

FREIHEIT: EIN WICHTIGES THEMA IN DER PUBERTÄT

Teenager möchten in ihrem Tun möglichst frei sein. Neugierige Eltern, die sich ständig Sorgen machen, gehen ihnen auf die Nerven. Doch – wie viel Freiheit ist legitim? Wo und wann müssen Kids ihre Grenzen zu spüren bekommen? Und wo, andererseits, sollten Eltern die Leine etwas lockerer lassen?

Hier finden Sie den Text als PDF.

[https://vaeternetzwerk.info/wp-content/uploads/2019/06/Freiheit_ein-wichtiges-Thema-in-der-Pubertät-VÄTERNETZWERK.pdf]

Kontrolle oder Kommunikation?

Nachmittags, nach der Schule: die Kids kommen nach Hause. Am Esstisch wartet bereits die Mutter und fragt: “Wie war es in der Schule?”

Fragen wie diese reichen manchmal aus, um Teenager in

Rage zu bringen. Bestenfalls erhält man eine nichtssagende Antwort oder ein "Ich will nicht darüber reden!". Schlimmstenfalls reagiert das Kind, indem es zornig aus dem Zimmer stürmt.

Besorgte Mütter und Väter machen sich dann schnell zu viele Gedanken über das Geschehene. Sie denken: "Es muss doch etwas passiert sein. Sonst würde er/sie nicht so aggressiv reagieren! Ich muss herausfinden, was los ist." Nochmals zu den Ereignissen des Tages befragt, reagiert das Kind meist genervt.

Doch, warum das Ganze? Woran liegt es, dass Pubertierende gewisse Fragen nicht leiden können?

Gerade in der oben geschilderten Situation fühlen sich Kids schnell von ihren Eltern kontrolliert. In den Ohren eines Teenagers kommt die Frage "Wie war es in der Schule?" in etwa so an: "Kommst du im Unterricht mit? Warst du auch brav? Wie sieht's mit deiner Leistung aus? Hast du etwas ausgefressen?" All das interpretieren sensible Teenager in die Frage ihrer Eltern hinein.

Aber auch die Eltern selbst verstehen vieles falsch. Laufen sie dem erbosten Kind nach, um die vermeintlichen, schulischen Misstände aufzuklären, verletzen sie die Privatsphäre sowie das Rückzugsbedürfnis ihrer Kinder.

Was tun in so einer Situation?

Versuchen Sie es mit einer Begrüßung, die für Ihr Kind weniger negativ behaftet klingt. Eine Begrüßung wie: „Ich freue mich, dass du da bist.“ oder ähnlich, sorgt für mehr Gesprächsbereitschaft bei kratzbürstigen Teenagern. Tasten Sie sich behutsam voran, zum Beispiel so: „Wie geht es dir heute?“ oder „Hattest du Spaß in der Schule?“.

Überfallen Sie Ihr Kind nicht sofort mit der „Wie war’s“-Frage, wenn es nach Hause kommt. Lassen Sie es einmal durchatmen und in Ruhe essen. Am Nachmittag soll es für das Kind erst einmal Gelegenheit geben, sich gedanklich vom Schultag zu distanzieren und ein wenig zu entspannen.

Beachten Sie zudem, dass Teenager außer Haus meist offener auf ihre Eltern zugehen können. Im Café oder bei Oma sind sie entspannt und bereit, über ihren Tag zu berichten.

Verliebt? Wie süß!

Die Zeit der Pubertät ist nicht nur für Kids anstrengend und nervenzehrend. Auch besorgte Eltern können auf das veränderte Wesen ihres Kindes mit Stress reagieren. Immer mehr Gründe werden geliefert, um sich Sorgen zu machen. Der Spagat zwischen Freiheit und Kontrolle beschäftigt gedanklich und stellt die Eltern vor eine große Herausforderung.

So geht es vielen auch, wenn das Kind zum ersten Mal verliebt ist. Eigentlich wäre das ja ein Grund, sich zu freuen,

nicht wahr? Gerade Eltern pubertierender Mädels machen sich aber in erster Linie Sorgen, ob die erste Liebe auch keinen negativen Einfluss auf das eigene Kind hat.

Insbesondere bei Liebeleien unter 16-jährigen (oder älter), fühlt man sich als Elternteil schnell machtlos. Nun darf das Kind Alkohol trinken und hat oft eine sehr enge Beziehung zu seiner Clique. Die eigenen Eltern werden aus dieser Welt ausgeschlossen.

Spätestens, wenn das Kind mit seinem neuen Schwarm auf dem Zimmer verschwindet, wird so manchem Elternteil mulmig zumute. Themen wie Aufklärung und insbesondere Sex schweben im Raum.

Was tun, wenn das Kind verliebt ist?

Auch, wenn die Versuchung groß ist: Stören Sie die Kids nicht. Schon gar nicht unter einem schlecht überlegten Vorwand. Halten Sie sich immer wieder vor Augen, dass die Beziehung Privatsache Ihres Kindes ist. Das gilt zumindest ab einem Alter von 14 bis 16 Jahren.

Grundvoraussetzung für ein vertrauensvolles „leben und leben lassen“ ist das offene Gespräch. Ihr Kind sollte aufgeklärt sein. Zudem hilft bei Mädchen eine Abmachung, wieder miteinander über das Thema zu sprechen, wenn es beabsichtigt, Sex zu haben. Seien Sie sich bewusst, dass dies ohnehin früher oder später passieren würde – Sie sind da gewissermaßen machtlos. Sex und Verhütung zu tabuisieren

schadet also mehr, als es nützt. Signalisieren Sie stattdessen, dass Sie Ihr Kind unterstützen werden, sobald es ein Verhütungsmittel benötigt.

Sich selbst und die eigenen Ängste erklären

Sobald der Freund bzw. die Freundin aus dem Haus ist, fragen Sie ruhig nach. Ist Ihr Kind glücklich in seiner Beziehung? Wird das Kind auch nicht zu etwas gezwungen, das es nicht möchte?

Gehen Sie behutsam vor und bahnen Sie gewisse Grundregeln an:

- Oberste Priorität hat das gegenseitige Einvernehmen zwischen den Teenagern. Niemand sollte sich benutzen lassen oder etwas tun, was der andere nicht möchte.
- Ebenso wichtig ist die Verhütung. Vereinbaren Sie mit Ihrer Tochter einen Termin beim Gynäkologen. Erklären sie ihr, dass das in Ordnung geht und sie keine Angst zu haben braucht. Beim ersten Gespräch wird ohnehin noch keine Untersuchung fällig werden.

Welche Freunde? Was für eine Party?

Während man in den ersten Erziehungsjahren noch sämtliche Freunde sowie deren Eltern kennt, sieht das in der Pubertät ganz anders aus.

Unbekannte Freunde spielen plötzlich eine Rolle im Leben des Kindes. Fragt man nach, bekommt man Kommentare wie

„Kennst du nicht.“ zu hören.

Es ist nur natürlich, dass sich Eltern um ihre Kinder sorgen, wenn sie keinen Überblick mehr über deren Freundeskreis haben. Schließlich geht es um die Sicherheit des Sprösslings. Soll ich meinem Kind nachspionieren?

Natürlich ist es nicht zielführend, dem Kind im Geheimen nachzustellen. Steht eine Party bei Leuten an, die Sie nicht kennen, gehen Sie folgendermaßen vor:

Lassen Sie sich von Ihrem Kind die Telefonnummer und Namen der Eltern geben. Sprechen Sie kurz mit den Eltern. Sie können ruhig nachfragen, ob Alkohol bei der Party eine Rolle spielen wird und ob die Eltern in der Nähe sein werden. Keine Eltern in der Nähe? Lassen Sie Ihr Kind bitte nicht „feiern“, wenn kein Erwachsener anwesend ist. In „sturmfreier Bude“ neigen Teenager zu Selbstüberschätzung oder lassen sich von Gleichaltrigen zu unvernünftigen Aktionen drängen.

Wie lange darf ein Teenager ausgehen?

Sofern die Kids außer Haus feiern möchten, erinnern sie sie am Besten an die Gesetzeslage. Das heißt für deutsche Teenager konkret:

Bis 14 Jahre: Abendausgang bis 22:00 Uhr (Kino: bis 20:00 Uhr)

Unter 16 Jahren: Abendausgang bis 24:00 Uhr (Kino: bis

22:00 Uhr) Discos dürfen von Teenagern nur ab dem 16. Lebensjahr mit einem Erziehungsbeauftragten (ein Volljähriger) und einem Muttizettel besucht werden.

Ab dem 16. Lebensjahr dürfen Teenager bis 24:00 Uhr in Discos unterwegs sein.

Bei Privatfeiern können diese Regeln etwas gelockert werden. Grundlage dafür sind die Anwesenheit eines Erwachsenen sowie das gegenseitige Vertrauen und bisherige Verhalten Ihres Kindes.
