



Leseprobe

Jesper Juul

Dein selbstbestimmtes Kind

Unterstützung für Eltern,
deren Kinder früh nach
Autonomie streben

Bestellen Sie mit einem Klick für 20,00 €



Seiten: 192

Erscheinungstermin: 20. Januar 2020

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Für ein gutes Miteinander statt Machtkämpfen

Es gibt Kinder, die wissen schon früh ganz genau, was sie wollen. Diesen selbstbestimmten Kindern ist es wichtig, dass man sie ernst nimmt. Den besonderen Bedürfnissen dieser Kinder gerecht zu werden, stellt Eltern nicht selten vor große Herausforderungen. Der renommierte Familientherapeut Jesper Juul plädiert für ein offenes und authentisches Miteinander anstelle von Machtkämpfen, Manipulation oder gar Kapitulation. In diesem, seinem letzten Buch beantwortet er über dreißig konkrete Fragen, die ihm von betroffenen Eltern gestellt wurden, und erklärt, wie Eltern diese Kinder besser verstehen und gut ins Leben begleiten können, ohne sich dabei selbst aufzureiben.



Autor

Jesper Juul

Jesper Juul (1948-2019) war einer der bedeutendsten und innovativsten Familientherapeuten Europas, Konfliktberater und Gründer des Elternberatungsprojekts *familylab international*. Durch zahlreiche Seminare, Vorträge, Medienauftritte und erfolgreiche Elternbücher wurde er international bekannt. Seine respektvolle, gleichwürdige Art, mit Menschen umzugehen, beeindruckt Fachleute wie Eltern auch heute noch immer wieder neu.

Jesper Juul

Dein selbstbestimmtes Kind

Jesper Juul

Dein selbstbestimmtes Kind

*Unterstützung für Eltern,
deren Kinder früh nach
Autonomie streben*

*Herausgegeben von Mathias Voelchert
Unter Mitarbeit von Knut Krüger*

Kösel

*Dein
selbstbestimmtes
Kind*

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Was ist ein selbstbestimmtes Kind?	13
<i>In welchen Fällen handelt es sich nicht um ein selbstbestimmtes Kind?</i>	15
<i>Wie verhalte ich mich meinem autonomen Kind gegenüber am besten?</i>	18
<i>Bedeutungsvolle Botschaften</i>	25
<i>Autonome Kinder und ihre Geschwister</i>	28
<i>Anleitung für Fachleute</i>	31
<i>Beziehung statt Diagnose</i>	36
Südländisches Temperament oder selbstbestimmtes Kind?	41
Die Selbstzweifel der Eltern	44
Das Unverständnis der Verwandten	48
Warum schreit mein Kind so viel?	52
Wahlfreiheit und Entscheidungsfreiheit	55

Ein selbstbestimmtes Kind geht seinen Weg	60
Wenn die eigene Tochter den Eltern Rätsel aufgibt	64
»Mama, ich sag aber nix!«	67
Straffe Führung oder Nachgiebigkeit?	70
Sind selbstbestimmte Kinder besonders begabt?	76
Das Leben in einer selbstbestimmten Familie	79
Woher kommt die Aggressivität meines Kindes?	84
Wie Eltern voneinander lernen können	88
Der Tod eines Zwillingsskinds	91
Eine Mutter mit Schuldgefühlen	95
Soll man seinen Kindern Frustrationen ersparen?	98
Ein Pflegekind mit Wut im Bauch	103
Schwarze und weiße Punkte	107
Akzeptanz statt starre Grenzen	113
Die Kunst des Kompromisses.	116
Das Dilemma einer jungen Mutter	119
Ist Autonomiebestreben vererblich?	126

Wessen Bedürfnisse sind wichtiger?	129
Wie sag ich's seinen Lehrern?	134
Sind eigentlich nicht alle Kinder so?	137
Höchste Zeit, den Machtkampf zu beenden	141
Wie erklärt man Kindern, dass gewisse Dinge unumgänglich sind?	148
Wie entwickeln sich autonome Kinder als Erwachsene?	152
Ein anderer Ausdruck von Liebe	155
Zwei Erwachsene gegen ein Kind	158
Die besten Eltern der Welt	161
Nachruf von Mathias Voelchert	167
Literatur und DVDs	187

Vorwort

Zunächst möchte ich an dieser Stelle allen Eltern herzlich danken, die uns geschrieben haben. Ohne Ihren Mut, uns Ihre Beobachtungen und Erfahrungen, aber auch Ihre Sorgen und Nöte anzuvertrauen, wäre dieses Buch nicht entstanden.

Alle Ihre Zuschriften handeln von Kindern, deren Streben nach Unabhängigkeit und Autonomie weit über das gewohnte Maß hinauszugehen scheint. Deren ausgeprägter Wille, *selbst* Stellung zu beziehen und *eigene* Entscheidungen für sich zu treffen, viele Eltern überfordert.

Jesper Juul hatte viele Jahre lang Bedenken, über diese Art von Kindern zu reden und zu schreiben, hat sich dann aber doch dazu entschieden – teils, um die erschöpften und oft verzweifelten Eltern zu ermutigen, ihre Kinder so zu nehmen, wie sie sind. Teils, um es den Kindern zu ersparen, eine offizielle »Diagnose« aufgepfropft zu bekommen, die ihnen nicht gerecht wird.

Denn die wichtigste Aussage, die ich seit dem Beginn unserer Zusammenarbeit im Jahr 2006 immer wieder von Jesper Juul gehört habe, lautet folgendermaßen: »Das Kind *ist*. Punkt.«

Diese Haltung ermöglicht uns Eltern eine entspannte Grundeinstellung und gibt uns zudem die Gewissheit, dass wir unsere Kinder nicht formen müssen, sondern dass alles Wesentliche bereits in ihnen angelegt ist. Wir müssen nur dafür sorgen, dass sich ihre Talente frei entfalten können und dass wir als Eltern die Freude an unseren Kindern nicht verlieren.

Dazu noch empathische Begleitung und liebevolle, elterliche Führung – was sollte dann noch schiefgehen?

Drei Jahre lang haben wir gemeinsam an diesem Buch gearbeitet, und trotz seiner schweren Erkrankung – Jesper Juul litt an der Autoimmunkrankheit Transverse Myelitis, die ihn Brustabwärts lähmte und seine Arbeitskapazität stark einschränkte – hat er sich stets bemüht, möglichst präzise auf die Briefe der Eltern einzugehen. Seine teils knappen, jedoch stets erhellenden und konstruktiven Antworten sind auch das Kondensat seiner jahrzehntelangen Berufserfahrung als Familientherapeut.

Das Buch ist fertig geworden, doch sein Erscheinen konnte Jesper Juul, der unmittelbar nach Fertigstellung des Manuskripts starb, nicht mehr erleben.

Was mich während der letzten Monate unserer Zusammenarbeit sehr berührt hat, ist die Tatsache, dass die oft gestellte Frage: »Habe ich ein autonomes Kind oder nicht?« zunehmend in den Hintergrund trat. Immer klarer schälte sich stattdessen der Wunsch aller Eltern heraus, so gut wie möglich mit ihren Kindern in Kontakt zu kommen, ohne ihnen das Gefühl zu vermitteln, mit ihnen sei irgendetwas nicht in Ordnung.

Der Wunsch nach Selbstbestimmtheit ist in uns von Geburt an angelegt, beim einen mehr, beim anderen weniger. Es ist der Wunsch, die eigenen Anlagen entwickeln zu dürfen, sich als Mensch mit seinen Fähigkeiten einzubringen und von seinen Mitmenschen unterstützt zu werden.

Die facettenreichen Beschreibungen der Kinder in diesem Buch belegen die unendliche Vielfalt, mit der wir alle geboren wurden und die nun endlich immer mehr gelebt werden darf – im Elternhaus, im Kindergarten und in der Schule.

Ich wünsche Ihnen größtmöglichen Gewinn aus den vielen Elternbriefen und den Antworten von Jesper Juul, die mich in ihrer Prägnanz und Klarheit weiterhin anrühren. Mögen diese Einsichten Ihr Elternsein etwas erleichtern.

Ihr Mathias Voelchert

Gründer und Leiter *familylab.de* – die Familienwerkstatt

Was ist ein selbstbestimmtes Kind?

Ein selbstbestimmtes oder autonomes Kind ist ein Kind, das von Geburt an auf sein Selbstbestimmungsrecht besteht und dadurch seine Eltern an ihrer Liebe und dem Wert ihrer Fürsorge zweifeln lässt.

Selbstbestimmte Kinder fordern also das Recht ein, über ihre eigenen Belange zu entscheiden und eigene Entscheidungen zu treffen. Sie scheinen nur selten daran zu zweifeln, was gut und was schlecht für sie ist, besitzen aber weder das Urteilsvermögen noch die Erfahrung eines Erwachsenen. Selbstbestimmte Kinder brauchen keine Wahlfreiheit, sondern das Recht, zu den Angeboten und Forderungen ihrer Eltern Nein sagen zu dürfen. Selbstbestimmte Kinder wollen nicht über ihre Familien oder ihre Eltern entscheiden, sondern kämpfen um ihr Recht, eigene Entscheidungen zu treffen. Durch Bestrafungen oder Belohnungen lassen sie sich nicht manipulieren.

Ich werde später noch auf diese Aussagen zurückkommen. Zunächst möchte ich jedoch die Erlebnisse von Müttern und Vätern mit ihrem Neugeborenen beschreiben:

- Mütter, die bereits mehrere Kinder zur Welt gebracht haben, merken oft schon während der letzten zwei, drei Monate ihrer Schwangerschaft, dass dieses Kind anders ist. Obwohl dieser Eindruck so unmissverständlich ist, lässt er sich schwer in Worte fassen. Erstgebärenden fällt manchmal auf, dass sich ihr Erlebnis, schwanger zu sein, von dem anderer Frauen unterscheidet. Doch erst, wenn ihr Kind Wochen, Monate oder Jahre später als autonom beziehungsweise selbstbestimmt bezeichnet wird, werden sie sich dieser Tatsache voll und ganz bewusst.
- Autonome Kinder werden fast immer mit einem »fertigen« Körper und einem »reifen« Gesichtsausdruck geboren. Eltern beschreiben oft, wie ihr Neugeborenes ihnen mit klarem Blick direkt in die Augen gesehen hat. Der Körper dieser Babys ist straff, zeigt bereits wohldefinierte Muskeln und keinen Babyspeck. Ihre Motorik ist der von Gleichaltrigen in den ersten 18–20 Monaten oft voraus.
- Ihr Verhalten ist von Beginn an äußerst spezifisch. Manche von ihnen wollen nicht allzu viel Körperkontakt, machen sich nichts aus Kuscheln und Knuddeln, wenn gleich wir gelernt haben, dass Babys dies brauchen und die Eltern dies selbst so genießen. Fremden Erwachsenen gegenüber sind sie meist reserviert und weisen deren Kontaktversuche konsequent ab. Was vor allem für diejenigen Frauen in der Familie gilt, deren Kontaktaufnahme besonders aufdringlich und laut ist und die auch anderen Kindern gegenüber wenig geneigt sind, deren persönliche Grenzen zu akzeptieren.

