

**Mit Kindern wachsen**  
Es ist gut, dass du da bist!

**Referenten:**

**Mag. Sandra TEML-JETTER & Mag. Stefan JETTER**

familylab.at – wertschaetzungszone.at

Donnerstag, 23. Oktober 2013, 19.30 Uhr

Minoritensaal Tulln

gesundestulln.at



# Es ist gut, dass du da bist! Miteinander wachsen

„Ich weiß es für dich!“  
Subjekt – Objekt Beziehung



Verantwortung – „Du machst es selber – aber nicht alleine!“  
Subjekt – Subjekt - Beziehung



## Sich selbst und einander wertschätzend zugewandt sein

- In früheren Zeiten wurde uns von Außen gesagt, was richtig oder falsch ist. Heute sind wir dazu eingeladen, unsere eigenen Wahrheit zu finden und danach zu handeln.
- Anstatt aber Innenschau zu halten, suchen viele von uns Antworten in Erziehungsratgebern und Elternzeitschriften (also immer noch im Außen) oder wir orientieren uns an dem, was unsere Eltern getan haben – oder machen das Gegenteil.



- Wir müssen erkennen, dass das, was wir in unseren Ursprungsfamilien lernten, nicht ausreicht, um ein liebevolles Miteinander in unserer jetzigen Familie zu erreichen. Eine persönliche Entwicklung und ein Offen-Sein für Neues ist also unabdingbar, wenn man in einer Familie/Paarbeziehung leben will, die nach Gleichwürdigkeit strebt.“ (Jesper Juul)



**„Die Anforderungen, die Eltern heute erleben, sind einzigartig in der Geschichte: Eltern sollen ihre Partnerschaft wie auch ihr Elternsein völlig neu erfinden.“** Jesper Juul

- Wer bin ich?
- Wer will ich sein? Wie will ich leben?
- Was für ein/e Mutter/Vater & PartnerIn will ich sein?
- Wie will ich in Beziehung sein?
- ...



## Mit Kindern wachsen oder: Die Kunst, eine gegenseitige Beziehung aufzubauen

- „Familie“ ist das, was zwischen deren Mitgliedern passiert.
- Dabei geht es um den Inhalt und den Prozess
- Die Familie fühlt sich genau so, wie die Qualität des Umgangs miteinander ist.



## Beziehung

Die Art, wie wir  
reden, wie wir  
uns verhalten,  
und wie wir  
etwas tun  
Prozess



Inhalt  
Was wir sagen  
und tun

=

**ZUSAMMENSPIEL**



## SELBST-WERT-GEFÜHL

**HIER BIN  
ICH**

Das will/denke ich.

Jetzt will ich wissen, was du willst/denkst.

**WER BIST  
DU?**

SUBJEKT

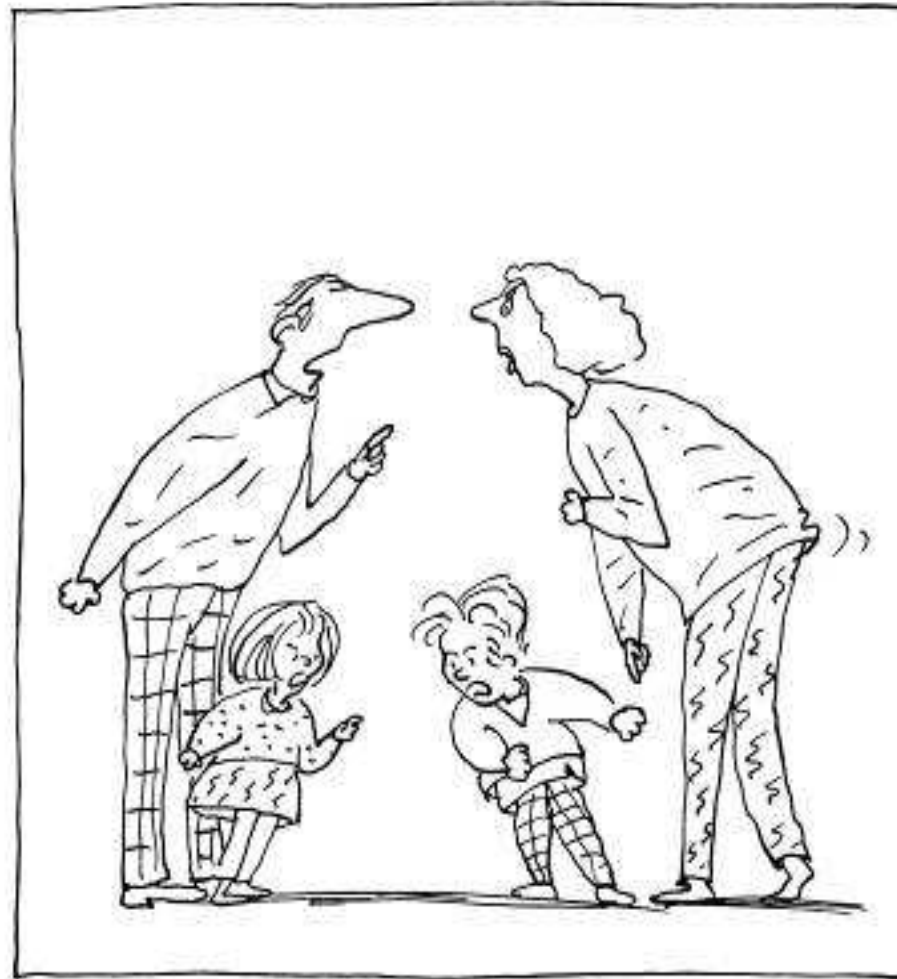
**Communication is not a virtue,  
if you can't stand the message.**

David Schnarch

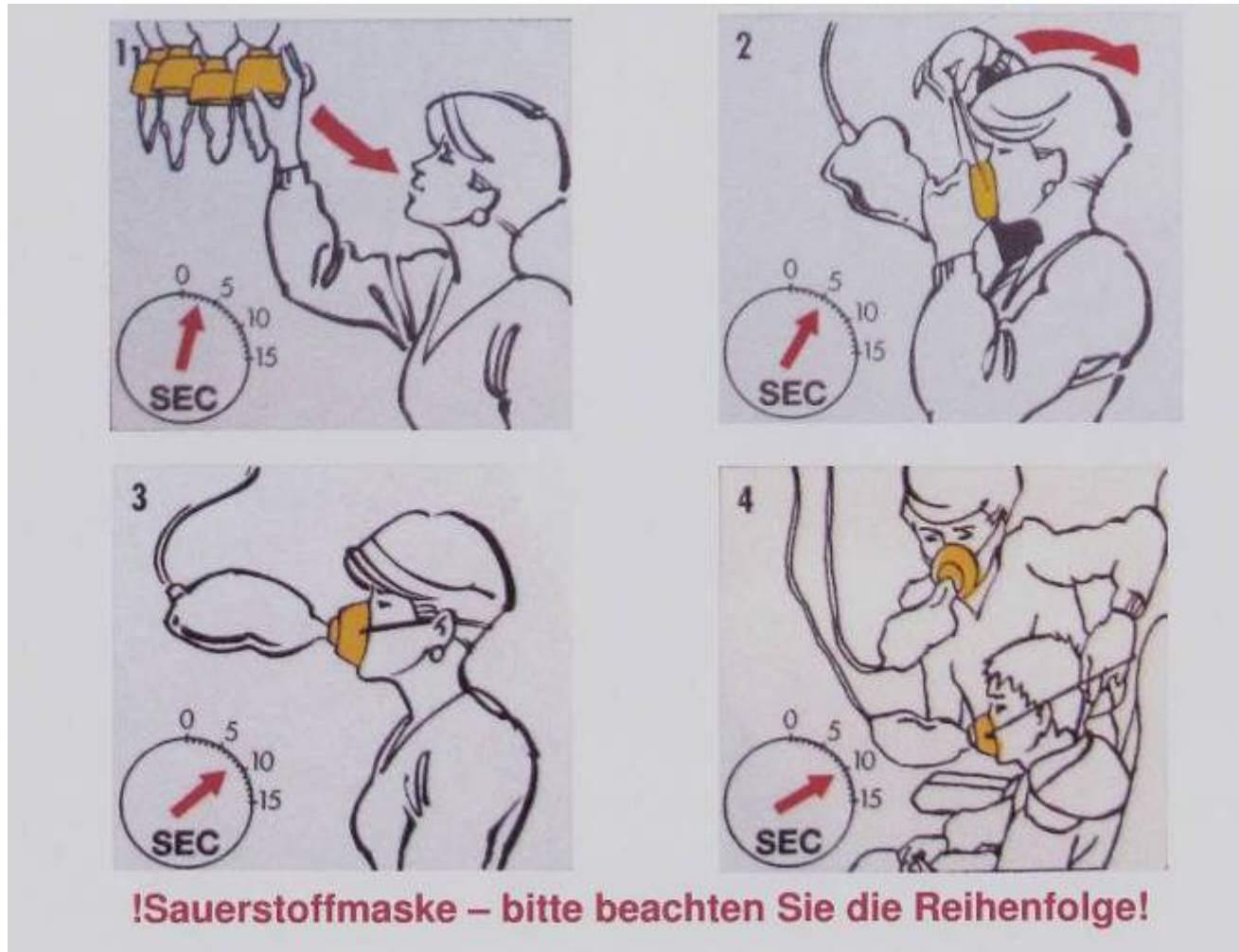




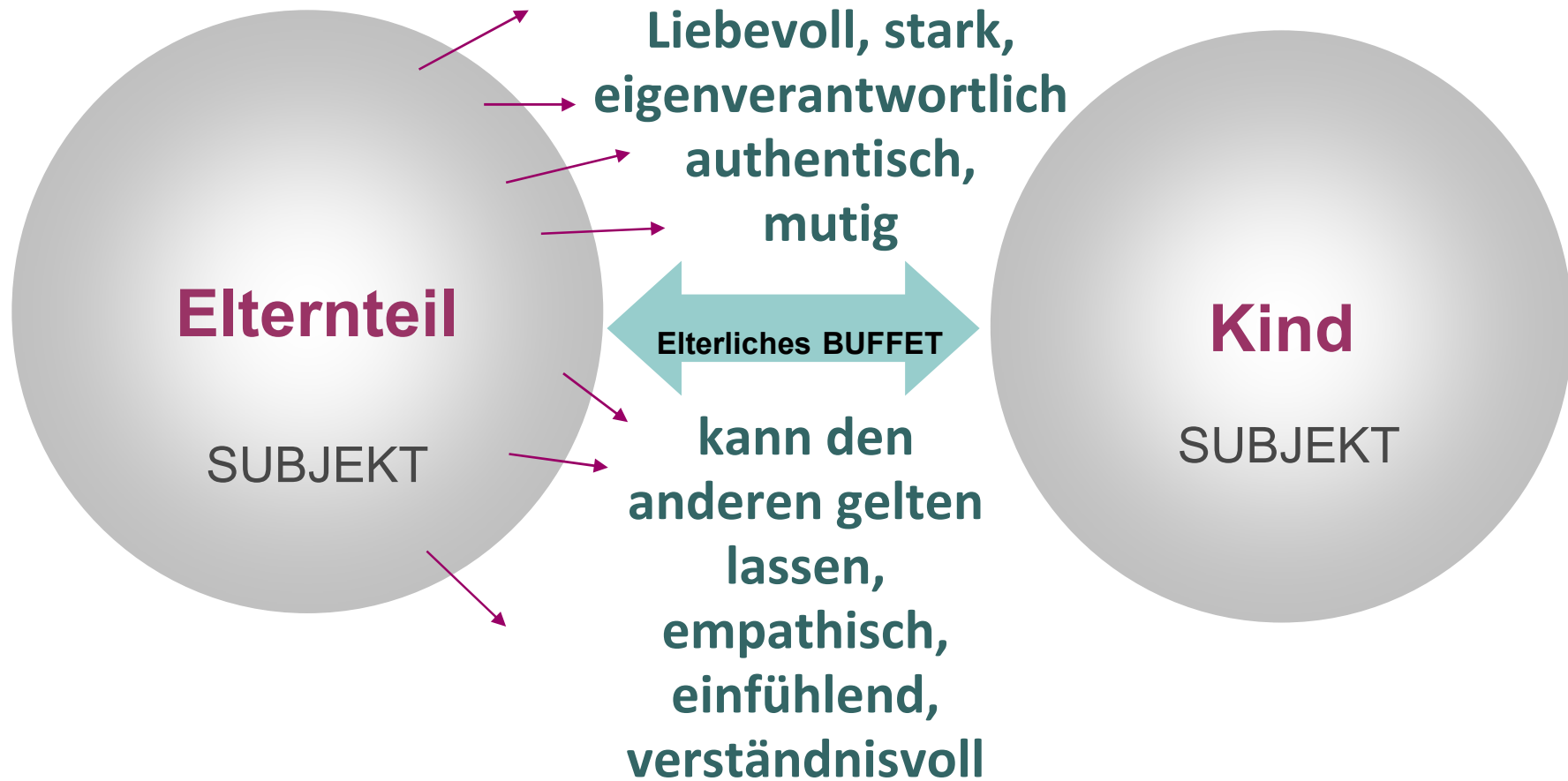
# Die Beziehungsverantwortung liegt bei den Eltern



# Bewusste Beziehungsgestaltung vs. reaktive Automatismen



# Was will ich meinen Kindern mitgeben? familylab®



**Wie es uns gelingen kann, einander  
liebevoll zugewandt zu bleiben**

**oder:**

**Als Eltern**

**Beziehungsverantwortung**

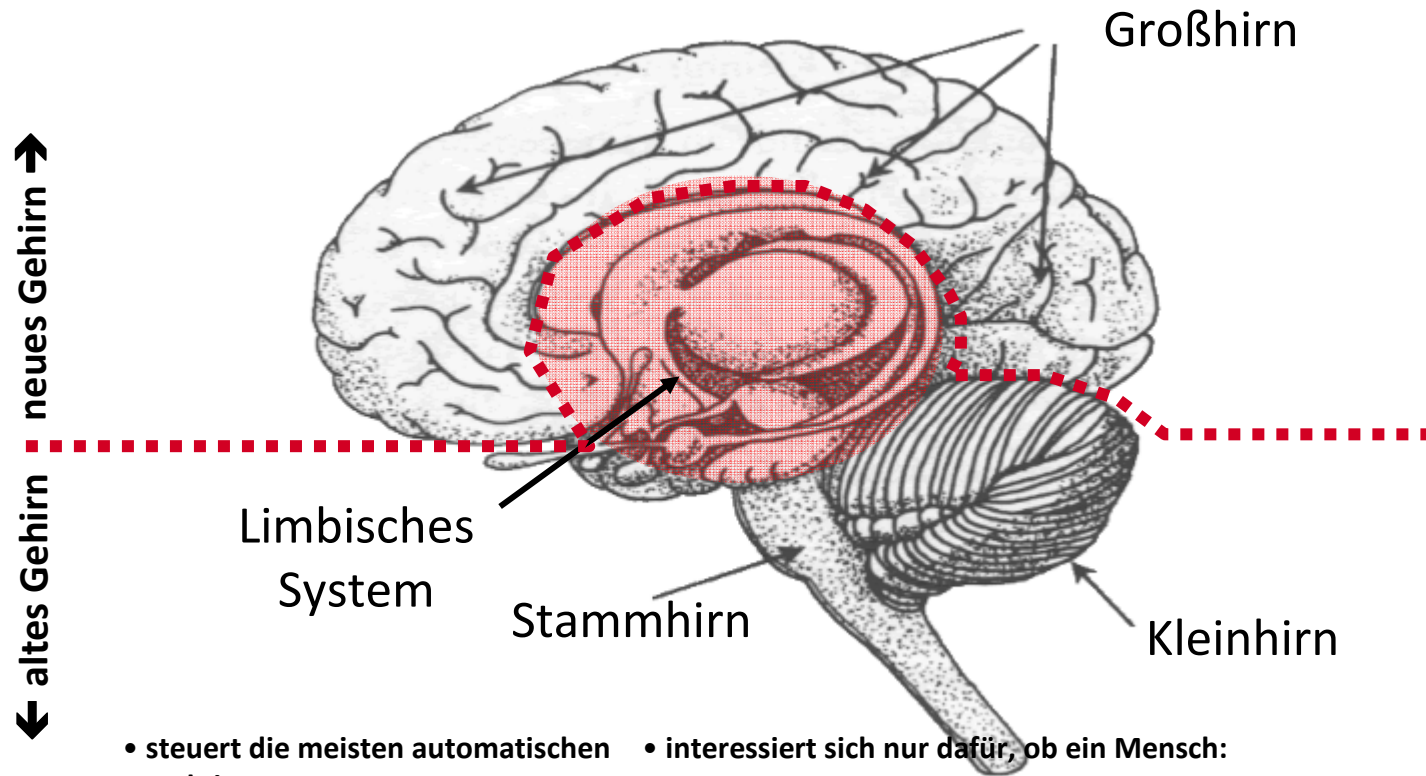
**übernehmen – und daran wachsen**



- Du kannst den Sturm nicht beruhigen ... also hör auf, es zu versuchen. Was du tun kannst, ist, dich selbst zu beruhigen. Der Sturm wird vorübergehen. (Timber Hawkeye)



# Use your brain! Eine kurze Gebrauchsanleitung



- steuert die meisten automatischen Reaktionen
- Hauptaufgabe = Überleben sichern!
- Alles, was jemals war, ist jetzt!!

• interessiert sich nur dafür, ob ein Mensch:

1. umsorgt werden muss,
2. selber fürsorglich ist,
3. jemand ist, mit dem man sexuell verkehren kann,
4. vor dem man fliehen muss,
5. dem man sich unterwerfen sollte,
6. den man angreifen muss.



- Menschen können nicht hören, was in ihnen selbst oder in anderen vorgeht, wenn in ihrem Inneren ein Sturm (von Gefühlen) tobt. Verbinden Sie sich mit der Lebensenergie **hinter** dem Sturm.
- Rosenberg







## Literaturhinweise

- Harville Hendrix & Helen LaKelly Hunt: Soviel Liebe wie mein Kind braucht
- Jesper Juul: gesamtes Werk; besonders: Mein kompetentes Kind; Mann und Vater sein; Elterncoaching – Gelassen erziehen; Pubertät – Wenn erziehen nicht mehr geht; Was Familien trägt: Werte in Erziehung und Partnerschaft; Aus Stiefeltern werden Bonuseltern – Chancen und Herausforderungen für Patchworkfamilien; Trennung und dann? (DVD); Die kompetente Familie: Neue Wege in der Erziehung; Frag Jesper Juul – Gespräche mit Eltern;
- Dan Siegel & Mary Hartzell: Gemeinsam leben, gemeinsam wachsen
- Naomi Aldort: Von der Erziehung zur Einfühlung
- Alfie Kohn: Liebe und Eigenständigkeit: Die Kunst bedingungsloser Elternschaft jenseits von Belohnung und Bestrafung
- K.H. Brisch: SAFE – Sichere Ausbildung für Eltern: Sichere Bindung zwischen Eltern und Kind
- Katrin Wilkens: Der alltägliche Erziehungswahnsinn: Warum perfekte Eltern nerven
- Herbert Renz-Polster: Menschenkinder; Plädoyer für eine artgerechte Erziehung

