Vortrag Familienforum Münchenstein

18.03.2004

Pubertät

U. Davatz, www.ganglion.ch

I Einleitung

„Pubertät ist, wenn die Eltern schwierig werden", d.h. die Kinder akzeptieren ihre Eltern nicht mehr bedingungslos, sobald sie in die Pubertät kommen. Die Pubertät der eigenen Kinder stellt für die Eltern eine Testphase für ihre eigene Selbstsicherheit dar. Wenn sie diese bestanden haben, sind sie durch eine Art Zerreissprobe gegangen, die mit nichts vergleichbar ist und die eine echte aktive Leistung von ihnen fordert. Das Hauptthema dabei ist der Ablösungskonflikt.

II Machtkampf

- Der Pubertierende Jugendliche lässt sich nicht mehr sagen, „ich mach was ich will", „.. geht dich nicht an…", „lass mich in Ruhe", „chunsch nid druus", etc. etc. und so ähnlich tönt es.
- Gleichzeitig übernimmt der Pubertierende aber noch nicht die volle Verantwortung, sodass die Eltern sich dann immer wieder versucht und verpflichtet fühlen einzugreifen und Verantwortung zu übernehmen und Befehle zu geben, die der Jugendliche verweigert, ignoriert oder gar aggressiv dagegen vorgeht.
- Beharren die Eltern dann auf ihren Befehlen kommt es zum Machtkampf, welcher meistens der Jugendliche gewinnt.

https://adhs.expert

- Die Eltern fühlen sich gekränkt in ihrem Selbstwertgefühl, nicht ernst genommen, nicht mit Respekt behandelt.
- Haben die Eltern wenig Selbstsicherheit, können sie in ihrer Kränkung und Verzweiflung zu einem weiteren Schlag gegen ihre pubertierenden Kinder ausholen. Sie machen Liebesentzug, Freiheitsentzug, Finanzentzug oder gehen aggressiv verletzend auf den Pubertierenden los mit entwertenden Redewendungen wie „aus dir wird nie etwas", „du bringst es zu nichts, wenn du so weiter machst", etc. etc.
- Der Jugendliche holt wieder aus mit ähnlich entwertenden Redewendungen und wenn er nicht mehr weiter weiss, wird er aggressiv oder läuft davon.
- Sobald der Jugendliche wegläuft, bekommen die Eltern Angst, sie haben die Kontrolle über ihr Kind verloren und das macht Angst. Sie machen alles um ihr Kind wieder unter ihre Fittiche zu bringen.
- Wichtig bei diesem Machtkampf, der zur Ablösung dient ist für die Eltern zu wissen, dass sie die Stärkeren sind, dass es ein ungleicher Kampf ist mit ungleichen Speeren und dass sie deshalb ihrem Kinde unbedingt „Welpenschutz" geben müssen.
- Auch wenn der Jugendliche noch so heftig kämpft mit riesigem Imponiergehabe, hat er im Grunde doch Angst vor der Zukunft, ist viel schwächer als er aussieht.
- Das aufgeplusterte Verhalten ist nur Imponiergehabe, motiviert durch den Autonomieinstinkt, aber dahinter steckt oft grosse Angst und Unsicherheit.
- Die Eltern müssen ihren Beschützerinstinkt zurückhalten um diesen Autonomieinstinkt nicht zu sehr zuwider zu laufen.

https://adhs.expert

III Regeln aushandeln und einführen, statt ständig Befehle geben

- Der Pubertierende erträgt es nicht mehr, wenn man ihm dauernd Befehle gibt und daran erinnert, was er zu tun hat. „Du schimpfsch….“ Heisst es dann.
- Er fühlt sich durch solche dauernde Befehle gedemütigt, wie ein Kind behandelt.
- Hilft er mit beim Regeln festlegen, ist die Chance grösser, dass er sie auch akzeptiert und einhält. Die Regeln sind etwas allgemeines, neutrales, an die er sich halten kann und keine persönlichen Befehle.
- Ueber Regeln kann selbstverständlich verhandelt und auch gestritten werden und wenn sie übergangen werden, heisst dies nicht, dass es so schlimm ist. Regeln müssen gelernt werden, man muss immer wieder darauf hinweisen, mit innerer mentaler Selbstsicherheit.
- Regeln können auch wieder verändert werden oder es kann mal eine Ausnahme gemacht werden, keine Regel ohne Ausnahme. Regeln sind kein Dogma.
- Immer zuerst den Jugendlichen fragen, was für eine Lösung er für das Problem vorschlägt, welche Regeln er aufstellen möchte, um ihn so zur Eigenverantwortung heranzuziehen.

IV Berufsfindung und Partnerwahl und Wahl der Peergroup

- In der Pubertät beginnt auch das sich beschäftigen mit der Berufswahl und dem anderen Geschlecht.

https://adhs.expert

- Je mehr sich das Kind kontrolliert und eingeengt fühlt in seinem Autonomietrieb, umso extremer werden die beiden Wahlen im Sinne von „man wählt einen zu den Eltern gegensätzlichen Partner oder Beruf um sich dadurch heftiger abzugrenzen".
- Die Eltern regen sich dann heftig darüber auf, was die extreme Wahl noch verstärkt.
- Will der Jugendliche die Ablösung noch mehr forcieren, wählt er noch zusätzlich eine besonders extreme Peergroup wie „Neonazi's", Punks oder ähnlichen, alles zum Entsetzen der Eltern.
- Die Eltern sollten dies als Hinweis sehen, dass sie zu kontrollierend waren und dass sie etwas lockern müssen.
- Bekommen sie vermehrte Angst, fahren sie verstärkt ein und beginnen zu verbieten, was meist genau das Gegenteil bewirkt.

V Im Umgang mit gefährlichen Dingen, wie z.B. Drogen, Alkohol, Sexualität – lieber klare Haltung statt Verbot

- In der Pubertät lernt man mit den Versuchungen und Gefahren des Erwachsenenlebens umzugehen wie z.B. Alkohol, Drogen, schnell Auto fahren etc.
- Eltern wollen ihre Jugendlichen natürlicherweise vor Gefahren schützen und verhängen Verbote, die dann überschritten oder missachtet werden.
- Es ist viel hilfreicher, wenn Eltern ihre Haltung gegenüber diese „gefährlichen Dingen oder Versuchungen" darlegen würden anstatt ein Verbot zu verhängen.

- Dadurch werden die Jugendlichen angehalten zur Eigenverantwortung.

VI Psychische Krankheiten und Störungen in der Pubertät

- Drogensucht, Magersucht, Depression, Suizidversuche, Delinquenz, Schizophrenie und vieles mehr sind alles Probleme, die in der Pubertät auftreten können.
- Sie sind immer ein Zeichen dafür, dass die Ablösung nicht ruhig von statten geht und man sollte nachforschen, wo das Problem liegt.
- Ein Pubertierender sollte aber niemals auf ein Krankheitssymptom fixiert werden, kann die normale Entwicklung wieder in Gang gebracht werden, verschwinden alle Krankheitssymptome.

Schlussbemerkung

In der Pubertät sollen die Eltern aufhören zu erziehen und nur noch Beziehung pflegen, sich abzugenzen gegen ausgebeutet werden und selbst keine Uebergriffe machen und im Ablösungskampf „Welpenschutz“ walten lassen und sich selbst innerlich festigen.

https://adhs.expert