

Wie umarme ich einen Kaktus?

Pubertät. „Mama/Papa, du bist echt peinlich!“ Wenn Sie diesen zärtlichen Satz von Ihrem Kind vernehmen, ist die Pubertät im trauten Heim angekommen.

Unsere kleinen Lieblinge scheinen sich in der Pubertät quasi über Nacht mit einer seltsamen chronischen Krankheit anzustecken, die plötzlich aus anschmiegsamen Blümchen widerpenstige stachelige Kakteen macht.

Es gibt leider so gut wie keine Eltern, die sagen: „Mensch, ich freu' mich, mein Kind ist endlich in der Pubertät.“ Oder kennen sie welche? Die meisten hoffen, dass ihr Kind die Phase auslöst oder dass es nicht zu schlimm wird. Dabei ist der Übergang vom Kindsein zum Erwachsenwerden eine absolut notwendige Entwicklungsgeschichte, die man auch als „soziale Geburt des Menschen“ bezeichnet. Und Geburten sind nun einmal auch mit Schmerzen und Wehen verbunden.

Auf der Überfahrt ins Land der Erwachsenen haben unsere Kinder eine Menge Aufgaben und Abenteuer zu bestehen und sie brauchen dafür besonders eines – ein bis zwei Menschen, die wirk-



SN-Couch
Psyche

GERALD BRANDTNER

lich an sie glauben. Im Supermarkt der Möglichkeiten unserer Konsumgesellschaft gibt es viele spannende Dinge, aber auch viele Verlockungen. Hier einen gesunden und suchtfreien Weg zu finden, ist für junge Leute nicht einfach. Schulischer Druck und zu hohe Erwartungen können Jugendlichen das Gefühl geben, an dieser Aufgabe zu scheitern.

Familie ist deshalb ein wichtiger und sicherer Ort, an dem Jugendliche sich vertrauen, ihre negativen Gefühle (Wut, Frust, Angst . . .) auszuleben. Denn in der Familie kündigt einem niemand so schnell die Freundschaft auf, meint der bekannte Familientherapeut Jesper Juul.

Eltern haben seiner Meinung nach die Aufgabe, in dieser Zeit

für die Kinder als eine Art „Sparringpartner“ zu fungieren und ihnen bei maximalem Widerstand minimalen Schaden zuzufügen.

Wir Eltern haben in der Pubertät unserer Kinder nicht mehr alles in der Hand. Viele Einflüsse wie Medien, Freunde, Schule etc. beeinflussen die Entwicklung unserer Kinder. Eine wichtige Basis, um sich in dieser suchtfördernden Gesellschaft selbstbewusst zu bewegen, können wir Eltern aber legen: Wir können auf unsere Kinder immer wieder einen wohlwollenden Blick werfen und ihnen so oft wie möglich sagen, dass wir sie bedingungslos lieb haben.

Schauen Sie sich von Zeit zu Zeit Ihren „Kaktus“ an und freuen Sie sich, wie gut er/sie gewachsen ist.

Mag. Gerald Brandtner, Diplompädagoge, Mitarbeiter der Fachstelle Suchtprävention/Akzente Salzburg, Vater dreier Töchter (14, 17, 20).

Medium:
Salzburger Nachrichten

Datum:
27. November 2013

Auflage:
60 687