

Liebe familylab-Interessierte,

das ist der zweite familylab . de newsletter in 2017.

Sollte die Bildschirmdarstellung nicht gut sein, steht dieser Text auch im beiliegenden.

Link [PDF 02 • 2017 familylab.de news](#)

1. »Liebende bleiben - Familie braucht Eltern, die mehr an sich denken«

das neue Buch von Jesper Juul

Überall sind Eltern glücklicher als hierzulande. Warum? Weil Franzosen oder Skandinavier bei allem Kindersegen nicht vergessen, als Paar glücklich zu sein. Jesper Juul, Familientherapeut und Bestsellerautor, beschreibt die Schlüsselpunkte zur guten Beziehung TROTZ Kind und macht Eltern Mut zur Zweisamkeit: Sie ist die Basis für das Glück der ganzen Familie. Romantik vor Erziehung! Anstatt permanent um die Kinder zu kreisen, leben alle Familienmitglieder leichter und zufriedener, wenn Eltern ihrer Liebesbeziehung Zeit und Raum geben. Nur so kann ein harmonisches Umfeld entstehen, in dem Kinder bindungssicher und gestärkt aufwachsen. Also das Familienbudget lieber für den Babysitter ausgeben, als für einen stressigen Besuch im Familienrestaurant! • Jesper Juul

»Das hier ist Jesper Juuls Herzensthema, und das merkt man den Texten an. Er weiß genau, wovon die Eltern sprechen, und er hat Visionen und Vorschläge, was die Schlüsselpunkte zur guten Beziehung TROTZ Kind sind.« Mathias Voelchert, familylab



[hier bestellen](#)

[Blick ins Buch • Liebende bleiben JJ – Leseprobe](#)

2. **Pina schaukelt DIDAKTISCHE DVD – VERSION FÜR FACHLEUTE** Diese DVD beinhaltet den Film "Pina schaukelt" sowie umfangreiches, didaktisches Material zur Weiterbildung. Der Dokumentarfilm beobachtet Kinder in ihrem Krippenalltag im Alter ab zehn Monaten und begleitet sie, bis sie 2 ½ Jahre alt sind. Gezeigt wird die Lernfähigkeit, Entdeckerfreude und Gestaltungslust, mit der sich kleine Kinder auf ihren „Lebens-Weg“ begeben. - Bis auf wenige kurze Statements von Erzieherinnen, Leiterinnen und Eltern erlebt man intensive Beobachtungen der Kleinkinder, wie sie Freude, Glück, oder Schmerz erleben, oft mit Lachen, manchmal aber auch unter Tränen. Beim Zuschauen nehmen wir Anteil an ihren Erfahrungen und Entwicklungsschritten bis hin zum Können und Wissen.

Ebenso nimmt der Film die Haltung und das Verhalten der Erzieherinnen in den Blick: wie sie die Kinder begleiten, auch herausfordern, niemals gähneln, immer zugewandt und aufmerksam sind. So gelingt es ihnen in beeindruckender Weise, die Kinder auf ihrem Weg zu unterstützen – und dabei ein tiefes stabiles Vertrauen aufzubauen.



[Komplette Inhaltsbeschreibung im PDF](#)

[DVD hier bestellen](#)

- 3. "Machen Sie mich nicht wütend"** Ein Tipp von Constanze Volhard, familylab-Trainerin: René Hurlemann arbeitet ebenfalls in Bonn, ist Neurowissenschaftler und stellvertretender Leiter der dortigen Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Wut ist für ihn zunächst einmal nur ein „impulsiver Ausdruck von Aggression“, oftmals als überschäumende Reaktion auf eine Kränkung oder Enttäuschung. Auf der anderen Seite sei Wut aus Sicht der sozialen Neurowissenschaft ein Kernsignal, und zwar ein deutlich negatives, das Distanz zu den Mitmenschen schaffe: „Wenn uns häufig der Kragen platzt, wird das in der Berufswelt nicht akzeptiert, in der soziale Kompetenz eine wichtige Rolle spielt.“ Es zeigt, dass man ein unkontrollierter und unberechenbarer Typ ist. Der cholerische Chef hat ausgedient, gefragt seien heute kollegiale und sozialverträgliche Mitmenschen. „Wut hat immer ein hässliches Gesicht“, so Hurlemann. Wut als Basisemotion Es lohnt ein Blick auf die Funktionsmechanismen unseres Gehirns: Wut wird dort in einem Netzwerk aus verschiedenen Regionen gebildet. Besonders im limbischen System und im Hypothalamus, den evolutionär älteren Teilen des Gehirns. Sie reagieren auf emotionale Hinweisreize in der Umwelt und erzeugen reaktive Wut und Aggression. Auf der anderen Seite gibt es neuere Gehirnregionen wie den sogenannten präfrontalen Kortex, die versuchen, negative Affekte zu regulieren und in Schach zu halten. „Sie alle haben eine ihr genetisch zugebilligte Funktion: eine überbordende Impulsivität in ihre Schranken zu weisen“, erklärt Hurlemann.

[den ganzen Beitrag lesen in der FAZ:](#)

- 4. Interview mit Jesper Juul** für die Familienserie in der Tageszeitung Volksstimme. "Bestimmt, freundlich und persönlich" Dieses Verhältnis zu den eigenen Kindern ist für Jesper Juul das Geheimnis einer guten Elternschaft

[mehr im gesamten Interview](#)

Der Schwerpunkt in diesem Newsletter ist: Mobbing – Hier finden Eltern, Lehrerinnen, Erzieherinnen, Ideen was wir Erwachsene tun können um gute, liebevolle Führung zu übernehmen, eine Führung die sicherstellt, dass niemand beschämt und beschädigt wird, kein Erwachsener, kein Kind.

Müssen wir uns wundern, dass Kinder nachmachen, was ihnen zu viele Erwachsene auf zu vielen Ebenen (Wirtschaft, Politik, weltweit) vormachen? – Wir sind aufgefordert Stellung zu beziehen und Zivilcourage zu zeigen.

Ich erinnere mich an eine Geschichte im Buch »Denn alles ist vergänglich« von Irvin D. Yalom, sie heißt Busfahrt. "Ein entmutigtes Mädchen Mary, vielleicht 15, hatte sich heftig mit ihren Eltern gestritten, auch in der Schule war Mobbing ein schlimmes Thema für sie. Sie beschließt, an diesem Tag, die restliche Schulzeit zu schwänzen und denkt zum ersten Mal über Selbstmord nach. Sie steigt in einen Bus und dreht ihre Taschen auf links um damit dem Busfahrer zu zeigen, dass sie kein Geld hat. Sie zittert vor Kälte, deshalb lässt sie der Busfahrer mitfahren. Angekommen am Ende der Strecke, stellt der Busfahrer den Motor ab, um eine Zigarette zu rauchen und entdeckt Mary, die immer noch im hintersten Eck des Busses kauert. Warum steigst du nicht aus? Mary erzählt, dass sie am anderen Ende der Strecke wohnt. Sie kommen ins Gespräch und er lädt Mary ein, vorne an der Heizung zu sitzen. Sie fahren den ganzen Tag im Bus hin und her und reden viel." Zitat Mathias Voelchert

Was ist nur die Botschaft in deinem Tun? Ich habe so viel nachgedacht, wie ich meine Schüler dazu bringen kann schlechte Gewohnheiten, Mobbing, Grobheiten, Unverschämtheiten zu unterlassen. Natürlich wissen die Kinder und Jugendlichen was sie zu tun und zu lassen haben, das brauche ich ihnen nicht zu sagen! Jetzt weiß ich auch noch: Jeder Einzelne hat damit eine Botschaft an mich/uns verpackt, deren Kern immer ist: „Ich habe eine Not, bitte helf’ mir!“ Erst als ich mich auf die Suche nach dieser Not begeben habe, kam ich in die Nähe dieser Not und konnte körperlich das Leid spüren, das dieses Kind, dieser Jugendliche, erlitt. Erst jetzt war ich überhaupt in der Lage, wirksam zu sein. Und den Mensch hinter diesen schlechte Gewohnheiten zu sehen. Das war auch der Zeitpunkt, ab dem dieser Mensch sein spezielles Verhalten nicht mehr brauchte. Mathias Voelchert

- 5. WICHTIG: Unterstützung zur Selbsthilfe! Kannst du helfen? Sue Young erklärt in ihren Videos** ihren innovativen und lösungsorientierten Ansatz zur Unterstützung bei Mobbing in Schulen. Sie erläutert in ihren Videos detailliert, was wir Erwachsenen im Detail tun können, um Kindern zu helfen sich selbst zu helfen:

[alle Videos von Sue Young sehen](#)

- 6. »Courage« Video**

7. **Mobbing: "So Bilder zu posten, ist schon krass!"** Baden-Württemberg kämpft mit einem Pilotprojekt gegen Mobbing an Schulen. Wie sehen die Schüler das Thema? Besuch in einer neunten Klasse. (...) Je nach Studie haben entweder viele oder sogar erschreckend viele Schüler selbst schon Ausgrenzung erfahren, Beleidigungen und körperliche Attacken erlitten. In einer Befragung der Uni Lüneburg gab kürzlich fast jeder dritte Schüler an, in letzter Zeit mindestens einmal "fertig gemacht oder schikaniert" worden zu sein.

[den ganzen Beitrag von Matthias Kohlmaier in der SZ lesen](#)

8. **Was bei Mobbing zu tun ist: Was Eltern und Lehrer tun können:** Ansprechpartner suchen, "Eltern machen in einer solchen Situation einen ganz großen Fehler: Sie gehen viel zu stark in die Symbiose mit ihrem Kind", sagt die Schulpsychologin Michaela Huber. Wenn Eltern nur mit dem Kind litten, könnten sie ihm kaum noch helfen. Aufgabe der Erziehungsberechtigten wäre es vielmehr, mit ihrem gemobbten Kind konstruktiv und ohne zu viel Emotion zu besprechen, was passiert ist und was nun passieren soll.

[den ganzen Beitrag von Matthias Kohlmaier in der SZ lesen](#)

9. **Wir schauen hin! – Vier Videos – Ideen zur Veränderung von Mobbing: Schauen Sie die Videos mit ihren Schülern an, schauen Sie sie mit ihren Kindern an, sprechen Sie darüber, was Mobbing für sie bedeutet (hat) und für Kinder bedeutet...**

- a) **Rothaarig – Wir schauen hin! – Mobbing gibt es nur, wenn die Leitfiguren versagen. –** Stärkung des Selbstwertgefühls – bei meinem geht es nicht darum, was ich kann, sondern wer ich bin und was ich davon halte, so zu sein. Wie viel weiß ich über mich selbst? Wie stehe ich zu diesem Wissen?
- b) **Looser – Wir schauen hin! – Mobbing gibt es, wenn sich die Leitfiguren den Peinigern anschließen.** – Feinde des Selbst(wert)gefühls: Physische und psychische Gewalt, sexuelle Übergriffe. Die Definitionsmacht der Erwachsenen. Kritik. Das „Projekt“ der Eltern zu sein. In diesem Video spürt ein Junge die erniedrigenden Worte der anderen wie Schläge.
- c) **Unsichtbar – Wir schauen hin! – Mobbing gibt es, wenn keine Leitfiguren zur Orientierung da sind.** Selbstvertrauen und Selbstwert sind nicht dasselbe! Ich habe Vertrauen in meine Leistung. Je besser ich in etwas bin, desto mehr Selbstvertrauen habe ich auf diesem Gebiet. – Ich bin wertvoll für andere das stärkt meinen Selbstwert. In diesem Video ist ein Mädchen fast unsichtbar, weil es von so vielen nicht beachtet wird, oder blöd angeredet wird. Bis plötzlich...
- d) **Mobbing am Arbeitsplatz – Wir schauen hin!** – Mobbing ist immer eine Führungsproblem, wenn die die Führung haben nicht gut für die Beziehungen sorgen. – Das Ziel guter Führung ist Vertrauen – von denen die geführt werden – zu denen die führen! Ein besserer Familienvater, ist ein besserer Mitarbeiter und besserer Vorgesetzter. Alle Familien stehen immer wieder vor Herausforderungen, die Entwicklung und neue Perspektiven verlangen.

- 10. Mobbing gibt es, wenn wir Schuld zuweisen und nicht von uns reden.** »Gute Lehrer verbinden Theorie mit Leben.« Der Japanische Lehrer Toshiro Kanamori, zeigt in dem preisgekrönten Film „Children full of life“ wie er das macht. Er glaubt, dass es die Aufgabe von Lehrern ist zu zeigen was man z.B. mit Mobbing macht: Der Film zeigt wie diese Klasse die Verwandlung schafft: Statt sich hinter Du-Botschaften zu verstecken, schmerzhaftes Ich-Botschaften zu geben. Kanamori: „Ich habe etwas Falsches gemacht, das sagte keiner von euch“. „Ihr beschuldigt alle anderen, und sprecht nicht von euch selbst“.

Um die Wirkung von Mobbing sichtbar zu machen bittet Kanamori die Viertklässler ihre innersten Gefühle aufzuschreiben und sie in der Klasse vorzulesen. – Indem sie ihre Erlebnisse so teilen, beginnen die Kinder zu verstehen wie wichtig es ist, sich wirklich um ihre Klassenkameraden zu kümmern. Dieser Dialog beschäftigt die Kinder über Tage, auch während des gemeinsamen Mittagessens, auch da ist Kanamori gefordert. Schule wie sie viele Schüler, Lehrer, Eltern gerne hätten. Sollten wir uns trauen die Lehrpläne umzuschreiben, oder doch lieber alles lassen wie es ist?

[Mit diesem PDF alle 5 Videos ansehen](#)

- 11. FAMILIENTRIO_36** Meine sechsjährige Tochter war schon immer sehr schönheitsbewusst. Sie stand bereits mit vier Jahren vor dem Spiegel, zog sich mehrmals täglich um und schminkte sich. Ich habe das als „ihr Ding“ akzeptiert, doch seit einiger Zeit denkt sie, sie sei zu dick. Spindeldünn wird sie nie sein, aber dick ist sie keinesfalls. Wie kann ich ihr helfen, sich weiterhin schön zu finden – auch später? Rebecca K., Ingolstadt

Antwort von Jesper Juul: Das ist ein für mich neuer Themenbereich, daher kann ich Ihnen hier nur Anregungen anbieten: Wissen Sie, ob es ein Mädchen oder eine Frau gibt, zu der Ihre Tochter aufsieht oder die sie idealisiert? Und wenn Sie Ihr Kind fragen, warum das Dünnsein so wichtig für sie ist, können Sie in ihrer Antwort etwas Sinnvolles erkennen? Geben Sie ihr außerdem zu verstehen, dass sie sich nur zu Hause ständig umziehen und vor dem Spiegel stehen darf, wenn Sie das nicht sowieso schon getan haben.

herzlich
familylab-Team & Mathias Voelchert

1. **MÜNCHEN • 27. - 29. Januar 2017 • »DAS WIRD SCHULE MACHEN« • Teil 1 – Praxis«**
mit Dirk Bayer & Mathias Voelchert • 3-tägige qualifizierende familylab–Weiterbildung für PädagogInnen und Fachleute, die mit Lehrern arbeiten wollen • **390€** [Mehr zum Kurs](#)

- DER WORKSHOP IST AUSGEBUCHT • der nächste Termin ist in - HAMBURG, 19.-21. Januar 2018**
Der Workshop: Das wird Schule machen • Teil 2 Grundlagen in MUENCHEN (08. - 10.04.2016) kann auch vor Teil 1 gemacht werden

2. **HAMBURG • 24. – 26. Februar 2017 • »AGGRESSION – – ein neues Tabu « •**
mit Cornelia Stöckel und Mirjam Baumann-Wiedling • 3-tägiger Workshop für pädagogische Fachleute, Eltern und Interessierte • 350€ inkl. 19% MwSt. • [Mehr zum Workshop](#) & [Anmeldeformular](#)

3. **ZÜRICH • 17. – 19. März 2017 • »Vater sein ...« mit Mathias Voelchert**
3-tägige familylab–Weiterbildung für interessierte Männer und Väter • [Mehr zum Kurs](#)

4. **SOLINGEN • 18. & 19. März 2017 • »Leitwölfe sein – ein Seminar für Fachleute«**
2-tägiger Workshop mit Andrea Daun in Solingen für Fachleute • **150€** • [Mehr zum Kurs](#)

5. **MÜNCHEN • 17. – 19. März 2017 • »Wenn Reden nicht mehr hilft – hilft Dialog! 3-tägiger Workshop mit Mirjam Baumann-Wiedling in München für pädagogische Fachleute, Eltern & Interessierte • 350€ • [Mehr zum Kurs](#) • [Anmeldeformular](#)**

6. **familylab-Familienberatung 4 x 4 Tage • 2017**
*4 Referenten, die Sie weiterbringen und bewegen • 4x4 unvergessliche Tage in Deutschland & Dänemark
In diesen 16 Tagen der familylab-Weiterbildung »Familienberatung« werden Sie neuen Input erhalten, erstaunliche Perspektiven erfahren und viel neue Energie für Ihre Arbeit mitnehmen.
[Mehr zum großen Seminar](#) • [Inhalte & Details](#)*

7. **MÜNCHEN • 21. - 23. April 2017 • »DAS WIRD SCHULE MACHEN« • Teil 2**
mit Andreas Reinke & Mathias Voelchert • 3-tägige familylab–Weiterbildung für PädagogInnen und Fachleute, die mit Lehrern arbeiten wollen • [Anmeldeformular](#)
[Mehr dazu](#) • *Der Workshop: Das wird Schule machen • Teil 2 Grundlagen in MUENCHEN (08. - 10.04.2016) kann auch vor Teil 1 gemacht werden*

8. **HAMBURG • »22. Familylab-SeminarleiterInnen-Training • 27.04.-30.04.2017 & 27.06.-30.06.2017**
2.800€ inkl. 19% MwSt. • **Frühbucher bei Anmeldung & Bezahlung 2.500€ bis 31.12.2016**
mit Mathias Voelchert und erfahrenen Trainern & Trainerinnen • 8-tägige familylab–Weiterbildung
[mehr zum Seminarleitertraining](#) • [Anmeldeformular](#)

9. **NIEDERWINKLING • 13.-15. Oktober 2017 • Teenpower – ...geh deinen Weg! mit Pia Beck Rydahl**
3-tägige familylab–Weiterbildung für Fachleute und Interessierte
[Mehr zum Kurs](#) • [Anmeldung](#)

10. **MÜNCHEN • 28. – 29. Oktober 2017 • MENSCHENKINDER** mit Dr. Herbert Renz-Polster, Kinderarzt • 2 tägiger Kurs für interessierte Eltern und Menschen, die mit Familien arbeiten
[Mehr zum Kurs](#) • [Anmeldung](#)

Vorschau 2018

1. **HAMBURG • 19. - 21. Januar 2018 • »DAS WIRD SCHULE MACHEN« • Teil 1 – Praxis«**
mit Dirk Bayer & Mathias Voelchert • 3-tägige qualifizierende familylab–Weiterbildung für PädagogInnen und Fachleute, die mit Lehrern arbeiten wollen • **390€**

2. **HAMBURG • 13. - 15. April 2018 • »DAS WIRD SCHULE MACHEN« • Teil 2**
mit Nikola Geiger & Mathias Voelchert • 3-tägige familylab–Weiterbildung für PädagogInnen und Fachleute, die mit Lehrern arbeiten wollen • **390€**