

Den Dialog in der Familie pflegen

Wenn Eltern ein ehrliches Interesse am Leben ihrer Kinder haben, sollten sie **nach ihren Gefühlen fragen** und genau hinhören, was sie sagen.



Jesper Juul (1948 – 2019)

Nehmen Sie Ihr Kind ernst – begegnen Sie ihm mit Respekt. Kinder brauchen keine Grenzen – sondern Beziehung. Eltern müssen nicht konsequent sein – sondern glaubwürdig. Der dänische Familientherapeut Jesper Juul hat wie kein anderer in den vergangenen Jahrzehnten Menschen mit seinen Erziehungs- und Beziehungsprinzipien geprägt. Der Gründer von familylab, eines Beratungsnetzwerks für Familien, und Autor von über 40 Büchern («Dein kompetentes Kind», «Aus Erziehung wird Beziehung») starb am 25. Juli im Alter von 71 Jahren nach langer Krankheit in Odder, Dänemark. Er war zweimal verheiratet und hinterlässt einen Sohn aus erster Ehe und zwei Enkelkinder.

Ich kenne die Familie eines Diplomaten in Zagreb. Vater und Mutter wollen nach Dänemark zurück, wegen der Schulausbildung ihrer Kinder, und sie haben dies mit ihnen besprochen. Emotional fanden die Kinder diese Idee furchtbar: Als sechs- oder siebenjähriges Kind kümmern dich deine Zukunft, die Schule, die Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten herzlich wenig. Aber die Eltern sind dabei geblieben und haben schliesslich den Entschluss gefasst: Wir gehen zurück! Aber weil sie diesen Prozess des Austausches hatten, konnten die Kinder irgendwann auch Okay sagen, obwohl sie noch immer traurig darüber waren. Diese Eltern haben nicht mit ihren Kindern verhandeln wollen wie auf dem Markt,

sondern sie wollten eine offene Aussprache – wir setzen uns gemeinsam an den Tisch und jeder sagt, was er fühlt, dann unterhalten wir uns nächste Woche wieder darüber. Und so sind sie zu einem Resultat gekommen, das für alle in Ordnung ist.

In dieser Familie ging es auch nicht um eine demokratische Wahl – demokratische Werte sind zwar wunderbar, aber es gibt sehr viele Dinge in den Familien, über die du nicht abstimmen kannst, weil es keine Mehrheit gibt. Also müssen andere Werte gefunden werden: zum Beispiel offen und fair miteinander zu sprechen.

Es ging dieser Familie nicht darum, Überzeugungsarbeit zu leisten – es ging tatsächlich um den Dialog und nicht um eine scheinheilige Diskussion oder Verhandlung, in der der eine den anderen überzeugen will, dass seine Version besser ist. Und einen Dialog zu führen, das bedeutet, wenn wir zum Beispiel an die Wahl eines Urlaubsziels denken, dass du mir erklären musst, weshalb Spanien für dich angenehmer ist als Finnland. Was Paare aber dann sehr schnell tun: Jeder will recht haben oder kritisiert den anderen. «Du willst ja nur deshalb nach Spanien, weil du faul bist und in der Sonne herumliegen möchtest, statt mit mir in Finnland wandern zu gehen.» Der Dialog artet sehr schnell aus und

Demokratische Werte sind wunderbar, aber über viele Dinge kannst du nicht abstimmen, weil es keine Mehrheit gibt.

wird zu einem Machtkampf, in dem dann irgendwann einer aufgibt, was seinen Preis hat: «Jetzt bist du mir etwas schuldig!»

Es gibt in Familien keine deutlichen Hierarchien, also müssten wir eigentlich miteinander gut sprechen können. Aber wir können es nicht, weil wir es nie gelernt haben, weil unsere Eltern uns vorgeschrieben haben, was wir zu tun und zu lassen haben. Sie haben befohlen, statt mit uns zu reden. Deshalb finde ich es sehr fruchtbar, wie sich in dieser Diplomatenfamilie der Austausch von Gefühlen und Gedanken vollzogen und wie sich jeder ernst genommen gefühlt hat.

Die wenigsten von uns haben mit ihren Eltern einen wirklichen Dialog geführt, einen Dialog, den die Eltern aus ihrem eigenen Bedürfnis heraus gewollt hätten. Dabei ist es für Kinder wesentlich, Eltern zu haben, die ein wahres Interesse an ihrem Leben haben, die herausfinden wollen, wer ihr Kind ist, deren Fragen sich nicht darauf beschränken: «Wann bist du gestern nach Hause gekommen?» Und: «Warum so spät?» Sondern Eltern, die fragen: «Was bewegt dich? Was geschieht gerade in deinem Leben?», statt mit ihren gewohnten «Kontrollfragen» die Kluft zwischen sich und den Kindern noch grösser werden zu lassen.

Im Dialog Verantwortung vermitteln

Viele Eltern glauben, es sei ihre elterliche Verantwortung, wann ihre Tochter nach Hause kommt. Nur dürfen sie sich dann nicht wundern, wenn ihre Tochter anarchistisch und selbstzerstörerisch wird. Oder, die auch nicht sehr viel bessere andere Möglichkeit: Sie wird übertrieben gehorsam und ohne Eigeninitiative, mit anderen Worten leicht manipulierbar.

Für das eigene Leben die Verantwortung zu übernehmen, ist etwas, was jeder von uns lernen muss. Und es braucht Zeit, viel Zeit! Ich habe

25 Jahre dafür gebraucht, und ich meine, noch immer unterwegs zu sein.

Verantwortlich zu leben, ist ein neues Konzept – unsere Gesellschaft will nicht wirklich, dass Menschen verantwortlich sind: Sie will nach wie vor den angepassten, gehorsamen Menschen. Deshalb ist es für Eltern eine vollständig neue Aufgabe: Sie können nicht immer Ja und auch nicht immer Nein sagen, sie müssen da sein, gegenwärtig, ein Partner sein, der das Gleichgewicht zwischen Ja und Nein findet, zwischen Widerstand bieten und nachgiebig sein – das ist die neue Rolle der Eltern und der einzige Weg, dem anderen zu helfen, seine Verantwortung auf sich zu nehmen.

Ich habe das von meiner Frau gelernt. Wenn sie mich am Samstagabend gefragt hat: «Was soll ich anziehen?», und ich ihr ein ganz bestimmtes Kleid genannt habe, war ich immer wieder erstaunt, dass sie dann ein völlig anderes Kleid anhatte. Die meisten Frauen verstehen diesen Mechanismus sofort – ich war ihr hilfreich, weil ich mir Gedanken über ihr Aussehen gemacht habe. Das ist also der Aspekt des Widerstands: «Du trägst immer Schwarz, zieh doch mal das rote Kleid an!» Und nun kennt sie meine Meinung und kann ihre Entscheidung treffen.

Die meisten Männer verstehen mich nicht und sagen: «Warum kümmerst du dich überhaupt darum und verschwendest deine Energie, wenn du eh weisst, sie macht es anders?» Sie sehen also nur den Teil: Diese Frau gehorcht nicht. Sie sehen den anderen nicht: Diese Frau will meine Meinung hören! Sie will den Dialog!

Genauso ist es mit Kindern: Wenn du ihnen nie gestattest, das zu tun, was sie wollen, fühlen sie sich übergangen. Und wenn sie immer bekommen, was sie wollen, ebenfalls – in beiden Fällen fühlen sie sich alleine gelassen. Es geht also nicht

Verantwortlich zu leben, ist ein neues Konzept. Die Gesellschaft will noch den angepassten, gehorsamen Menschen.

darum, was richtig oder falsch ist oder wer recht oder unrecht hat. Es geht nicht darum, über etwas abzustimmen, sondern darum, den Eltern einen Sinn dafür zu vermitteln, dass es wesentlich ist, für die Existenz der Kinder Interesse zu zeigen. Zum Beispiel: Wenn die Eltern sagen: «Morgen gehen wir Onkel Tom besuchen!», und das Kind sagt: «Aber ich will nicht!», dann – und das mag nun banal klingen, aber es ist nicht leicht! – müssen die Eltern an dieser Antwort Interesse zeigen. «Oh, das überrascht mich jetzt! Warum willst du nicht?» – «Weil ich mit meinem Freund Fussball spielen möchte!»

Strenge Worte sind manchmal okay

Natürlich kann ich nicht lange mit meinem Sohn diskutieren, wenn er bei Rot über die Strasse laufen will, dann muss ich ihn packen und aufhalten. Das ist okay! Da gibt es auch nichts zu diskutieren. Strenge Worte sind also in manchen Zusammenhängen durchaus notwendig. Ich möchte dies anhand des Beispiels mit dem Jungen, der nicht zum Onkel mitkommen möchte, erläutern. Nehmen wir an, er sagt ganz einfach: «Ich habe keine Lust, mitzukommen, weil ich mich dort langweile.» Wenn du ihn nun gleich anfährst und sagst: «Wie kannst du nur so etwas sagen, es langweilt dich. Der Onkel >>>

Es geht darum, dass Kinder frühzeitig trainiert werden, mit- und nachzudenken. Was will ich? Weshalb möchte ich etwas nicht? Gibt es einen Ausweg?

>>> hat dich schliesslich sehr lieb!», dann gibst du ihm das Gefühl, er sei nicht in Ordnung: Er ist schlecht und undankbar! Obwohl du eigentlich derjenige bist, der die Realität verkehrt. Wenn dich jemand liebt, liebt er dich – und fertig. Du musst ihm dafür keine Dienste erweisen: Weil er mich liebt, muss ich alles tun, was er will!

Nachfragen, nicht nachgeben

Aber ich sage nicht, dass das Kind der liebe Gott ist – du musst also nicht den Onkel anrufen und ihm sagen: «Unser Sohn will dich nicht besuchen, also bleiben wir alle zu Hause!» Das ist nämlich nichts als eine neue Diktatur, aber kein Dialog und keine Beziehung. Wenn du ihn ernst nimmst, dann kannst du ihm zum Beispiel sagen: «Ich verstehe, dass dieser Besuch für dich langweilig ist, aber ich möchte trotzdem, dass du mitkommst – nimm dir ein paar Bücher mit oder frag deinen Freund, ob er nicht auch mitkommen möchte, dann könnt ihr dort gemeinsam Fussball spielen!» Dann kann der Kleine noch immer einwenden: «Aber ihr tut es ja auch nur aus Pflichtgefühl und nicht, weil ihr den Onkel liebt!» Und du bleibst dabei: «Ja, es ist eine Pflicht, aber für uns ist es eine wichtige Pflicht!» Also, auch hier ist es klar, du bist dabei geblieben: Es wird zum Onkel gegang-

gen! Du hast nicht dem Kind die Entscheidung überlassen und ihm die Macht zugesprochen – nein, du hast selbst entschieden. Aber du hast auch das Bedürfnis des Kindes wahrgenommen – und genau darum geht es, dass die Kinder frühzeitig trainiert werden, mit- und nachzudenken, sich selbst immer zu fragen: Was möchte ich? Und weshalb möchte ich etwas nicht? Gibt es einen Ausweg oder Kompromiss?

Diese Fragen sind später im Leben äusserst wichtig. Und die meisten Menschen heute – vor allem die ab Mitte dreissig – können nicht direkt sagen, was sie wollen! Weil niemand sich in ihrer Kindheit für ihr Leben, ihre Wünsche und Hoffnungen interessiert hat. Sie haben also keine Übung darin – und vor allem grosse Angst, dass sie in Schwierigkeiten geraten, wenn sie sagen, was sie wirklich möchten.

Deswegen setze ich mich so sehr für den persönlichen Dialog ein, in dem sich Menschen trauen, das zu formulieren, was in ihnen vorgeht. Die korrekte soziale Konversation ist zum Scheitern verurteilt – sie endet immer schlimm, weil niemand wirklich das bekommt, was er will, aber alle sind dabei «nett» geblieben: Dieses soziale «Wirsindalleliebzueinander»-Spiel ist vielleicht manchmal angebracht, aber nicht, wenn es um wahrhaftige Beziehungen geht. <<<

Dieser Text stammt aus dem Buch «Wir sind für dich da. 10 Tipps für authentische Eltern» von Jesper Juul. Erschienen 2005 im Kreuz Verlag. Das Buch ist vergriffen.

In der nächsten Ausgabe:
Schluss mit starren Rollen

Abdruck mit freundlicher Genehmigung von

family/lab.ch