

JAN UWE ROGGE LOSLASSEN UND HALTGEBEN

Vortrag am 12.1.2000 – zusammengefasst von Ingrid Köberl

Jeder Mensch erlebt 3 Pubertäten:

1. Pubertät: im Alter von 2-4 Jahren, sog. Trotzphase
2. Pubertät: ca. zwischen 12 und 18 Jahren
3. Pubertät: zwischen 35 und 50 Jahren

Geschichte vom Hummer:

Im Tierreich gibt es keine Pubertät, außer bei den Hummern. Dem Hummer wächst erst das Fleisch und dann der Panzer, dann wirft er den Panzer ab, weil es ihm zu eng wird. Er ist nun sehr verletzlich und um sich zu schützen lebt er für 3-4 Jahre in einer Höhle. Dort wächst sein Fleisch und sein Panzer, bis alles wieder zusammenpasst.

Kinder zwischen 10 -12 verlieren ebenfalls ihre Haut, und um sich zu schützen verziehen sie sich ebenfalls in ihre Höhle = Kinderzimmer. Dort ist es ähnlich wie in der Hummerhöhle: dunkel, stickig, „Streuordnung“ herrscht vor...

Pubertierende würden dort 4-6 Jahre leben, wenn nicht die Mütter ab und an die Türe öffneten und für Zusammenräumen etc. plädierten. Worauf ihnen „Kein Bock“, „keine Zeit“ u. ä. entgegengeknurrt ... wird. Wenn diese Mütter dann entscheiden: „Da schau ich nie wieder rein!“, geht nach

ungefähr 14 Tagen die Tür auf und ein pickeliges Etwas faucht: „Ich bin euch wohl völlig egal!“

QUINTESSENZ: Einem Pubertierenden kann man es nicht recht machen.

Zur Erschwerung der Beziehung zwischen Pubertierenden und Erwachsenen kommt es aus verschiedenen Gründen:

1. Problem: Weibliche Bezugspersonen wollen richtig erziehen und auf keinen Fall so wie die eigenen Eltern sie erzogen haben!
Herausforderung: Was war auch damals gut in der Erziehung?
Großeltern gehören dazu für Pubertierende. Sie repräsentieren das Auf und Ab von Krisen und Glücksmomenten, und dass Krisen es wert sind, überwunden zu werden und immer wieder neu zu beginnen.
2. Problem:
Männliche Bezugspersonen zeigen sich entweder als
 - a) KUMPEL: unterscheiden sich in der Kleidung nicht von Jugendlichen, sind „Berufspubertierende“, bieten sich Jugendlichen als Freunde an - aber welcher Jugendliche will schon einen 1 - 1/2 Generationen älteren Freund?
 - b) WISCHIWASCHI: setzen keine Grenzen, haben selber oft sehr enge Grenzen erlebt und sagen sich: „Bevor ich einen Fehler mache, mache ich lieber gar nichts und außerdem müssen mit 13 /14 ohnedies alle Grundsteine gelegt sein“ - verweigern also ein In-Beziehung - treten.
 - c) GENERÄLE: halten sich lange aus der Erziehung völlig heraus und versuchen, zw. 12- und 15. Lebensjahr noch etwas an Erziehung herüberzubringen nach dem Motto: „Annegret, jetzt hast du lange genug experimentiert, jetzt lass mich mal machen!“

Erziehung heißt in Beziehung treten

Dabei ist sehr wohl eine partnerschaftliche Haltung möglich. Diese muss aber klarstellen:

- a) Ich bin älter als du und habe einen Erfahrungsvorsprung. Ich habe nicht nur Aufwärtsbewegungen erlebt, sondern auch Krisen und deren Bewältigung.

- b) Als Erwachsene/r kann ich viel von Pubertierenden lernen: spontan sein, intuitiv sein, gut für sich sorgen, Umgang mit Computer ...
->Bedürfnisse klar und deutlich äußern

Erziehung heißt also in Beziehung treten. Wird Erziehung verweigert, ist dies auch eine Beziehungsverweigerung.

Auch in der Pubertät ist ein tragfähiger Erziehungsbeitrag notwendig, sonst „schreien“ Kinder so lange und laut, bis sie gehört werden! (Wie Säuglinge, nur viel heftiger!)

Kritikpunkt der Jugendlichen: Mit Erwachsenen kann man nicht reden.

Drei Prinzipien von Pestalozzi sind da hilfreich:

1. Wenn du mit Pubertierenden redest, schau ihm in die Augen. Ist er zu groß, geh drei Schritte zurück oder setze dich mit ihm an einen Tisch!
2. Wenn du mit Pubertierenden redest, gehe nahe heran und gib ihm zu spüren: Du bist gemeint!
3. Wenn du mit Pubertierenden redest, sei aufrichtig und ehrlich. Sie durchschauen einen sofort!

In unterschiedlichsten Untersuchungen wurde festgestellt:

Pubertierende lesen zu 55 % über Mimik, Gestik und Körperhaltung und hören zu 35 % über den Ton der Stimme des Gegenübers, was Sache ist. Für den Inhalt bleibt also der Rest von lediglich 10%!

Kongruenz von Körper, Mimik, Stimme und Inhalt günstig!

Unbedingt zu beachten (bes. für LehrerInnen!)

75 % aller Klassenwiederholungen finden zwischen 11 und 15 Jahren statt.

Der Notendurchschnitt sinkt um durchschnittlich 2 Grade.

Für Pubertierende gibt es ein Leben jenseits der Schule, der Hausübungen und Aufgaben (auch wenn sie sich das nicht vorstellen können!).

Im Kopf des Pubertierenden ist eine Chemiefabrik, die chemische Stoffe herstellt, deren Auswürfe hochexplosiv sind. Das Gehirn ist sozusagen ein einziges Labor.

Pubertierende vollbringen große nichtschulische Leistungen:

- Die Umgestaltung des Körpers zieht sich über 5-8 Jahre hin.

- Die Umwandlung vom Kind zum Erwachsenen ist ein schmerzhafter Prozess, bei dem nicht sofort Venus und Adonis entstehen
- Sie sind zu sportlichen Höchstleistungen bereit.
- Größte kreativ - künstlerische Bereitschaft: Liebesgedichte, Musik bzw. Filme machen..
- Soziale Leistungen werden vollbracht (Weihnachtsfeiern in Altenheimen...)

Aber auch die Eltern kommen in die 3. Pubertät, auch sie haben Entwicklungsaufgaben zu bewältigen:

1. Eigene körperliche Veränderungen bemerken (Bauch, Falten ...) und diesen zustimmen.
Sich nicht mehr über körperliche Höchstleistungen definieren, nicht ständig auf Jugendlich machen, dem zustimmen, was Alter ausmacht.
2. „Zweitpubertierende“ schließen sich erst mit gleichgeschlechtlichen Freunden zusammen und entwickeln sich dann zu gegengeschlechtlichen Beziehungen hin.
Auch in der Ehe will die Partnerschaft nach intensiv gelebter Elternschaft neu definiert und belebt werden. Der Partnerschaft soll wieder mehr Platz eingeräumt werden um so auch den Kindern zu zeigen: ihr könnt in die Welt hinausziehen, ihr seid frei!
Die meisten Scheidungen finden zwischen dem 15. u. 25. Lebensjahr der Kinder statt.
3. Normen und Werte unserer Gesellschaft sind den Jugendlichen nahe zu bringen. Vorleben statt vorlabern!
4. Eltern müssen loslassen und Kinder in die Welt ziehen lassen und dem zustimmen: „Händchen klein ging allein in die weite Welt hinein, kehrt zurück mit viel Glück bringt er Dorothea mit ...“ - und die bügelt doch glatt die Wäsche anders!

Wer loslässt, hat die Hände frei für Neues

Eltern, die ihre Kinder gehen lassen sind frei für eine Partnerschaft“ oder andere Aufgaben (z.B. das Kinderzimmer neu gestalten und vorne „Frauenzimmer“ -Schild drauf !)

Den Kindern vermitteln: Unsere Elternschaft bleibt selbstverständlich, aber die Schwerpunkte haben sich verändert.

Wenn also beide - Zweit- und Drittpubertierende - ihre Entwicklungsaufgaben bewältigen, ist es gut, und Erziehungspartnerschaft ist möglich:
Erfahrungsvorsprünge beinhalten Halt und Orientierung, und: „Ich bin bereit, von deiner Art, deiner Sprache, deiner Kultur zu lernen.“

Aus den Anfragen:

*90% aller Mütter - ob verheiratet oder nicht - sind Alleinerzieherinnen!
Es ist günstig, Netzwerke zu schaffen zwecks Entlastung und Unterstützung

Konsequenzen sind wichtig!

1. Wer Grenzen setzt, muss sich Konsequenzen überlegen.
2. Nicht alle Grenzüberschreitungen kriegt man mit Konsequenzen weg.
Wenn ich Grenzen überschreite, stehe ich im Mittelpunkt. Wenn ich lieb bin, sieht mich keiner.
Mit Jugendlichen arbeiten und ihnen Aufmerksamkeit zuwenden ist wichtig.
3. Emotional - soziale Aspekte der Pubertät beachten: Lügen u. Stehlen
z.B. sind Ausdruck von Pubertät: Es geht um das Erwerben der Fähigkeiten: Was ist richtig und was falsch? Bei Lügen offen legen: „Ich nehme dir dies nicht ab“.
Stehlen auch nicht als schwere Kriminalität ahnden, aber klarmachen, dass das nicht akzeptiert werden kann.
4. Prinzip der Wiedergutmachung einführen: Pubertierende spüren lassen, dass sie Grenzen überschritten haben, dass das nicht akzeptiert werden kann. Soziale Aktivitäten einfordern - z. B. werden in Deutschland für 1-3 Wochenenden soziale Dienste (in Absprache mit dem Jugendamt) von Jugendlichen nach wiederholten „Übertretungen“ eingefordert.
So erlebt der Pubertierende, dass er sowohl die Freiheit hat, Grenzen zu überschreiten, dass er anschließend aber auch zur Verantwortung gezogen wird dafür.

Erziehung ist das Zusammenwirken von Freiheit und Verantwortung

Das muss man den Kindern auch spüren lassen.
Eltern müssen aushalten, dass sie von den Jugendlichen in dieser Zeit mehrheitlich Kritik und weniger Liebesbezeugungen zu spüren bekommen.
Deshalb ist es gut, wenn Frauen /Männer verheiratet sind und sich in der Ehe diese Liebesbezeugungen geben können!

Bei Wünschen über Länger- ausbleiben- wollen ist die Botschaft der Jugendlichen: „Mama, du kannst mir mehr zutrauen“.
Hier ist die „Sowohl- als auch“ Haltung günstig: „Auch ich traue dir was zu: Bei schulischen Veranstaltungen darfst du länger wegbleiben, in die Disco darfst du weniger lange“.
Moralisch- emotionale Komponente einführen und klar mit Namen nennen: Ich mache mir Sorgen, weil ...

Sexualität der Pubertierenden

Wieweit soll ich als Erwachsene diese „bemerken“? Mädchen sind 2 Jahre vor den Buben geschlechtsreif (ab 10 -12, Buben ab 12 - 14).
Das natürliche Schamgefühl entwickelt sich, auch zum Schutz vor Inzest.
Mädchen entwickeln eine starke Aggressionsdynamik gegen Buben.
Buben kapseln sich von Mädchen ab, üble sexistische Witze entstehen.
Das ist die erste Phase = Gleichgeschlechtlichkeit.
Mädchen treten in Konkurrenz, Mütter haben Angst vor der Homosexualität ihrer Söhne, erste pornographische Werke werden gelesen.

2. Phase: Körperliche Identität wird entwickelt.

Die Eltern halten sich am besten als Ansprechpartner bereit. Müssen aber beachten, dass die Jugendlichen versuchen, selber damit fertig zu werden und dass sie versuchen, Eltern und Erwachsene auszuschließen. Sie demonstrieren damit: „Wir gehen unseren eigenen Weg!“
Sobald Jugendliche in gegengeschlechtliche Beziehungen treten, dürfen und sollen Eltern Sorgen und Gefahren, die sie sehen, artikulieren.
Gut ist es, ein offenes Ohr zu haben, wenn es gewünscht wird.
Darüber reden, wie es einem selber gegangen ist.

Außerdem ist es günstig, wenn Eltern ihre eigene sexuell - emotionale Beziehung reflektieren, so sind sie für ihre Kinder am hilfreichsten auch für deren sexuell- emotionale Entwicklung.