

JAMIE RASER
**Erziehung
ist Beziehung**

Sechs einfache Schritte,
Erziehungsprobleme mit Jugendlichen
zu lösen



Leseprobe aus: Raser, Erziehung ist Beziehung, ISBN 978-3-407-22931-1

© 2012 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-22931-1>

Einleitung

Die meisten, die das vorliegende Buch in die Hand nehmen, werden sich drei Fragen stellen: Um was genau geht es in diesem Buch? Warum soll ich dieses Buch lesen? Ist der Autor jemand, der mir etwas mitteilen kann?

Um was geht es in diesem Buch?

Dieses Buch zeigt uns, wie Menschen aufeinander einwirken. Es zeigt, wie ihre Umgangsformen Spuren hinterlassen und wie negative Umgangsmuster zu Problemen führen, die Eltern mit Kindern haben. Es zeigt aber auch, wie solche Wechselwirkungen verändert werden können, damit die Probleme erst gar nicht entstehen bzw. gelöst werden.

Wenn Ihre Erziehung nicht zu dem Ziel geführt hat, das Sie sich vorgenommen haben, gibt es einen Weg, solche Umgangsmuster zu verstehen und sie zu analysieren, um die gesamte Beziehung zu Ihrem Kind positiv zu verändern. Es gibt Möglichkeiten, entsprechend einzugreifen. Anhand von 14 typischen Beispielen für Umgangsmuster, mit denen Eltern Probleme haben können, werden die Hintergründe aufgezeigt und Strategien angeboten, um jedes dieser Dilemmata zu lösen.

Warum soll ich dieses Buch lesen?

Wenn Sie durch die nachfolgenden Beispiele die Struktur und Mechanik von Umgangsmustern kennenlernen und erfahren, wie man erfolgreich damit umgeht, werden die Probleme für Sie und Ihr Kind bewältigt und somit auch zukünftige Probleme verhindert werden. Die Qualität, wie Sie mit Ihrem Kind umgehen, wird verbessert, sodass sowohl Sie als auch Ihr Kind mehr Freude an Ihrer gegenseitigen Beziehung haben.

Kann mir der Autor etwas mitteilen?

Mit einem Diplom in Gesundheitswissenschaften und einem in Sozialarbeit habe ich seit vielen Jahren mit Kindern und ihren Familien zu tun. Mit ganz normalen Teenagern, aber auch solchen, zu deren Leben Bandenzugehörigkeit, Waffenbesitz, Drogenhandel und Kontakt mit der Polizei gehörten, und mit Kindern, die sich in der Schule keine Mühe gaben und ihren Eltern große Sorgen machten. Im Rahmen des Jugendschutzes und als Bewährungshelfer habe ich mit Jugendlichen und Familien therapeutisch gearbeitet bzw. Schulen und Hausärzte entsprechend beraten. Zusätzlich habe ich den Titel eines diplomierten Sozialarbeiters, klinischen Praktikers sowie Ehe- und Familientherapeuten. Macht mich all dies zu einem Experten in Erziehungsfragen? Auf gar keinen Fall!

Vielmehr ist es die langjährige Erfahrung damit, wie Menschen aufeinander einwirken und sich aufeinander beziehen. Niemand lebt oder handelt in einem luftleeren Raum. Alles, was jemand macht, hat eine Wirkung auf irgendwen oder irgendetwas. Man kann nicht wirksam disziplinieren, ohne dass eine enge Zusammenarbeit auf der Beziehungsebe-

ne stattfindet. Eltern können keine erfolgreichen Eltern sein, wenn keine Wechselwirkung von Lernen, Zusammenarbeit, Nähe, Liebe und Freude vorhanden ist. Alle Eltern versuchen dabei, die Form der Wechselwirkung zu finden, die am wirkungsvollsten für sie und ihre Kinder ist.

12

Einleitung

Mein Beruf – die Psychotherapie – bezieht sich auf die Veränderung von Wechselwirkungen in Beziehungen; diese Veränderungen sollen bewirken, dass es Menschen bessergeht und sie ihre Probleme in den Griff bekommen. Um Menschen zu helfen, musste ich genau hinsehen, wie sie auf andere einwirken, und darauf achten, wie ich mich mit ihnen austauschen kann, damit sie etwas bei sich und anderen verändern können. Es geht in diesem Buch also darum, wie wir aufeinander einwirken und wie Probleme durch das Verbessern von Wechselwirkungen in zwischenmenschlichen Beziehungen abgebaut werden.

Erziehen ist beziehen!

Leseprobe aus: Raser, Erziehung ist Beziehung,

© 2012 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-22931-1>

»Kinder haben Vorbilder nötiger als Kritiker.«

JOSEPH JOUBERT, PENSÉES (1842)

TEIL 01

Die Grundlagen

»Jeder erwartet von einem Jugendlichen, dass er wie ein Erwachsener handelt und dennoch zufrieden ist, wenn man ihn wie ein Kind behandelt.«

ANONYM

1 Die Eltern-Kind-Beziehung

Erziehung ist mehr als nur die mechanische Anwendung von »Techniken« oder »Manipulationen«, um die Kontrolle über einen anderen Menschen zu gewinnen. Vielmehr handelt es sich um eine spezielle Art von Beziehung zwischen einem Elternteil und einem Kind. Diese Beziehung zeigt, was Sie und Ihr Kind verbindet. Sie ist das Ergebnis von allem, was Sie geben und von Ihrem Kind bekommen. Sie bildet sich aus vielerlei gegenseitiger Einflussnahme, die Sie aufeinander ausüben. Die Qualität des Umgangs prägt die Beziehung.

Sie als Eltern mögen vorübergehend stärker sein oder unter Benutzung verschiedener »Tricks« die Beziehung kontrollieren, aber *wachsender, dauernder Einfluss wird nur durch erfolgreiches Aufeinandereinanderwirken erreicht, was eine positive Beziehung zur Voraussetzung hat.* Dieses Buch präsentiert Informationen darüber, wie Eltern und Kinder sich aufeinander beziehen, wie die Beziehung schiefgehen kann, wie negative Wechselwirkungen zu destruktivem Verhalten bei Kindern führen und wie man solch negativen Kreisläufen (»Teufelskreisen«) vorbeugt bzw. sie zum Positiven verändert.

Wichtige Komponenten der Eltern-Kind-Beziehung

Was sind nun die wesentlichen Komponenten Ihrer Beziehung zu Ihrem Kind? Nachstehend einige Beispiele: Diszip-

lin, Grenzen, Zuwendung, Lenkung, Struktur, Liebe, Belehrung, Respekt, Sozialisierung.

In der Beziehung zu Ihrem Kind spielen Sie verschiedene Rollen. Sie lassen sich allgemein in zwei unterschiedliche Bereiche aufteilen. Der erste Bereich kann als »geschäftlich« betrachtet werden, der andere als »persönlich« (siehe Tafel 1). Als Elternteil und Sorgeberechtigter einer jungen, sich entwickelnden Person gibt es bestimmte Dinge, die Sie das Kind lehren müssen, damit es in der Gesellschaft gut zu-rechtkommt und damit das Zusammenleben zu Hause und in der Familie ohne große Probleme klappt. Dafür müssen Sie bestimmte Maßstäbe und Grenzen für sein Verhalten setzen. Diese Funktionen fallen in die Sparte, welche das »Geschäftliche« in der Beziehung genannt werden könnte.

Der andere Teil der Beziehung ist die »persönliche Ebene«. Sie ist der Teil, wo die lustige, liebevolle, warmherzige und respektvolle Seite der Beziehung ausgelebt wird.

Die beiden Ebenen der Eltern-Kind-Beziehung

| Geschäftlich | Persönlich |
|---------------------|-------------------|
| Disziplin | Zuwendung |
| Lenkung | Liebe |
| Struktur | Respekt |
| Belehrung | Spaß |
| Regeln | Sozialisieren |
| Sozialisierung | Freundschaft |

Tabelle 1: Bestandteile jeder Eltern-Kind-Beziehung

Manchmal schenken Eltern der geschäftlichen Ebene so viel Aufmerksamkeit, dass sie die persönliche Seite der Beziehung vergessen. Oder sie denken vielleicht, dass sie sich die

angenehme und freundliche Ebene der Beziehung zu ihrem Kind nicht gestatten dürfen, weil sie das »Geschäft« (d. h. das Aufstellen und Einhalten von Regeln) irgendwie untergräbt. Kinder, deren Verhalten scheinbar stark gelenkt werden muss, stellen oft wenig bereit, was Sie als Eltern auf der persönlichen Beziehungsseite belohnt. Die Beziehung wird vom »Geschäftlichen« unter Ausschluss der »persönlichen Ebene« beherrscht. Zum Beispiel mögen Sie sich gesagt haben: »Nie gibt sie mir eine Chance, irgendetwas für sie zu tun, immer bin ich nur das gemeine Monster, für das sie mich hält.«

Sie können aber auch disziplinieren und die persönliche Ebene trotzdem aufrechterhalten. Wenn Sie meinen, Sie müssten immer nur die »Geschäftsseite« betonen, werden Sie überrascht sein, welche Freude das Einbringen der persönlichen Ebene oder zumindest das aufrichtige Bemühen darum bringen kann, weil Ihre Erziehung um eine kreative Komponente bereichert wird! Denn falls Sie keine Freude mehr an der Beziehung zu Ihrem Kind haben, weil alles, was Sie tun, nur Schimpfen, Grenzsetzen und Durchsetzen von Regeln bedeutet, wird Ihr Kind die Beziehung seinerseits als unangenehm empfinden. Falls es Ihnen gegenüber dann immer wütender wird und Sie nur als Tyrannen sieht, ist es wahrscheinlich auch weitaus weniger bereit, mit Ihnen zusammenarbeiten zu wollen. Es wird dazu neigen, keiner Ihrer Regeln nachzukommen. Spürt es dagegen die Anteile der persönlichen Ebene wie Freundschaft, Liebe oder Respekt, wird es eher zu Konzessionen bereit sein. Es wird eher bereit sein, auch selbst etwas dazu beizutragen, um in dieser freundlicheren Atmosphäre zu leben.

Aber ebenso, wie Sie zu stark auf die »geschäftliche Ebene« setzen, können Sie sich auch zu stark auf die »persönliche Seite« konzentrieren. Sie haben mit Ihrem Kind eine Aufgabe zu erfüllen. Sie sind nicht nur der Freund Ihres Kindes.

Ihre Tochter ist beispielsweise nicht dazu da, ihre eigenen Schwierigkeiten ständig auf Sie abzuwälzen. Falls Sie immer nur den Kumpel spielen, werden Sie später Probleme bekommen, wenn Sie Grenzen setzen müssen. Und Letzteres ist Teil Ihrer Aufgabe, das Kind zu sozialisieren, Teil der Arbeit von Erziehenden.

Beide Seiten der Eltern-Kind-Beziehung können durcheinandergeraten, wenn z. B. Eltern dem Kind die Missachtung einer Regel (also eine »Geschäftsfrage«) als Mangel an Respekt (also eine »persönliche Frage«) auslegen. Oder wenn Eltern meinen, gemeinsamer Spaß, gemeinsame Freude (»persönliche Seite«) und Grenzsetzen schlossen sich aus.

In der geschäftlichen Welt ist eine Geschäftsbeziehung klar definiert. Falls jemand einen Teil eines Vertrages nicht ausführt, hat das bestimmte Folgen. Gewöhnlich haben wir nicht das Gefühl, dass der Vertrag aus persönlichen Gründen gebrochen wurde. Wenn ich mich an jemanden wende, um mein Haus am Montag streichen zu lassen, und dieser dann nicht erscheint, werde ich kaum daran denken, er sei weggeblieben, weil er mich nicht mochte. Aber ich würde die Arbeit, die nicht ausgeführt wurde, auch nicht bezahlen. Ich würde wohl ärgerlich darüber sein, aber dem Handwerker keinen Vortrag über das Respektieren meiner Grenzen und Regeln halten. Mit anderen Worten, ich würde eine Geschäftsbeziehung wie ein Geschäft behandeln und mich nicht persönlich darin engagieren.

In der Erziehung ist es wichtig, die »geschäftliche Ebene« wie ein Geschäft zu behandeln und die »persönliche Ebene« gleichzeitig zu wahren und zu genießen.

Wie können Sie also auf Ihr Kind einwirken, um es alles zu lehren, was es wissen muss, und dabei noch in der Lage sein, sich an ihm zu erfreuen? Wie verbinden Sie die »Geschäftsseite« mit der Person, die Sie gern haben?

Eltern werden häufig in destruktive Kreisläufe (Teufels-

kreise) mit ihren Kindern verwickelt, die von zerstörerischen Denkweisen und Handlungen geprägt sind. Aber eine andere Sichtweise kann helfen, dass die wechselseitige Beziehung zum Kind wieder mehr Spaß macht und sowohl für die Eltern als auch die Kinder befriedigender und effektiver ist.

Dadurch, dass Eltern *erfolgreiche Kommunikations- und Umgangsmuster* erlernen können, werden sie in der Lage sein, wirksamer zu handeln, nicht nur im Zusammenhang mit den eigenen Kindern, sondern auch in anderen zwischenmenschlichen Beziehungen. Positive Kommunikations- und Umgangsmuster können Ihnen die Fähigkeit verleihen, die destruktiven Muster und Verhaltensweisen von Kindern zu verändern bzw. ihnen vorzubeugen.

Zur Erinnerung: Wichtige Punkte aus Kapitel 1

1. Dauernder und anhaltender Einfluss wird dadurch erreicht, dass Eltern und Kinder sich erfolgreich aufeinander beziehen und entsprechend aufeinander einwirken.
2. In jeder Eltern-Kind-Beziehung gibt es eine geschäftliche und eine persönliche Beziehungsebene.
3. Es ist wichtig, die geschäftlichen und die persönlichen Angelegenheiten zu trennen.
4. Zu viel Konzentration auf die eine oder andere Seite raubt der Beziehung ihre Effektivität und macht sie weniger erfüllend.
5. Die zerstörerischen Denkweisen und Handlungen von Kindern können das Ergebnis ihrer Umgangsmuster mit Eltern und anderen Autoritätspersonen sein.