Vortrag Elpos Nordwestschweiz

Vortrag vom 24.10.01 über

POS und Pubertät

U. Davatz, www.ganglion.ch

I. Einleitung

Pubertät zeichnet sich aus durch den Ablösungsprozess des Kindes von den Eltern. Dies ist häufig ein schmerzlicher Prozess für beide Seiten, für jeden auf seine Art und beinhaltet viel Konfliktstoff, den sogenannten Ablösungskonflikt.

II. Typische Aspekte der Pubertät

- Der/die pubertierende Jugendliche muss sich von der Abhängigkeit von den Eltern in die Selbständigkeit entwickeln, von der Fremdbestimmung zur Eigenbestimmung, von der Abhängigkeit in die Autonomie.
- Um diesen Absprung von den Eltern in die Unabhängigkeit zu schaffen, muss er die Eltern von sich stossen oder sich von den Eltern abstossen.
- Dies drückt sich darin aus, dass er die Eltern vom Sockel stürzen muss, mit zum Teil recht heftiger Kritik und Ablehnung, was häufig sehr schmerzlich für die Eltern ist.
- Auch lässt er die Eltern nicht mehr teilhaben an seinem Privatleben, grenzt die Eltern also bis zu einem gewissen Grade aus.
- Der Jugendliche muss seine eigenen Wertvorstellungen, seinen eigenen Geschmack entwickeln, und um diesen entwickeln zu können, muss er die Werte der Eltern in Frage stellen, oder gar ablehnen.
- Eltern lassen sich von diesem Abgrenzungs- und Ablehnungsverhalten ihrer Jugendlichen häufig verunsichern und beginnen an ihrer elterlichen Fähigkeit zu zweifeln.
- Eltern von Pubertierenden müssen sich jedoch merken, dass sie in dieser Phase von ihren Kindern immer als schlechte Eltern dargestellt werden, ganz gleich, wie sie sich verhalten.
- Falls sie die Ablehnung ihrer Kinder zu persönlich nehmen, laufen sie in die Gefahr, depressiv und verzweifelt zu werden, was **ihnen** schadet, oder aggressiv und verletzend, was **dem Kind** schadet.

https://adhs.expert

- Zum Pubertätsverhalten gehört auch, das Grenzen überschreiten und der daraus folgende Machtkampf.
- Eltern können darauf reagieren mit vermehrter Kontrolle und Strafe oder die Grenzen ganz fallen lassen. Beides ist nicht gut für den Abgrenzungsprozess.
- Hilfreicher wäre jedoch eine klare Stellungnahme zu den Grenzen, ohne dass man glaubt, man könne sich immer durchsetzen.
- Dass man sich nicht immer durchsetzen kann, heisst nicht, dass man deswegen seine Haltung fahren lassen soll.

III. Spezifisches Pubertätsverhalten von POS Kindern

- Da POS Kinder häufig sehr impulsiv, emotionell und auch sensibel sind, kann bei ihnen die Pubertät besonders stürmisch sein.
- Sie entwickeln eine zusätzliche Kraft, die kaum zu bremsen ist. Deshalb werden die Machtkämpfe oft sehr heftig, manchmal sogar gefährlich, wenn die Eltern nicht sorgfältig sind.
- Aus diesem Grunde ist es wichtig zu wissen, bzw. sorgfältig zu entscheiden, wo ein Machtkampf angebracht ist und wo man sich besser nicht darauf einlässt. Allzuviele Machtkämpfe kann man sich nicht leisten, sie bedeuten zuviel Energieverbrauch.
- Es ist dann häufig sinnvoller, nur seine klare Haltung zum Ausdruck zu bringen ohne diese als Befehl durchsetzen zu wollen.
- Die Durchführung der entsprechenden Handlung muss man beim Jugendlichen lassen.
- Da POS Kinder häufig sehr sensibel sind und Pubertierende i.d.R. ohnehin sehr empfindlich, kann ein pubertierendes POS Kind doppelt verletzlich sein und entsprechend aggressiv reagieren, aus seiner emotionellen Verletzlichkeit heraus.
- Dies wird oft verkannt, da man gemeinhin annimmt, dass ein impulsiver aggressiver Mensch nicht verletzlich sein könnte. Dem ist aber nicht so.
- POS Kinder sind häufig sehr eigenwillig. Diese Eigenwilligkeit kann in der Pubertät auch nochmals verstärkt werden.
- Man muss diese Kinder deshalb viel ausprobieren lassen, damit sie praktisch lernen können.

https://adhs.expert

- POS Kinder lernen auch nicht gerne theoretisch, sie müssen alles praktisch erfahren.
- POS Kinder und Drogen in der Pubertät sind ein wichtiges Thema. Das Gehirn der POS Kinder ist empfindlicher auf Drogen als das normale Gehirn, speziell auch auf Haschisch.
- Manche POS Kinder behandeln aber ihre Unruhe in der Pubertät mit Haschisch, was von manchen Eltern sogar noch akzeptiert wird, da ihre Kinder dann angenehmer und ruhiger sind.
- Diese Ruhe kann aber nur eine Ruhe vor dem Sturm sein, denn POS Kinder können unter Haschischeinfluss leichter eine Psychose, einen schizophrenen Schub entwickeln, was ein äusserst traumatisches Erlebnis für Eltern und Kind ist.

IV. Die Rolle der Eltern in der Pubertät

- Die wichtigste Rolle der Eltern in der Pubertät ist, dass sie loslassen können und dennoch dem Kind weiterhin Halt geben.
- Sie müssen den Fels in der Brandung darstellen, an dem man sich immer wieder orientieren kann und der sich nicht wegspülen lässt.
- Sie müssen sich aber auch als Kampf- und Auseinandersetzungspartner zur Verfügung stellen, dürfen nicht nur ausweichen, aber auch nicht immer nur recht haben.
- Damit der Entwicklungsprozess gut abläuft, müssen sie in dieser Phase lernfähig bleiben und sich auch von den Kindern etwas sagen lassen.
- Eltern von POS Pubertierenden müssen ihren Kindern etwas länger Zeit lassen und deshalb viel Geduld haben.
- Wenn man sich auf all dies einlässt, kann es ein sehr lohnendes und befriedigendes Erlebnis sein, mit diesen Kindern durch die Pubertät zu gehen.

Da/KDL/kh

https://adhs.expert