

## 2. STÜRMISCHE ZEITEN PUBERTÄT UND ADOLESCENZ

von Monika Kiel-Hinrichsen

Maria steht als vierjähriges Mädchen am Kai, vor ihr das große Schiff, das ihr Vater gerade über die schaukelnde Brücke betreten hat. Wieder einmal geht er auf «große Fahrt». Langsam legt das Schiff ab, ihre kleine Hand winkt emsig und ihre Augen suchen den Vater oben an Deck. Zum letzten Mal tutet die Schiffsirene laut zu ihnen herüber. Ihre Mutter winkt mit dem Taschentuch und wischt sich die Tränen von den Wangen. Langsam machen sie sich auf den Weg nach Hause, wo es jetzt über viele Wochen eigentümlich still wird.

Dieses Kindheitserlebnis scheint der Anfang eines roten Fadens in Marias Biografie zu sein, denn auf ganz unterschiedliche Weise wurde das «Abschiednehmen» für Jahrzehnte ein biografisches Thema, das bearbeitet, verwandelt und auf eine neue Stufe gehoben werden wollte und ein Teil ihres «Lebensmanuskripts» ist.

Dreizehn Jahre danach. Der Koffer ist gepackt! Die knapp Siebzehnjährige hat gerade den Entschluss gefasst, das Gymnasium abzubrechen, nachdem die Mutter ihr zum wiederholten Male signalisiert hat, dass sie ein Störenfried in ihrer neuen Ehe sei. Die ewigen Auseinandersetzungen um Weggehzeiten, Hausaufgaben, häusliche Pflichten und Geld hatten ihren Höhepunkt erreicht. Maria fühlte sich schon seit Beginn ihrer Pubertät mit 13 Jahren nicht mehr verstanden, provozierte den Stiefvater mit auffälliger Kleidung und Schminke und boykottierte seine Erziehungsmaßnahmen mit patzigen Antworten und Zuspätkommen. Jetzt folgt sie dem Ruf ihrer besten Freundin, die gerade eine Ausbildung in Hamburg begonnen hat, bei ihr kann sie vorerst unterschlüpfen. Das Abschiednehmen hat Maria bereits früh gelernt, entscheidend verstärkt durch den Tod des Vaters, der von einer seiner großen Seefahrten nicht mehr heimkehrte. Damals war sie sieben Jahre alt. – Nun soll sie ihre eigene «große Fahrt» antreten. Sie streift die alten Familienbande wie eine Fessel ab und taucht in das Hamburger Großstadtleben ein. Als sie

eine Bleibe in einer Wohngemeinschaft gefunden hat, sucht sie sich einen Job, um sich selber durchzubringen, denn von zu Hause hat sie nichts zu erwarten. Maria, bisher von der Mutter und dem Stiefvater streng gehalten und wenig vertrauensvolle Unterstützung gewohnt, stürzt sich in das Hamburger Nachtleben und gerät dabei schnell in zwielichtige Kreise. Dabei streift sie Kontakte zu Drogenabhängigen, probiert selber Drogen aus und genießt starken Alkoholkonsum. Ihr einziger emotionaler Halt ist die Großmutter, mit der sie regelmäßig telefoniert. Maria hat trotz ihres Lebenswandels die Stärke, ihrem Job nachzugehen. Sie bewirbt sich um einen Ausbildungsplatz als Krankenschwester und kann dadurch ein Praktikum beginnen. Sie wohnt in einem Schwesternwohnheim und arbeitet auf einer Kinderstation. Die weinenden Kinder machen ihr allerdings sehr zu schaffen, sie fühlt sich überfordert und zunehmend einsamer.

Alles scheint äußerlich geordneter, als sie mit 18 1/2 Jahren, ausgelöst durch den Tod eines Freundes, in eine Depression gerät. Ihre Sehnsucht nach einer dauerhaften Beziehung kompensiert sie immer noch mit Alkohol und langen Discobesuchen, bis sie eines Nachts ein Grenzerlebnis hat: Sie plant den Abschied von ihrem eigenen Leben. Maria nimmt Schlaftabletten, die sie Gott sei Dank nur lange schlafen lassen, gleichzeitig seelisch jedoch mehr aufwecken! Jetzt sucht sie sich ärztliche Hilfe, die sie in eine psychiatrische Klinik führt. Die rechten Begegnungen am rechten Ort: Maria begegnet dort einem Psychiater, der es schafft, ihr Vertrauen zu gewinnen und mit dem sie zum ersten Mal in ihrem Leben über den Verlust des Vaters und über das Gefühl spricht, sich nicht wirklich beheimaten zu können, Beziehungen immer wieder abbrechen zu müssen.

Sie macht gleichzeitig einen Alkoholentzug, beendet ihre Ausbildung als Krankenschwester und bewirbt sich um ein soziales Jahr

**Monika Kiel-Hinrichsen**, geboren 1956, ist Mutter von fünf Kindern. Nach der Ausbildung zur Erzieherin studierte sie Sozial- und Waldorfpädagogik und sammelte Erfahrungen in der Heilpädagogik. Neben ihrer Seminar- und Vortragstätigkeit leitet sie die Bildungsstätte «Forum Zeitnah» ([www.forum-zeitnah.de](http://www.forum-zeitnah.de)) und die neu begründete ipsum-Elternberaterausbildung Frühe Kindheit in Kiel ([www.ipsum-institut.de](http://www.ipsum-institut.de)). Mehr über Monika Kiel-Hinrichsen und ihre Bücher sind zu finden unter: [www.urachhaus.de/urheber/monika-kiel-hinrichsen](http://www.urachhaus.de/urheber/monika-kiel-hinrichsen)



Fotos: © Gina Neal

in einem Camp in Afrika. Mit 21 Jahren steht Maria am Hamburger Flughafen, auf dem Weg nach Südafrika. Wieder einmal stehen die Koffer bereit ...!

Der Rucksack für unsere Lebensthemen wird früh gepackt, und oft tragen wir ihn schwer auf unserem Rücken, ohne auch nur einmal hineinzuschauen. **Erst die Krisen im Leben bringen Bewegung auf die Lebensbühne. Gerade in der Pubertät und in der Adoleszenz melden sie sich häufig besonders machtvoll und unerbittlich wie im Falle Marias: Abschied, Verlust und Neubeginn.** Jeder Jugendliche durchlebt seine Pubertät zwar auf ganz individuelle Weise, dennoch lassen sich in der Entwicklung seiner Seelenkräfte drei Schritte verfolgen: die Pubertät des Denkens, des Fühlens und des Handelns. Die *Gedanken*pubertät ist häufig die erste deutlich zu Tage tretende Form. Dem Jugendlichen öffnet sich eine neue Welt der Widersprüche und Abgründe, gepaart mit den tiefen Fragen nach dem Sinn des Lebens. Er will sich nicht mehr auf das verlassen, was ihm seine Eltern überliefern, er beginnt zu provozieren und sich zu distanzieren, wodurch er sich selber mehr wahrnimmt. Die *Gefühl*spubertät lässt das Gefühlsbarometer heftig nach oben und nach unten schnellen, sodass es zu abrupten Stimmungswechseln kommt, die wie bei Maria zu starken Um- bzw. Abbrüchen führen können, wenn nicht eine Begleitung durch die Eltern im Hintergrund gegeben ist. Charakteristisch für die *Willens*pubertät ist das Bedürfnis des Jugendlichen, neue Erfahrungen ganz direkt und unmittelbar erleben zu wollen, ohne lange das Für und Wider zu bedenken. Geschieht dies in Krisenmomenten, kann es zu unüberlegten Handlungen kommen, deren Folgen Jugendliche nicht absehen können und die vielleicht sogar manchmal eine tiefe biografische Berechtigung haben. Denn gerade in der Pubertät und im Übergang in die Adoleszenz finden wesentliche Begegnungen außerhalb des Familienstroms statt, die prägend für die Zukunft sein können. So war Marias Freundin der Anlass, vielleicht auch der Anker, weshalb sie nach Hamburg ging. Manchmal schien sie nahe am Abgrund zu sein, gewillt, den letzten Akt selbst zu vollziehen. Dies in einem Alter, das als der «erste Mondknoten» bezeichnet wird (18 2/3 Jahre) – ein Zeitpunkt, wo sich die Intentionen, die der Jugendliche für sein Leben hat, oft auf besondere Weise durch Ideale, Begegnungen mit Menschen und anderen Orten zeigen.

Die Frage, ob wir Jugendlichen den Weg, der manchmal nahe am Abgrund entlang verlaufen kann, ersparen müssen oder können, lässt sich nur individuell beantworten. Jedenfalls brauchen sie unser Vertrauen, unter Umständen auch unsere Rückbesinnung auf die eigenen Irrwege und inspirierenden Begegnungen, um den Pubertätsakt kraftvoll zu bewältigen! ■



Monika Kiel-Hinrichsen | Helmut Hinrichsen  
**Pubertätssprechstunde**  
 Jugendliche verstehen – Praxiserprobte Hilfen –  
 Pubertät als Chance  
 480 S eiten zzgl. 8-seitiger Farbteil, gebunden  
 € 25,- (D) | ISBN 978-3-8251-7653-2

## Das umfassende Nachschlagewerk zum Thema Pubertät

In diesem Ratgeber finden Eltern und Erziehende Antworten auf nahezu alle Fragen zu dieser spannungsreichen, im wahrsten Sinne energiegeladenen Entwicklungsphase. Dabei zeigen die Autoren, wie die eher schwierigen Seiten der Pubertät als Chance für Eltern und Jugendliche erkannt und genutzt werden können.

Die Schilderung typischer Konflikte sowohl aus der Sicht der Erwachsenen als auch der Jugendlichen ermöglicht es, die jeweils andere Perspektive einzunehmen und trägt so zu einem besseren gegenseitigen Verständnis bei.

### Einige Themen:

Mutproben | Körperkult | Missbrauch  
 Gewalt | Mobbing | Ess-Störungen |  
 Borderline-Störungen | selbstverletzen-  
 des Verhalten | Selbstmord | Sekten |  
 Subkultur | Klauen | Lügen | Extremis-  
 mus | Radikalismus | gewaltfreie  
 Kommunikation | Streitschlichtung |  
 Konfliktbewältigung | Suchtprophylaxe |  
 Suchtprobleme | hilfreiche Adressen