Elternbildung Reinach/BL

Vortrag vom 2.11.00 über

Pubertät eine schwierige Lebensphase für Eltern und Kinder. Wie stellen wir uns dieser Herausforderung?

U. Davatz

I. Einleitung

Die Pubertät ist zusammen mit der Trotzphase die schwierigste Erziehungsperiode im Lebenszyklus einer Familie. Sie kann auf beiden Seiten des Konfliktes, d.h. bei Eltern und Kindern zu Entgleisungen und Entwicklungsstörungen führen. Deshalb ist es besonders wichtig, dass wir dieser Lebensphase sorgfältige Aufmerksamkeit schenken.

II. Pubertät als Ablösungskonflikt aus der Sicht des Kindes

- Das Kind muss aus der behüteten Kinderphase in die verantwortungsvolle, selbstbestimmende Erwachsenenphase wechseln.
- Diese Verantwortungsübernahme durch Selbstbestimmung macht Angst und löst Unsicherheit aus.
- Auf kognitiver Ebene wechselt das Kind auch von der natürlichen Selbstverständlichkeit in eine selbstreflektierende, allgemein in Frage stellende Haltung.
- Auch diese ständige Selbstreflexion löst Unsicherheit und Angst und evtl. sogar Rückzugsverhalten aus.
- Nicht nur die Eltern, Lehrer und sämtliche Autoritäten werden auseinandergenommen, man nimmt auch sich selbst ständig auseinander.
- Auf der anderen Seite ist man als Teenager sehr verletzlich, legt alles auf die Goldwaage und lässt sich auch schnell emotionell verunsichern.
- Man ist auch sehr empfindlich auf Fremdkontrolle, man will selbst bestimmen und wehrt sich instinktiv gegen alle elterliche Kontrolle, getrieben vom „Autonomieinstinkt“ und Freiheitsdrang.
- Gleichzeitig hat man aber dennoch das Bedürfnis nach Rückhalt und Unterstützung von den Eltern, was diese oft schlecht verstehen können.

https://adhs.expert

- Zusammen mit dem Autonomieinstinkt läuft auch der Explorationsdrang. Man muss Neues ausprobieren, Grenzen überschreiten, aus Systemen ausbrechen, gegen Altbewährtes rebellieren, alles über den Haufen werfen. Emotionell tritt man mit aufgeplustertem Imponiergehabe auf.
- All dieses Verhalten hat nichts mit Bösartigkeit zu tun, obwohl es häufig von den Eltern so aufgefasst wird, sondern lediglich mit Lebensenergie.
- Das Kind muss die Eltern, die alte Generation überwinden, überrunden, überholen um überleben zu können, dies ist es jedoch gerade, was diese Phase für die Eltern so schwer macht und häufig zu unerbittlichen Kampfsituationen führt.

III. Pubertät oder Ablösungskonflikt aus der Sicht der Eltern

- Die Eltern haben oft Angst vor ihrem nach Autonomie und Freiheit drängendem Kinde, sie wollen vor Gefahren des Lebens schützen und halten das Kind zurück.
- Zudem gehen sie häufig von der unsicheren Haltung aus, ihr Kind sei noch nicht gut genug erzogen und sie müssten jetzt möglichst noch alles schnell nachholen, bevor es zu spät ist, sog. Nacherziehung.
- Sie denken, wenn sich das Kind gegen ihre Ansichten und Ratschläge wehrt, es höre nicht, was sie sagen und beginnen zu predigen, was dann häufig in einen Kampf ausartet.
- Wenn das Kind trotz allem aufgeplusterten Verhalten dennoch verletzlich und empfindlich ist und ihren Rückhalt möchte, verstehen sie dies nicht und wenden sich häufig emotionell ab mit der Haltung „wenn du schon nicht auf mich hören willst, brauchst du auch meine Unterstützung nicht".
- Häufig sind Eltern zu tiefst beleidigt und verletzt, wenn ihr Kind aus dem Autonomieinstinkt heraus sich wehrt gegen sie.
- Sie machen in der Regel viel zu viele Übergriffe, auch wenn sie es noch so gut meinen.

https://adhs.expert

IV. Ein paar Faustregeln für den hilfreichen Umgang mit dem Ablösungskonflikt zwischen pubertierenden Kindern und verzweifelten Eltern

- Als Eltern von pubertierenden Kindern muss man sich merken: Nicht mehr erziehen, nur noch Beziehung pflegen!
- In der Beziehung zum Teenager muss man stark sein wie der Fels in der Brandung, immer wieder seine innere Stärke aufbauen und leben.
- In der Auseinandersetzung mit dem Teenager darf man aber im Kampf nicht siegen wollen, wenn dann eher verlieren, dies trägt zum Selbstwertgefühl des Teenagers bei.
- Man soll viel mehr zwei verschiedene Meinungen gelten und nebeneinander stehen lassen, die eigene und die des Teenagers.
- Man soll ja keinen Gehorsam mehr fordern, wie beim Kinde, dadurch unterhöhlt man den Autonomieinstikt und die Selbstbestimmung des Kindes.
- Aber man soll dennoch seine Meinung klar zum Ausdruck bringen, auch wenn das Kind nicht damit einverstanden ist, gerade diese geistige Auseinandersetzung braucht es.
- Man darf aber nicht erwarten, das Kind folge dieser Meinung sofort aufs Wort. Teenager müssen alles zuerst selbst prüfen, ob sie es annehmen können oder nicht.
- Es geht in der Pubertät nicht mehr um Erziehen, sondern viel mehr um Sozialisierung.
- Der Prozess, der menschlichen Sozialisierung läuft durch viele kleinere und grössere Auseinandersetzungen zwischen gleichgestellten Individuen und in welchem beide voneinander lernen und nach erfolgreich ausgetragenem Konflikt sich verändert haben, d.h. ein Stück weiter gekommen sind im Leben.
- Dies ist der kreative Moment in der Konfliktbeziehung zwischen Eltern und pubertierenden Jugendlichen.

Da/KDL/hs

Zeichen: 4387

https://adhs.expert