Jugendkommission Kaiserstuhl-Fisibach

Vortrag vom 30.11.2000 über

Stress, Wandel, Sucht
Übertritt in einen neuen Lebensabschnitt

U. Davatz

I. Einleitung

Übertritte oder starke Wechsel im Leben sind immer gefährdete Lebensabschnitte. Jeder Machtwechsel an der Spitze eines Landes bringt Unruhen, Ängste und auch Gefahren mit sich.

Die Pubertät, der Wechsel vom Kind zum Erwachsenen ist eine natürliche Krisenzeit, welche die nötige Sorgfalt und Aufmerksamkeit benötigt.

In dieser Entwicklungsperiode können Entgleisungen passieren, eine davon ist die Drogensucht.

II. Auf was müssen die Eltern gefasst sein

- Ihre pubertierenden Kinder werden sich gegen sie wehren, plötzlich alles ablehnen und nicht mehr einfach gehorsam sein, vielleicht sogar frech zurück maulen, kämpfen für ihre Rechte etc.
- Dies bedeutet aber nicht, dass die Kinder nicht doch noch emotionelle Unterstützung brauchen, im Gegenteil, sie brauchen diese sogar sehr.
- Die Eltern müssen auch akzeptieren lernen, dass die Kinder Geheimnisse vor ihnen haben, sie nicht mehr in alles einweihen, sich zurückziehen und verschliessen.
- Vielleicht wählen die Kinder nicht den Beruf, den man sich als Eltern vorgestellt hat, vielleicht nicht den Partner bzw. Freund/in, den/die man sich wünscht, kurz, die Kinder entwickeln ihren eigenen Geschmack.
- Dies kann bei den Eltern Angst auslösen im Sinne von das Kind kommt auf den falschen Weg.
- Aus dieser Angst heraus haben sie dann die Tendenz, das Kind in seinen Explorations- und Freiheitsbemühungen, in seinem Autonomietrieb einzu-

https://adhs.expert

schränken bis unterbinden. Je mehr sie dies tun, umso mehr wehrt sich das Kind dagegen und es kommt zum Machtkampf.

- Eine falsche Art und Weise, sich gegen flügelstutzende Einschränkungen zu wehren ist der selbstschädigende Machtkampf wie Drogensucht, Magersucht, Suizidversuch oder sehr gefährliches Risikoverhalten.

III. Auf was müssen die Eltern bei sich achten

- Wenn sich das Kind gegen die Einengung der Eltern mit selbstschädigendem Verhalten wehrt, ist es höchste Zeit, dass die Eltern mit ihrer Kontrolle zurückfahren, d.h. nicht die Kontrolle erhöhen sondern reduzieren.
- Wenn sie ihre Kontrolle reduzieren müssen, heisst dies aber nicht, dass sie auch ihre Unterstützung wegnehmen dürfen, im Gegenteil, sie müssen unbedingt weiter emotionelle Unterstützung geben aber ohne Kontrolle.
- Dies verlangt relativ viel Selbstvertrauen von den Eltern wie auch Vertrauen in das eigene Kind, was natürlich sehr schwierig ist im Augenblick, da das Kind selbstschädigendes Verhalten an den Tag legt.
- Wenn die Eltern nicht in der Lage sind, ihre eigene Angst in den Griff zu bekommen und diese immer wieder gegen das Kind in Form von Kontrolle ausagieren müssen ist es an der Zeit, dass sie sich professionelle Hilfe holen, denn sonst steigen sie in einen fatalen Teufelskreis ein, welcher bleibende gesundheitsschädigende Folgen für die Entwicklung des Kindes haben kann.
- Sie sollen sich dabei nicht schämen dafür, dass sie Hilfe brauchen, es lohnt sich für die Gesundheit ihres Kindes, denn ihr eigener Stress wirkt sich nur allzu leicht auf die Kinder in suchtfördernder Weise aus.
- Eltern müssen dabei aber bereit sein zu lernen, damit sie anders mit ihren Kindern umgehen können, nicht das Kind muss lernen, sich nicht mehr gesundheitsschädigend zu verhalten.

Da/KDL/hs

Zeichen 2851

https://adhs.expert