

Elpos Zentralschweiz, Luzern
Vortrag vom 12.5.98 über
Hilfe, mein Kind ist in der Pubertät!

—
U. Davatz

I. Einleitung

Die Pubertät ist die letzte Kinderkrankheit, welche die Eltern mit ihren Kindern durchmachen müssen. Im Gegensatz zu den andern Kinderkrankheiten kann dagegen nicht geimpft werden. Versucht man die Pubertäterscheinungen zu unterdrücken, verhindert man die Entwicklung seines Kindes zu einem autonomen Erwachsenen. Darum nichts wie los, stürzen wir uns hinein und beißen in den sauren Apfel.

II. Was sind die wichtigsten Pubertätssymptome?

- Die Eltern müssen als Idolfiguren vom Sockel gestürzt werden, was eine massive narzistische Kränkung für die Eltern bedeutet und gleichzeitig einen Machtverlust. Gleichzeitig werden fremde Idolfiguren, die den Eltern nicht immer genehm sind, herangezogen.
- Alles, was die Eltern sagen, tun und lassen wird in Frage gestellt, kritisiert und auf den Kopf gestellt. Die kritische Haltung ist an der Tagesordnung. Der Teenager muss sich in den Mittelpunkt stellen.
- Extreme Verhaltensweisen und Glaubensrichtungen werden ausprobiert und manchmal provokativ vordemonstriert.
- Der Teenager fühlt sich hingezogen zu den „peers“, d.h. den Kollegen, manchmal auch Kollegen, die den Eltern nicht lieb sind.
- Emotionell sind Teenager häufig sehr unausgeglichen, himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt. Sie sind launisch, lassen sich schnell aus dem Gleichgewicht bringen und sind sehr verletzlich.
- Diese Verletzlichkeit steht im krassen Gegensatz zu ihrem aufgeblasenen egozentrischen Verhalten und macht es für die Eltern besonders schwierig, ihre Kinder zu verstehen.

- Dazu kommt häufig der erste Liebeskummer, das Sichannähern ans andere Geschlecht, das Finden der eigenen Identität, auch der sexuellen, über das Entdecken der Gegengeschlechtlichkeit.
- Diese sexuelle Entwicklung kann häufig mit grosser Selbstunsicherheit einher gehen. Der Teenager hinterfragt nicht nur seine Eltern, sondern auch sich selbst. Manchmal wird diese Selbstreflexion so stark, dass er fast keinen Schritt machen kann.
- Ein weiteres Symptom ist die Abschottung der Intimsphäre, das Zimmer wird geschlossen. Geheimnisse werden behalten, auch ein offenes Kind erzählt nicht mehr alles.
- Explorations- und Welteroberungsverhalten wird vermehrt an den Tag gelegt. Alles Neue muss ausprobiert und damit experimentiert werden. Risikoverhalten ist grossgeschrieben unter Teenagern. Dazu gehört schnelles Autofahren, Risikosport und Experimentieren mit Drogen.
- POS-Kinder können noch extremere Pubertätssymptome haben wie z.B. stärkere Gefühlsschwankungen, vermehrtes Explorations- und Experimentierverhalten sowie stärkere aggressive Gefühlsausbrüche im Sinne von Impulsdurchbrüchen.

III. Elterliches Reaktionsverhalten auf ihre pubertierenden Kinder

- Man lässt sich verunsichern durch ihr aggressives Verhalten und hat darum die Tendenz, bei vielem nachzugeben, nur aus der Angst vor Aggressionen, und geht somit Konflikten aus dem Wege.
- Oder man verhärtet sich und kämpft um alles in der Welt um seine Dominanz, d.h. seine elterliche Vorherrschaft. Dabei scheut man dann auch nicht, verletzende Methoden zu verwenden, welche das Selbstwertgefühl des Kindes schädigen (argumentum ad personam).
- Durch die Verunsicherung schlägt man einen Schaukelkurs ein, welcher dem Kinde keinen Halt mehr bietet.
- Man reagiert bei Fehlverhalten mit überstarker Kontrolle, mit belehren und überzeugen, mit viel zu viel reden. Dies führt meist zu einer endlosen Diskussion und zu einer emotionalen Überhitzung

- Das übertriebene Imponiergehabe der pubertierenden Kinder wird von den Eltern oft missdeutet als übertriebenes Selbstwertgefühl und man geht dagegen vor, versucht es zu redimensionieren!
- Bei stark aggressivem Verhalten zieht man sich als Eltern langsam zurück und verweigert schliesslich die Beziehung, geht der Auseinandersetzung aus dem Wege. Man kann sogar in Depressionen verfallen.

IV. Einige Tips im Umgang mit pubertierenden Kindern

- Die Kritik und Aggressionen nicht allzu persönlich nehmen, sondern als Übungsverhalten dieser jungen Erwachsenen betrachten.
- Nicht gleich zurückschlagen wie sie schlagen, sondern ihnen noch einen gewisse „Welpenschutz“ geben unter dem Bewusstsein, dass man ja viel stärker ist und über die Finanzen in der Regel noch am längeren Hebel.
- Im Kampf auch verlieren können, man tut dadurch etwas für das Selbstwertgefühl der pubertierenden Kinder.
- Nicht vom Irrtum ausgehen, man müsse die Kinder noch über Gehorsam kontrollieren können. Aber weil man sie nicht mehr kontrollieren kann, auch nicht meinen, man brauche nichts mehr zu sagen, es habe sowieso keinen Wert.
- Wertvorstellungen und Erwartungen an die Kinder sollen klar und deutlich zum Ausdruck gebracht werden, sie wirken nach.
- Den Auseinandersetzungen nicht aus dem Wege gehen, sondern sich auf sie einlassen und durchstehen ohne persönlichkeitszerstörende Argumente zu verwenden, sondern nur Ich-Botschaften.
- Die Auseinandersetzungen je einzeln ausfechten ohne die Hilfe des Partners, aber dem Partner nicht in den Rücken fallen, wenn er mit einem Kinde etwas ausficht.
- Bereit sein, während dieser Zeit etwas zu lernen und sich zu entwickeln und nicht nur alles besser zu wissen.
- Den Humor nicht verlieren, nicht alles zu tierisch ernst nehmen, sondern auch die Komik in der Situation erkennen.
- Sich deswegen nicht lustig machen über den Teenager, da dieser noch wenig Selbstironie über sich hat, er muss sein Selbst ja erst finden.

V. Abschliessende Bemerkung

Die Pubertät ist vielleicht die schwierigste Kinderkrankheit die man mit seinen Kindern durchmacht, aber auch die interessanteste und lehrreichste. Die Entwicklungsphase der eigenen Kinder, bei welcher man am meisten gefordert wird, aber auch am meisten lernt.

Da/kv/er