

Jesper Juul

Grenzen, Nähe, Respekt

rowohlt
e-BOOK

Auf dem Weg zur kompetenten
Eltern-Kind-Beziehung



arbeiten. Andere haben feste Regeln aufgrund ihrer religiösen Überzeugung und wieder andere, weil sie bestimmten pädagogischen Prinzipien huldigen.

In manchen Familien gibt es feste Regeln, weil die Eltern unsicher werden, wenn es zu viele Wahlmöglichkeiten gibt. In anderen gibt es sie, weil die gesellschaftliche Umgebung autoritär ist, und in wieder anderen hätten die Eltern gern feste Regeln anstelle von Arbeitslosigkeit und Sozialhilfe.

Ich muss gestehen, dass ich nie so recht verstanden habe, was mit dem Ausdruck «feste Regeln» eigentlich gemeint ist. Nach meiner Erfahrung treten gerade diejenigen Eltern besonders nachdrücklich für solche Regeln ein, denen es Mühe macht, die Kinder zu führen, so große Mühe, dass es fast nie gelingt – auch nicht mit festen Regeln.

Diese Eltern haben eines mit den meisten anderen Eltern und Erziehern gemein: Wenn sie etwas tun, um das Verhalten von Kindern zu verändern, und es gelingt nicht, dann reagieren sie oft damit, dass sie desgleichen noch mehr tun – über längere Zeit! Das ist fast ebenso weit verbreitet, wie es unklug ist.

Ich zweifle nicht daran, dass sich die Mehrzahl von Kindern und Erwachsenen am wohlsten fühlt, wenn es in der Familie einige Regeln gibt: zum Beispiel, wann man morgens aufsteht und abends zu Bett geht, wann man seiner Arbeit nachgeht und wann seinen persönlichen Interessen und so weiter.

Meines Wissens gibt es keinen Beleg dafür, dass manche Regeln besser oder gesünder seien als andere. Es sind die Erwachsenen, die in erster Linie die Regeln definieren, und wenn sie in der Lage sind, einige dieser Regeln mit dem Wachsen der Familie und Aufwachsen der Kinder zu verändern und zu modifizieren, dann beweisen Kinder eine nahezu unbegrenzte Fähigkeit zur Anpassung und Zusammenarbeit, ohne ernsthaft Schaden zu nehmen.

Die aktuelle, manchmal heftige Diskussion über die Notwendigkeit, das Leben und Aufwachsen von Kindern durch Regeln und Grenzen zu strukturieren, entbehrt für meine Begriffe häufig einer wichtigen Dimension: Wir vergessen, wie radikal sich das Leben der Kinder im Laufe der letzten zwanzig bis dreißig Jahre verändert hat.

Mit gewissem Erfolg haben wir die psychische und existenzielle Härte abgeschafft, der die Kinder früher in der Familie und in der Schule unterworfen waren. Anstelle von Kontrolle und Anpassung haben wir Verantwortlichkeit und Entwicklung ins Zentrum gestellt. Parallel dazu aber hat sich die Gesellschaft so entwickelt, dass die Kinder in eine sehr feste Struktur gezwängt werden.

Manche modernen Kinder haben weniger Zeit zusammen mit ihren Eltern, als für beide Seiten gut ist, besonders in den ersten zwei bis drei Lebensjahren. Sie werden von wechselnden fremden Personen betreut, die ihnen in unterschiedlichem Maße zu sagen vergessen, wann sie im Urlaub sind, eine neue Arbeit suchen, wann sie einen Teilzeitjob haben und so weiter. Sie arbeiten unter Bedingungen, unter denen kaum Zeit für ein richtiges «Guten Tag» und «Auf Wiedersehen» ist, ganz zu schweigen davon, dass sie das Kind kaum einmal von Anfang bis Ende durch eine ganze Entwicklungsphase begleiten können.

Oft müssen Kinder sich von Zeit zu Zeit verschiedenen Familienkonstellationen anpassen, je nach dem Tempo, in dem Eltern sich scheiden lassen, mit einem neuen Partner zusammenziehen und wieder auseinandergehen. Dazu kommen neue Stiefgeschwister und Halbgeschwister und wechselnde Großeltern, zu denen ihnen der Kontakt entweder aufgezwungen oder verboten wird.

Als Scheidungskinder sollen sie in zwei verschiedenen Haushalten zurechtkommen, sie sollen ihre Freizeitaktivitäten mehr und mehr selbst organisieren, und natürlich sollen sie sich an der täglichen

Organisation des Familienlebens beteiligen, entweder aus praktischer Notwendigkeit oder weil die Eltern die Idee haben, die Kinder müssten auf den Ernst des Lebens vorbereitet werden.

Eine entsprechende Lebenssituation würden Erwachsene in aller Regel nicht bewältigen, ohne höchst frustriert oder, wie wir bei Erwachsenen sagen, gestresst zu sein.

Es ist leider bezeichnend für unsere gegenwärtige Gesellschaft, dass wir Kinder psychologisch untersuchen und zwangstherapieren lassen, während wir Erwachsenen eine längere Krankschreibung oder Beurlaubung nahelegen oder irgendetwas anderes, womit sie sich einmal etwas Gutes tun können. Das ist nach meiner Auffassung unsachlich und auch unethisch, und ich kann kaum begreifen, dass Fachleute und Eltern dabei mitmachen.

Diese Überorganisation des Kinderlebens lässt sich nicht dadurch ausgleichen, dass man die generellen Grenzen innerhalb der Familie aufhebt, aber es dürfte klug sein, sich zweimal zu überlegen, ob denn wirklich noch *mehr* Regeln und Grenzen notwendig sind, wenn man als Mutter oder Vater frustriert ist und das Gefühl hat, dass man die Kontrolle über das Verhältnis zu den Kindern verliert.

Den allermeisten Kindern fällt es sehr leicht, sich generellen Grenzen unterzuordnen. Das geschieht ständig in der Schule, im Kindergarten, im Sportverein, in Pfadfinderlagern und Kindergruppen. Die einzige Voraussetzung ist, dass ihre persönlichen Grenzen nicht verletzt oder völlig niedergerissen werden.

Die persönlichen Grenzen

Das Wort *persönlich* beinhaltet, dass die Grenzen, von denen im Folgenden die Rede sein soll, individueller Art sind. Sie ergeben sich daraus, dass Eltern unterschiedliche Persönlichkeiten, verschiedene Temperamente, verschiedene Hintergründe, verschiedene Wertvorstellungen, wechselnde Stimmungen etc. haben.

- Ich möchte nicht, dass du jetzt Musik hörst. Ich bin müde.
- Nein, ich will dir jetzt nichts vorlesen. Ich möchte meine Zeitung lesen.
- Ich will nicht, dass du mir wehtust. Sag mir, warum du so wütend bist.
- Wenn ich dir bei deinem Aufsatz helfen soll, muss es heute oder morgen sein. Den Rest der Woche habe ich keine Zeit.
- Du sollst nicht mehr in unserem Bett schlafen. Mama und ich wollen allein schlafen.
- Nein, ich will keine Pizza machen. Heute mache ich Frikadellen.
- Ich verstehe, dass du einen freien Tag haben willst, aber ich will mir heute nicht freinehmen.
- Ich will gern mit dir spielen – aber erst in einer halben Stunde, wenn ich mit der Küche fertig bin.
- Ich verstehe, dass dir dieses Fest wichtig ist. Im Moment weiß ich aber nicht, ob ich dich hingehen lassen will. Lass mir Zeit bis morgen, damit ich es mir überlegen kann ... Nein, ich will dir jetzt nicht antworten.
- Ja, das Kleid, das du bei Omas Geburtstag getragen hast, ist schön, du siehst sehr hübsch darin aus. Aber ich will nicht, dass du es heute im Kindergarten trägst. Es ist nicht warm genug ... Nein! Weil es zu kalt ist und weil ich es nicht will!

Ich werde einige dieser Grenzen später allgemeiner untersuchen. Schauen wir erst einmal, was für sie, so wie sie da stehen, bezeichnend ist.

Sie sind alle in einer *persönlichen Sprache* ausgedrückt: Ich will ... Ich will nicht. Sie sagen: «Hier bin ich», «So bin ich», «Für diese Meinung stehe ich», sodass das Kind nicht zu zweifeln braucht, wo der Vater oder die Mutter gerade steht. Es besteht Kontakt. Die persönliche Sprache ist immer *warm*, einerlei, ob sie ja sagt oder nein. Alle anderen Sprachen sind kühler, deshalb bewirken sie einen schlechteren Kontakt und damit auch ein schlechteres Resultat.

Es ist gesagt worden, dass Kinder Grenzen suchen oder Grenzen testen, als ob sie es bewusst täten, um zu sehen, wie weit sie gehen können, und als ob sie die Eltern manipulieren wollten. Nach meiner Erfahrung ist das nicht der Fall.

Die Kinder, an die man dabei denkt, sind des Kontakts mit ihren Eltern nicht sicher, und ihre Eltern sind ihrerseits unsicher im Kontakt mit den Kindern. Sie drücken sich fast nie persönlich aus, und deshalb können die Kinder nicht erkennen, wo sie stehen. Vielleicht suchen die Kinder tatsächlich Grenzen, aber sie tun es deshalb, weil sie sie nicht kennen. Wenn ein Kind die Grenzen der Eltern nicht kennt, wird es unsicher, völlig passiv oder hyperaktiv und auf jeden Fall einsam.

Kinder suchen keine Grenzen, sie wollen Kontakt. Das Zusammensein mag ausreichend sein, und die Eltern mögen durchaus mit den Kindern reden, aber es fehlt an der Qualität dessen, was sie sagen. Die Einsamkeit dieser Kinder kommt nicht daher, dass sie von ihren Eltern nicht geliebt werden, sondern die Eltern sind nicht in der Lage, ihr Herz sprechen zu lassen. Genauso verhält es sich mit einem erwachsenen Partner. Wenn er nicht artikuliert, was er will und was er nicht will und was er denkt und fühlt, dann wird man einsam mit ihm, wie liebevoll und rücksichtsvoll er sonst auch sein mag.