

# Handout Vortrag: „Pubertät“ -

Teenager suchen nach sich selber und sortieren die Werte ihrer Eltern aus

Wenn sie „rebellieren“ dann gegen das konkrete Verhalten des Elternteils damals und jetzt.

Die neue Rolle: von „Ich weiß was gut für dich ist“

Zu **aktiver Sparringspartner**

**Genießen Sie das Ergebnis** d.h.

Der Mensch und die Person, die ihr ehemaliges Kind ist – und auf dem Weg ist – zu werden.  
**80% Focus auf innere Qualitäten** - 20% auf soziale Eigenschaften, (Kleider, Musik, Piercings, Schuhe etc.

**Alles kann gesagt werden solange es nicht:**

herablassend,-bevormundend,-kritisierend,-egozentrisch,-drohend,-flehend oder kategorisierend ist

**Teenager hassen:**

1. Wenn sie sich zu viel Sorgen machen, 2. definiert oder kategorisiert zu werden  
3. bevormundet zu werden 4. misstraut und kontrolliert zu werden 5. Mangel an Respekt für ihre Grenzen und ihr Privatleben 6. Wenn Eltern sich wegen ihnen streiten

**Teenager brauchen:**

1. Vertrauen, vertrauen, vertrauen 2. Empathie 3. Interesse 4. Bedingungslose Liebe  
5. Widerstand 6. Erkennen / Anerkennung

**Das Beste was Eltern für ihre Kinder tun können**

(Immer noch) sich gut um das eigene Leben und die eigenen Beziehungen kümmern

Interesse – Verständnis - Anerkennung/Empathie – Sparring

**Wichtige Themen innerhalb einer Familie:**

1. Schule und Erziehung 2. Partys, Ausgangssperre, Alkohol, Drogen 3. Geld, Konsum  
4. Verantwortung und Wahl innerhalb der Familie 5. Recht des Teenagers auf private Sphäre  
6. Freizeitaktivitäten 7. Kleidung, Make-up 8. Freunde – gute und schlechte  
9. Teilnahme an Familienfesten 10. Sexualität, Freunde und Freundinnen

„Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser“ **oder ist es anders herum?**

- Soziale Verantwortung - *Verantwortung gegenüber anderen*
- **Persönliche Verantwortung** - *Verantwortung für dich selber*

**Ein 14-Jähriger/e sollte können:**

- seine/ihre eigenen Kleider regeln, waschen und bügeln - Einkaufen und Essen vorbereiten  
- ins Bett gehen und aufstehen - seinen/ihren Körper pflegen - eigene Arbeit und Bildung regeln  
- **seinen** eigenen Transport regeln

**Geschenke und Dienstleistungen** sollten immer ohne Bedingungen angeboten werden und **mit** Einverständnis des Empfängers