenes Leben

mit anderen Menschen zu leben, und was beeinträchtigt ihre Vitalität, Lebensfreude und ihre Fähigkeit, sich um sich selbst zu kümmern, ohne andere zu kränken?

Das Wort Erziehung umfasst mehrere Bedeutungen. Fachleute sprechen von Sozialisation und meinen die Notwendigkeit, dass Kinder sich den Normen und der Kultur einer Gesellschaft anpassen. Wir sprechen von Erziehung und meinen unser Bedürfnis, Respekt vor elterlichen oder institutionellen Werten zu lehren. Und weiters meinen viele damit Konditionierung. Konditionierung ist das, was der russische Psychologe Pawlow tat, als er seine Hunde mit Essen belohnte, wenn sie taten, was er wollte, und mit Schmerzen bestrafte, wenn sie nicht gehorchten.

In den letzten Jahren haben wir zwei nachteilige Trends gesehen. Der eine ist, dass Eltern unrealistische Vorstellungen davon haben, wie früh Kinder das lernen können, was Eltern meinen, dass sie lernen sollten. Der zweite ist die gestiegene Nachfrage nach Konditionierungstricks, also die Frage danach, was ich tun soll, damit ich möglichst schnell das Kind bekomme, das ich haben will. Beides führt dazu, dass Eltern hyperaktiv, frustriert und erschöpft werden, und das Gleiche geschieht mit den Kindern, die sich unter Druck setzen, um ihre Eltern froh und zufrieden zu machen.

Sind die Kinder nicht arm, könnte man fragen. Ja, das sind sie sicher, aber mich beschäftigt es vor allem, dass vorerst die Eltern leiden. Sie werden gestresst und verlieren die Fähigkeit, sich über ihre Kinder zu freuen. Die Freude wird langsam durch Sorge ersetzt. Sie vernachlässigen sich und ihre Beziehung und rauben ihren Kindern fundamental Wichtiges.

In den ersten drei bis vier Lebensjahren gibt es eigentlich keinen Grund Kinder zu erziehen. Sie brauchen nur gute Vorbilder und empathische Begleitung.

Das ist nicht ganz richtig. Die Wahrheit ist, dass das Meiste, das erziehend und sozialisierend wirkt, zwischen den Zeilen passiert. Es geschieht nicht, wenn wir Erwachsene uns als Eltern verkleiden und mit der Erziehungsarbeit beginnen. Also selbst ohne einen einzigen erziehenden Satz unseren Kindern gegenüber wären sie ständig Erziehung ausgesetzt. Kinder werden durch alles, was wir tun und