

Erziehung:

Wenn Kinder pubertieren

Pubertierende Kinder haben es nicht einfach und die Eltern sind gefordert. Es gibt Elternkurse, die den Weg aus der «Baustelle» aufzeigen.

Die Mutter fragt ihren Sohn: «Hast du deine Sporttasche ausgepackt?» Keine Antwort. Die Mutter wiederholt genervt ihre Frage. Darauf antwortet ihr Sohn: «Ja, bald. Bleib locker Mami.»

Pubertät ist herausfordernd

Wieder einmal gleicht das Jugendzimmer einem «Schweinestall»: Essensreste liegen auf dem Tisch, dreckige Kleider liegen verstreut auf dem Fussboden, die Schulblätter haben Eselohren und das Bett ist zerwühlt. Die Mutter ärgert sich und kann diese Unordnung nicht mehr ausstehen. Sie sagt zu ihrer Tochter: «Jetzt räum endlich dein Zimmer auf. Es ist einfach unmöglich, wie es hier aussieht.» Die Tochter liegt gelangweilt auf dem Bett und schaut nur kurz auf. Die Mutter ruft ihren Mann zur Unterstützung. Er befiehlt: «Jetzt räumst du sofort dein Zimmer auf!» Die Tochter antwortet genervt: «Wieso ist mein Zimmer ein Problem für euch? Ich darf schliesslich auch meine Privatsphäre haben und mir gefällt es so, wie es ist.»

Wenn die Kinder in die Pubertät kommen, dann bleiben die Diskussionspunkte nicht aus. Die körperlichen und psychischen Entwicklungen im Jungendalter sind nicht nur für die jungen Menschen eine Herausforderung, sondern auch für die Eltern. Es gibt jedoch Kurse für Eltern, um sie in dieser Zeit zu begleiten (siehe Kasten). In diesen werden Wissensaspekte in Bezug auf das Jugendalter und die Entwicklung der Kinder zu jungen Erwachsenen vermittelt. In Diskussionen mit anderen Eltern werden Erfahrungen ausgetauscht. Solche Impulse verfolgen das Ziel, dass Eltern so diese anspruchsvolle Zeit handlungsorientiert gestalten.

Grossbaustelle Gehirn

Das Gehirn eines Kindes wird in der Pubertät fit gemacht für das Erwachsenenalter. Wie in jedem Umbau entstehen neue Situationen, überraschende Ereignisse und spontane Handlungen. Die Grossbaustelle Gehirn ist über Jahre aktiv. Zuerst wird der Teil des Gehirns umgebaut, der die Wahrnehmungs- und Bewegungssteuerung beinhaltet. Danach werden die Regionen für die Sprachentwicklung sowie das räumliche und zeitliche Orientieren gebildet. Erst am Schluss, vom 20. bis zum 25. Lebensjahr, wird das Kontrollzentrum für Disziplin, Aufmerksamkeit, Motivation, Urteils- und Einfühlungsvermögen fertig umgebaut. Nun ist auch klar, wieso die jungen Erwachsenen sich in einem chaotischen Zimmer wohlfühlen, denn genau so sieht es nämlich während der Pubertätsphase in ihrem Gehirn aus. Pubertierende Kinder machen also viele Sachen nicht extra, sondern können einfach im Moment nicht anders reagieren. Von den Eltern ist viel Verständnis, Toleranz und Geduld gefordert. Wichtig ist auch, dass die jungen Erwachsenen den nötigen Halt von den Eltern bekommen, viel Liebe und Zeit. Es gilt, ihnen zuzuhören und für sie da zu sein.



Chaotische Kinderzimmer sind nicht absichtlich zum «Ärgern» der Eltern von Jugendlichen so hergerichtet worden. Wegen des Chaos im Hirn können sie häufig einfach nicht anders.

(Bild Pixabay)

Pubertät verstehen mittels des Kurses «Jugendliche begleiten und verstehen»

Was sind Ihre persönlichen Highlights des Kursbesuchs «Jugendliche begleiten und verstehen»?

Patricia Renggli: Ich konnte nicht nur etwas lernen, sondern für mich die Bestätigung holen, dass ich auf dem richtigen Weg bin.

Erika Bieri: Zu erkennen, dass mein Mann und ich auf einem guten Weg betreffend Kinder- und Jugenderziehung sind. Es beruhigt zu wissen, dass sich in den meisten Familien «Probleme» ähnlich zeigen. Ich wurde im Kurs bestärkt, mit meinem positiven Bewusstsein weiter zu machen.

Was von den neu errungenen Erkenntnissen setzen Sie im Alltag um?

Renggli: Ich ertappe mich dabei, dass mir die gleichen Fehler passieren. Zum Beispiel mache ich klare Ansagen, ziehe sie aber zum Teil nicht durch oder kontrolliere nicht. Es ist noch viel Potenzial vorhanden, dies besser zu machen. Ich will an mir arbeiten.

Bieri: Ich versuche, gewisse Situationen mit mehr Gelassenheit und Humor anzugehen. Wenn möglich schliessen wir den Abend jedes einzelnen Kindes mit der Aufzählung von drei positiven Geschehnissen des Tages ab. Bewusst zuhören im Hier und Jetzt stärkt die Beziehung und das Kind fühlt sich ernst genommen.

Haben Sie einen Tipp, den Sie Eltern mit pubertierenden Kindern mitgeben möchten?

Renggli: Nicht immer reden, sondern klare Ansagen machen und dann die Kinder selbstständig Arbeiten ausführen lassen. Habt Vertrauen in eure Kinder, aber am Schluss sind eine Kontrolle und auch Lob sehr wichtig.

Bieri: Die Zeit mit pubertierenden Kindern ist mit einer gewissen Gelassenheit anzugehen und im Vertrauen, dass es mit einer positiven Einstellung gut kommt. Das gelingt am besten, wenn man sich selber Sorge trägt.

Die beiden Bäuerinnen Patricia Renggli und Erika Bieri haben den Weiterbildungskurs «Jugendliche begleiten und verstehen» von Silvia Erni, Elternbildung und Beratung in Ruswil, besucht. Weitere Informationen: www.sprechweise.ch

Artikel publiziert in der Bauernzeitung vom 21.07.2017.

Schüpfheim, 21.07.2017

Kontakt

BBZN Schüpfheim, Klosterbüel 28, 6170 Schüpfheim, www.bbzn.lu.ch
Andrea Bieri, 041 485 88 40, andrea.bieri@edulu.ch