

Flüchtige Momente

In Ihrem gemeinsamen Alltag wird es flüchtige Momente geben, in denen die Beziehung zu Ihrem Kind ganz besonders zählt. Wenn Ihr Sohn irgendwann aus seinem Zimmer kommt oder Ihre Tochter allen Mut zusammennimmt, um Ihnen von ihren Problemen zu erzählen, ist es ganz entscheidend, wie Sie in diesem Augenblick reagieren.

Dann möchte Ihr Kind auf Verständnis stoßen.

Häufig machen Eltern den Fehler, erst auf einen Anlass zu warten, um Kritik zu äußern und endlich sagen zu können, was sie denken – doch an so etwas sollten Sie in diesen Momenten keinen Gedanken verschwenden.

Nichts ist wichtiger, als Ihrem Teenager das Gefühl zu geben, dass er sich immer an Sie wenden kann, wenn es hart auf hart kommt.

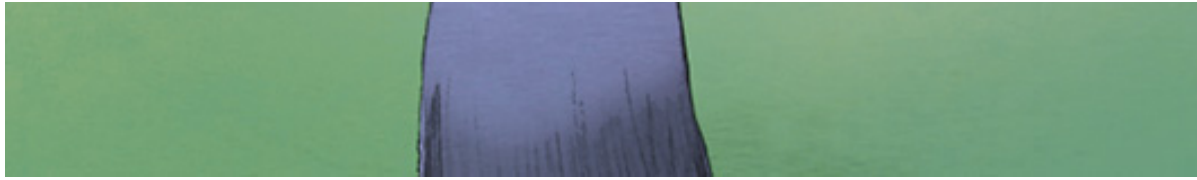
Das ist das Ziel, das Sie sich in diesen Jahren setzen müssen.

Sieben Schritte

1

Die Bindung





Mir kommt manchmal der Gedanke, wie leicht wir Teenager doch als unzureichende, mit Mängeln behaftete Menschen betrachten. Als hätten sie eine Art technische Störung und wir warteten alle ungeduldig darauf, dass diese behoben wird und sie endlich erwachsen werden. Wir ergehen uns in Seufzern über sie, ihre linkischen Glieder, ihre häufig so übertrieben wirkenden Gefühle. Die Teenagerzeit wird als eine mühsame Phase gesehen, durch die sich alle hindurchkämpfen müssen – bevor man anschließend wieder «in Ordnung» ist.

Nicht ohne Grund gibt es unzählige Ratgeber zu dem Thema, wie man mit der «Rebellion der Jugend» fertigwird, in denen die Jugendlichen als eine Art «Problem» dargestellt werden, das es zu lösen gilt. Ich bin dagegen der Ansicht, dass es sich lohnt, einen ganz anderen Ansatz zu wagen. Teenager müssen vielmehr die Gewissheit haben dazuzugehören. Sie sollten sich zu Hause fühlen, sowohl im Familienkreis als auch in der Schule und in ihrer Freundesclique. Das allein ist schon herausfordernd genug für alle Beteiligten.

Überlegen Sie einmal, wie Sie sich bisher als Eltern verhalten haben. Sie haben Wunden verarztet, die kaum erkennbar waren, haben nachts mit sanften Worten unheimliche Monster verjagt, haben getröstet und Versprechen gegeben und geflüstert: «Alles ist gut, ich bin da. Ich behüte dich.» Sie haben mit Ihrem Kind überfüllte Erlebnisbäder besucht und unzählige Stunden für einen Erwachsenen sinnlose Fernsehserien angeschaut. Sie haben die gesamte Strecke das Fahrrad festgehalten, bis Ihre Tochter oder Ihr Sohn allein Rad fahren konnte. Sie haben wahrscheinlich all das getan, was alle Eltern tun: Haben sich bemüht, sich auf Ihr Kind einzustellen und ihm und seinen jeweiligen Bedürfnissen gerecht zu werden.

Und genau dasselbe braucht Ihr Teenager jetzt weiterhin.

Sie, die Eltern, sollten verstehen und nachempfinden können, wie sehr Liebeskummer schmerzt und dass eine schlechte Note in der Mathearbeit sich für Ihr Kind wie ein Weltuntergang anfühlen kann. Oder dass eine große Projektaufgabe für die Schule ihm unüberwindbar erscheinen kann und das Leben für es keinen Wert hat, wenn man zum Außenseiter wird.

Sie müssen nach wie vor in der Nähe und greifbar für Ihr Kind sein. Ihm helfen, wenn es Hilfe braucht. In diesem Alter stehen die Dinge für die Kinder viel stärker als früher auf dem Spiel. Sie als Eltern werden merken, wie zerbrechlich und angreifbar die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind sein kann. Und werden vielleicht zu der Erkenntnis kommen, dass Sie besser darauf achtgeben müssen und Ihnen das viel abverlangen wird. Wie gehen Sie damit um, wenn Sie nicht zu Ihrem Kind durchdringen können, wenn Sie die ganze Nacht dagesessen haben, um darauf zu warten, dass Ihre Tochter endlich nach Hause kommt oder zumindest auf Ihre Nachrichten antwortet? Wie gehen Sie damit um, wenn Sie wieder einmal vor verschlossener Zimmertür stehen und nicht begreifen, weshalb Ihr Sohn sich dahinter verbarrikadiert? Wie gehen Sie damit um, wenn Sie keine Antworten auf Ihre Fragen erhalten?

Im Teenageralter spitzt sich alles zu, und es dauert nicht mehr lange, bis das Kind erwachsen ist. Sie wissen selbst nur zu gut, was das heißt, was Ihrem Kind bald abverlangt wird und wie schwierig das Erwachsenenleben manchmal sein kann. Und nicht selten fragt man sich etwas ängstlich, ob das eigene Kind damit wohl zurechtkommen wird.

Wenn sich Töchter oder Söhne als Jugendliche aber auf Erwachsene verlassen können, die ihnen Halt geben, sind sie gerüstet für mögliche Widerstände oder Rückschläge. Haben Sie eine stabile emotionale Bindung zu Ihrem Kind aufgebaut, fungiert das wie ein Bollwerk gegen Gruppendruck und schlechte Einflüsse, gegen alles, was angsteinflößend und unüberwindbar erscheinen mag.

In dieser nicht ganz einfachen Zeit werden Worte fallen, die Sie nie dachten, hören zu müssen, es wird Tränen und Wutausbrüche geben, Sie werden vielleicht auf eine Mauer des Schweigens stoßen und von