

FELICITAS RÖMER

# MAMA, chill, mal!

Pubertät  
und  
trotzdem  
gut drauf



PATMOS

oder desinteressiert beschrieben – oder alles zusammen. Nur sehr wenige Eltern sagen: »Meinem Kind geht es nicht gut. Es leidet unter der Pubertät.« Viele sagen aber: »Mein Kind ist schwierig. Es verhält sich provokativ, es nervt, es ist anstrengend, es bringt mein Leben durcheinander. Ich will das nicht!«

Teenager werden leider oft auch nicht ernst genommen: Haben sie Kummer oder Ärger? »Die Pubertät ist schuld.« – »Das gibt sich.« – »Der regt sich schon wieder ab.« – »Das darf man nicht zu wichtig nehmen.« Oder: »Selber schuld! Wer sich anständig benimmt, der wird auch anständig behandelt.« Das ist insofern bedauerlich, als sich hinter der widerspenstigen oder spröden Fassade meistens ein zartes und verletzliches

Wesen verbirgt, das dann ungesehen und allein bleibt.

Die wenigsten Jugendlichen sind wirklich »problematisch«. Die meisten pubertieren moderat und friedlich vor sich hin und haben mit dem Klischee des exzessiven Jugendlichen nichts gemein. Viele Teenager sind fröhliche und höchst kreative Gesellen. Sie sind liebenswert, sensibel, witzig, frech und ehrlich. Okay, manche sind laut und fordernd. Andere eher ruhig und verschlossen. Mal geht es ihnen »voll super«, mal sind sie mies drauf. Auf jeden Fall bringen sie Schwung in die Bude und katapultieren uns aus unserer emotionalen Komfortzone. Und das ist gut so. Sie bereichern damit nämlich unser Leben. Und wer in der Lage ist, selbstkritisch und humorvoll sein

eigenes Verhalten unter die Lupe zu nehmen, wird es im Umgang mit Teenagern viel leichter haben.

»Mama, chill mal!« Genau! Bleiben Sie entspannt. Jugendliche sind keine Monster, Kakteen oder Stinkstiefel. Sie »haben gerade Pubertät«, mehr nicht. Und Sie als Eltern sind bestens dazu geeignet, Ihren Kindern jetzt beizustehen.

# Fröhlich reifen Wie sich Ihr Kind in der Pubertät entwickelt

»Hilfe – mein Kind kommt in die Pubertät!« Denken Sie das auch manchmal? Vermutlich, denn Sie halten ja gerade dieses Buch in der Hand. Es ist eine gute Idee, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen, bevor die Wellen über einem zusammenschlagen.

Was Sie aber nicht zu haben brauchen, ist Angst. Weder vor der Mutation Ihres Kindes zu einer Art Monster. Noch davor,

zu versagen. Wenn Sie es bis jetzt geschafft haben, Ihrem Kind eine zuverlässige Mutter zu sein, dann kann auch jetzt eigentlich nichts mehr schiefgehen. Denn die Grundlage, die Sie geschaffen haben, wird Ihrem Kind helfen, gut durch die Pubertät zu kommen. Ihre Saat wird Früchte tragen. Darauf können Sie vertrauen.

Starten Sie also fröhlich und wohlgenut in die Pubertät Ihres Kindes. Machen Sie sich von Anfang an klar, dass es nicht darum geht, Fehler zu vermeiden oder Probleme zu verhindern. Sondern darum, sich auf die Pubertät des Kindes einzulassen. Dazu gehört u. a.:

- die Pubertät des Kindes als wichtigen (nicht nur lästigen!) Lebensprozess zu würdigen;