

## **Wir sind trotz allem gute Freunde geblieben...**

**Hier erfahren Sie mehr zum Thema:**  
[Mühlán, Das große Familien-Handbuch](#)  
[Teenager - unsere Herausforderung!](#)  
[Album 2400](#)

*(3 CDs oder als Download mit Seminarunterlagen)*

Ist das nicht der Wunsch aller Eltern, wenn sie ihre Kinder so heranwachsen sehen? Trotz aller Höhen und Tiefen, Konflikte und eigenwilligen, manchmal gefährlichen Wegen, die die Kinder einschlagen immer noch gute Freunde zu bleiben? Diese Freundschaft wird vor allem in den Teenagerjahren der Kinder auf die Probe gestellt! Warum? Ganz einfach: Aus Kindern werden junge Erwachsene mit eigenen Vorstellungen und Plänen. Das zu akzeptieren und dem Kind die entsprechende Freiheit zu gewähren, fällt Eltern sehr schwer - besonders wenn der Lebensstil des Heranwachsenden stark von den Träumen und Erwartungen der Eltern abweicht.

Worauf müssen Eltern achten, damit die Beziehung zu ihrem Teeny nicht in Entfremdung oder gar Ablehnung abgleitet? Garantien für eine gute Beziehung zu Kindern gibt es natürlich nicht, aber die folgenden Punkte sind sehr wichtig, damit es gar nicht erst zu einem Beziehungsbruch kommt:

### **Sprechen Sie Vertrauen aus, und gewähren Sie altersgemäße Freiheiten!**

Ein Teenager wünscht sich im Vergleich zu jüngeren Geschwistern größere Eigenständigkeit und Freiheit. Darauf einzugehen, fällt Eltern gerade beim ersten Kind besonders schwer.

Aber Teenager hassen es, wenn Eltern einfach ohne zu fragen über sie verfügen. Sie haben eigene Pläne und Verabredungen und möchten gefragt werden. Dazu gehören viele kleine Punkte: Familienaktivitäten rechtzeitig ankündigen, sie nach ihrer Meinung fragen und ihnen die Wahl lassen, daran teilzunehmen oder nicht - auch wenn es schwer fällt.

Im Gegensatz zu Jugendlichen, die sich eingeengt und zu stark kontrolliert fühlen, sagen Jugendliche, denen genügend Freiraum gewährt wird, von ihren Eltern eher, daß sie ihnen nahestehen, gern etwas mit ihnen unternehmen, ihren Rat suchen und ihr Vorbild akzeptieren.

Dem Kind zuzutrauen, dass es richtige Entscheidungen treffen und sich verantwortlich verhalten kann, mag für Eltern mit jungen Teenagern die härteste Herausforderung sein. Wie oft hören die Junioren: „Pass aber gut auf“ "Hast du wirklich an alles gedacht?“ "Na, wenn das mal gut geht!"

Berücksichtigen Sie bitte das Phänomen selbsterfüllender Voraussagen: Die Haltung, Jugendliche könnten sich nicht verantwortlich verhalten, bringt in der Tat unverantwortliche Jugendliche hervor. Andererseits erfüllt sich auch der Glaube, Teenager seien fähig dazu! Also gebrauchen Sie häufiger: „Das wirst du schon schaffen!“ „Das traue ich dir zu!“ oder „Ich weiß, dass du dich vernünftig verhalten wirst!“

### **Behalten sie bei Auseinandersetzungen einen klaren Kopf!**

Eltern sind in der Regel schlecht auf Gespräche mit heranwachsenden Kindern vorbereitet. Ungeschickte Äußerungen und Unbeherrschtheit können die Beziehung zu einem Teenager auf den Nullpunkt bringen. Lassen Sie es nie soweit kommen!

Bei einer Umfrage unter Teenagern beschwerten sich mehr als 70 Prozent darüber, dass ihre Eltern sie anschreien. Über zwei Drittel der Befragten sagten auf die Frage, was ihrer Meinung nach der größte Fehler ihrer Eltern sei: "Bevor sie zuhören und versuchen, mich zu verstehen, schreien sie los, und alles wird noch schlimmer."

Ich weiß, Teenys haben die bemerkenswerte Gabe, Erwachsene in den ungünstigsten Momenten zu provozieren und auf die Palme zu bringen. Aber um eine natürliche, warmherzige Beziehung aufrecht zu erhalten und mit Ihrem Kind im Gespräch zu bleiben, müssen Sie sich möglichst immer in der Gewalt haben und Ihre Wutausbrüche beherrschen. Immerhin sind sie die bzw. der Ältere und Reifere! Ich betone das so eindringlich, weil häufige Überreaktionen einer Beziehung in mehrfacher Hinsicht schaden:

- Sie entfremden Ihr Kind und machen es ihm schwer, zu Ihnen zu kommen, wenn es seine "Seelenbatterie" nachladen muss.
- Sie verlieren an Achtung - eine sehr natürliche Reaktion auf jemanden, der keine Selbstbeherrschung zeigt.
- Ihr Kind wendet sich womöglich lieber anderen zu, besonders dem Einfluß seiner Altersgenossen.

### **Leben Sie aufrichtig, und entschuldigen Sie sich aufrichtig!**

Kinder haben einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn. Sie merken schnell, wenn es jemand mit der Wahrheit nicht so genau nimmt. Auch, wenn dieser "Sinn" für andere oft stärker ausgeprägt ist, als für sich selbst, verlieren die "Entlarvten" an Achtung.

Bleiben Sie aufrichtig, besonders wenn Ihnen einmal ein Fehler passiert. Eltern geben eine lächerliche Figur ab, wenn sie offensichtliche Fehler aus Stolz einfach leugnen. Ich habe einmal ein eindringliches Zitat gelesen: "Fehler, von denen sich keine Familie erholt, sind diese: Arroganz, Unbeugsamkeit, Verschlossenheit, Starrsinn und die Unfähigkeit, Unrecht zuzugeben und um Verzeihung zu bitten. Eltern müssen nicht perfekt sein, aber ehrlich und bereit, sich zu ändern. Die drei schwierigsten Sätze für Eltern müssen dennoch

ausgesprochen werden. So kurz sie auch sein mögen, ist es zugegebenermaßen nicht einfach, sie auch tatsächlich auszusprechen. Sie lauten: "Es tut mir leid." "Ich war im Unrecht." "Bitte verzeihe mir!"

Wie sollen Jugendliche lernen, diese Worte auszusprechen, wenn sie sie niemals von ihren Eltern hören? Im schlimmsten Fall werden auch sie starrsinnig an ihrer eigenen Meinung festhalten und der nächsten Generation diesen negativen Wirkungskreis weiterreichen."

### **Unterscheiden Sie zwischen Haupt- und Nebenkampfplätzen!**

Mich fröstelt es, wenn ich beobachte, wie Eltern versuchen, ihre Teenager mit ironischen oder besorgten Bemerkungen zu gängeln und stets etwas zu nörgeln haben - ob es nun um Freunde, Kleidung, Frisur oder unaufgeräumte Zimmer geht. Solche Sprüche können einen Teenager aus dem Haus treiben!

Überlegen Sie sich genau, wofür es sich lohnt, sich mit Ihrem Teenager anzulegen. Mit anderen Worten: Unterscheiden Sie zwischen Haupt- und Nebenkampfplätzen! Wenn Sie bei Nebensächlichkeiten kämpfen, als ginge es ums Leben, haben Sie nicht mehr genügend Munition für die wirklich ernstesten Auseinandersetzungen.

Mischen Sie sich bei Modefragen, Taschengeld, Hobbys und Freizeitgestaltung so wenig wie möglich ein. Seien Sie großzügig, wenn es um Mitarbeit in der Kirchengemeinde geht, und schauen Sie beim Besuch christlicher Veranstaltungen nicht so genau auf die Uhr. Sie wissen ja, dass Ihr Kind in guten Händen ist. In diesen Bereichen sollte ein Teenager seine Freiheit so richtig auskosten und sich erwachsen fühlen können!

Folgenden Zusammenhang dürfen Eltern nie übersehen: Ein Teenager kann sich auf alle möglichen Einschränkungen einstellen, solange seine Würde geachtet wird, und er sich aufrichtig geliebt weiß. Teenager lehnen sich seltener gegen nachvollziehbare Einschränkungen auf, aber meistens gegen unverständliche Verbote und Entscheidungen, an denen sie nicht beteiligt werden und gegen willkürliche Autorität. Wenn Sie bereit sind, mit Ihren Kindern über die Regeln zu diskutieren, ihre Einwände anzuhören und auch einzubeziehen, werden sie wahrscheinlich nicht rebellieren. Auch wenn sie Ihre Entscheidungen nicht immer gut finden werden, spüren sie doch, daß Sie sich Gedanken machen und fair bleiben wollen.

### **Zeigen Sie Interesse am Leben Ihres Teenys!**

Wir leben in einer gehetzten Zeit. Eltern haben oft selbst so viele eigene Sorgen und Probleme, dass wenig Energie übrig bleibt, sich aufrichtig am Leben des Kindes zu freuen und an seinen Aktivitäten interessiert zu sein. Nicht nur die Kleinen brauchen es, auch die Teenys hungern nach Anerkennung und Lob! Nehmen Sie sich immer wieder Zeit, über seine Hobbys, Freunde und Pläne zu sprechen. Ein Kind mit einem guten Hobby kommt

besser durch die Teenyjahre als ein Jugendlicher, dem vor lauter Langeweile nur dumme Sachen einfallen.

Interessieren Sie sich auch für seine Freunde. Lassen Sie sie sich vorstellen, plaudern Sie mit ihnen, und gewinnen Sie ihre Zuneigung. So können Sie gute Freundschaften fördern und ungunstigen Beziehungen besser vorbeugen.

Begeistern Sie sich für seine Zukunftspläne. Achten Sie auf seine Wünsche und Argumente, auch wenn sie Ihnen unreif oder unsinnig erscheinen. Nur wenn sich Ihr Teenager ernst genommen weiß, wird er Sie aufrichtig um Rat fragen und auf Sie hören.

### **Führen Sie selbst ein interessantes Leben!**

Wie mag Ihr Kind Sie sehen? Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht? So wie Eltern gern stolz auf ihre Sprösslinge schauen und von deren Verhalten manchmal peinlich berührt sind, geht es auch den Junioren; sie wünschen sich Eltern, die sie stolz vorzeigen können und derer sie sich nicht schämen müssen!

Leider beginnen die bequemen Jahre der Lebensmitte für viele Erwachsene gerade dann, wenn die Kinder in die Teenagerjahre kommen. Doch Eltern, die immer häufiger ihre „Ruhe“ brauchen, zunehmend mehr Zeit vor dem Fernseher verbringen und denen auch sonst immer weniger einfällt, sind nicht gerade ein anregendes Gegenüber für einen quirligen Teenager. Erhalten Sie sich für diese Lebensphase noch genügend Energie und Pepp! Teenager mögen flotte Eltern! Für sie ist es sehr beruhigend, zu sehen, daß die Eltern auch recht gut allein klar kommen und man von Zeit zu Zeit mit ihnen echt etwas unternehmen kann.

### **Geben Sie den Teeny in Gottes Hand!**

Das ist manchmal leichter gesagt als getan - besonders, wenn man berechtigten Grund zu großer Sorge hat. Nur gut, wenn man dann beten kann und weiß, dass Gott das Kind liebt und einen Plan für sein Leben hat. Freigeben müssen Sie es ohnehin! Auch wenn Eltern den Hang haben, ihr Kind schützend vor allem Negativen bewahren zu wollen, durch manches müssen sie eben durch. Vieles lernt man erst, wenn man die Folgen seiner eigenen Fehlentscheidungen zu spüren bekommt. Nur gut, wenn Teenager in diesem schmerzhaften Prozess von den Gebeten ihrer Eltern begleitet werden.

Eltern, die ihren Jugendlichen so freigeben und „umbeten“, können dann eher akzeptieren, wenn ihr Kind ganz andere Ansichten und Pläne für sein Leben hat, seien es Berufswünsche, der Lebenspartner oder der Dienst für Gott. Zu viele Jugendliche verlassen ihr Elternhaus im Zorn, weil sie sich von ihren Eltern nicht akzeptiert und freigelassen wissen. Ich wünsche Ihnen, dass Sie einmal zu den Eltern gehören, die guten Gewissens sagen können: Trotz allem, wir sind gute Freunde geblieben...!

Dr. Eberhard Mühlau