

Umgang mit Jugendlichen heute

**Wie ticken Jugendliche heute?
Und wie sind sie von Erwachsenen gut zu erreichen?
Vortrag und Beispiele aus der Praxis**

Vortrag Elternbeirat
Ignaz-Taschner-Gymnasium Dachau am 06.02.2017

Bernd Neuhoff

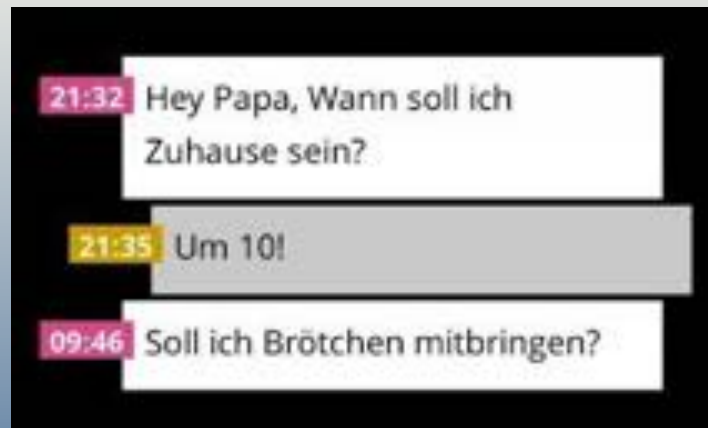
Dipl. – Sozialpädagoge (FH)
Systemischer Berater, Supervisor & Trainer

2

Überblick

- Wie ticken Jugendliche heute?
- Informationen zu geirnbilologische Prozesse während der Pubertät
- Hinweise zum Umgang mit Jugendlichen
- „Gewaltfreier Widerstand in der Erziehung“ – Ein Ansatz von Haim Omer
- Zeit für Diskussionen, Fragen







Zitat

„Die Jugend liebt heute den Luxus. Sie hat schlechte Manieren, verachtet die Autorität, hat keinen Respekt mehr vor älteren Leuten und diskutiert, wo sie arbeiten sollte. Die Jugend steht nicht mehr auf, wenn Ältere das Zimmer betreten. Sie widerspricht den Eltern und tyrannisiert die Lehrer.“

Sokrates (469 – 399 v. Chr.)

Herausforderungen für Jugendliche und Eltern heute

- Es gibt weniger soziale Bezüge
- Eltern haben weniger Zeit für ihre Kinder
- Pädagogische Irritation: Kein klarer, kulturell üblicher Stil, an dem sich Erwachsene orientieren können
- Neue Herausforderungen (z.B. Smartphones, Internet)
- Zeit: Alles geht schneller, weniger Zeit für Orientierungsprozesse und Selbstfindung,

Wie ticken Jugendliche heute?

(SINUS-Jugendstudie u18, 2016)

Jugendliche stehen **unter Druck**. Sie nehmen vielfach wahr, dass...

- der **Wert eines Menschen** in erster Linie an seiner **Leistungsfähigkeit** bzw. Bildungsbiografie bemessen wird;
- man **keine Zeit vertrödeln** darf und früh den „richtigen“ Weg einschlagen muss.
- ihnen die klassischen Sozialisationsagenturen (Eltern, Schule, Kirche) oft nicht mehr das passende **Rüstzeug zur Bewältigung der Alltagsherausforderungen** mit auf den Weg geben können.

Wie ticken Jugendliche heute? (SINUS-Jugendstudie u18, 2016)

- Mit Ausnahme der sozial stark Benachteiligten blicken Jugendliche **zuversichtlich** in die Zukunft.
- Es gibt keine übergreifende **Gegen- oder Protestkultur**
- Jugendliche orientieren sich am **Mainstream**.
- Nach Jahren des politischen Desinteresses ist wieder ein stärkeres **politisches und soziales Bewusstsein** vorhanden.

Pubertät

- Entwicklungsaufgaben Jugendlicher:
 - Identitätsfindung – Entwicklung eines Selbstkonzeptes
 - Aufbau von engen Beziehungen zu Gleichaltrigen
- Mit Beginn der Pubertät reduziert sich der elterliche Einfluss. Kinder wollen nicht mehr erzogen werden.
- Können / dürfen sie das nicht mitteilen, kommunizieren sie über Verhalten oder körperliche Symptome

Was passiert während der Pubertät im Gehirn?

13



Was passiert während der Pubertät im Gehirn?

14

- Neben körperliche Veränderung (Geschlechtsreife), ist vor allem das Frontalhirn betroffen (Willensbildung, Bewusstsein, Impulssteuerung)
- Umbauprozess: Synapsen werden neu verknüpft, Gehirnbereiche entwickeln sich
- Ganze Gehirnbereiche sind vorübergehend nicht voll funktionsfähig („Wegen Umbau geschlossen“)
- Der Hormonhaushalt verändert sich
- Bereiche, die vorher gut klappten können deutliche Rückschritte erleiden (Verantwortungsübernahme, Ordnung, Kommunikationsfähigkeit ...)

Was passiert während der Pubertät im Gehirn?

Jugendliche nutzen eher das limbische System, das für emotionale Verarbeitung von Problemen zuständig ist.

Auswirkungen:

- Starke Emotionalität
- Überreaktion und Missverständnisse
- Enorme Gefühlsvielfalt von absolut unsensibel hin zu wilden Ausrastern
- Jugendliche scheinen nicht über Konsequenzen nachzudenken

Was passiert während der Pubertät im Gehirn?

Der Dopaminausschuss verändert sich, dies hat Einfluss auf das interne Belohnungssystem

Auswirkung:

- Wunsch körpereigene Drogen zu erleben
- Wenn zuwenig konkrete Anregung, suchen sich Jugendliche Herausforderungen (Riskantes Verhalten, Aufregende Filme und Spiele ...)



Was passiert während der Pubertät im Gehirn?

Deshalb:

- Stimmungsschwankungen als Nebenwirkung des Erwachsenwerdens akzeptieren
- Verhalten nicht als persönlichen Angriff bewerten
- Zugestehen der Autonomiebestrebungen der Jugendlichen
- Jugendliche sind nicht mit langfristigen, abstrakten Argumenten zu überzeugen, sondern mit kurzfristigen, greifbaren und emotional attraktiven Argumenten
- Herausforderungen ermöglichen
- Teenager brauchen viel Lob und Verstärkung
- Zeit geben, Druck rausnehmen
- Dranbleiben, immer wieder neue Beziehungsangebote machen

Pubertät: Entwicklungsaufgaben Eltern

- Partnerschaftsstabilisierung bzw. Klärung der eigenen Beziehungsansprüche
- Entwicklung einer Identität jenseits der Elternrolle
- Weniger Kraft darauf verwenden verantwortungsvolle Eltern zu sein, sondern Kind dabei zu unterstützen, die Herausforderungen der Pubertät zu bewältigen.
- Wer das Leben / die Schule / die Ausbildung des Kindes zum eigenen / elterlichen Projekt macht, nimmt dem Kind jeden Grund, die Dinge selbst in die Hand zu nehmen

Übung

- Erinnern Sie sich an eine Situation in Ihrer Pubertät, in der es Ihnen nicht gut ging
- Und überlegen Sie sich
 - welche Unterstützung von Erwachsenen (Eltern, Lehrer, Bekannte ...) als günstig erlebt wurde,
 - bzw., was sie damals von Erwachsenen gebraucht hätten
- Halten Sie die Ergebnisse schriftlich fest
- Besprechen Sie sich mit dem Partner, Freunden, was davon für Ihr Kind sinnvoll sein könnte

Hinweise für Gespräche mit Jugendlichen

Bezugnehmend auf Dr. Jan-Uwe Rogge

Jugendliche kritisieren an Erwachsenen, dass

- Erwachsene nicht richtig zuhören
- Nachfragen der Erwachsenen häufig einem Verhör gleichen.
- Erwachsene sie bekehren wollen.
- Erwachsene oft indirekt kritisieren.
- Erwachsene, wenn sie sich sorgen, mehr an sich selbst denken.

Hinweise für Gespräche mit Jugendlichen

Bezugnehmend auf Dr. Jan-Uwe Rogge

Folgende 3 wichtige Grundsätze sind für Gespräche mit Pubertierende zu beachten:

1. **Überschätzen Sie nicht die Wirksamkeit Ihrer Worte, wichtiger ist ihre Präsenz und das „In-Beziehung-Treten“.**

Wenn Sie mit Jugendlichen reden, müssen Sie wirklich „in Kontakt“ mit ihnen treten. Achten Sie auf Ihre Mimik, Gestik und ob der Klang Ihrer Stimme widersprüchliche Botschaften vermitteln.

Vermitteln Sie glaubhaftes Interesse?

Hinweise für Gespräche mit Jugendlichen

Bezugnehmend auf Dr. Jan-Uwe Rogge

2. Reden Sie (auch) über Themen, die den Jugendlichen interessieren.

Jugendliche sind es gewohnt, dass Erwachsene mit Ihnen über „Erwachsenendinge“ reden wollen und nicht über die Dinge, die sie selbst interessieren.

- *Was machst du gerne?*
- *Wie genau funktioniert das Computerspiel?*
- *Was sind die Vorteile der Kommunikation über Facebook und WhatsApp?*

Hinweise für Gespräche mit Jugendlichen

Bezugnehmend auf Dr. Jan-Uwe Rogge

3. Labern Sie nicht!

Wortschwallduschen bringen weder Ihnen noch Ihrem Nachwuchs etwas.

Halten sie Schweigephasen aus.

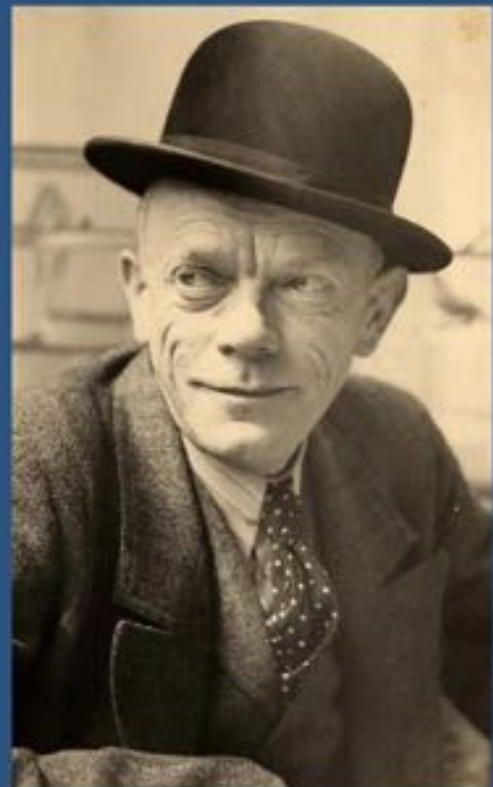
Die drei Leitsprüche für elterliche Liebe und Erziehung lauten:

- **Konsequenz ohne Wohlwollen ist Härte,**
- **Konsequenz ohne Vorleben ist Lüge, und**
- **Wohlwollen ohne Konsequenz ist Feigheit.**

(Albert Wunsch)

„Wir können Kinder nicht erziehen, die machen uns eh' alles nach.“

Karl Valentin





Stärke statt Macht - Ein Ansatz von Haim Omer

- Inspiriert von Mahatma Gandhi und Martin Luther King
- Gewalt löst keine Probleme, sondern verstärkt sie, bzw. aktiviert Gegengewalt, was zu einem Gewaltkreislauf führt.
- Der israelische Psychologe Haim Omer übertrug die Idee des gewaltfreien Widerstandes auf die Pädagogik.
- Formulierung einer „**Neue Autorität**“, die auf Präsenz, Netzwerk und Beharrlichkeit fokussiert
- Haltung + Ausstrahlung und keine Techniken, bzw. Tricks

Prinzipien

- Verzicht auf physische, psychische und verbale Gewalt
- Illusion der Kontrolle
- Beharrlichkeit („*Man muss nicht siegen, sondern beharrlich sein*“)
- Prinzip des Aufschubs („*Ich werde darauf zurück kommen ...*“)
- Bereitschaft Fehler zuzugeben / Wiedergutmachungen
- Verantwortung um Eskalation zu vermeiden
- Die Ehre des Kindes/ Jugendlichen ist aufrecht zu erhalten

Präsenz zeigen

- Dem Kind/Jugendlichen nicht aus dem Weg gehen, sondern „da sein“, auch wenn die Stimmung nicht gut ist
- Beziehungsangebote
- Nachfragen (akzeptieren, wenn nicht geantwortet wird)
- Für gemeinsame Zeit sorgen
- Konflikte eingehen, sich aber versöhnungsbereit zeigen
- Sich an Orten zeigen, an dem der Jugendliche sich aufhält

Netzwerke ausweiten

- Sich zusammenschließen („*Ich bin nicht alleine*“)
 - Eltern
 - Familie
 - Bekannte
 - Fachkräfte (Lehrer, Erzieher ...)
 - erweitertes Umfeld (z.B. Nachbarn)
- Sich absprechen, einen gemeinsamen Plan gestalten, andere mit einweihen
- Brief-/Mailaktionen oder Anrufe



Drei Körbe



Blauer Akzeptanzkorb

Ärgerliche und nervige Verhaltensweisen, jedoch für viele Kinder und Jugendliche auch „normal“.

Lohnende Entscheidung:
„Darüber regen wir uns nicht mehr auf!“ Gerade auch um eine Eskalation zu verhindern.



Gelber Kompromisskorb

Verhaltensweisen, die für Eltern langfristig nicht akzeptabel sind, die aber derzeit nicht im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen.

Eine Bereitschaft der Eltern zum Verhandeln besteht.



Roter Limitkorb

Verhaltensweisen, die die Eltern auf keinen Fall akzeptieren können.

Dafür lohnt es sich elterlichen Widerstand aufzubringen.

Die Bereitschaft der Eltern besteht für die Änderung dieser Verhaltensweisen Auseinandersetzungen in Kauf zu nehmen.

1. Korb (Akzeptanzkorb)

= Ärgerliche und nervige Verhaltenweisen, jedoch für viele Kinder und Jugendliche auch normal,

z.B. Zimmer nicht aufräumen, Nicht mit Eltern reden wollen, Unpünktlichkeit ...

Mögliche Vorgehensweisen der Eltern:

- „Ich-Botschaften“
- „Verblüffende Vorgehensweisen“
- Akzeptanz („Darüber regen wir uns nicht mehr auf“)



2. Korb (Kompromisskorb)

= Verhaltensweisen, die langfristig für die Eltern nicht akzeptabel sind,

z.B.: übermäßiger Medienkonsum, fehlende Schultage, schlechte Schulleistungen, wenig Bereitschaft, sich um die Schule zu kümmern, Alkoholkonsum, Kontaktverweigerung ...

Mögliche Vorgehensweisen der Eltern:

- Aushandlungsprozesse
- Benennung eigener Grenzen und der persönlichen Verantwortung
- Beharrlichkeit

3. Korb (Limitkorb)

= Verhaltensweisen, die das Kind/ den Jugendlichen gefährden,

z.B. Drogenkonsum und andere Suchtformen, Kriminalität, Schulabbruch, sexuell irritierendes Verhalten ...

Mögliche Vorgehensweisen der Eltern:

- nur zum Schutz des Kindes/Jugendlichen
- Vorgehensweisen des gewaltfreien Widerstandes
- Ruhig im Ton, klar in der Haltung
- Die Sorge um das Kind sollte in den Vordergrund gestellt werden.
(„Ich kämpfe um dich und nicht gegen dich“)
- Keine Drohungen über Konsequenzen, die dann nicht durchgeführt werden.

Ankündigung

- **Verbal oder schriftlich**
- **Zunächst Betonung der Beziehung:**
„Du bist mein Sohn und ich liebe dich ...“
- **Beschreibung des Problems als „Ich-Botschaft“**
„Ich mache mir Sorgen, aufgrund ...“
- **Wunsch für die Zukunft: „In Zukunft wünsche ich mir ...“**
- **Übertragung der Verantwortung auf den Jugendlichen:**
„Ich erwarte einen Vorschlag von dir, bezüglich ...“
- **Hinweise zum weiteren Vorgehen:** *„Sollte der Vorschlag mich nicht überzeugen, wird es folgende Konsequenzen haben ..., ...darüber hinaus werde ich mir Hilfe von Außen holen ...“*

Das „Sit-In“

- Ins Zimmer gehen („In die Höhle des Löwens“)
- Vor die Tür stellen/setzen
- Warten
- Ankündigung vorlesen + „Mache einen Lösungsvorschlag“
- Schweigen, warten
- Wenn guter Vorschlag: „Ja, das probieren wir aus“
- Wenn kein guter Vorschlag: „Wir haben noch keine gute Lösung gefunden, ich werde überlegen, wie ich weiter vorgehe.“

Vorgehensweisen des gewaltfreien Widerstands

- Abwägung des „Korbs“ (wann macht welches Verhalten Sinn“?)
- Elterliche Präsenz
- Zum Ausdruck bringen der eigenen Position
- Sich dennoch Verhandlungsbereit zeigen
- Sich Hilfe von Außen holen
- Nächste Schritte ankündigen

Literatur

- Heim Omer, Arist von Schlippe „Stärke statt Macht“
- Haim Omer, Arist von Schlippe „Autorität ohne Gewalt“
- Haim Omer, Arist von Schlippe „Autorität durch Beziehung“
- Artist von Schlippe / Michael Grabbe (Hg.) „Werkstattbuch Elterncoaching“

Bernd Neuhoff

Dipl. – Sozialpädagoge (FH), Systemischer Therapeut, Berater und Supervisor (SG), Lehrtrainer beim Istob-Zentrum in München. Freiberufliche Tätigkeit als Supervisor, Coach und Trainer.

Kontakt: www.bernd-neuhoff.de, www.istob-zentrum.de, berndneuhoff@yahoo.de