



# Leseprobe

Jesper Juul

## Es gibt keine unerreichbaren Jugendlichen!

Wie wir mit unseren Kindern in Beziehung bleiben.  
Unterstützung während der Pubertät

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 18,00 €



---

Seiten: 160

Erscheinungstermin: 01. März 2023

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

### Stürmische Zeiten gemeinsam meistern

**Was tun, wenn Kinder nicht mehr mitmachen?** Wenn es nicht einmal mehr heftige Auseinandersetzungen gibt, weil sie sich vollständig entziehen und man das Gefühl hat, sie überhaupt nicht mehr erreichen zu können?

Jesper Juul empfiehlt in solchen Fällen, die **eigene Haltung zu überdenken**. Er argumentiert leidenschaftlich dafür, kein Kind »schwierig« zu machen oder es gar aufzugeben. **Selbst mit Heranwachsenden, die komplett aus der Norm ausscheren, ist immer noch ein echter Dialog möglich.**

Eltern, Schulen und alle, die mit ihnen zu tun haben, müssen ihre Verantwortung wahrnehmen, statt diese an die Kinder abzugeben. **Schon vor der Pubertät ist eine Beziehung auf Augenhöhe gefragt:** Wenn sich Erwachsene als gelassene Sparringspartner anbieten, können sie Kinder und Jugendliche wieder erreichen und vertrauensvoll und einfühlsam ins Leben begleiten.



### Autor

## Jesper Juul

---

Jesper Juul (1948-2019) war einer der bedeutendsten und innovativsten Familientherapeuten Europas, Konfliktberater und Gründer des Elternberatungsprojekts *familylab international*. Durch zahlreiche Seminare, Vorträge, Medienauftritte und erfolgreiche Elternbücher wurde er international bekannt. Seine respektvolle,

JESPER JUUL  
ES GIBT KEINE UNERREICHBAREN JUGENDLICHEN!

# JESPER JUUL

## ES GIBT KEINE UNERREICHBAREN JUGENDLICHEN!

Wie wir mit unseren  
Kindern in Beziehung  
bleiben



Herausgegeben von Mathias Voelchert



# Inhalt

- 10 **Vorwort**  
*Von Mathias Voelchert*
  
- 17 **Begegnungen auf Augenhöhe**
- 19 Wollen wir wirklich starke Kinder?
- 21 Die Macht der Eltern
- 22 Kindern Raum lassen
- 24 Das »Trotzalter«
- 28 Unsere Kinder sollen zu gesunden Erwachsenen  
heranwachsen
- 31 Die Angst vor dem Nein der Kinder
- 32 Freundliche Führung und empathische Begleitung
- 34 Eigenverantwortung – für Eltern und für Kinder
- 37 Zwang und Wahlfreiheit
- 39 Mut, Loyalität und Verantwortung
- 42 Eine neue Kultur des Dialogs
- 51 Geschwisterrivalität
- 56 Familienzuwachs
- 61 Take five! Nimm dir fünf!
- 66 Kinder und Pornografie

- 71 **Gibt es unerreichbare Jugendliche -  
oder sind unsere Arme zu kurz?**
- 72 Die Mitverantwortung der Gesellschaft
- 74 Was wir tun müssen
- 76 Darf ich sein, wer ich bin?
- 79 Entwicklung des Selbstgefühls
- 80 Was Kritik bewirkt
- 81 Was machen wir mit denen, die nicht mitmachen?
- 83 Eigenverantwortung und wirkliche Anerkennung
- 85 Ganztagschulen
- 86 Vertrauen statt Dressur
- 87 Beziehung statt Projektarbeit
- 90 Überforderung oder Herausforderung?
- 93 Frustration und Angst
- 99 Nicht tatenlos zusehen, sondern in Beziehung sein
- 100 Es gibt immer einen Zugang
- 102 Beziehungsfähigkeit kann man lernen
- 104 Was für Wertvorstellungen leiten uns?
- 107 Ein neues Menschenbild
- 110 Wir müssen uns verwundbar machen
- 111 Die Jugendlichen selbst fragen
- 115 Einsamkeit
- 117 Den Fokus auf die Familien
- 119 Verantwortlich, überverantwortlich, unverantwortlich?
- 121 Ja zu sich selbst sagen – eine lebenswichtige Fähigkeit
- 125 Selbstgefühl und Selbstvertrauen
- 127 Ohne Integrität kein Selbstgefühl
- 130 Die existenzielle Ebene
- 131 Du darfst für dich verantwortlich sein
- 135 Sich als wertvoll für andere empfinden
- 137 Über das Wesentliche sprechen

# Vorwort

*Von Mathias Voelchert*

Im Frühjahr 2009 saßen Jesper Juul und ich im Aumeister, einem wunderschönen Münchner Biergarten, zusammen. An diesem Abend wurde die Idee zum ersten familylab-Symposium geboren, das am 19. und 20. Oktober 2009 in der Freizeithalle in München stattfand. Zu unserer Freude war die Veranstaltung schnell ausverkauft. Im Jahr darauf haben wir die DVD zu diesem Symposium produziert, sie hieß: *Gibt es unerreichbare Jugendliche – oder sind unsere Arme zu kurz.*

Jetzt könnten Sie sich natürlich fragen, warum rund 15 Jahre nach dieser Veranstaltung ein Buch von Jesper Juul zu diesem Thema erscheint. Die einfache Antwort lautet: Weil die Probleme unserer Jugendlichen seitdem weiter zugenommen haben, sei es durch noch größeres Arbeitsengagement ihrer Eltern, sei es durch neue »elektronische Familienmitglieder« oder den Druck in den Schulen, die 80 Prozent ihrer Schülerinnen und Schüler alleinlassen, indem sie fast ausschließlich auf deren Noten fixiert sind.

Sie könnten sich auch die Frage stellen, warum ein Buch zu schwer erreichbaren Jugendlichen Texte und Dialoge mit Eltern enthält, deren Kinder fünf oder acht Jahre alt sind. Da-

rauf habe ich zwei Antworten. Die eine lautet: Wir erleben in den Familienberatungen immer wieder, dass das Verhalten der Jugendlichen in ihrer Kindheit wurzelt. Was bedeutet, dass viele »Probleme«, die in der Pubertät zutage treten, sich über einen langen Zeitraum angebahnt haben. Und natürlich haben die Erwachsenen aus dem nahen Umfeld der Jugendlichen ihren Anteil (wenn auch keine Schuld!) an dieser Entwicklung.

Zweitens beobachten wir, dass Eltern eine Art Erziehungsturbo zünden wollen, wenn sie bemerken, dass ihre jugendlichen Kinder langsam flügge werden und sich allmählich ihrem Einfluss entziehen. Statt auf das zu vertrauen, was sie selbst bereits geleistet haben, versuchen die Eltern quasi im letzten Moment, ihre Kinder doch noch nach ihrem Bilde zu formen.

Jesper Juul formulierte das Ziel des Symposiums folgendermaßen: »Während der letzten zwei Jahrzehnte hat die Welt der Erwachsenen und Experten bestimmte junge Menschen als ›aus pädagogischer Sicht unerreichbar‹ definiert. Medien und Politiker haben sich dieser defensiven Haltung angeschlossen, die an ihrer unprofessionellen Projektion ›Du bist unerreichbar‹ anstatt ›Ich kann dich nicht erreichen‹ leicht zu erkennen ist. Die letztere Formulierung würde den Wunsch ausdrücken, mit diesen jungen, isolierten Jungen und Mädchen irgendeinen produktiven Kontakt herzustellen. Ein Wunsch, der meines Erachtens immer noch in den Herzen und Seelen der Eltern und der professionellen Gemeinschaft vorhanden ist.

Wir haben offensichtlich alle vorhandenen Methoden und Strategien angewandt, die wir kennen, um Jugendliche zu erreichen – und das mit sehr wenig Erfolg. Ich meine, dass

dies nach einem neuen Paradigma verlangt – nach einer kompletten Änderung unseres Standpunkts und unserer Haltung. Wenn wir uns nicht trauen, dies zu riskieren, werden wir die gleichen Dinge in veränderter Form wiederholen und dabei scheitern.

Die meisten Experten wissen, dass ›strengere Grenzen‹, ›härtere Bestrafung‹, ›mehr Disziplin‹ und ›unverzügliche Konsequenzen‹ nicht mehr sind als ein politisches Alibi, um unsere Hilflosigkeit zu kaschieren. In der heutigen ›Erziehung‹ stehen Eltern und Pädagogen eine Vielzahl von Methoden zur Verfügung, und wenn wir diese auf ihre Essenz reduzieren, bleiben zwei Gruppen von Erziehenden übrig. Die einen sind überzeugt von der Notwendigkeit, eine Subjekt-Subjekt-Beziehung zu Kindern und Jugendlichen aufzubauen. Die anderen sind davon überzeugt, dass es richtig ist, auf der Basis einer Subjekt-Objekt-Beziehung zu arbeiten.

Wir wollen beide Paradigmen gründlich untersuchen und einen Dialog zwischen ihnen ermöglichen. Junge Menschen sollen dabei ebenfalls zu Wort kommen wie Praktiker, die wissen, wie Erwachsene auf Jugendliche zugehen müssen, um sie zu erreichen. Auf diese Art und Weise hoffen wir, die beiden Positionen deutlicher zu machen, der Diskussion aber auch neue Energie und Optimismus zuzuführen.«

Eines der ersten Bücher, das ich für Jesper Juul herausgebracht habe, hieß *Pubertät. Wenn Erziehen nicht mehr geht*. Das vorliegende Buch *Es gibt keine unerreichbaren Jugendlichen* stellt in gewisser Weise die Fortsetzung des darin angestoßenen Dialogs dar. Des Dialogs der Erwachsenen mit ihrem Erziehungsstil, ihrer Verantwortung, ihrem Handeln bzw. ihrer Untätigkeit. Es soll uns Eltern einen guten Weg weisen, wie wir uns selbst und unsere Kinder und Jugendlichen besser er-

reichen. Dabei ist es nicht hilfreich, den Jugendlichen ihr angebliches Fehlverhalten unter die Nase zu reiben oder gar hysterisch zu werden. Was hilft, ist der Blick auf die Tatsachen: Ein bestehender Konflikt ist immer eine Momentaufnahme, ist wie der Ausschnitt aus einem Film, dessen Beginn und Fortsetzung wir in diesem Moment nicht sehen. Wir Eltern und Erwachsenen stecken allzu oft voller Zukunftsangst, weil wir dem, was wir geleistet haben, nicht vertrauen. Diese Unsicherheit projizieren wir auf unsere Jugendlichen und schwächen sie damit. Was sie stattdessen brauchen, ist unsere Zuversicht in ihre Fähigkeiten. Unsere Bestärkung »Du schaffst das!«. Was sie nicht brauchen, sind unsere Verzagtheit und Enttäuschung darüber, dass wir ihnen nicht die Väter und Mütter waren, die wir sein wollten.

Falls dies der Fall ist, wäre es jetzt an der Zeit, es zuzugeben. Wir sollten zu unseren eigenen Fehlern und Versäumnissen stehen und auch für sie die Verantwortung übernehmen. Denn als Eltern sind wir immer beteiligt. Nicht schuld, aber beteiligt! Und weil wir das sind, haben wir Einfluss. Nutzen wir diesen Einfluss, indem wir zuerst vor der eigenen Haustür kehren. Das setzt einen neuen Ton in unserer Familie – weg von den Schuldzuweisungen, hin zur Eigenverantwortung. Erst dann können Jugendliche von uns Eltern und anderen Erwachsenen profitieren. Denn in gewisser Weise »ernähren« sie sich von unseren guten Erfahrungen, von unserer Zuversicht, unserer Selbstreflexion und unseren hilfreichen Erkenntnissen. Was es ihnen auch erspart, den schmerzhaften Weg der Selbstverurteilung zu beschreiten.

Wenn es uns Eltern gelingt, aus Erziehung eine gute Beziehung zu unseren Jugendlichen werden zu lassen, dann legen wir damit das beste Fundament für ihre Zukunft. Dann

geben wir ihnen das Gefühl, dass sie so sein dürfen, wie sie sind, und wir sie nicht ändern wollen. Dieses Menschenbild tut allen Beteiligten gut. Das heißt nicht, dass wir alles gutheißen müssen, was sie uns anbieten. Doch jeder Mensch braucht Verbündete, vor allem wenn etwas schiefgegangen ist. Wir Eltern sollten die engsten Verbündeten unserer Jugendlichen sein. Dieses bedingungslose Vertrauen bekommen wir von unseren Kindern geschenkt, und wenn wir dabei sind, es zu verspielen, ist es an uns, es zurückzugewinnen. Wie? Das steht ausführlich in diesem wertvollen Buch.

*Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr*, sagt man, doch im Grunde müsste es heißen: *Was Hänschen nicht gelernt hat, das lernt eben Hans*. Wir Eltern brauchen diese Zuversicht ebenso wie das Vertrauen in das, was wir als Erzieher geleistet haben. Denn eines ist sicher: Erziehung findet zwischen den Zeilen und weitgehend nonverbal statt. Erziehung ist Vormachen, Vorleben, Sein. Erziehung ist all das, was wir Eltern im Leben tun. Wie wir miteinander umgehen, wie wir streiten, wie wir uns trennen, wie wir unsere Zuneigung zeigen, wie wir leben. Das ist es, was unsere Kinder aufsaugen und sie dazu verleitet, es uns gleichzutun oder das Gegenteil zu versuchen.

Deshalb ist es umso wichtiger, Jesper Juuls Grundgedanken der Gleichwürdigkeit weiter in die Welt zu tragen. Den Gedanken, dass alle von gleicher Würde sind, aber nicht gleich. Dass die Älteren Verantwortung für die Jüngeren haben. Dass denen, die die Macht innehaben, eine besondere Verantwortung zukommt. Wenn dieser Gedanke der gleichen Würde immer mehr Anhänger findet, sind wir auf dem Weg zu einer besseren Gesellschaft.

Mir ist bei der Arbeit an diesem Buch wieder aufgefallen, was Jesper Juuls Haltung so einmalig gemacht hat: Er hatte

keine Agenda für den Klienten; es gab nicht die geringste Verurteilung in seinen Fragen; er hat sich einfach für sein Gegenüber interessiert und wollte wirklich verstehen, wie der andere tickt. Er sagte: »Das Wichtigste sind Neugier und Offenheit.« Getreu seinem Motto: »Hier bin ich, wer bist du?«

In seinen Vorträgen auf dem familylab-Symposium stellte Jesper Juul den Teilnehmerinnen und Zuhörerinnen sein komplettes Wissen zur Verfügung. Ein Wissen, das auf seinen vielfältigen Erfahrungen mit Familien, Schulen und Fachleuten beruhte. Die Ergebnisse sind praxistaugliche Ideen, die wir sofort umsetzen können. Ich kann mir keine bessere Zusammenstellung seiner Werte und Erfahrungen vorstellen. Eine Goldgrube für Eltern!

Ich wünsche Ihnen den größtmöglichen Erfolg bei der Umsetzung dieser Ideen in Ihrer Familie.

Mit den besten Grüßen

*Ihr Mathias Voelchert*

*Gründer von familylab in Deutschland und  
dessen Leiter von 2006–2022*

# Begegnungen auf Augenhöhe

Bevor ich als Familientherapeut tätig wurde, habe ich mit verhaltensauffälligen Jugendlichen und ihren Familien gearbeitet. Und in unserer klinischen Praxis habe ich erlebt, dass alles, was ich als Vater und als Lehrer über Entwicklungspsychologie gelernt hatte, falsch war. Das war kaum zu glauben, aber in meinem Umkreis gab es damals fünfzig, sechzig Personen, die alle dieselbe Erfahrung gemacht haben.

Ich habe dann mit einem mulmigen Gefühl das Buch *Dein kompetentes Kind* veröffentlicht. Davor hatte ich eine gute Freundin um Rat gebeten: »Ich weiß nicht, ob ich den Mut habe, das zu veröffentlichen, weil das ja nur so eine aus meiner Praxis entwickelte Theorie ist. Das ist ja keine Forschung.« Worauf sie entgegnete: »Da kannst du ganz beruhigt sein, die Forschungsergebnisse werden dir bestimmt recht geben.« Und tatsächlich wurde der US-amerikanische Kinder- und Jugendanalytiker Daniel Stern in dieser Zeit zu einem der führenden Spezialisten der empirischen Säuglingsforschung. Mit ihm machte eine neue Generation von Psychoanalytikerinnen auf sich aufmerksam, die sich zum ersten Mal mit zwischenmenschlichen Beziehungen im Allgemeinen beschäftigten und all meine Erfahrungen bestätigen konnten – beispielsweise die Tatsache, dass Kinder kooperieren.

