

Gesundheit! – Jugendliche und Ausgang

Auf dem Weg ihrer Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen testen Jugendliche ihre Grenzen aus, wollen alles Mögliche ausprobieren und erleben, lernen dabei aber auch die Verantwortung für sich und ihr Handeln zu übernehmen. Gerade wenn es um das Thema Ausgang geht, stossen Teens und ihre Eltern oftmals aneinander. Ein konstruktiver Dialog kann dabei helfen, gegenseitiges Vertrauen aufzubauen, damit der Jugendliche im Rahmen der elterlichen Vorstellungen neue Freiheiten gewinnt.

Antoine Gessler (dt. Text Karin Gruber)

Wenn es um die Themen Ausgang allgemein und vor allem um Ausgangszeiten geht, bekommen Eltern immer wieder Sprüche wie «Alle anderen Eltern sind grosszügiger...», «Ihr vertraut mir nicht...» oder «Ich bin doch kein kleines Kind mehr...» zu hören. Eltern von Teens können davon bestimmt ein Liedchen singen – vor allem jetzt zur Fasnachtszeit. Dabei stellt sich für sie die grosse Frage: Sollen wir unserem Kind erlauben, in den Ausgang zu gehen? Und wenn ja – wie lange? Die Argumente der Jugendlichen, ihre Freunde dürften dorthin und bis dann und dann ausgehen, machen diese Entscheidung auch nicht leichter. Wie soll man sich als Eltern also verhalten? Welche Position einnehmen? Und wo liegt die Grenze zwischen erlauben und verbieten? ...das Zauberwort heisst «verdientes Vertrauen».

Als Eltern ist es oftmals schwierig, den Freiheitsdrang seines Kindes zu akzeptieren. Gerade in Sachen Ausgang will man dem Kind einerseits Spass erlauben und Freiheiten gewähren, andererseits ist man aber von zahlreichen Sorgen und Ängsten geplagt – wo ist das Kind unterwegs? Mit wem gibt es sich ab? ...und auch die Themen Alkohol, Rauchen, Drogen usw. bereiten den Eltern Grund zur Sorge.

«Als Eltern ist es oftmals schwierig, den Freiheitsdrang seines Kindes zu akzeptieren.»

«Es ist wichtig, mit dem Jugendlichen zu sprechen, auf ihn einzugehen, sich auch seine Argumente anzuhören. Er ist nicht mehr ein Kind, sondern mitten auf dem Weg, erwachsen zu werden. Im Jugendalter ist es wichtig, dass Eltern ihrem Kind neue Freiheiten einräumen und Verantwortung geben. Denn um erwachsen zu werden, muss das Kind seine Selbstständigkeit Schritt für Schritt erwerben», erklärt Corinne Cipolla, Präventionsverantwortliche bei der Stiftung Sucht Wallis.

«Jugendliche brauchen Grenzen, an denen sie sich aufbauen können. Die Eltern müssen sich einig sein und einen klaren Standpunkt vertreten: Was erlauben sie und was nicht. In welchen Bereichen und wie weit lassen sie mit sich verhandeln und wo nicht.» Vonseiten der Eltern ist es wichtig, sich auch kompromissbereit zu zeigen – dabei geht es um die ständige Frage, das richtige Mass zwischen Autorität und Toleranz sowie zwischen Freiheit und Kontrolle zu finden.

Anlässe zu Diskussionen mit Jugendlichen gibt es genügend: Wo darf das Kind in den Ausgang gehen, wann soll es zu Hause sein, wie viel Geld wird ihm gegeben, wie kommt es nach Hause usw. Damit der Jugendliche lernt, Verantwortung zu übernehmen, sollten diese Punkte mit ihm gemeinsam besprochen werden.

Ausgang heisst für die Jugendlichen, eine gute Zeit zu haben, sich mit Freunden zu treffen, sich zu amüsieren. Doch mit dem Gruppendruck, der Lust zu feiern und sich gehen zu lassen, kann ein lustiger Abend bald einmal ins Gegenteil kippen. Ein Glas zu viel und die Situation kann völlig aus dem Ruder laufen. Dabei merken die eigentlich Betroffenen meist gar nicht, was überhaupt gerade passiert. Sollte man als Eltern daher klare Verbote aufstellen?

«Die Eltern haben eine Informationspflicht. Es ist wichtig, dass sie ihr Kind über die Gefahren und Risiken im Zusammenhang mit dem Konsum von Alkohol oder anderen Substanzen aufklären und es dafür sensibilisieren. Gemeinsam sollte vereinbart werden, wie weit das Kind gehen darf, was klar verboten ist, und was für Konsequenzen es zu erwarten hat, wenn es sich nicht an diese Abmachungen hält. Damit kann erreicht werden, dass das Kind Verantwortung übernimmt – für sich und sein Handeln. Schlussendlich liegt es am Kind selbst zu bestimmen, ob es die vereinbarten Grenzen überschreiten will oder nicht. Mit allen Konsequenzen... Auf jeden Fall aber müssen Übertretungen und deren Folgen gemeinsam besprochen werden. Und die Eltern



Die Regeln, die man als Eltern in Sachen Ausgang aufstellt, müssen klar sein und dem Alter des Kindes entsprechen.

FOTO IStock

müssen konsequent sein – hält sich das Kind nicht an die gemeinsam getroffene Abmachung, werden auch die vereinbarten Konsequenzen folgen.»

Die Regeln, die man als Eltern aufstellt, müssen klar sein und dem Alter des Kindes entsprechen. Das Kind braucht Anhaltspunkte, nach denen es sich richten kann, denen es sich aber manchmal auch widersetzen kann. Für die Eltern ist es schwierig, den Mittelweg zwischen loslassen und festhalten zu finden und aus Angst vor einem Streit mit dem Jugendlichen lassen sie vielleicht gerne mal etwas durchgehen. Jugendliche brauchen jedoch Eltern, die eine klare Linie beibehalten und ihnen damit einen sicheren Rahmen bieten – auch wenn das manchmal auf einen Konflikt hinausläuft.

«Gerade wenn es um den Konsum von Tabak, Alkohol oder illegalen Drogen geht, sollten Eltern die Erfahrungen ihrer Kinder nicht banalisieren.»

Zumindest ein Teil der immer wiederkehrenden Frage um Ausgang und Grenzen wird vom Gesetzgeber klar geregelt: «Nach den Vorgaben der schweizerischen Lebensmittelverordnung darf an Jugendliche unter 16 Jahren generell kein Alkohol ausgeschenkt oder verkauft werden. Tatsache ist aber, dass die Jugendlichen

sehr häufig vor diesem Alter Zugang zu Alkohol haben, sei es, dass sie ihn sich selbst kaufen oder aber von anderen kaufen lassen. Des Weiteren schreibt das Gesetz vor, dass Jugendliche unter 16 Jahren an öffentlichen Orten nach 22 Uhr von einem Erwachsenen begleitet werden müssen – was häufig nicht der Fall ist.»

Auch wenn von Gesetzes wegen Grenzen festgesetzt sind, heisst das noch lange nicht, dass sie auch immer respektiert werden. Daher ist es so wichtig, dass die Eltern mit ihrem Jugendlichen über diese Punkte sprechen.

«Die Eltern haben eine Vorbildfunktion. Das heisst nicht, dass sie perfekt sein müssen, sondern vielmehr, dass sie für ihr Kind will und welche Grenzen sie ihm vorgeben wird, damit sich das Kind in diesem Rahmen entwickeln kann. Gerade wenn es um den Konsum von Tabak, Alkohol oder illegalen Drogen geht, ist es wichtig, dass Eltern die Erfahrungen ihrer Kinder nicht banalisieren. Jeder Regelbruch sollte Konsequenzen haben und im Gespräch mit dem Teen thematisiert werden. Es ist wichtig, dass das Kind versteht, weshalb seine Eltern nicht möchten, dass es diese Substanzen konsumiert. Verbote müssen begründet sein, damit das Kind sie verstehen und respektieren kann. Und durch vereinbarte Konsequenzen lernt das Kind, Verantwortung zu übernehmen.

«Der Jugendliche muss auch zu Wort kommen können, muss sich in den Dialog einbringen können. Er muss seine Empfindungen und Gefühle ausdrücken können und merken, dass sich seine Eltern für ihn und seine Situation interessieren. Als Eltern darf man aber keine

Furcht davor haben, die Erwartungen und Forderungen des Jugendlichen zu begrenzen und ihn notfalls auch zu erzürnen. Der Jugendliche muss lernen, auch mit Frustration umgehen zu können. Dadurch wird er erkennen, dass das Leben nicht ein einziges Ja-Sagen ist und dass vieles gemeinsam besprochen, verhandelt und vereinbart werden kann.»

Durch den Dialog lernt aber auch der Erwachsene die Sichtweise und die Vorstellungen des Jugendlichen kennen. Indem er sich kompromissbereit zeigt, kann er den Rahmen seiner Erziehungsvorstellungen an den Jugendlichen und seine Situation anpassen. Alles immer auf gegenseitigem Vertrauen aufbauend. Denn wenn sich der Jugendliche an die vereinbarten Regeln gehalten hat, ist es an der Zeit, die Grenzen auszuweiten.

Durch einen konstruktiven Dialog, in dem die Ansichten des anderen respektiert werden, wird gegenseitiges Vertrauen aufgebaut – Vertrauen, auf dem das Thema «Jugendliche und Ausgang» letzten Endes beruhen wird.

PARTNER

ADDITION | VALAIS
SUCHT | WALLIS

CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS
Département für Finanzen,
Institutionen und Gesundheit
Dienststelle für Gesundheitswesen

Gesundheitsförderung
Wallis