

Die Pubertät

Die Pubertät, das Jugendalter zwischen Dreizehn und Siebzehn Jahren, ist eine entwicklungsbedingte Ablösezeit. In dieser Zeit wird die familiäre Harmonie oft durch knisternde Spannungen, erdrückende Zerwürfnisse, Beeinträchtigungen, jung und alt leiden darunter, sind oft tapfer, stumm, oft verbissen, oft rat- und hilflos.

2 Berichte:

I. Pubertät ist Ablösungszeit:

1. Verslossenheit und abweisendes Verhalten gegen die Eltern

Es ist ganz natürlich, wenn sich der Jugendliche von den Personen seiner Kindheit zu distanzieren beginnt. Mit dem Einsetzen der körperlichen Veränderung beginnt sich in den Kindern ein Impuls zur Verslossenheit durchzusetzen. Dieser Abtrennungsprozeß ist umso intensiver, je enger der Kontakt zu den Eltern gewesen ist. Die Abkapselung gehört mit zur Persönlichkeitsentfaltung. Hinter einer stacheligen Hülle kommt der Persönlichkeitskern, d.h. die eigene Individualität zur Ausreifung. Die Pubertät wird deshalb auch als zweite Geburt bezeichnet. Sie ist ein schmerzlicher Austreibungsprozess. Die Kinder würden oft viel lieber in der Geborgenheit des Kindseins verharren. Die Kinder in diesem Alter leben also oft in einem dumpfen Zwiespalt mit sich selbst. Es hat also keinen Zweck, den abweisenden Sohn oder die Tochter mit Vorwürfen bombardieren, sie der Undankbarkeit zu bezichtigen. Das Symptom der Verslossenheit ist sicher für alle Beteiligten unangenehm, aber es ist notwendig und vorübergehend. Das sollte ihnen, liebe Eltern, Mut zum Durchstehen geben. Es gibt aber noch viel unangenehmere Symptome.

- freches Benehmen:

Der Jugendliche beginnt oft in einer sehr frechen Art Kritik an den Erwachsenen zu üben. Mit Recht erlebt man dieses Verhalten als respektlos und undankbar. Seien sie über die grünschnäbelige Besserwisserei nicht zu sehr gekränkt. Die negativen Aspekte der Umwelt treten scharf hervor und dem Pubertierenden erscheint alles verbesserungs- und erneuerungsbedürftig. Er protestiert gerne gegen die Wohlstandsgesellschaft.

2. Unsicherheit und Angeberei

Konkret im Alltag zeigt sich das in zur Schau getragenen Forscheit einerseits und nachdenklichen Grübeleien hinter verschlossenen Türen andererseits. Die innere Unsicherheit wird durch Angeberei und anstößigen, selbstsicherem Auftreten überspielt. Im Umgang mit anderen setzt er eine Maske auf. Allein geht der Jugendliche meist ehrlicher mit sich um. In der Tiefe seiner Seele zweifelt er ebenso an sich wie an der Umwelt. Die Frage

nach der Ich-Identität: Wer bin ich überhaupt?, gehört zu den typischen Fragen, die sich der Jugendliche stellt. Er ist mit sich selbst unzufrieden. Er versucht sich selbst zu ergründen und die Ich-Fremdheit zu durchbrechen. Ein wichtiger Aspekt darf dabei nicht übersehen werden! Die Gestalt und die Gesichtszüge des Jugendlichen verändern sich in diesem Alter oft von Monat zu Monat. In dieser ersten Phase der Pubertät ist der junge Mensch eher ein "häßliches Entlein" (pickelige Gesichtshaut). Mädchen erleben das Rundwerden der Gestalt als verabscheuungswürdiges Dicksein. Sie erschrecken darüber und können sich nicht annehmen. Die Menstruation der Mädchen wird als unangenehm erlebt, die Jungen fühlen sich durch den erwachenden Geschlechtstrieb gequält (Samenergüsse im Schlaf, sexuelle Phantasien, selbstbefriedigende Praktiken). Sie haben das Gefühl irgendwie "nicht normal" zu sein, fühlen sich von der Natur stiefmütterlich behandelt und sehen mit Neid und Bewunderung auf die ihrer Meinung nach besser aussehenden Gleichaltrigen und glauben dadurch gar keine Chancen zu haben, anerkannt zu werden - nackt Komplexe. Diese Selbstzweifel werden den Eltern selten mitgeteilt, man zieht sich mit seinen Gefühlen in ein Schneckenhaus zurück. Ihnen gegenüber spielt man den mit allen Wassern gewaschenen Weltmann. In dieser Zeit wird zum Ausgleich der inneren Unsicherheit oft von einer großen Zukunft geträumt - als Popstar auf einer Bühne zu stehen ist ihr Wunschtraum - Raumfahrer - Erzieher - nicht belächeln, wenn sie davon erzählen.

3. Die Flucht nach vorn in die Gruppe

Der Jugendliche sucht intensiven Kontakt mit Gleichaltrigen. Er braucht den Schutz der Gruppe. Diese Veränderung im Kind erleben die Eltern oft schmerzlich und unverständlich, bietet man dem Kind doch ein hübsches Heim... Mit der Einpassung in die Gruppe geht die Anpassung an die Mode Hand in Hand. Schlotterhemden, ausgefranste Jeans, Um in der Gruppe anerkannt zu sein, muß sich der Jugendliche ihren äußeren Normen und ihrem Geist anpassen. Verantwortungsbewußte Eltern sollten diesen Dingen nicht einfach freien Lauf lassen. Sie sollten verhindern, daß sich der Jugendliche ganz von dem Gruppengeist vereinnahmen läßt. Die Gruppe ist Durchgangsstadium, aber nicht Endziel personaler Entwicklung.

4. Sehnsucht nach dem anderen Geschlecht

Der Jugendliche beginnt sich nach einem Freund vom anderen Geschlecht umzusehen. Bis zur Vorpubertät wird das andere Geschlecht meist abgelehnt - "dumme Gänse" - "Rüpel". Die hormonelle Veränderung führt zur Umkehr dieser Einstellung. Das andere Geschlecht beginnt anzuziehen, es erscheint geheimnisvoll anders, die Pubertierenden begegnen einander mit neugierigem Interesse. Oft ist es ein Schwarm aus dem Umkreis, der still angebetet wird oder

aber auch ein Star, Fußballspieler oder Filmschauspieler. So unwirklich die Beziehungen auch sind, so taktlos ist es, die Kinder mit ihrem Schwarm zu hänseln und lächerlich zu machen. Die Kinder sollten von einfühlsamen Eltern erfahren, daß dieses erste Verliebtsein wie eine fieberhafte Infektionskrankheit ist, das wieder vergeht. Es ist eine Vorübung, die auf die Liebesfähigkeit des Jugendlichen hinweist. Es ist sehr negativ, daß der moderne Zeitgeist den Kindern den Geschlechtsverkehr schon früh schmackhaft zu machen versucht. Es ist für die Eltern wichtig, die Notwendigkeit des Ablösungsprozesses von der Familie zu sehen, sich zum Loslassen überwinden, ihre Kinder aber von den gefährlichen Trends, die dem Jugendlichen Schaden zufügen, zu schützen.

Zusammenfassend: Es ist normal (phasengerecht), wenn ein 15-jähriger

- a. verschlossen ist
- b. Kritik übt
- c. sich Gleichaltrigen anpaßt
- d. Freundschaften mit Jugendlichen des anderen Geschlechts schließt.

II. Pubertät ist Übergangszeit:

Wir haben gesehen, daß die Pubertät eine Phase der Unausgeglichenheit, Unzufriedenheit und Uneinigkeit mit sich bringt. Eltern können aber die Durchgangsstufe zum Erwachsenensein überwinden helfen.

1. Hilfen zur Selbständigkeit:

Der Wunsch nach einem eigenen Zimmer, in das sich der Jugendliche zurückziehen kann, soll ihm, wenn irgendwie möglich gewährleistet sein. Er braucht einen Ort für sich, den er auch nach "eigenem Geschmack" herrichten kann - meist ist es ja nur ein Abklatsch des Gruppengeschmacks (Popkult - Ausbildung des Verstandes > Ausgestaltung des Gefühlslebens = immer Ungleichgewicht --> Popmusik laut - Kopfhörer). Im Zimmer sollte es dem Jugendlichen auch erlaubt sein, Schubladen oder Schränke zu verschließen (B: S.20). Der Erzieher beweist dadurch Vertrauen zu seinem Sprößling. Irgendwann später wird dieser geleistete Vertrauensvorschub honoriert werden. Zum Respekt vor der Persönlichkeitsbildung gehört auch die Einhaltung des Briefgeheimnisses und das Nichtbelauschen der Telefongespräche (B: S.21). Es ist wichtig, das Bedürfnis nach kleinen Geheimnissen zu tolerieren.

2. Verantwortung überlassen:

Scheuen sie sich nicht davor, dem Jugendlichen mehr Verantwortung zu übertragen. Das ist aber nicht damit gleichzusetzen, das Kind ganz sich selbst zu überlassen und vor all ihrem

Tun und Treiben die Augen zu verschließen. Das würde das Kind unbewußt sogar als lieblose Vernachlässigung empfinden. Das Kind sollte einfach spüren, daß ihn die Eltern als fast Erwachsenen ernst nehmen (Bett gehen). Das Kind muß erfahren, was es bedeutet, in die Welt der Erwachsenen aufgenommen zu werden.

Grundbedingungen für ein erfolgreiches und glückliches Leben miteinander:

- Respekt vor dem anderen
- Bereitschaft Alltagsregeln zu akzeptieren und einzuhalten
- gegenseitige Rücksichtnahme
- Freundlichkeit im Umgang miteinander
- Einpassung in eine Gemeinschaft als freiwilliger Mitarbeiter

Hilfreich sind dazu wöchentlich abgehaltene Familienkonferenzen (Griffen - Lehrer - Frühstückstisch - Sonntage). Der Jugendliche sollte sich klar sein, daß die Erfüllung kleiner Pflichten notwendig ist, um sich ins Erwachsenenleben einfügen zu können. Söhne sollten wissen, daß die Zeit des Paschaseins, der sich bedienen läßt, endgültig vorbei ist und dass jeder junge Mann das Zugreifen gelernt und geübt haben muß, wenn er später ein glückliches Familienleben aufbauen will. Es dürfen dabei keine Soforterfolge erwartet werden. Der Jugendliche wird mit ihren Forderungen bei plausibler Erklärung übereinstimmen, aber zugeben wird er es nicht.

3. Schulischen Werdegang hellhörig betreuen:

Der schulische Erfolg ist eine wesentliche Voraussetzung für eine positive Lebensgestaltung des jungen Menschen. In diesem Bereich liegt viel Verantwortung bei den Eltern. Tägliche Ermahnungen wie "geh doch endlich lernen, bist eh so schlecht" schaden in der Ablösungsphase meist mehr als sie nützen. Sie schüren geradezu den Widerstand der Jugendlichen. Das Resultat ist oft Arbeitsunwilligkeit, Unvermögen bei der Sache zu bleiben und sich zu konzentrieren. Es ist daher von größter Wichtigkeit, die richtige Schulwahl zu treffen. Je mehr man die spezielle Begabungsform des Kindes berücksichtigt, desto weniger Schwierigkeiten wird es geben. Es ist gefährlich, dem Menschen mit Abitur und akademischer Bildung höheren Wert beizumessen. Unsere Leistungsgesellschaft, in der die Ausbildung des Verstandes überbetont wird, prägt dieses Denken - auch ich.... Wir müssen den Versuch machen, uns von diesen menschlichen Klischees, zumindest im Hinblick auf die Schulwahl des Kindes freizumachen, um nicht den Jugendlichen auf Wege zu nötigen, die ihm nicht gemäß sind. Aber auch in der Pubertätszeit ist es wichtig, daß die Eltern Interesse für die Schule bekunden (abhören des Lernstoffes, Mitfreude bei gelungener Arbeit). Die Schule bietet genügend Stoff, um mit dem Jugendlichen im Gespräch zu bleiben. Wer stöhnend vorgibt keine Zeit zu haben, wenn die 13-jährigen um Mithilfe bitten, muß nur allzu oft

erleben, daß dieselben Kinder als 15 oder 17-jährige keine Zeit mehr für die Schule haben.

III. Pubertät als Krisenzeit:

Die Krise zeigt sich darin, daß Schwachstellen in der psychischen Struktur sichtbar werden.

1. Depressive Charakterstruktur:

Die häufigste seelische Erkrankung bei Jugendlichen ist die sogenannte..... Depression - siehe Brief. Sie ist gekennzeichnet durch eine gelähmte Passivität, durch eine müde Schlappeheit. Der Jugendliche vergammelt die Zeit. Er will nicht lernen, nicht lesen, keinen Sport betreiben, Er würde lieber an den Theken der Discos hocken, selbst zum Tanzen fehlt ihm die Lust. Er neigt zum Trink- und Zigarettenkonsum, er kann mit Geld oft nicht umgehen. In den seltensten Fällen schafft er es Ordnung zu halten, keine Lust zum Duschen und Wechseln der Wäsche. Das Gefühl der Unlust breitet sich aus, das führt oft zum Leistungsabfall in der Schule (schwänzen). Depression - "No future" - die Volkskrankheit der jungen Generation. Depressive Jugendliche sind generell auch suchgefährdet, weil das betäubende Gift eine Weile die "miese" Stimmung beseitigt. Selbstmordgedanken gehören dazu. Die Pubertät ist die gefahrenreichste Zeit im Entfaltungsprozeß der Seele.

2. Elterliche Maßnahmen zur Selbsthilfe:

Verbringen sie mehrere Male in der Woche bewußte Zeit mit dem Jugendlichen. Gemeinsam basteln, werken, wandern, Sport betreiben, handarbeiten, gärtnern und bemühen sie sich dabei vertrauensvolle Gespräche zu führen. Das ist ein Opfer an Zeit, die berufstätige Mütter sicher nur beschränkt haben. Wie wichtig, wenn sie schon den Volksschüler an eine sinnvolle Freizeitgestaltung gewöhnt haben. Begabungen sollten schon früh ausgebaut werden. Erfolge beim Ausüben einer Sportart oder Spielen eines Musikinstrumentes helfen Minderwertigkeitsgefühle abzubauen. Die Bemühungen um guten Lesestoff kann die Kinder an der Comic-Sucht vorbei retten. Ebenso ist sportliche Ertüchtigung ein wirksames Mittel gegen den Fernsehkonsum, mit den jugendvergiftenden Sendungen, mit Pornographie und Gewalt.

IV. Pubertät und Zeitgeist:

1. Emanzipation = (Befreiung aus sozialen Abhängigkeiten)

Unsere Generation ist im Wohlstand und in der Freiheit groß geworden, freie antiautoritäre Erziehungsstile (= pädagogische Theorie des Wachsenlassens) sind propagiert worden, Selbstbestimmung und Mitspracherecht der Kinder gefördert worden. D: Folgen des freien Erziehungsstils: Kind kommt nach Hause, wann es will, geht schlafen, wann es ihm paßt, und

hört Musik so laut wie es ihm gefällt. Es hat Narrenfreiheit. Soll das nun mit dem Eintritt ins Jugendalter vorbei sein? Der Jugendliche droht mit Äußerungen, wie "Paßt nur auf, wenn ich erst 18 bin"; Drohungen auszuziehen, Schule abzubrechen, Lehrstelle zu kündigen, Folge. Unter dem Deckmantel "Erziehung zur Kritikfähigkeit" werden Kinder schon im Vorschulalter gegen ihre Eltern aufgehetzt (Übersteigerung des Guten --> Böse). Es ist für den Jugendlichen gefährlich, den Erwachsenen als schwach zu erleben. Er bekommt eine falsche Vorstellung von seiner Machtmöglichkeit.

2. Maßnahmen:

Ein Verbot das erste Mal bei einem 14-jährigen auszusprechen, es bleibt sicher erfolglos. "Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr." Das Kind darf keine schrankenlose Freiheit besitzen. Aus Liebe müssen wir immer wieder konsequent sein und bestimmte Grenzen setzen. Gott = der beste Pädagoge, auch er gibt uns Gebote (Leitplanken), die uns vor Abstürzen bewahren, nicht um die Freiheit einzugrenzen. Gerade in der Pubertät lauern für den Jugendlichen die Abgründe - Diskos große Verantwortung. Die erzieherische Devise lautet: Freilassen und Grenzensetzen.

Konkret: - man läßt sich Rechenschaft geben, wo das Kind die Freizeit verbringt.

- man informiert sich über den Freundeskreis
- man begrenzt die außer Haus verbrachte Zeit

Die Tür des Elternhauses soll aber für Freunde und Freundinnen offen gehalten bleiben. Informieren sie den Jugendlichen über die Gefahren moderner Verführung. Sagen sie dem Kind auch, wie schwach der menschliche Wille ist und wie schnell man in die Gefangenschaft schädigender Angewohnheiten gerät. Am Beispiel des Rauchens ist das gut zu verdeutlichen. Wenn man erst einmal damit anfängt kann man nur schwer wieder davon loskommen (kein Zeichen von Männlichkeit). Weisen sie auf Krankheiten hin: Raucherlunge, Lungenkrebs, Raucherbein, Die Zigarette ist die Einstiegsdroge für Alkohol und Haschisch. Ein Aufklärungsgespräch wird dabei nicht ausreichen. Tägliche Fälle aus der Zeitung sind sicher Anknüpfungspunkte für Gespräche. Die Kinder sollen von daher begreifen, daß sich die Eltern über die Freizeitgestaltung ihres Kindes informieren wollen und mit Ernst und Unnachgiebigkeit Verbote aussprechen. Wie sollen sich dabei rauchende Eltern verhalten? Schämen sie sich nicht einzugestehen, daß ihr Wille zu schwach war, um gegen die Macht der Gewohnheit anzukämpfen. Vielleicht - bedauern hineingerutscht zu sein. Sprechen sie es oft aus, daß sie ihr Kind aus Liebe schützen wollen. Die Kinder meinen oft, die Eltern wollen sie am Lebensglück hindern. Beispiel: S.44.

3. Sexualisierung:

Das Sexualverhalten hat sich in den vergangenen zehn Jahren sehr verändert. Die vorehelichen Intimbeziehungen sind bereits bei den 14 - 16-jährigen üblich geworden. Der Einfluß der Medien (die Aufklärungsgeschichten in der Bravo) haben sicher zum frühen Geschlechtsverkehr ermuntert. Die Frühsexualität ist sicher auch eine Folge der Erfindung der Antibabypille. Das Land Schweden hat die Frühsexualität für Kinder gewissermaßen zur Pflicht gemacht.

Maßnahmen:

Kümmern sie sich bitte schon um den Lesestoff der 12-jährigen. Legen sie andere gute Jugendzeitschriften auf den Tisch. Erzählen sie zur passenden Gelegenheit von unglücklich verlaufenen Schicksalen. Die Kinder müssen spüren, daß die Eltern Verständnis für ihr Liebesbedürfnis haben, sie müssen auch erfahren, daß sie weder leib- noch sexualfeindlich sind. Immer wieder läßt sich die Erfahrung machen, daß Jugendliche unter den Druck der Klassengemeinschaft oder ihres Freundeskreises geraten: "Keiner außer mir" "Alle in meiner Klasse dürfen" "Keiner außer mir" In den seltensten Fällen entspricht das der Wahrheit. Viele der Mädchen passen sich nur scheinbar an, um nicht in eine Außenseiterposition zu geraten. Liebevoll muß dem Jugendlichen klar gemacht werden, daß das, was die Mehrheit tut, noch lange nicht gut und richtig ist. Etwas müssen sie wissen: Wenn sie das Kind vor verfrühten Intimbeziehungen bewahren wollen, stehen sie immer im Gegensatz vom Zeittrend - das führt zu großen Zerreißproben im Elternhaus. Informieren sie ihre Kinder über die negativen Folgen der Frühsexualität.

A. Leibliche Gesundheitsschäden:

Pille: reparable Sterilität, Gewichtssteigerung, Übelkeit, chronische Verschlechterung des Allgemeinbefindens

Spirale: häufige Gebärmutterentzündung

Spätfolge der Abtreibung: Sterilität, Eileiter- und Gebärmutterentzündung

B. Seelische Gesundheitsschäden:

Gerade das Mädchen kann bei verfrühtem sexuellem Umgang irreparable seelische Schäden erleiden. Wenn sie vom ersten Liebhaber enttäuscht und verlassen wird, kann eine Verhaltensform auftreten nach dem Motto - jetzt ist es sowieso alles egal. Es ist auch erwiesen, daß die Bereitschaft mit einem Partner das Wagnis der Ehe einzugehen abnimmt, je mehr man vorher die Partner gewechselt hat. Auch die ständige Angst vor einer Schwangerschaft oder Schuldgefühle wegen einer Abtreibung wirken sich belastend auf die Seele aus. Warum sind wohl sonst die psychischen Anstalten und Kliniken voll von jungen, vom Leben enttäuschten Menschen?

C. Lebensglück:

Die Sofortbefriedigung von Triebwünschen ist nicht gleichzusetzen mit der Gewinnung von

mehr Lebensglück. Sie macht oberflächlich und gierig nach mehr Sexualität. Sexuelle Sofortbefriedigung unterbindet die Befähigung zur Disziplinierung. Durch den sexuellen Aufschub kommt es zu einer Steigerung der geistig - seelischen Kräfte. Vertrauensvolle Gespräche über die Liebe ergeben sich erst oft dann, wenn der erste Liebeskummer eingetreten ist. Taktvolle Tröstung und behutsamer Rat kann ihnen neu die Vertrauensstellung beim Jugendlichen einbringen. Ein Rat ist, glaube ich, sehr wertvoll. Vermitteln sie dem Jugendlichen die Sicherheit, daß es ihm zusteht lange, auch weit bis in das Erwachsenenalter hinein ein Suchender nach dem eigentlichen, dem passenden Lebensgefährten zu sein.

4. Letzte Gedanken:

Zusammenfassend möchte ich sagen, daß Lebensglück und Lebensfreude nicht durch materialistische und selbstsüchtige Lebensziele erreicht werden. Die Jugend wird aber unausweichlich mit der Sinnfrage konfrontiert: "Wozu lebe ich überhaupt?" Was können wir ihnen da mitgeben?

- Pause -

Christa Meves sagt: "Jedes Menschenleben hat einen Auftrag von Gott - der pauschal gesagt darin besteht, die Liebe in der Welt zu mehren." Gelebte Liebe heißt für Eltern Einsatz ihrer Person, Opfer ihrer Zeit für die Kinder. Verantwortungsbewußtes Handeln (das zeichnet ja das Erwachsensein aus) heißt nichts anderes, als daß der Mensch seinen Auftrag auf Erden erfüllen, daß er ihn aber auch verpassen kann und daß es von seinen Entscheidungen abhängt, ob er sich bereits während seiner Lebenszeit Himmel oder Hölle einhandelt. Elternhaus, Schule und Kirche müssen dem Jugendlichen sagen, daß er mit seinem wertvollen Leben gebraucht wird, daß Gott jeden einzelnen persönlich meint, liebt, um ihn bangt und auf ihn baut. Unsere allerdringlichste Aufgabe muß es sein, dem Jugendlichen den Weg zu bahnen die Beziehung zu Gott zu suchen, aber nicht durch fromme Sprüche. Wir selbst müssen unsere Glaubensüberzeugung im Alltag ausleben. Die letzten Jahre haben gezeigt, daß die Jugendlichen heran wollen an das große Vorbild Jesus Christus, der die Wahrheit unseres Lebens als großes Orientierungsleuchtfeuer vorlebte. Nur die Verwirklichung des Liebesgebotes im Alltag wird für den Fortschritt zählen. Das heißt, daß die Älteren und die Jüngeren alle Überheblichkeit ablegen müssen, um so Gemeinschaft als gemeinsame Dienstbereitschaft vor Gott gründen zu können.