Elternbildung Reinach

Vortrag vom 15.11.01 über

Pubertät, loslassen heisst nicht fallenlassen, und wer zahlt, befiehlt nicht

---

U. Davatz, www.ganglion.ch

I. Einleitung

Die Pubertät und die damit verbundene Ablösungsphase stellt nicht nur für die pubertierenden Teenager eine grosse Herausforderung dar, sondern auch für ihre Eltern. Auch wenn kein Teenager gleich ist wie ein anderer, schliesslich handelt es sich ja um werdende Individuen, lohnt es sich denn in dieser Entwicklungsphase seiner Kinder an gewisse Regeln zu halten, die wir im Folgenden durchgehen möchten.

II. Das Loslassen des jungen Menschen

- Pubertierende drängen nach Freiheit, Selbstbestimmung, auf Akzeptanz ihrer Intimsphäre und das Recht des Ausprobierens, Experimentierens.
- Obwohl viele Mütter und Väter sich offiziell zum Loslassen bekennen, zeigt sich in vielen von ihren Handlungen, dass es ihnen nicht leicht fällt.
- Je experimentierfreudiger, vielleicht auch waghalsiger ein junger Mensch ist, um so mehr fühlen sich die Eltern bestätigt, wieder einzugreifen und die Führung wieder zu übernehmen. zu muten
- Oft ist jedoch selbstschädigendes Verhalten bei Teenagern Ausdruck einer zu starken Kontrolle, eines zu starken Festhaltens der Eltern an ihren Jugendlichen.
- Dadurch werden dem „flügge" werdenden Kind die Flügel gestutzt, und es kann nicht fliegen lernen.
- Aus diesem Verhindertwerden am eigenen Fliegenlernen, was einer Verhinderung des Autonomieinstinkts gleichkommt, resultiert eine unglaubliche Verzweiflung, die dann zur Selbstschädigung und Selbstverstümmelung führen kann, denn man hindert sie in ihrem natürlichen Reifungsprozess.

https://adhs.expert

- Ausdrucksformen von dieser Selbstschädigung sind Suizidversuche, Drogenkonsum, Magersucht, Bulimie und ähnliches, oder aber die agressive Form, die sich in Delinquenz zeigen kann, Ausbruch aus dem Familiensystem, frühe sexuelle Aktivität, Ausschluss bei Banden.
- Sobald solche Fehlverhalten bei Pubertierenden auftreten, fühlen sich die Eltern dazu veranlasst, die Kontrolle wieder zu verstärken, was in eine Teufelsspirale einmündet und beim Teenager noch mehr Fehlverhalten, also mehr vom Gleichen auslöst.
- Loslassen heisst auch nicht mehr alles wissen wollen, nicht mehr über jede Bewegung des Kindes informiert sein wollen, in der Meinung, man könne das Kind dann vor dem Übel beschützen.
- In diesem Fall übergibt man dem Kinde nicht die Verantwortung, bzw. lässt das Kind die Verantwortung nicht selbst übernehmen.
- Geheimnisse haben, den Eltern nicht alles erzählen heisst auch, Verantwortung selbst und ganz alleine übernehmen und tragen wollen.
- Indem die Eltern immer alles wissen wollen, geben sie dem Kinde nicht die Möglichkeit, die Verantwortung selbst zu tragen.
- Loslassen heisst, selbstverständlich auch den Teenager nicht mehr mit allem Sevice des Hotel Mama's weiterhin zu verwöhnen, ihn so an sich binden, ihm nicht die Mögichkeit geben, bei den täglichen Bedürfnissen im Haushalt Verantwortung zu übernehmen.
- Loslassen heisst auch nicht, für den Teenager Angst haben, wenn er zu spät in die Schule oder zur Arbeit kommt, oder um seine Prüfungen zittern.
- Loslassen heisst auch nicht für ihn leiden im ersten Liebeskummer oder dass man in sozialen Auseinandersetzungen mit Kollegen ihm den Umgang mit diesen gewissen Kollegen, auch wenn man diese als schlecht empfindet, nicht verbietet.
- Loslassen heisst auch nicht die Gewichtskontrolle besonders bei Mädchen zu übernehmen, noch die Sittenkontrolle darüber, welches Kleidungsstück und welche Schminke oder Haarstil sich ziehmt bzw. nicht ziehmt.
- Loslassen heisst prinzipiell von der Erziehung zur Beziehung überwechseln.

https://adhs.expert

III. Loslassen heisst aber nicht fallen lassen

- Wenn Teenager sich schlecht benehmen, Grenzen überschreiten, selbstschädigendes Verhalten an den Tag legen, das sich mit Erziehung nicht korrigieren lässt, heisst das nicht, dass man sie mit Liebesentzug bestrafen soll, d.h. sie fallen lassen um auch loslassen zu können.
- Dies war einer der grössten Fehler, der in der Elternberatung von Drogensüchtigen Jugendlichen gemacht wurde, dass man den Eltern geraten hat, ihr drogensüchtiges Kind als Therapeutische Massnahme vor die Türe zu stellen.
- Um loslassen zu können muss man nicht fallen lassen, im Gegenteil, man muss früher loslassen lernen, damit man dann nicht fallen lassen muss aus eigener Verzweiflung.
- Beim Fallenlassen steht man mit seinen eigenen Überlebensstrategien im Kampf zur Entwicklung des Kindes, und das ist natürlich tragisch und fatal.
- Man könnte sogar sagen, dass es nie so wichtig ist wie in der Pubertät, dass das Kind die emotionelle Unterstützung der Eltern erhält in einer Zeit der eigenen emotionellen Wirren und grösster Unsicherheit.
- Deshalb darf man in dieser Zeit ja nicht mit Liebesentzug seinen Teenager erziehen wollen.
- Einem Teenager emotionelle Unterstützung geben heisst, ein Projekt unterstützen, von dem man noch nicht weiss, was dabei herauskommt, also quasi ins Blinde hinaus unterstützen.
- Unsere Kinder sind kein Businessplan bei welchem man alle Risiken und klaren Zielsetzungen inkl., retour berechnen und voraussehen kann, und erst dann gibt es die Finanzierung der Bank, bei unseren Teenagerkindern investieren wir ins Blaue, wir können nicht wissen und nicht berechnen, was das outcome ist, was dabei herauskommt, aber es ist ganz enorm wichtig, dass wir emotionell investieren, auch wenn wir gar nichts verstehen.
- Nur mit dieser emotionellen Unterstützung in der Pubertät können unsere Pubertierenden zu selbstsicheren Individuen heranwachsen.
- Dashalb heisst der Leitspruch in der Pubertät „Wer zahlt, darf hier nicht mehr befehlen".

https://adhs.expert

IV. Nicht mehr befehlen heisst aber nicht, keine Meinung haben und keine Haltung einnehmen

- Auch wenn wir als Eltern den Teenagern nicht mehr befehlen können, d.h., sie nicht mehr erziehen können, dürfen wir nicht in die Haltung verfallen, er/sie hört mir ja doch nicht mehr zu, so sage ich auch nicht mehr.
- Es ist ganz enorm wichtig, dass Teenager unsere Meinung, unsere Haltung ganz klar hören, damit sie sich daran orientieren können, auch wenn sie dieser Meinung nicht gleich folgen oder ihr rechtgeben
- Die jungen Menschen müssen in der Pubertät ihr eigenes Wertesystem aufbauen und dies können sie nur, indem sie alle möglichen verschiedenen Wertesysteme vergleichen und sich dann selbst entscheiden.
- Unter den verschiedenen Wertesystemen ist das der Eltern natürlich das gewichtigste, es muss also unbedingt weiter gegeben werden, aber ohne es aufzuzwingen, ohne es den Hals hinunter zu stopfen, es sind keine kleinen Kinder mehr, sie nehmen sich daraus, was sie gebrauchen können.
- Ein Wertesystem muss sich auch wandeln dürfen, der Zeit anpassen können, damit ein besseres Überleben garantiert ist und dieser Anpassungsprozess des familiären Wertesystems ist Aufgabe der Pubertierenden.
- In einer Zeit, da die religiösen Wertesysteme einerseits immer mehr auf gelöst werden, andererseits mehr als fragliche Auswirkungen haben und daher von der Jugend der Zukunft unbedingt hinterfragt werden müssen, ist es besonders wichtig, ja wird immer wichtiger, dass Eltern ihre persönlichen Wertesysteme möglichst klar und sorgfältig formulieren und so an ihre Kinder übergeben.
- Anhand von dieser Weitergabe der eigenen Wertesysteme durch die Eltern können ihre pubertierenden Jugendlichen ihre eigenen Wertsysteme entwikkeln, ein unbedingt notwendiger Kompass, den man braucht im Leben im Sinne von Leitideen.
- Eltern dürfen sich nicht vom kritisch hinterfragenden und auch ablehnenden Verhalten ihrer Pubertierenden verunsichern lassen, sie sollen vielmehr einsteigen in die Auseinandersetzung, aber ohne dabei als Sieger hervorgehen zu wollen. Die Sieger sind unsere Jugendlichen, unsere Zukunft.

Da/KDL/ps

https://adhs.expert