



In der Familie, unter Freunden, am Arbeitsplatz: Immer geht es darum, mit anderen Menschen in Beziehung zu kommen. Jesper Juul zufolge ist es dabei ganz wichtig, authentisch zu sein. Foto: Michael Berger, pixelio.de

Juul in Bielefeld

Auf Einladung von Britta Kolbe und Wolfgang Bergmann ist Jesper Juul am Sonntag, 18. November, um 18.30 Uhr im Kleinen Saal der Bielefelder Stadthalle zu Gast. Nach einem Podiumsgespräch haben Besucher die Gelegenheit, konkrete Erziehungsfragen an Jesper Juul zu richten.

Karten für 12 Euro gibt es in allen WESTFALEN-BLATT-Geschäftsstellen.



»Leichtsinn« im Sinn

Leichtsinn« ist der Name des Unternehmens von Britta Kolbe und Wolfgang Bergmann (Foto unten). »Das steht für Leichtigkeit im Sinn, Leichtigkeit für Körper, Geist und Seele«, erklärt das Team, das auch im Privatleben als Paar in einer Patchworkfamilie lebt.

In ihren Praxisräumen in Bielefeld bieten Britta Kolbe und Wolfgang Bergmann individuelles, bedürfnisorientiertes und ganzheitliches Coaching für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Familylab-Seminare und Vorträge (inspiriert durch Jesper Juul), Weiterbildungen für Erzieher, Pädagogen und andere Fachkräfte sowie Beratung und Begleitung von Familien und Paaren durch herausfordernde Zeiten an.

@ www.leichtsinn-bielefeld.de

Wolfgang Bergmann und Britta Kolbe

Eine glückliche Familie lebt auf Augenhöhe

Britta Kolbe und Wolfgang Bergmann sind Botschafter der Juul'schen Werte

Bielefeld (WB). Nie zuvor haben sich Eltern so viele Gedanken um das Thema Erziehung gemacht wie heute. Das Problem: Unzählige verschiedene Methoden versichern eher, als dass sie helfen. Und es fehlt an Vorbildern.

Gehorsam, starre Regeln, Unterordnung und Disziplin. Mit Prinzipien wie diesen sind viele der heutigen Mütter und Väter von ihren eigenen Eltern erzogen worden. Moderne Erziehung? Das ist für

manche »dieser antiautoritäre Quatsch aus den 60er und 70er Jahren«. Und zeitgemäße Erziehung? Auch dieser Begriff klingt für Vertreter der »alten Schule« bedrohlich. Da muss man doch seine elterliche Macht aufgeben – und die Kinder tanzen auf dem Tisch. Respekt ade...

»Ziel von Erziehung ist es, seinem Kind die Möglichkeit zu geben, sein volles Potenzial zu entwickeln. Und ihm die Fähigkeit zu vermitteln, mit anderen Menschen zu leben«, sagt Wolfgang Bergmann, der zusammen mit seiner Ehefrau Britta Kolbe seit vier Jahren das Unternehmen »Leichtsinn« in Bielefeld führt. In Einzelcoachings und Seminaren erfahren neugierige, ratsuchende, vom Nachwuchs genervte und mitunter auch verzweifelte Eltern, wie sie im Umgang mit trotzelnden Kleinkindern und pubertierenden Teenies gelassener agieren und als Familie glücklicher werden können.

Im Mittelpunkt allen Denkens und Handelns stehen vier Begriffe, um die sich alles dreht. Es sind die vier Faktoren,

die der dänische Familientherapeut Jesper Juul für die Säulen einer zeitgemäßen Erziehung und einer positiven Entwicklung von Kindern und Familien hält: Gleichwürdigkeit, Integrität, Authentizität und Verantwortung.

Was bedeutet das genau? Wolfgang Bergmann erklärt: »Gleichwürdigkeit steht für das Zusammenspiel von Eltern und Kindern auf Augenhöhe – nicht zu verwechseln mit Gleichberechtigung. Gleichwürdigkeit bedeutet, den Bedürfnissen der Kinder Aufmerksamkeit zu schenken und sie ernst zu nehmen.« Das kann sich so anhören: »Du bist ein Kind. Ich höre gerne deine Wünsche, ich nehme sie auch ernst. Aber manchmal sage ich eben trotzdem nein.«

Integrität heißt die zweite Säule. Sie hilft Erwachsenen und Kindern dabei, die eigene Persönlichkeit und die eigenen Grenzen zu wahren. Wolfgang Bergmann verdeutlicht das so: »Eltern sollten ihre eigenen Grenzen äußern, statt Grenzen für ihre Kinder zu finden – und diese in einer persönlichen und deutlichen Sprache klarmachen.«

Authentizität ist die Säule Nummer drei: keine Rolle zu spielen, sondern sich als der Mensch zu zeigen, der man wirklich ist.

Vierte Säule ist die Verantwortung. Gemeint ist die Verantwortung, die jeder für sich und sein Handeln übernimmt. Aber auch die Verantwortung, die Eltern für die Qualität der Beziehung zu ihren Kindern tragen. Jesper Juul sagt dazu: »Nicht das Kind, das sich partout nicht so verhalten will, wie wir uns das vorstellen, ist verantwortlich für die schwierige Atmosphäre in der Familie, sondern ausschließlich wir Eltern. Das Kind ist vielleicht der Auslöser, doch für die Rahmenbedingungen tragen immer wir Erwachsenen die Verantwortung.«

Eltern, die mit ihren Kindern nach den Juul'schen Werten zu leben beginnen, haben schnell Erfolg und erleben deutlich weniger Konflikte. Das wissen Wolfgang Bergmann und Britta Kolbe aus ihrer Arbeit. Was nicht heißt, dass es nirgendwo mehr kracht. Schließlich sagt selbst Jesper Juul: »25 bis 40 Konflikte pro Tag sind okay.« Daniela Lang