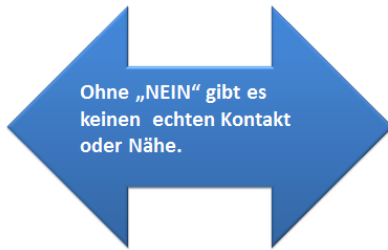


Nein aus Liebe



Orientierung

Kinder brauchen Erwachsene, die klare Signale zur Orientierung aussenden. Doch viele Eltern haben Angst, die Beziehung zu ihrem Kind zu zerstören und es fällt ihnen schwer, den Wünschen und Forderungen nicht nachzukommen.

Ein "Nein" kann zu heftigen Auseinandersetzungen führen, davor scheuen sich Mütter und Väter. Aus Angst oder aus Bequemlichkeit. Doch dieses "Nein" gehört zur Elternrolle

und zwar aus Liebe, denn ein grenzenloses Gewähren zeigt dem Kind nicht, wo der Erwachsene steht und was er denkt. Dann kann sich das Kind auch nicht an ihm orientieren. Einer der primären Bedürfnisse, die wir alle haben, ist es mit anderen Mitgliedern unserer Familie in Kontakt zu sein, nicht nur um mit ihnen zu diskutieren, sondern einfach um zu lernen, wer sie sind als Individuum, und um ihnen zu zeigen, wer wir sind. Um das zu tun, müssen wir eine persönliche Sprache entwickeln.

Persönliche Sprache

Tatsache ist, dass wir mindestens zwei Sprachen haben. Wir haben eine soziale Sprache, in der wir höflich und nett sein können und dann haben wir noch eine persönliche Sprache, in der wir uns in Beziehung zu anderen ausdrücken können. Die persönliche Sprache zu verwenden ist viel einfacher, wesentlich effektiver, aber es macht uns auch sehr viel verletzlicher.

Soziale Sprache:

Würden/könnten Sie bitte/vielleicht...

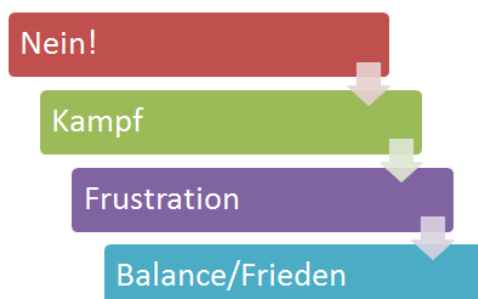
Persönliche Sprache:

Ich will
Ich will nicht

Ja ist einfacher

Wer nicht "Nein" sagt, kann auch nicht lernen, aus vollem Herzen "Ja" zu sagen. Das gilt für die Beziehung zum Kind und auch in der Paarbeziehung der Eltern. Sehr oft wird Ja gesagt, weil es einfacher ist. Wenn das Ja jedoch nicht ehrlich gemeint ist, kann es nur falsch sein.

Der gesunde Konflikt





Ein Konflikt bedeutet lediglich, dass zwei Menschen im gleichen Raum zur gleichen Zeit unterschiedliche Wünsche haben. Bedauerlicherweise glauben viele Eltern, dass sie schlechte Eltern sind, wenn sie Konflikte mit ihren Kindern oder miteinander haben. Tatsache ist, dass wir keine nahe und bedeutungsvolle Beziehung mit anderen Menschen, inklusive Kindern haben können, wenn wir nicht mindestens 25 Konflikte am Tag haben. Konflikte sind nicht nur unvermeidbar sondern auch notwendig, sie können nicht verhindert werden, nur unterdrückt.

Wünsche versus Bedürfnisse

Es gibt keine Regeln für das „NEIN“-Sagen. In der einen Familie sagen die Eltern zu Süßigkeiten und Eis „NEIN“ und der Nachbar sagt „JA“. So ist das Wichtige nicht zu was „NEIN“ gesagt wird und wie häufig, sondern warum und wie wir es sagen. Das Gleiche gilt für das „JA“-Sagen. Manche Eltern sagen „JA“ aus dem falschen Grund. Vielleicht haben Eltern ein schlechtes Gewissen, weil sie zu wenig Zeit mit ihren Kindern verbringen. Sie glauben vielleicht, das ist der einzige Weg ihr Kind zu lieben. Vielleicht fühlen sie sich unwohl in dem Konflikt oder sie glauben, sie seien schlechte Eltern, wenn sie Konflikte haben. Wenn sie aus diesen Gründen „JA“ sagen, werden ihre Kinder keine andere Wahl haben als ihre Eltern auszunützen. Das bedeutet, dass sie mehr und mehr fordern und immer unzufriedener werden. Das sind die Kinder, die wir „verwöhnte Kinder“ nennen. Tatsache aber ist, wir können ein Kind nicht verwöhnen, wenn wir ihnen zu viel Liebe und Aufmerksamkeit geben, wir können ein Kind nur verwöhnen, wenn wir zu viel geben aus den (oben erwähnten) falschen Gründen.

Ein Nein auf was?

 <p>Auf ein Bedürfnis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nahrung • Schlaf • Nähe, Verbundenheit • Sicherheit • Fürsorge • Führung 	 <p>Auf einen Wunsch</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ich kann mich für Wünsche meines Kindes interessieren, muss sie aber nicht alle erfüllen
---	---

In den letzten Jahren hat sich eine Tendenz entwickelt, dass das Kind die zentrale Rolle in der Familie spielt. In den Familien müssen jedoch die Erwachsenen die Führungsrolle übernehmen. Eltern müssen unterscheiden lernen zwischen dem, was sich Kinder wünschen und dem, was sie wirklich brauchen. Wünsche wissen Kinder zu äussern, Bedürfnisse jedoch nicht. Eines der wichtigsten Bedürfnisse von Kindern sind klare Eltern, an denen sie sich orientieren können. Und natürlich elementare Dinge wie Nähe, Sicherheit, Nahrung, Kleidung und Fürsorge. Dieser Grundbedarf steht gar nicht zur Diskussion und sollte Kindern immer zur Verfügung stehen.

Das Nein macht Kinder stark

In der psychologischen und sozialen Entwicklung der Menschheit ist die Idee „JA“ zu sich selber zu sagen, um starke und liebevolle Beziehungen zu schaffen, ein Quantensprung.

Viele Leute werden unglücklich und krank, weil sie nie gelernt haben ihre Integrität zu schützen. Die Ursache ist oft, dass sie nicht „NEIN“ sagen können, wenn sie „NEIN“ meinen und „JA“, wenn sie „JA“ meinen.

Das beste „NEIN“ und das liebevollste „NEIN“ ist „NEIN“, das wir anderen sagen, wenn wir uns selber „JA“ sagen müssen. Das bedeutet „JA“ zu unseren eigenen Grenzen, Werten und Wünschen. In den ersten 5-7 Jahren einer erwachsenen Beziehung ist das noch nicht möglich und es ist unmöglich in den ersten 1,5 Jahren des Lebens eines Kindes. Während dieser ersten 18 Monate müssen die Eltern viele ihrer eigenen Wünsche und Bedürfnisse zurückstellen, damit das Kind überleben kann. Aber nach dieser Zeit ist es an der Zeit, dass Eltern ihre eigenen Bedürfnisse, Grenzen und emotionalen Reaktionen zurück in die Beziehung mit dem Kind bringen. Nur auf diese Art und Weise kann ein Kind lernen mit anderen Menschen zusammenzuleben und viel wichtiger, seine/ihre eigenen Grenzen und Wünsche auszusprechen. Wenn ein Kind mit Eltern aufwächst, die immer irritiert, aggressiv sind oder immer „NEIN“ sagen oder Eltern, die immer verfügbar sind, immer zu ihren Diensten und immer „JA“ sagen, werden sie nicht lernen, wie die Emotionen und die Grenzen anderer Menschen gelesen werden können.

<p>Entwicklung von</p> <ul style="list-style-type: none"> • Empathie • Sozialer Kompetenz • Selbstwertgefühl 	<p>Selber Grenzen setzen bei</p> <ul style="list-style-type: none"> • Suchtmitteln • Mobbing • Falschen Autoritäten • Übergriffen
---	---