
Die Pubertät als Familienphase oder: Wenn Eltern komisch (peinlich/schwierig) werden

Prof. Dr. Insa Fooker
Fachbereich 2, Psychologie
(Entwicklungspsychologie, Familienpsychologie)

Fokus:
nicht die Pubertät,
sondern die
„pubertierende Familie“

anders gesagt:

**Die Pubertät des Kindes bzw. der Kinder
als eine Familienentwicklungsaufgabe
oder die Situation von Familien mit
jugendlichen Kindern**



„Die Pubertistin. Die willst du nicht geschenkt haben“ (Anja Maier)

„Puuu ... bertät. Die Pickelfraktion“ (Bettina Kumpe)

„Nervenprobe Pubertät“ (Heidemarie Brosche)

„Hilfe – mein Kind ist in der Pubertät“ (Sylvia Schneider)

„Irrgarten Pubertät. Elternängste“ (Max H. Friedrich)

„Grenzerfahrung Pubertät“ (Peer Wünschner)

„300 Fragen an die Pubertät“ (Sybille Herold)

„Pubertät – wenn Erziehung nicht mehr geht“ (Jesper Juul)

„Krieg und Frieden“ (Margit Knapp)

„Ich krieg die Krise! Pubertät trifft Wechseljahre“ (Christiane Lutz)

Der Pubertist. Überlebenshandbuch für Eltern“ (Helmut Schümann)

„Und plötzlich sind sie 13“ (Claudia und David Arp)

„Pubertät? Kein Grund zur Panik“ (Nitsch/Beil/v.Schelling)



„Zeit der Wunder. Wenn Kinder in die Pubertät kommen“ (Susanne Becker)

„Pubertät. Eltern-Verantwortung und Eltern Glück“ (Gabriele Haug-Schnabel/Nicolas Schnabel)

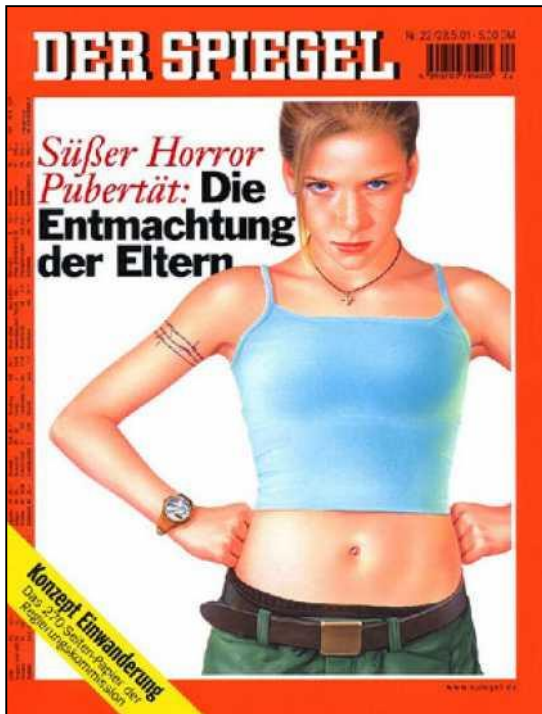
„Wenn Kinder flügge werden. Eltern und Kinder im Ablösungsprozess“ (Anna-Maria Hirsch)

„Entspannte Eltern. Glückliche Kinder“ (Gerhard Spitzer)

„Pubertät. Loslassen und Haltgeben“ (Jan-Uwe Rogge)

„Lass mich doch mal ausreden. Szenen einer Pubertät“ (Chris und Dena Linke)

„Locker bleiben mit dem inneren Schweinehund. Schule, Eltern, Alltag – alles im Griff“ (Marco von Münchausen)



Zwei Diskurskontexte:

- Problematisierung der Pubertät als krisenhafte Zeit
- Phase mit „normalen“ Übergangsstress und gelingender Reorganisation = „Loslassen und Haltgeben“



aktuelle repräsentative empirische Zahlen:

Jugend heute: Die neue Shell-Jugendstudie 2010

Die heutige junge Generation in Deutschland bleibt zuversichtlich: Sie lässt sich weder durch die Wirtschaftskrise noch durch die unsicher gewordenen Berufsverläufe und Perspektiven von ihrer optimistischen Grundhaltung abbringen. Mit den Herausforderungen in Alltag, Beruf und Gesellschaft gehen Jugendliche auch weiterhin pragmatisch um. Prägend für diese Generation sind insbesondere eine starke Leistungsorientierung und ein ausgeprägter Sinn für soziale Beziehungen (16. Shell Jugendstudie 2010)

Und was erfährt man über die Eltern-Kind-Beziehungen und die Bedeutung der Familie?

- **76 Prozent sagen, man braucht eine Familie, um wirklich glücklich leben zu können**
- **das gilt gerade für die Herkunftsfamilie, die in Zeiten gestiegener Anforderungen in Schule, Ausbildung und den ersten Berufsjahren Rückhalt und emotionale Unterstützung bietet, so haben mehr als 90 Prozent der Jugendlichen ein gutes Verhältnis zu ihren Eltern**
- **Mit deren Erziehungsmethoden sind die meisten einverstanden, fast drei Viertel aller Jugendlichen würden ihre eigenen Kinder so erziehen, wie sie selber erzogen wurden**
- **auch das „Hotel Mama“ ist weiterhin beliebt: Fast drei Viertel aller Jugendlichen wohnen noch bei ihren Eltern – insbesondere weil es kostengünstig und bequem ist**

**Wie kommt es so oft zu dieser merkwürdigen
Diskrepanz zwischen der Botschaft
repräsentativer Befragungen und den Eindrücken
und Erfahrungen aus der Erziehungspraxis?**

- **Repräsentativbefragungen bleiben zumeist auf einer sehr allgemeinen abstrakten Ebene**
- **Das Allgemeine verliert an Gültigkeit, wenn ich Unterschiede zwischen Familien berücksichtige (z.B. pubertierende Mädchen oder Jungen, Ein-Eltern-Familien, Stief-, Patchwork-Familien, Familien mit Migrationshintergrund, Hartz-IV- oder Mittelschichtfamilien, kinderreiche oder Ein-Kind-Familien usw.)**
- **Jede Familie ist einzigartig und die meisten kennen Probleme im Umgang mit der Pubertät, auch wenn die nicht dauerhaft sein müssen**



Gesetze



Freunde und Nachbarn



Schule



Arbeitsplatz
der Eltern



Gebräuche



Peer-Gruppe



Familie



Jugendliche



Entferntere
Verwandte

Wert-
vorstel-
lungen

Mesosystem

MIKROSYSTEM

Mesosystem

EXOSYSTEM

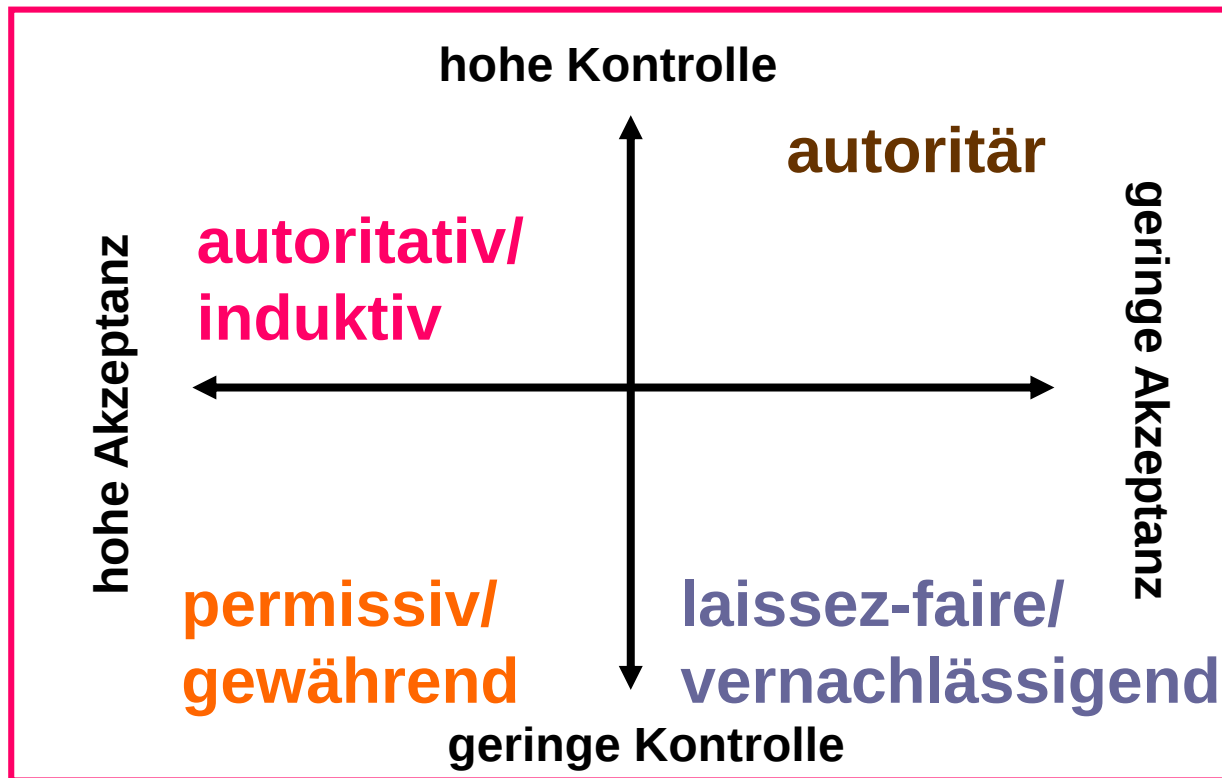
MAKROSYSTEM

Bio-ökologische Systemtheorie (Bronfenbrenner)

Erziehungsstile

Zwei zentrale Dimensionen:

- Ausmaß von (An-)Forderung und Kontrolle
- Ausmaß von Akzeptanz, Aufgeschlossenheit
Zugänglichkeit und Offenheit



Phasenmodell der Transformationsprozesse in Familien mit Kindern im Jugendalter:

(Hofer & Pikowsky 2002)

- (1) Zufriedenheit mit Asymmetrie**
- (2) allmähliches Opponieren der Kinder**
- (3) Irritation der Eltern mit unterschiedlichen
Konsequenzen (mehr Druck vs. Lockerung)**
- (4) Forderung von mehr Eigenverantwortlichkeit
seitens der Kinder aufgrund sozialer Vergleiche**
- (5) Argumente und Debatten**
- (6) Veränderungen im kontrollierenden Verhalten
seitens der Eltern**
- (7) neues Beziehungsmuster in Richtung mehr
Symmetrie**

Dabei ist es wichtig, zu unterscheiden zwischen den **Entwicklungsaufgaben für Jugendliche einerseits und den **Entwicklungsaufgaben im mittleren Erwachsenenalter (Eltern)** andererseits**

Überlegung: Möglicherweise entsteht eine Konkurrenz zwischen diesen beiden für die jeweiligen beiden Generationen anstehenden Entwicklungsaufgaben?

Jugendliche **maximalisieren und Eltern **minimalisieren** den Abstand**

Was passiert während der Pubertät?

Umgang mit **körperlichen Veränderungen**

(Stimmbruch, erste Menstruation, Schambehaarung, Produktion von Sexualhormonen, starke Hautfettproduktion mit Pickelfolgen, unausgeglichene Körperproportionen, plötzliche Wachstumsschübe, erster Samenerguss)

Veränderungen im psychischen Erleben (verstärkte Schamgefühle, Selbstzweifel, Stimmungslabilität, aber auch Allmachts- und Größenfantasien, Selbstwertprobleme, Verletzbarkeit)

Veränderungen im sozialen Verhalten (Geheimnisse, Idole bzw. Starkult, Wandel der eigenen Umwelt: Kinderzimmer, Wutausbrüche, extreme Schüchternheit, überzogenes Experimentieren mit geschlechtsspezifischen Rollenmustern: Jungen zeigen machohaftes oder Risikoverhalten, Mädchen betreiben exzessives Schminken, Provokationen und Rückzüge)

Daraus resultierende **Entwicklungsaufgaben für Jugendliche:**

- Identitätsfindung bzw. Entwicklung eines adäquaten Selbstkonzepts
- Vorbereitung auf beruflichen Einstieg
- Aufbau von Beziehungen zu Gleichaltrigen

und **Entwicklungsaufgaben für die Eltern außerhalb ihrer Elternrolle:**

- Partnerschaftsstabilisierung oder Klärung der eigenen Beziehungsansprüche
- Entwicklung einer Identität in der Lebensmitte
- Gewährwerden der Begrenztheit der eigenen Lebensspanne

Für das Familiensystem als Ganzes gelten folgende Familienentwicklungsaufgaben:

**Bewahrung der familialen Verbundenheit
Gemeinsame Umgestaltung der
asymmetrischen Eltern-Kind-Beziehung in
Richtung einer stärker symmetrischen und auf
Gegenseitigkeit beruhenden Beziehung
Zugestehen eines höheren Ausmaßes an
Autonomie der Familienmitglieder (v.a. der
Jugendlichen)
„Zurückfahren“ der bislang üblichen
elterlichen Kontrolle**

Veränderung der Beziehungsschemata:
allmählich von Asymmetrie zu mehr Symmetrie
Theorie der Individuation, dabei wichtig: sowohl
Verbundenheit als auch **Autonomie**

Vier verschiedene Varianten von Autonomie:

- **Emotionale Autonomie**
- **Verhaltensautonomie**
- **Kognitive Autonomie**
- **Ökonomische/materielle Autonomie**

Autonomiegewinnung findet auch durch die zunehmende Orientierung an den Gleichaltrigen statt: die Autonomie gegenüber den Eltern steigt tendenziell an und sinkt gegenüber den Peers

Frage der **elterlichen Kontrolle**:

Eltern ändern zumeist die Art der Kontrolle
wichtig: elterliches „**Monitoring**“ in der
mittleren Adoleszenz (ca. 13-16 Jahre)

wichtig: **bereichsspezifische Kontrolle**
(„persönlicher Stil“, moralische Normen,
Konventionen)

unterschiedliche **Verlaufstypen der
Beziehungsentwicklung**:

gleich bleibend positiv - gleich bleibend
negativ - Verbesserung – Verschlechterung

**familiale Einflüsse auf die Persönlichkeits-
entwicklung der Jugendlichen**

(Untersuchung von Mansel, 2001)

Problematisches Elternverhalten:

Bindendes oder verstrickendes Verhalten

(zu enge Bindungen, z.B. durch Übernahme des Stils der Jugendlichen, Einengung der Jugendlichen, Einmischung in deren Leben)

Scheinbare Ablösung, aber delegierendes Verhalten, „Aufträge“, Weitergabe unbewusster eigener Wünsche

(unterschwellige Erwartung, über alles informiert zu werden, Auftrag, unerfüllte Sehnsüchte der Eltern, dass Kinder doch immer für sie da sind; Folge: chronisch schlechtes Gewissen)

„Ausstoßendes“ Verhalten

(zu früh zu viel bzw. nicht angemessene Eigenständigkeit geben; sich nicht kümmern bzw. informieren, was Jugendliche wirklich machen; Folge: wird von Jugendlichen oft als mangelndes Interesse erlebt)

Beziehungsfallen:

Kontroll-Teufelskreise:

Problem bei Eltern, Geheimnisse zu akzeptieren, Misstrauen, vermehrte Kontrolle, hat Abwehr der Kontrolle und Überschreitung der Grenzen bei den Jugendlichen zur Folge, Grund für vermehrte Kontrolle, Machtkämpfe usw.

Zu frühe Verselbständigung:

Jugendliche reklamieren zwar Selbständigkeit („bin alt genug“), die aber von Eltern überschätzt werden kann („mach, was du willst“); Erleben als Desinteresse („ist euch doch egal“)

Vermeidung von Auseinandersetzungen:

Aus unterschiedlichen Gründen (Resignation, Enttäuschung, Überforderung, Angst vor Konflikten; Jugendliche wollen Reibung und provozieren)

Provokationen persönlich nehmen:

Kinder erleben das Dilemma, sich massiv abgrenzen zu wollen („blöde Kuh“) und gleichzeitig das Bedürfnis nach Kontakt zu haben; Eltern müssen lernen, auszuhalten, dass sie nicht persönlich gemeint sind, sondern als Repräsentant der Erwachsenenwelt

Von der Schwierigkeit, entidealisiert zu werden

Eltern neigen manchmal dazu, den Jugendlichen ihre grundsätzliche Überlegenheit für immer und ewig demonstrieren zu wollen und machen sie lächerlich. Stellen sie bloß, um selber „auf dem Sockel“ zu bleiben; das erste Mal im Schach besiegt zu werden, könnte aber auch als Schritt in ein neues, gleichberechtigtes, erwachsenes Beziehungsverhältnis gedeutet werden

Zu guter Letzt:

(Arthur Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit)

„Zum Glücke der Kindheit trägt endlich noch folgendes bei: Wie im Anfange des Frühlings alles Laub die gleiche Farbe und fast die gleiche Gestalt hat; so sind auch wir, in früher Kindheit, alle einander ähnlich, harmonieren daher vortrefflich. Aber mit der Pubertät fängt die Divergenz an und wird, wie die der Radien eines Zirkels, immer größer“.

Es ist also eine Zeit, in der die unhinterfragten Selbstgewissheiten der Kindheit allmählich zurückgelassen werden und neue Handlungs- und Orientierungsmuster angesagt sind, die dazu führen, dass man sich all den anderen Menschen unterscheiden wird. Wenn nur die Erwachsenen in dieser Zeit der Unübersichtlichkeit nicht so komisch wären ...



**Vielen Dank
für's Zuhören**