

Die Qualität der Beziehungen_ein familylab.de - Artikel

Text Jesper Juul

Übersetzung Nikola Geiger-Pollak

Einer der Hauptfaktoren, der die Qualität der Kindheit bestimmt, ist die Qualität der Beziehungen, die das Kind mit seinen Eltern und mit seinen Lehrern hat. Aus diesem Grund werden wir in der dritten Sitzung der Arbeitsgruppe für Qualität in der Kindheit dieses Thema in den Mittelpunkt stellen.

Normalerweise denkt man, dass eine Beziehung entweder gut oder schlecht ist, und dass man, wenn die Beziehung schlecht ist, nicht viel tun kann um sie zu verbessern. Das ist jedoch nicht der Fall und der berühmte dänische Familientherapeut, Autor und Redner Jesper Juul, der sich während der letzten 30 Jahre mit diesem Thema intensiv befasst hat, wird uns sagen, wie wir mit solchen Situationen umgehen können. Jesper Juul unterscheidet die folgenden Schlüsselcharakteristiken im Hinblick auf die Qualität der Beziehungen:

- Gleichwürdigkeit
- Integrität
- Authentizität
- Verantwortung
- Selbstwert – Selbstvertrauen
- Wandel von einer Subjekt-Objekt Beziehung zu einer Subjekt-Subjekt Beziehung
- Prozess des Wachstums der Beziehung

Schlüsselcharakteristiken, die für die Qualität der Beziehungen eine Rolle spielen:

Gleichwürdigkeit

Die Beziehungen zwischen Erwachsenen und Kindern haben sich in den letzten 25 Jahren qualitativ entscheidend verbessert, seit das Konzept der Gleichwürdigkeit innerhalb der Familie gewachsen ist. Dieser Wandel wird vielleicht am deutlichsten von der Tatsache illustriert, dass Kinder und junge Leute sich jetzt in der Welt viel natürlicher und selbst bestimmter verhalten können. Sie sind nicht länger automatisch programmiert Regeln und Gewalt von Eltern und anderen Erwachsenen zu tolerieren, die frühere Generationen gezwungen waren zu akzeptieren. Zur gleichen Zeit jedoch, erfüllen weder die Familie noch die Gesellschaft ein absolut bedeutsames Bedürfnis von Kindern und jungen Leuten: sie zu sehen und sie zu ermutigen sich selbst als wertvolles Mitglied einer Gemeinschaft zu sehen.

Integrität

Mit dem Wort Integrität bezieht sich Jesper Juul auf ein allumfassendes Konzept, dass sich auf die Ganzheit und die Unverletzlichkeit unserer physikalischen und psychologischen Existenz bezieht. Dieses Konzept hat mit Themen wie Identität, Grenzen und persönlichen Bedürfnissen zu tun. Kinder können in der Tat in einem großen Ausmaß ihre eigenen Grenzen setzen, aber oft vernachlässigen sie ihre eigenen Bedürfnisse, wenn diese Bedürfnisse mit denen ihrer Eltern in Konflikt geraten. Dann kooperieren sie nämlich, statt an sich selbst zu denken.

Authentizität

Jesper Juul erklärt, dass eine der Hauptzutaten für eine gesunde Beziehung zwischen einem Erwachsenen und einem Kind die Authentizität ist. Eine Person, die authentisch ist, ist verlässlich, vertrauenswürdig, echt

und lebt nach der eigenen inneren Führung. Jesper Juul erwähnt in seinem Buch „Vom Gehorsam zur Verantwortung“ (Seite 116) das Beispiel eines Lehrers, der sich unsicher fühlt. Er erklärt, dass es nicht falsch ist, sich unsicher zu fühlen. Der Lehrer jedoch hat die Wahl, wie er sich verhält, wenn er sich unsicher fühlt. Wenn er seine Unsicherheit akzeptiert, verhält er sich authentisch. Wenn er jedoch versucht die Unsicherheit zu verstecken, verhält er sich nicht authentisch. Die erste Wahl ist die bessere und die Kinder werden sich entsprechend verhalten. Die versteckte Unsicherheit lässt eine Distanz zwischen dem Lehrer und den Kindern entstehen und als Folge wird die Qualität der Beziehung darunter leiden.

Verantwortung

Jesper Juul unterscheidet zwei Arten von Verantwortung

- Soziale Verantwortung
- Persönliche Verantwortung

Soziale Verantwortung ist die Verantwortung, die wir füreinander haben, für unsere Familie, Gemeinschaft, Gesellschaft und für die Welt. Sie ermöglicht größeren Gruppen von Menschen zusammen zu leben. Diese soziale Verantwortung lernen wir von unseren Eltern und Lehrern.

Persönliche Verantwortung ist die Verantwortung, die wir für unser eigenes Leben haben, für unsere physikalische, psychologische, mentale und spirituelle Gesundheit und Entwicklung. Jesper Juul erklärt in seinen Büchern, dass wenige von uns so erzogen worden sind, dass wir diese Art von Verantwortung übernehmen können. Diese persönliche Verantwortung ist aber eine der Säulen für eine gesunde psychologische Entwicklung und dadurch für gesunde Beziehungen. Für Kinder ist es also wichtig, mit Erwachsenen zu leben, die

- Ihre persönliche Integrität achten und bewachen
- Einschreiten, wenn sie merken, dass die Kinder in einem zu starken Maß kooperieren

Selbstwert – Selbstvertrauen

Selbstwert ist unser Wissen und unsere Erfahrung darüber, wer wir sind. Der Selbstwert hängt davon ab, wie gut wir uns kennen und wie wir auf das schauen, was wir wissen. Selbstwert kann man sich vorstellen wie eine Art innerer Säule, das Zentrum oder das Herz von sich selbst. Menschen, die einen gesunden, gut entwickelten Selbstwert haben, ruhen in sich selbst und fühlen sich wohl mit sich selbst.

Selbstvertrauen misst wozu wir fähig sind, in was wir gut und klug sind oder in was wir schlecht und ungenügend sind. Es bezieht sich darauf, was wir erreichen können. Wenn man einen gesunden Selbstwert hat, ist Selbstvertrauen selten ein Problem. Das gilt jedoch nicht andersherum.

Wandlung von einer Subjekt-Objekt Beziehung zu einer Subjekt-Subjekt Beziehung

Eines der Hauptthemen in den Büchern von Jesper Juul ist ein neues Verständnis darüber, dass wir Kinder nicht als Objekte behandeln sollen, sondern als Subjekte. Das bedeutet, dass wir die Beziehung zwischen Kind und Erwachsenem als Beziehung zwischen zwei Menschen definieren und nicht als Beziehung zwischen Elternteil und Kind oder Lehrer und Schüler definieren, der gehorchen, lernen, Prüfungen bestehen, nett sein, schlau sein, sich an unsere Wünsche anpassen,.... muss.

Der Prozess des Wachstums einer Beziehung

Jesper Juul erklärt in seinem Buch „Aus Erziehung wird Beziehung, Authentische Eltern, Kompetente Kinder“, dass wir unsere Kinder so erziehen sollen, dass das Kind als Mitmensch respektiert wird, der der sein kann, der er ist und der sein inneres Potential entwickeln kann. Wenn wir auf diese Art mit dem Kind umgehen, ermöglichen wir dem Kind sich selbst zu entdecken und tiefe und gesunde Beziehungen mit Eltern, Lehrern oder anderen Leuten zu entwickeln.

Schlussfolgerung

Wir können unseren Kindern nur dann eine Kindheit von guter Qualität geben, wenn wir als Erwachsene die oben erwähnten sieben Schlüsselcharakteristiken zu unseren eigenen machen, denn sonst wird es uns nie möglich sein, ihnen ein gutes Beispiel vorzuleben. Dies gilt natürlich genauso für unsere Schulen und andere Institutionen.

©Jesper Juul, www.familylab.de

family/lab.de

f a m i l y l a b . d e
die familienwerkstatt
Mathias Voelchert GmbH
Amalienstrasse 71
D-80799 München

T 089 - 219 499 71
F 089 - 22 807 200
info@familylab.de
www.familylab.de