

# **STEP Das Elternbuch – Leben mit Teenagern**

## **Zum Geleit**

In allen westlichen Gesellschaften beginnt die Lebensphase „Jugend“ heute sehr früh. Die Kindheit ist beendet, wenn die „Geschlechtsreife“ einsetzt und sich das Mädchen zur jungen Frau und der Junge zum jungen Mann mausert. Der biologische und psychologische Umbruch, der mit der Pubertät einhergeht, scheint in seinen Strukturen und Formen genetisch ziemlich fest programmiert zu sein. Das gilt aber nicht für den Zeitpunkt. Er hat sich in den letzten beiden Jahrhunderten jeweils um zwei bis drei Jahre im Lebenslauf nach vorne verlagert. Wahrscheinlich sind hierfür die Ernährungsgewohnheiten und das gesamte Lebensumfeld moderner Gesellschaften verantwortlich. Jedenfalls hat eine Vorverlagerung und Beschleunigung der Pubertät von 1800 bis heute um wahrscheinlich fünf bis sechs Jahre stattgefunden.

Viele Eltern sind durch diesen sehr frühen Eintritt der Pubertät und damit der „Teenagerzeit“ überrascht. Es ist ja nicht nur die körperliche und psychische Veränderung des eigenen Kindes, die sie staunend und irritiert zur Kenntnis nehmen müssen. Es ist auch die Beziehung zum eigenen Kinde, die sich von heute auf morgen in ihrer Form verändert. Mit der Teenagerzeit verbunden ist die gleich nach der Geschlechtsreife einsetzende psychische und soziale Distanz, die Jugendliche gegenüber ihren Eltern aufbauen. Eine schmerzliche und mitunter bittere Erfahrung für Mütter und Väter, denn sie werden nun auf Abstand gehalten, kritisch beäugt und kommentiert und nicht selten auch in öffentlichen Situationen bloßgestellt.

Es gehört zur Teenagerzeit, sich von den Eltern abzunabeln und das auch nach außen zu demonstrieren. Das Jugendalter ist die Zeit im Leben, in der eine unverwechselbare eigene Persönlichkeit aufgebaut werden muss und in der hierfür eine breite Fülle von Entwicklungsaufgaben zu bewältigen ist. Eine dieser Entwicklungsaufgaben, die jeder junge Mann und jede junge Frau zu bewältigen hat, besteht darin, zu den eigenen Eltern ein neues, selbständiges und ausgereiftes Verhältnis zu gewinnen und sich als Person ihnen gegenüber zu verselbstständigen.

Mit diesen Ablösungs- und Verselbstständigungsbemühungen des eigenen Kindes können Eltern nur dann angemessen umgehen, wenn sie die Zeit nicht zurückdrehen möchten. Mit der Pubertät des eigenen Kindes beginnt nicht nur ein neuer Abschnitt im Leben des Jugendlichen, sondern auch im Leben des Erwachsenen, des Erziehenden. Diese Lektion müssen Eltern lernen, so schwer sie ihnen auch manchmal fällt. Mit dem Eintritt ihres Kindes in das Teenageralter stehen Mütter und Väter vor einer neuen Entwicklungsaufgabe für sie selbst und für ihr Kind – eine echte Herausforderung. Sie müssen sich an völlig veränderte Bedingungen anpassen und eine neue angemessene Haltung ihrem Kind gegenüber einnehmen.

Das vorliegende Elternbuch setzt sich mit allen Aspekten des Teenagerseins auseinander und macht Vorschläge, wie Mütter und Väter auf diese neue Lebensaufgabe ihrer Kinder am besten eingehen können. Wahrscheinlich ist es gegenüber der vorigen Generation von Eltern heute schwieriger geworden, mit dem jugendlichen Kind umzugehen. Umso wichtiger ist es, keine Scheu vor Hilfen und Unterstützungen zu zeigen und sich unbefangenen Rat zu holen. Die langjährigen Erfahrungen amerikanischer STEP Elterntainer und –trainerinnen

kommen hier gerade recht. Trudi Kühn und Roxana Petcov haben nun auch das dritte Elternbuch, das sich mit der Gruppe der Teenager beschäftigt, ins Deutsche übertragen und schließen damit eine Lücke in der Informations- und Ratgeberliteratur für Eltern.

Schon die beiden ersten Bände, die sich auf die 0- bis 6-jährigen und die 6- bis 12-jährigen Kinder beziehen, haben in Deutschland eine überwältigende Resonanz gefunden. Ich bin sicher, dass auch der neue Band wieder auf großen Bedarf treffen wird. Das STEP Konzept mit seinen inzwischen auch in Deutschland sehr stark verbreiteten Elternkursen findet besonders große Resonanz bei Eltern, weil es nicht auf ein billiges Einüben von Erziehungstechniken ausgerichtet ist, sondern an einer Entwicklung von gegenseitigen Beziehungen zwischen Eltern und ihren jugendlichen Kindern orientiert ist und das Ziel hat, das Leben miteinander anregend und bereichernd zu gestalten. Diese Grundhaltung und pädagogische Idee durchzieht auch das vorliegende Buch, das von vielen Eltern schon dringlich erwartet worden ist.

*Klaus Hurrelmann,  
Professor an der Universität Bielefeld*