

"Mehr auf innere Qualitäten achten als auf äußere Merkmale"

BZ-INTERVIEW mit dem Elternbegleiter Dieter Scholz, der in einem Kurs zeigt, wie Eltern im Kontakt mit ihren pubertierenden Kindern bleiben.



Dieter Scholz Foto: Speckner

EMMENDINGEN. Die Pubertät bedeutet für Jugendliche ein Auf und Ab der Gefühle. Eltern haben in dieser Zeit oft den Eindruck, ihr Kind entfremde sich regelrecht von ihnen. Wenn Kinder erwachsen werden, bieten sich aber auch Chancen für die Eltern-Kind-Beziehung. BZ-Mitarbeiterin Christine Speckner sprach darüber mit Dieter Scholz, der ab 13. März am Familienzentrum Bürkle-Bleiche einen Elternkurs zu diesem Thema anbietet.

BZ: Was geschieht eigentlich in der Pubertät?

Scholz: Teenager suchen nach sich selbst, sie überprüfen die Werte ihrer Eltern. Die zentrale Frage ist: wer bin ich? Das ist ein natürlicher Prozess. Das jugendliche Gehirn strukturiert sich in dieser Zeit mit all seinen Erfahrungen neu. Die Jugendlichen entwickeln ein eigenes Wertesystem. Bereits ab 10, 11 Jahren beginnt die eigene Vorstellung von Moral. Manche werden Vegetarier, Veganer, Tierschützer oder sehr religiös. Alles wird genau überprüft, bevor der Jugendliche erwachsen wird und sagt: der bin ich.

BZ: Das geht nicht ohne Konflikte. Wie sollten sich Eltern am besten verhalten?

Scholz: Wir können unsere Kinder in diesem Alter nicht mehr erziehen. Eltern werden oft panisch, weil sie denken, das sei die letzte Chance, aber die ist vorbei. Stattdessen sollten Eltern ihre Kinder jetzt genießen. Und viel mehr auf innere Qualitäten ihres Kindes achten, als auf äußere Merkmale wie Kleider, Musik, Piercings. Dabei müssen Eltern auch Widerstand leisten. Teenager brauchen Eltern als Gegenüber, aber nicht belehrend oder kritisierend.

BZ: Können Sie ein Beispiel geben?

Scholz: Ein Jugendlicher, der Alkohol trinkt, braucht den Widerstand der Eltern. Er braucht es, dass sie sich für ihn interessieren und Position beziehen. Aber ohne Vorwürfe und zu moralisieren. Also nicht zum Kind sagen: es gibt so viel Alkoholranke und wenn du zu viel trinkst, kommst du nicht mehr davon weg. Du schaffst dann die Schule nicht und so weiter. Alles, was bevormundend, misstrauend oder kontrollierend ist, kommt bei Pubertierenden nicht an. Besser wäre es, Eltern sprechen von sich. Zum Beispiel: Ich mache mir Sorgen, dass du die Schule nicht schaffst. Es ist ganz wichtig, dass Eltern bei sich bleiben und über eigene Gefühle und Bedürfnisse sprechen.

BZ: Sind Eltern im Vergleich zu Geschwistern und Freunden weniger wichtig in der Pubertät ?

Scholz: Nein. Die Eltern haben viele Erfahrungen gemacht, die Kindern noch fehlen. Gerade deshalb sind sie sehr bedeutend für Heranwachsende. Aber die elterliche Erfahrung sollte nicht moralisierend rüberkommen. Also nicht: Ich sage dir jetzt mal, ich habe die Erfahrung gemacht, dass ... Sondern auf Augenhöhe reden, Interesse zeigen. Beispiel Discobesuch. Ich könnte mein Kind fragen: Wer geht da noch hin? Was gefällt dir an dieser Disco? Oder der Jugendliche macht ein Computerspiel und chattet im Internet. Ich frage nicht: Weißt du denn nicht, wie gefährlich das ist? Sondern ich frage: Wie funktioniert das? Was gibt es dir? Erst im zweiten Schritt kann ich sagen, dass ich mir Sorgen mache, aber zuerst sollte ich dem Kind zeigen: Du bist mir wichtig.

BZ: Was ist das Beste, was Eltern für ihre Kinder tun können?

Scholz: Es wäre gut, sich schon während der Pubertät mehr um das eigene Leben und eigene Beziehungen zu kümmern. Also die Frage, ob ich als Frau und Mann mit meinem Partner noch glücklich bin. Oder ob ich mich beruflich neu orientiere. Die Eltern müssen sich jetzt nicht mehr über die Kinder definieren.

BZ: Welche Hilfen bietet der Elternkurs?

Scholz: Eltern lernen, während der Pubertät ihrer Kinder mehr auf sich selbst zu achten. Wir üben das mit praktischen Beispielen. Es geht darum, eigene Bedürfnisse und Gefühle auszudrücken. Nur wenn ich das schaffe, kann ich in Beziehung mit meinem Jugendlichen sein.

Dieter Scholz (64) ist Pädagoge mit eigener Beratungspraxis in Gundelfingen. Seit 11 Jahren bietet er Elternkurse. Der Vater eines erwachsenen Sohnes ist ausgebildeter Coach und Elternbegleiter.

Info: Der Elternkurs zum Thema Pubertät findet an zehn Abenden im Familienzentrum in Emmendingen, Rosenweg 3 statt. Beginn: Donnerstag, 13. März um 19.30 Uhr. Anmeldung: Kinderschutzbund Tel. 07641-6033, ksbem@gmx.de oder Dieter Scholz Tel. 0151-55607916, <http://www.scholzdieter.de>