

## ➔ KONTAKT

### Stadt Chemnitz Jugendamt

Erziehungs- und Familienberatung

Ritterstraße 7, 09111 Chemnitz

Telefon: 0371 488-5165

E-Mail: jugendamt.erziehungsberatung@  
stadt-chemnitz.de

**Eine telefonische oder schriftliche Anmeldung  
ist erwünscht.**

Anmeldezeiten sind:

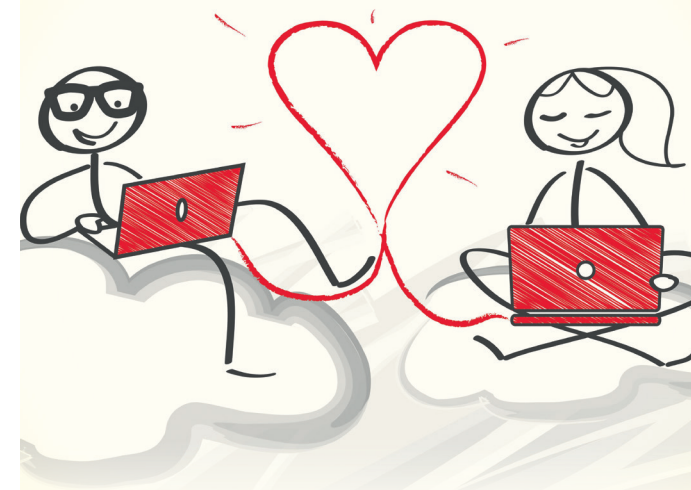
Mo, Mi, Fr 08:00 bis 12:00 Uhr

Di, Do 14:00 bis 18:00 Uhr

Termine sind auch außerhalb der Öffnungs-  
zeiten möglich.

Mit der Ratgeberreihe für Eltern möchte die Erziehungsberatung Schwierigkeiten und Probleme im täglichen Umgang mit Kindern und Jugendlichen ansprechen. Die Ratgeberreihe soll keine grundsätzlichen oder allgemeinverbindlichen Lösungen offerieren, sondern ist vielmehr als Einladung zu Gesprächs- und Beratungsangeboten der Einrichtung gedacht.

Herausgeber: Stadt Chemnitz · Die Oberbürgermeisterin  
Ansprechpartner: Jugendamt  
Satz: HB-Werbung und Verlag GmbH & Co. KG  
Illustration: Fotolia / © Trueffelpix  
Druck: Verwaltungsdruckerei 2020



## PUBERTÄT

➔ Erziehungsberatung

**Ratgeberreihe für Eltern**

## GRÜNE HAARE, LAUTE MUSIK, OFFENER WIDERSPRUCH ...

### **Die Pubertät stellt die meisten Eltern oftmals vor bisher nie erlebte Probleme.**

Mit der Pubertät beginnt die Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen. Sie ist eine intensive Veränderungsphase, die neben äußerlichen körperlichen Merkmalen vor allem die Wandlung des Erlebens und Fühlens betrifft.

Eltern bekommen dies in Form von häufigen Meinungs- und Stimmungsschwankungen zu spüren. Dieses Verhalten ist Ausdruck der Suche nach Identität, d. h. Jugendliche beschäftigen sich mit Fragen wie:

Wer bin ich?

Was möchte ich?

Was kann ich für gut heißen?

Zunehmend setzt sich ein Streben nach Eigenständigkeit durch. Es ist eine Zeit des Ablösens von der Rolle als Kind und damit auch von den Eltern. Gemeinsame Familienaktivitäten sind gegenüber dem Treffen mit Freunden plötzlich uninteressant. Auch Interessen oder persönliche Erlebnisse werden stärker für sich behalten.

In dieser neuen Situation, die Eltern oft verwirrt und hilflos macht, müssen die Eltern-Kind-Beziehungen neu gestaltet werden.

Das kann zu Krisen in der Familie führen, die sich hauptsächlich in Alltagsproblemen niederschlagen, wie das Ausgehen und Nachhausekommen, Ordnung, Aussehen, Wahl der Freunde usw.

Diese Auseinandersetzungen haben, außer dass sie unangenehm sind, eine wichtige Funktion. Sie dienen einerseits der Identitätsfindung des Jugendlichen und andererseits helfen sie, dem Jugendlichen angemessene Verhaltensweisen in Konfliktsituationen vermitteln zu können. Denn Eltern haben gerade in dieser Zeit eine Vorbildfunktion.

Eltern müssen aber auch lernen, ihre Kinder als gleichwertige Partner zu akzeptieren, die vollen Respekt verdienen.

Dazu gehört auch, die Meinungen und Interessen der Kinder zu tolerieren, selbst wenn sie nicht den eigenen entsprechen. Offenheit für alle Probleme ist gefragt, ohne dass Standpunkte verurteilt werden.

Ausdruck des Respekts ist weiterhin, dass Eltern von ihren Kindern zunehmend verlangen, die Konsequenzen für deren Handeln selbst zu übernehmen.

Dies ist gleichzeitig ein wichtiger Bestandteil der Erziehung zur Selbstverantwortung. Andererseits brauchen aber Kinder auch in der Pubertät klare Grenzen – und das ist wirklich anstrengend.

Eltern sollten also einen Rahmen finden, in dem klare Grenzen vorhanden, aber partnerchaftliche Absprachen möglich sind. Dann fühlen sich Jugendliche in der Regel sicher, aber nicht eingeeengt.

Gleichzeitig bildet die gemeinsame Entwicklung von Kindern und Eltern die Grundlage für ein respektvolles Verhältnis über die Zeit der Pubertät hinaus.