

Kommunikation und Umgang mit Jugendlichen

Wie Sie am besten Öl ins Feuer gießen ...

- Überfordern Sie ihren Teenager mit möglichst vielen Aufgaben („Und dann machst du noch...“) und Erwartungen („Ich habe wirklich gedacht, dass du vernünftiger bist...“) gleichzeitig
- Reiten Sie immer wieder auf den „Fehlern“ der Vergangenheit herum („Erinnerst du dich noch an letztes Jahr, als du ...“)
- Halten Sie regelmäßig möglichst lange Ansprachen über gut und böse, richtig und falsch
- Werten Sie Ihren Teenager durch entsprechende Bemerkungen ab („Du siehst ja mal wieder aus...“) und lassen Sie auch an seinen neuen Freunden kein gutes Haar („Alle rauschgiftsüchtig und kriminell“)
- Machen Sie Ihrem Kind immer wieder klar, wie sehr es noch von Ihnen abhängig ist („So lange du deine Füße unter meinen Tisch stellst...“)
- Stellen Sie immer mal wieder den Vergleich zu der guten alten Zeit Ihrer Jugend her („Da gab es so etwas nicht...“)

Was Sie tun können...

- Sich auf die besondere Situation des Kindes/Jugendlichen einstellen
- **Die wechselnden Bedürfnisse nach Nähe und Distanz wohlwollend akzeptieren**
- Den Wunsch nach **Privatsphäre ernst nehmen** und respektieren
- Klar Position beziehen, **eindeutige Regeln und Grenzen setzen:**
 - ◆ Bspw. Hilfe im Haushalt einfordern
 - ◆ Beim Thema Ausgehen, auf die Beantwortung dieser Fragen bestehen:
Wo gehst du hin? Mit wem bist du da? Was habt ihr vor? Wann bist du zurück?
- **Freiräume lassen**, um eigene Erfahrungen zu ermöglichen
- Gesprächsinteresse signalisieren, Unterstützung anbieten
- **Streiten ja, Machtkampf nein**
- Offenheit und Respekt im Umgang miteinander
- **Authentisch bleiben, eigene Gefühle mitteilen, Ich-Botschaften**
- **Kritik stets an der Sache, nicht an der Person üben**
- **Dem Kind/Jugendlichen auch etwas zutrauen, wachsen lassen**

Pubertät ist, wenn die Eltern komisch werden!

»Wir haben hundert Mal darüber gesprochen, aber es nützt einfach nichts!«
(S. 26, Jesper Juul)

Ein Gespräch mit seinem jugendlichen Kind führen

Wenn Eltern das Gespräch mit ihren Kindern suchen, müssen sie auch zuhören. Und es soll an einem ruhigen, im Voraus verabredeten Moment stattfinden.

Sie können **interessiert** und **wohl wollend** fragen (Beispiele):

Wie geht es Dir wirklich?

Was ist im Fach X los?

Was gefällt Dir nicht in diesem Unterricht X?

Oder:

Was hast du bisher getan (um ein Problem Y zu lösen)?

Was kannst Du tun, um die Situation zu verbessern?

Was bist du **bereit** zu tun?

Was können wir tun, damit es Dir besser geht, damit sich die Situation verbessert?



Eine interessante Frage ist:

Was erwartest Du von uns Eltern?

Auf diese Frage haben einige Eltern ziemlich überraschende Antworten bekommen! Oft sind es ganz einfache und konkrete Sachen, manchmal aber auch eher schwer einzuordnen.

Viele Schüler*innen wünschen sich von ihren Eltern mehr Vertrauen. In dem Fall ist es wichtig zu fragen, in welchen Situationen und welche Abmachungen gemacht werden könnten, damit die Eltern dieses Vertrauen geben können.

„Als Alternativen zu unfruchtbaren Konfliktgesprächen dienen also **der persönliche und der sachliche Dialog**. Das Schlüsselwort ist *Dialog* – eine Gesprächsform, die sich grundlegend von Diskussion, Verhandlung, Debatte und natürlich dem Monolog unterscheidet.

Zwei am selben Ort und zur selben Zeit stattfindende Monologe sind **kein Dialog**!

Ein Dialog setzt **Offenheit, Interesse und Engagement von beiden Seiten** voraus. Entweder im Verhältnis zur Sache oder zueinander oder zu beidem.

Man kann seine Erwägungen, Ansichten und Erfahrungen ins Feld führen, sollte jedoch darauf eingestellt sein, durch den Dialog neue Einsichten zu gewinnen. Man muss sich, mit anderen Worten, dem Risiko aussetzen, klüger zu werden.“ (S.27, Jesper Juul)

Quellen:

Pubertät - Wenn Erziehen nicht mehr geht. Gelassen durch stürmische Zeiten von Jesper Juul (2010). Kösel-Verlag. ISBN: 978-3466308712

„Puberterror“ oder „Wie umarmt man einen Kaktus?“ Vom Überleben in schwierigen Zeiten von J. Paschke und A. Wolters, Katholische

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Kempen. Abrufbar unter www.beratung-caritas-ac.de/fileadmin/inhalte/bilder/beratungsstellen/Kempen/Puberterror2016.ppt. Letzter Abruf im Oktober 2019

Bild: minions-363019 von leovalente (CC) bei www.pixabay.com