

Hervorragend besuchter Erziehungsvortrag in Bargau:

Von der Kunst, einen Kaktus zu umarmen

Gmünd-Bargau (ben) – Aus allen Nähten platzte die Bargauer TV-Halle, als der Gmünder Diplom-Psychologe Dr. Thomas Fuchs auf Einladung des St. Antonius-Vereins und des Turnvereins über „Die Kunst, einen Kaktus zu umarmen – Eine Gebrauchsanleitung für Eltern von pubertierenden Kids“ sprach. Offenbar ist die Verunsicherung bei der mittleren Generation groß, wie denn nun mit dem aufmüpfigen Nachwuchs umgegangen werden sollte.

Hierzu vermittelte der Referent viele hilfreiche Ratschläge, ohne manch unangenehme Wahrheiten zu verschweigen. Mit teilweise erschreckenden Details aus seiner alltäglichen Praxis wurde die Zuhörerschaft konfrontiert, so etwa mit der Einschätzung, dass rund 30 Prozent der Gmünder 13-jährigen Schulkinder schon Cannabis konsumiert haben.

Gleich zu Beginn lockte Dr. Fuchs die erwartungsvollen Anwesenden mit provokanten Thesen aus der Reserve wie etwa: „Jugendliche können nicht mehr in Ruhe pubertieren! Sie stehen unter ständiger Beobachtung ihrer ängstlichen Umgebung.“ oder „Eltern sind für Pubertierende eine Last, weil sie auf jung machen und dieselbe Musik hören. Die Jugend ist umringt von Junggebliebenen!“

Später müde – morgens aber schlapp

Neue Erkenntnisse der Gehirnforschung lassen manche Verhaltensformen jugendlicher besser verstehen. So muss man wissen, dass die Zirbeldrüse das müde machende Hormon Melatonin während der Wachstumsphase zwei Stunden später produziert. Daher werden junge Leute auch später müde. Da sich Melatonin aber auch

später abbaut, kommen sie morgens nicht aus dem Bett. Manche der körperlichen Veränderungen in der Wachstumsphase werden anscheinend besonders von Mädchen nur schwer akzeptiert. So empfinden sich 50 Prozent der 13- bis 14-Jährigen als zu dick und mehr als die Hälfte aller 15-jährigen Mädchen hat bereits eine Diät hinter sich.

Auch die Gefühle fahren Achterbahn: „Die Kids springen emotional Trampolin, die Eltern bilden das Sprungtuch.“ Diese werden von Vorbildern zu Gegenspielern. Gelassen solle man diese Rolle annehmen und nicht versuchen, um jeden Preis zum Kumpel zu werden. Dass es in der Familie Streit gebe, sei in der Pubertät völlig normal. Breiten Raum widmete der Referent der um sich greifenden PC-Sucht. Untersuchungen hätten ein Paradoxon ergeben: Vielfältige Internetbeziehungen entwickelten zwar eine eigentümliche Tiefe, aber keinerlei soziale Nähe.

Sorgen wegen des „Kampftrinkens“

Die für die jugendliche Persönlichkeit wichtige Phase des gegenseitigen „Beschnupperns“ werde dadurch häufig übersprungen. Soziale Isolierung und Gemhemtheit könne die Folge sein. Die reale Welt verliere mehr und mehr an Attraktivität gegenüber dem virtuellen Universum. Am Beispiel des Erfurter Amokläufers Robert Steinhäuser wurde der unheilvolle Einfluss von Gewaltfantasien auslösenden Killerspielen deutlich gemacht. Sorge macht auch das zunehmende „Kampftrinken“. In fünf Jahren hat sich die Zahl alkoholbedingter Krankenhausaufenthalte von Kindern und Jugendlichen verdoppelt.

Das Durchschnittsalter des ersten Alkoholkonsums ist auf 12,8 Jahre gesunken. Genau ein Jahr später stellt sich der erste Rausch ein. Der volkswirtschaftliche Schaden, den die sechs Millionen deutscher Alkoholiker jährlich anrichten, bemisst sich mittlerweile auf 22 Milliarden Euro. Nach den bisherigen Erkenntnissen kann der problematische Alkoholkonsum nur durch eine Mischung von Strategien erfolgreich eingedämmt werden. Ziel müsse dabei die Veränderung des „sozialen Klimas zum Alkohol“ sein.

Vielfältig sind natürlich die Faktoren, die das Verhalten von Jugendlichen beeinflussen. Für äußerst verhängnisvoll hält es Thomas Fuchs, dass ihnen oftmals vermittelt werde, alles im Leben müsse Spaß machen. Ohne das Erlernen von Disziplin und Durchhaltevermögen könne eine Biographie jedoch nicht gelingen. Die Reizüberflutung durch die Medien wirke sich ebenso negativ aus wie ein Übermaß an Konsum und die Vernachlässigung der persönlichen Kommunikation.

Entscheidend wichtig sei es, eine gute Beziehung zum Teenager aufzubauen. Eltern müssten akzeptieren, dass ihr Kind ihnen entwachst, nun ein eigenes Schicksal hat und dass sie ihm dies nicht ersparen können: „Wenn der Sohn die Klasse wiederholen muss, ist es eben seine Fünf in Mathe, er muss damit fertig werden.“ Auch wenn es schwierig sei, solle man dem Kind einerseits nahe bleiben, gleichzeitig aber auch Distanz einhalten, verbunden mit souverän-freundlichem „Abwarten“.

Wert legt der Psychologe auch darauf, dass mit ruhiger Stimme klare Anweisungen gegeben werden. In der Familie sollten

Regeln aufgestellt werden. Verstöße müssen direkt angesprochen werden. Nur solche Konsequenzen sollten angedroht werden, die auch umgesetzt werden können. Verhaltensverträge legen fest, für welches Verhalten der Jugendliche Privilegien bekommt. Mit Gefühlsausbrüchen sollten Erziehende gelassen umgehen. Kritisch sieht Dr. Fuchs absolute Verbote von riskantem Verhalten.

Sehnsucht nach Autorität

In seinem Schlusswort setzte er sich mit der viel zu hohen Anspruchshaltung von Kindern und Jugendlichen auseinander, die Folge einer allzu laschen Erziehung sei. Der umstrittene Begriff „Gehorsam“ sei einer falsch verstandenen Freiheit aller Beteiligten geopfert worden. Dabei sehnten sich Kinder und Jugendliche nach Autorität der Erwachsenen, die ihnen Orientierung und Halt gebe. Das Glück der Anstrengung sei wertvoller als das passive Glück der Animation, das von außen komme. Jugendliche wollten Freiheit. Diese sei aber kein Zustand, sondern „Ergebnis einer langen Entwicklung mit unendlichen Stadien der Selbstüberwindung, des Wandels von Disziplin zu Selbstdisziplin, von Fremd- zur Selbstbestimmung.“

Nicht zuletzt sei der Bildungsnotstand in Deutschland Folge eines Erziehungsnotstandes. Junge Menschen seien heute umgeben von aggressiver und allgegenwärtiger Erziehung durch das Fernsehen, den plakativen Wohlstand, die Verführung der Konsumgesellschaft und Vorbildern eines geistigen und charakterlichen Mittelmaßes. Gelassenheit und Distanz ließen letztlich aber jede Familie die Pubertät überstehen.