



Ulla Atzert

Homo pubertensis - Anleitung zum störungsfreien Umgang mit Heranwachsenden

A wie Autorität

Schon wieder dabei erwischt worden, wie sehr Sie die moderne Welt in Ihrem biblischen Alter jenseits der 30 überfordert?

Kaschieren Sie Ihre Unsicherheit bei der Programmierung Ihres neuen Handys indem Sie vorgeben, es sei Ihnen ganz einfach zu blöd, sich mit derart schnelllebigen Technologien auseinanderzusetzen. Und dass es unter Ihrer Würde sei, den Code auf einer Prepaidkarte frei zu rubbeln. Stehen Sie zu Ihrer fossilen Welt, in der man noch weiß, wie man Briefe schreibt, ein Münztelefon bedient oder sogar Schnürsenkel bindet. Und weil Heranwachsende denken, Erwachsene haben bereits zur Zeit der Dinosaurier gelebt, eventuell etwas später, haben Menschen wie Sie ohnehin keine Autorität.

B wie Bildung

Bleiben Sie ruhig, egal wie tief die Bildungslücken Ihrer Kinder sind.

Usambara liegt in Zentralafrika, Uganda ist ein Veilchen, Schiller gibt's als Locke und Leibnitz ist ein Keks? Man kann nicht alles wissen, Hauptsache, man hat eine Idee – und Internet. Solange Jugendliche wissen, wo sie die anstehende Klassenarbeit erhalten, klappt's doch mit den Noten. Sollten Sie Zweifel an der Rechtmäßigkeit dieses Verfahrens haben, denken Sie daran: Bildungslücken stören Heranwachsende nicht, nur SIE machen sich verrückt.

C wie Chancen

Sie haben weit vor der Geburt Ihres Kindes nach dem richtigen Namen gesucht und wollten einen finden, der ebenso einmalig wie ihr Nachwuchs ist?

Einen Namen, der nicht verhunzt und abgekürzt werden kann und vor allen Dingen: im späteren Leben keine Chancen verbaut?

Warum haben Sie es nicht Apple Lourdes oder Ashley Savannah getauft? Da hätten Sie wenigstens den Grundstein für spätere Prominenz gelegt! Oder wenigstens Nemo. Dann hätte Ihr Nachwuchs immerhin den Freischwimmer geschafft.

C wie Chat

Sie können blind Ihr Handy programmieren, mit dem Daumen in der Hosentasche stundenlang per SMS chatten und schaffen 100 Zeichen pro Minute ohne Hinsehen?

Dann sind Sie irgendwas zwischen dreizehn und siebzehn, sollten also jetzt gar nicht weiter lesen und man dürfte noch „DU“ zu Ihnen sagen. Oder Sie arbeiten an einem Projekt zur Erforschung juveniler Kommunikation. Dann wissen Sie natürlich auch, dass IWBDGB – Ich warte, bis du groß bist – bedeutet, KV Kannste Vergessen und SFG Sehr Freches Grinsen heißt. Für alle anderen, die DM (dauerhaft mitreden) wollen oder endlich die Botschaften der nachrückenden Generation verstehen möchten, hier das WIK – Wichtigste in Kürze:

10min2late	Ich verspäte mich um 10 Minuten
2G4U	Too good for you
2late4us	Zu spät für uns beide
4ever	Für immer
AKA	Alkohol konserviert alles
AMT	Ahnungslose Menschen tyrannisieren
B4	Before

BAB	Bussi aufs Bauch
BEBI	Beeilung bitte!
BGS	Brauche Geld, sofort!
BIALZHA	Bin allein zu Haus
BIBA	Bis bald
BIBALUR	Bin bald im Urlaub
BIDUNOWA	Bist du noch wach?
BIGBEDI	Bin gleich bei dir
BIGLEZUHAU	Bin gleich zuhause
COLA	Come later
DAD	Denke an dich
DSML	Das sollte morgen laufen
DUBIDODO	Du bist doch doof
DUBMEILE	Du bist mein Leben
DUSUKA	Du Suppenkasper
EDV	Ende der Vernunft
GZSZ	Gehen zum Streichelzoo
HASE	Habe Sehnsucht
HAYER	Habe verschlafen
HDL	Hab Dich lieb
HDOS	Halt die Ohren steif
IMIT	I'm in time
IMMIADWA	Immer muss ich auf dich warten
ISDN	Ich schaffe das nicht / Ich sehe deine Nummer
ISLANO	Ich schlafe noch
JON	Jetzt oder nie
KNAST	Konnte nicht anrufen -Stress
KO20MISPÄ	Komme 20 Minuten später
KSSM	Kein Schwein schreibt mir
LaK	Lust auf Kino?
LEIA	Liebling, es ist aus
LG	Liebe Grüße
LIDUMINO	Liebst du mich noch?
N8	Gute Nacht!
Q4	Komme um vier
ROROSOESRE	Rote Rosen soll es regnen
RUMIN	Ruf mich an
SIMS	Schatz, ich mache Schluss
SOFA	Sonntagsfahrer
SOS	Save our Sex
SSKM	Selbst Schuld, kein Mitleid
WASA	Warte auf schnelle Antwort
WAUDI	Warte auf dich
ZUMOIZUD	Zu mir oder zu dir?

D wie DNS

Sie zweifeln, dass DAS wirklich Ihr Sohn ist? Der bis zur Unkenntlichkeit verhüllt großlos an Ihnen vorbei schlappt? Dass das Ihre Tochter ist, die sich mit Dauer-Heulkrampf durchsetzen will?

Probieren Sie es mit einer DNS Analyse. Auch wenn es eigentlich egal ist, was dabei heraus kommt. Sie wissen doch, grober Undank, Unhöflichkeit und unverschämte Forderungen sind nicht erblich – insofern sind die Kinder falsch sozialisiert. Und das haben Gen-unabhängig ganz allein Sie verbockt.

E wie Extrawurst

Braten Sie sie. Immer und überall.

Ihr Sohn will nicht neben der kleinen Schwester sitzen, weil diese „voll bescheuert“ ist, Ihre Tochter nicht neben Ihrem neuen Lebensgefährten und das Baby will unbedingt auf Ihren Schoß? Scheuen Sie keine Mühen und setzen Sie sich so lange um, bis alle um den Tisch versammelt sind, auch wenn Sie in einem feinen Restaurant sind. Tun Sie einfach so, als sei das die Reise nach Jerusalem, die Sie einfach mal in einem gehobenen Ambiente spielen möchten. Dass der Ober seit einer Stunde mit der Speisekarte wartet, ist wirklich nicht Ihr Problem.

F wie Frust

Seien Sie nicht traurig, wenn Ihnen die Erziehungsarbeit irgendwie eintönig erscheint. Entwickeln Sie eine Perspektive: Multiplizieren Sie einfach die Anzahl der Anweisungen, die verinnerlicht werden sollen, mit dem Alter der Heranwachsenden. Dann wissen Sie, wann das Programm sitzt.

Angenommen, Sie wollen einem Vierzehnjährigen beibringen: nicht schlürfen, nicht schmatzen, Kappe absetzen beim Essen. Dann sind das drei Anweisungen mal 14 ergibt 42. Sie können also davon ausgehen, dass Ihr Sohn mit 42 Jahren keine Kappe mehr zum Essen trägt und vielleicht sogar versucht, das Schmatzen und Schlürfen den eignen Kindern abzugewöhnen.

G wie Gesundheit

Führen Sie Heranwachsende in regelmäßigen Abständen an die frische Luft, achten Sie dabei auf Risiken und Nebenwirkungen. Denken Sie daran, dass Bewegung in der Adoleszenz nur in homöopathischen Dosen vertragen wird. Und dass es normal ist, wenn ehemals aktive Kinder wie apathische Grottenolme in ihren Zimmern hocken.

Alle 2 bis 3 Wochen locken Sie den Nachwuchs vor die Tür. Das genügt. Mädels rufen Sie zur Shoppingtour, bei Jungen rechnen Sie die Zeit, die draußen verbracht wurde gegen die Computerzeit. Eine Minute draußen macht 2 Minuten mehr am Computer. Verpacken Sie die Aufforderung: „Raus mit euch!“ als neues Level auf der Playstation. Das ist doch mal raffiniert!

G wie Grenzerfahrungen

Erweitern Sie Ihren Horizont: gehen Sie immer dorthin, wo der Schmerz am größten ist – in ein Zimmer Ihrer Kinder zum Beispiel. Sollten Sie dort außerdem eine Schublade oder einen Schrank öffnen, kommen Sie schnell und einfach an Ihr persönliches Limit.

Nutzen Sie das als Grenzerfahrung, wachsen Sie über sich hinaus und betreten Sie einen Kellerraum, den Sie der nachrückenden Generation in einem Augenblick unüberlegten Großmuts zur Verfügung gestellt haben. Zum Beispiel zum Proben mit der eigenen Band, die sich auf die Erprobung afrikanischer Riesentrommeln spezialisiert hat. Lassen Sie es zu, dass Heranwachsende bei Ihnen üben, aber nehmen Sie sich für den jeweils nächsten Tag nichts vor. Denn dann sind Sie mit dem Müll beschäftigt, den die junge Band anlässlich ihrer kreativen Schübe hinterlassen hat. Nachdem Sie die Pizzakartons, Coladosen und Tabakreste sorgfältig entfernt haben, bleibt Ihnen sicher noch Zeit, ein paar Blümchen zu besorgen: für den Nachbarn mit dem Hörsturz, der direkt über Ihrem Probenraum wohnt.

I wie Intelligenz

Dass manche Bemerkungen Heranwachsender einem geistigen Totalschaden gleichen, heißt noch lange nicht, dass ihr Kind dumm ist.

Woher soll es denn wissen, dass Dieter Bohlen und Thomas Mann nicht zusammen gesungen haben? Dass der ANDERS hieß? Fakt ist, dass sich alles gegen Ihr Kind verschworen hat. Vor allem die Lehrer. Und nur darum ist der Bildungsstand des Nachwuchses auf dem Nullpunkt. Für das Wohlbefinden ist es nun besonders wichtig, das wenigstens einer an Ihr Kind glaubt und das sind Sie. Wenn Sie es schon nicht zu DSDS geschafft haben, schwenken Sie Poster, auf denen die Botschaft steht: „Du schaffst es!“ Und dann ist es doch im Grunde egal, was.

K wie Klischee

Da haben Sie Ihren Sohn immer mit Puppen spielen lassen und der Tochter einen Tieflader, einen Bagger und einen Kran gekauft und nun das!

Ihre Tochter träumt vom Märchenprinzen und hält Emanzipation für einen Hefezopf? Ihr Sohn spielt beim Flatrate-Saufen den Helden und hält Tränen bei Männern für Formen einer Allergie? Statt individuelle Stärken zu entwickeln, hängt die nachrückende Generation an alten Rollen und Klischees? Dann bleiben Sie eben auch bei traditionellen Vorurteilen. Das macht alles viel einfacher. Und unter uns – wir wissen doch auch, dass Frauen kleinere Füße haben, damit sie näher am Herd stehen können.

L wie Langsamkeit

Verzweifeln Sie nicht, wenn Heranwachsende ihr eigenes Tempo bei der Ausführung ausgewählter Arbeitsaufträge entwickeln. Wenn Sie darum bitten, dass der Tisch abgeräumt wird – und es ist 12 Stunden später immer noch nicht eingetroffen, bedeutet das nicht, dass Ihre Kinder nicht abräumen wollen, sie können es nicht.

Die Auge-Hand-Koordination: Teller sehen plus Teller abräumen ist ein komplexes Bewegungsmuster, das man erstmal bewältigen muss. In der Pubertät fällt die Steuerung bestimmter Bewegungen nun mal phasenweise aus. Trösten Sie sich mit einem Dreifingerfaultier: das schafft auch nur einen Meter pro Stunde und ist noch nicht mal in der Pubertät

M wie midlife crisis

Sie schauen morgens in den Spiegel und erkennen nicht, was für ein altes Gesicht Ihnen entgegenstarrt? Das sind Sie! Und das haben wir ganz ohne Alkohol geschafft! Der Nachwuchs lässt uns so aussehen!

Bedenken Sie, die erste Hälfte Ihres Lebens haben Ihnen Ihre eigenen Eltern und Lehrer versaut, die zweite Hälfte geht für Ihre Kinder drauf. Dabei haben Sie doch immer wieder versucht, zwischendurch Spaß zu haben! Und der steht Ihnen trotz der näher gerückten Deadline immer noch zu. Machen Sie es sich im Rentenalter noch mal richtig schick: Frisieren Sie Ihre Geh-Hilfe, mit 18 KW Motor und Niederquerschnittsreifen, und schon läuft es. Und Sie hinterher.

O wie Orientierung

Du musst endlich mal ausmisten! Endlich mal ausmisten! Ausmisten! Merken Sie, wie doof das klingt? Werfen Sie nichts weg! Und achten Sie das Kinderzimmer als fremdes Terrain.

Hauptsache, Sie wissen die Antwort, wenn Ihr Kind Sie fragt in welcher Richtung der Schreibtisch stand. Alles ist gut, solange Sie eine Nord-Südpassage ausmachen können: zwischen Pizzakartons, Schulheften, stummeligen Stiften, durchbohrten Radiergummis und dem Osterhasenpapier aus dem letzten Jahr.

S wie Sensibilität

Heranwachsende sind empfindlich – nehmen Sie rund um die Uhr Rücksicht darauf. Lieblings-T-shirt noch nass auf der Leine? Füller schreibt nicht mehr? Fischstäbchen zerbrochen?

Es gibt viele gute Gründe zu verzweifeln, fangen Sie den Nachwuchs jederzeit auf. Federn Sie Frustrationen elastisch ab. Schließlich sind Sie für das interfamiliäre Glück verantwortlich! Föhnen Sie das T-shirt, horten Sie die passenden Füller-Patronen und bieten Sie korrekt gebratene Fischstäbchen an – das ist alles Ihr Job! Und den machen Sie doch gern! Das Beste daran: Sie sind unkündbar!

S wie Spannung

Es stört Sie, dass Ihre Abende immer langweiliger und die Ihrer Kinder immer aufregender werden? Das muss nicht sein. Bringen Sie sich aktiv ein:

Bringen Sie sich aktiv ein: Mit Bring- und Holdiensten, und kommen Sie einfach ein bisschen früher zu den Fetten, die der Nachwuchs besucht. Statt im Auto zu warten, mischen Sie sich unauffällig unter die Partygäste. Die Ihnen bekannte Heranwachsende sichtigend oder sogar das eigene Kind, verstecken Sie sich rasch unter einem Tisch.

T wie Toleranz

Bleiben Sie auch väterlicherseits entspannt, wenn der neue Freund Ihrer Tochter zwar strohdumm ist, aber einfach perfekt Luftgitarre spielt. Lächeln Sie, ganz gleich, welche Gefühle aufwallen und Ihnen spontan eine Kalaschnikow einfällt, wenn der Freund Ihre Tochter befummelt.

Lesen Sie Zeitung, während der Doofkopp auf Ihrem Sofa die Tochter küsst, und verbergen Sie souverän ihre Eifersucht. Notieren Sie die Börsenkurse, telefonieren Sie mit L.A. oder ordern Sie scheinbar einen Wagen. So zeigen Sie dem pubertären Lümmel, wer hier das Sagen hat. Bedenken Sie, ein Mann ist erledigt, wenn er Angst vor seinem Rivalen hat.

T wie Terminplanung

Sie wollen sich auf etwas freuen und planen schon jetzt den nächsten Urlaub? Mit Kindern? Lassen Sie alles, was über 14 ist, zu Hause.

Dass Sie damals auf der Fahrt nach Südspanien 12 Stunden Benjamin Blümchen nonstopp und dann im darauf folgenden Urlaub die Prinzessin Lillifee bis zum Erreichen des Nordkaps hören mussten, dankt Ihnen heute sowieso niemand mehr. Jetzt dürfen Sie das im Auto hören, was SIE wollen, müssen weder Süßigkeiten noch Softgetränke als Stimmungsaufheller anreichen und können ohne 20 Pinkelpausen durchfahren.

U wie Urlaub

Sorgen Sie stets dafür, dass sich Heranwachsende an jedem Ort der Welt wohl fühlen, egal in welchem Land sie sind. Wurst in Schweden zu rot, Brötchen in Spanien zu hell, Käse in Frankreich zu alt? Wovon soll Ihr Kind denn satt werden?

Belästigen Sie Heranwachsende nicht mit kulturellen Feinheiten. Und nehmen Sie beim nächsten Mal wenigstens eine heimische Backmischung mit. Vermeiden Sie außerdem Vorträge aller Art, auch wenn Sie gerade die Sixtinische Kapelle links liegen lassen, schauen Sie nach dem nächsten Fressen bei Mac Donald statt nach den Fresken von Michelangelo. ■