

ERNSTE ROLLE

Felicitas Woll legt eine etwas andere Karriere hin. ► Mensch



ERNSTE LAGE

Hilfe nach dem Beben: Ein Stimmungsbild aus Haiti. ► Mittendrin



ERNSTESTHEMA

Anna Loos über die Pflegebedürftigkeit von Eltern. ► Ausblick



Hitze Wortgefechte und mehr: In der Pubertät gehen die Wogen zwischen Eltern und Kindern bekanntlich oft hoch. Fotos: stock/Karsten Koch, stock/Begsteiger, stock/Blickwinkel, stock/Emil Umdorf, Collage: Günter Herfs

Kinder und Eltern im Clinch

Der Familientherapeut Jesper Juul rät Müttern und Vätern, in der Pubertät für ihre Töchter und Söhne Sparringspartner zu sein. „Maximaler Widerstand und minimaler Schaden“.

VON WALTER SCHMIDT

Gelassen durch stürmische Zeiten zu steuern, ist eine große Kunst. Der dänische Familientherapeut Jesper Juul, Autor mehrerer Erziehungsratgeber, möchte die Eltern pubertierender Kinder in diesem Sinne zu Künstlern machen. Das ist schon deshalb schwer, weil Gelassenheit keine übliche Reaktion von Erziehungsberechtigten ist, wenn ihre Kinder – die Töchter meist noch früher als die Söhne – „schwierig werden“, wie es dann gerne heißt.

„Wenn die Kinder etwa zwölf Jahre alt geworden sind, ist es für Erziehung zu spät“, schreibt Jesper Juul zu Anfang seines neuen Buches „Pubertät – Wenn Erziehen nicht mehr geht. Gelassen durch stürmische Zeiten“. „Das sagen die Kinder uns auch, aber wir hören es meist nicht.“ Anfangs drückten sie es noch „sehr diplomatisch aus, doch wenn wir es nicht verstehen, müssen sie lauter werden, manchmal viel lauter. Oder sie sprechen mit ihrem Körper.“

„Ein ganz anderer Planet“

Juul wurde 1948 in Vordingborg geboren. Wenn er die Welt, als er 15 Jahre alt war, „vergleiche mit der Welt von heutigen 15-Jährigen, scheint das ein ganz anderer Planet zu sein“. Damals hätten die Erwachsenen von Kindern vor allem eines gewollt: „gehorsam zu sein“. Dies aber sei kein Rezept fürs 21. Jahrhundert. Wenn Kinder und Eltern im Clinch lie-

gen: Der Buchautor benutzt gerne den ebenfalls aus dem Boxsport stammenden Begriff Sparringspartner für die Rolle, die Eltern in der Pubertät ihrer Kinder übernehmen sollten. Ein Sparringspartner biete „maximalen Widerstand und richtet minimalen Schaden an“.

„Will ich meine Kinder lieben, oder will ich bei ihnen beliebt sein?“

JESPER JUUL

Es sei für Jugendliche sehr bedeutsam zu wissen, was der Vater und die Mutter denken, was beiden Eltern wichtig ist. „99 Prozent der Jugendlichen nehmen die Meinung ihrer Eltern sehr ernst, wenn sich die Eltern die ersten Jahre in der Familie auch nur ein bisschen qualifiziert haben“, befindet Juul. Doch Jugendliche gäben dies nur selten zu, denn „sie müssen ihr Gesicht wahren“. Das bedeute indes nicht, „dass die Worte der Eltern keinen Einfluss haben“. Entscheidend dabei sei allerdings die Güte der Beziehung, die sich in den ersten 13 Jahren des Lebens der Kinder zwischen ihnen und ihren Eltern entwickelt hat, „denn auf diesem Fundament baut alles auf“.

Eltern sollten sich stets bemühen, Eltern zu sein – nicht etwa die besten, weil bei ihren Kindern beliebten, Kumpel.

„Viele Eltern möchten gerne irgendeine Art von erwachsener Freundschaft aufbauen“, schreibt Juul. Doch es gehe nicht länger an, „Mutti oder Vati spielen“ zu wollen, da so ein echter Kontakt zu den Kindern unterbunden werde.

Wie also können Eltern es richtig machen? Juuls Antwort: „Gar nicht. Richtig gibt es nicht. Wir können uns aber entscheiden: Was wollen wir?“ Eltern sollten sich fragen: „Will ich meine Kinder lieben, oder will ich bei meinen Kindern beliebt sein?“ Beides gleichzeitig sei meist nicht möglich. Kinder bräuchten vor allem in den ersten zehn bis zwölf Lebensjahren gewisse Regeln, doch diese müssten „vernünftig vermittelt werden – also weder mit erhobenem Zeigefinger noch mittels Überwachung und Strafe“.

Doch was heißt vernünftig? Auch hier mache der Ton die Musik – und das gute Vorbild. „Der Umgangston und die Ver-



„Gelassen durch stürmische Zeiten“: Der Familientherapeut Jesper Juul befasst sich in seinem neuen Buch mit der Pubertät. Foto: stock/Rainer Unkel

auf längere Sicht vollkommen wirkungslos“. Demgegenüber sei der Ansatz, Sparringspartner der Pubertierenden zu sein, die „fruchtbarste und effektivste Methode der Eltern, größtmöglichen Einfluss auszuüben“.

Mütter und Väter sollten sich immer wieder fragen, warum sie so und nicht anders handeln und reden: „Geht es darum, dass ich meinem Kind helfen will, oder will ich mein Selbstbild verbessern?“ Oft richteten Eltern ihr Verhalten gegenüber den Kindern wesentlich daran aus, was ihnen ein gutes Gewissen verschaffe – unabhängig davon, was für ihr Kind in diesem Moment das Beste, weil Förderlichste sei.

Eine Rückmeldung holen

Der Familientherapeut lädt Eltern dazu ein, sich ab und an Rückmeldung zu ihren Kindern zu holen. Manchmal sei es notwendig zu fragen: „Ich versuche dich zu unterstützen. Gelingt mir das?“ Er macht Müttern und Vätern Mut, ihren Kindern mehr Eigenverantwortung zuzutrauen, statt sie ständig überwachen und umsorgen zu wollen. Und er beklagt eine Hyperaktivität vieler Eltern, die notwendigerweise eine Unteraktivität der Kinder zur Folge habe.

Das Fazit des Buchautors: „Was unsere Kinder in der Pubertät von uns brauchen, ab zwölf, 13, 14 Jahren, ist eigentlich nur das: zu wissen, auf dieser Welt gibt es einen oder zwei Menschen, die wirklich glauben, dass ich okay bin.“

haltensweisen, die Eltern in dieser Zeit praktizieren, haben entscheidenden Einfluss darauf, wie Kinder sich später gegenüber Regeln verhalten“, urteilt Juul. Ein zu scharfer, kommandierender Ton lasse Kinder oft widerspenstig und zu überzeugenden Lügner werden. „Auf der anderen Seite kann ein gleichgültiges und nachlässiges Elternhaus den Kindern das Gefühl vermitteln, sie seien den Eltern ebenfalls gleichgültig.“

Von Strafen hält Jesper Juul, der seit 35 Jahren mit Familien arbeitet, wenig bis nichts. Sie zählten „zur Kategorie Machtmissbrauch und sind im Übrigen

DAS BUCH

► **Jesper Juul:** „Pubertät – Wenn Erziehen nicht mehr geht. Gelassen durch stürmische Zeiten“, 2010, Kösel-Verlag, 208 Seiten, gebunden, 16,95 Euro

