

# HINWEISE FÜR GESPRÄCHE MIT PUBERTIERENDEN

Bezugnehmend auf Dr. Jan-Uwe Rogge

## Jugendliche kritisieren an Ihren Eltern, bzw. Erwachsenen an sich, dass

- Erwachsene nicht richtig zuhören. Sie konzentrieren sich nicht auf das, was der Heranwachsende vorträgt, sondern haben vorgefasste Antworten im Kopf und wollen nur ihre eigene Meinung loswerden;
- Nachfragen der Erwachsenen häufig einem Verhör gleichen. Erwachsene bohren nach, wollen alles wissen und spüren nicht die Grenzen, die der Heranwachsende setzt. Je intensiver Erwachsene mit ihren Fragen in den Heranwachsenden eindringen, umso schneller macht er dicht und zieht sich zurück;
- Erwachsene sie bekehren wollen. Heranwachsende wollen die Diskussion, die Auseinandersetzung. Wenn sie aber das Gefühl haben, bekehrt zu werden, oder man von ihnen verlangt, sofort Einsicht zu zeigen, gehen Heranwachsende auf Konfrontationskurs;
- Erwachsene oft indirekt kritisieren. In vielen erwachsenen Kommentaren und Bewertungen erkennen Jugendliche verdeckte Vorwürfe. Sie fühlen sich weder an- noch ernstgenommen. Sätze wie „Fürchterlich! Bei diesen Freunden gehst du ein und aus!“ oder „Das hätte ich von dir nicht gedacht!“ lassen Offenheit und Vertrauen nicht entstehen.
- Erwachsene, wenn sie sich sorgen, mehr an sich selbst denken. Jugendliche haben das Gefühl, dass elterliche Sorgen mehr ihrem eigenen Ruf als dem Kind gelten („Was sagen wohl die anderen, dass ich dieses Kind habe?“). Jugendliche wollen Anteilnahme und Mitgefühl, aber keine überzogen übertriebene Fürsorge.

## 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. Das heißt, Sie sollten körperlich und geistig 100 Prozent präsent sein. Achten Sie auf Ihre Mimik, Gestik und ob der Klang Ihrer Stimme widersprüchliche Botschaften vermitteln.
- 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?*
- 3. Labern Sie nicht!** Wortschwallduschen bringen weder Ihnen noch Ihrem Nachwuchs etwas. Lernen Sie von Ihren Kindern – die nicht reden, sondern handeln. Halten sie Schweigephasen aus

Quelle: <http://www.elternwissen.com/pubertaet/eltern-kind-kommunikation/art/tipp/-a30e589d7e.html>