

# „Was mache ich, wenn ...“



45 Antworten  
auf häufige  
Erziehungsfragen

## *Vorwort*

Kindererziehung ist eine sehr schöne, aber nicht immer leichte Aufgabe. Dies hören und lesen wir täglich: Elternratgeber, Elterntrainings, einschlägige Tipps in Zeitschriften und im Fernsehen sowie die immer wieder aufgestellte Forderung nach einem „Elternführerschein“ machen deutlich, wie sehr dieses Thema uns alle beschäftigt.

Jeder, der mit Erziehung zu tun hat, weiß, dass es keine einfache pädagogische Gebrauchsanweisung gibt. Mit den Antworten auf Fragen und Probleme, wie sie den Mitarbeitern des Amtes für Kinder, Jugend und Familienberatung in ihrer Arbeit begegnen, soll Ihnen eine praxisbezogene Hilfe an die Hand gegeben werden, die Sie bei Ihrer Erziehungsarbeit unterstützen soll.

### **Herausgeber**

StädteRegion Aachen  
Der Städteregionsrat  
Zollernstr. 10  
52070 Aachen

### **Konzeptionelle Entwicklung**

Uwe Ehlert †  
Elisabeth Pajonk  
Urte Schink

### **Projektleitung**

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche  
der StädteRegion Aachen

Druckerei der StädteRegion Aachen

druckerei städteregion aachen  
a51/erziehungsfragen/Esch\_Stol\_Herz\broschuere\_0912 cs5

## *Inhaltsverzeichnis*

0–3 Jahre	Nähe, Neugier, Orientierung	4
3–6 Jahre	Vorbild, Grenzen und Kontakte	14
6–10 Jahre	Schule, Fernsehen, Anerkennung	22
10–14 Jahre	Laune, Pickel und die Clique	30
14–16/18 Jahre	Liebe, Zukunft, Abschied nehmen	34
Kontaktadressen		40



*Nähe, Neugier, Orientierung*  
*0-3 Jahre*

## ***Die Situation:***

Ihr Kind ist da, ein kleines, einzigartiges Wesen. Sie als Eltern freuen sich daran, fragen sich aber auch, was Ihr Kind für seine körperliche und seelische Entwicklung braucht.

Sie fragen sich, ob die regelmäßigen Termine beim Kinderarzt wirklich notwendig sind.

Der Kinderarzt stellt eine Entwicklungsverzögerung bei Ihrem Kind fest.



## ***Das sollten Sie wissen/tun:***

Wichtig, gerade für so kleine Kinder ist Körperkontakt. Nehmen Sie Ihr Kind möglichst oft in den Arm und halten Sie es im Arm. Durch diese Nähe entwickelt sich ein Gefühl von Geborgenheit und Angenommensein. Dies ist eine wichtige Basis für das Selbstbewusstsein Ihr Kind braucht außerdem eine gute, ausgewogene und regelmäßige Ernährung als Grundvoraussetzung für Wachstum und Entwicklung.

Die Termine beim Kinderarzt (Vorsorgeheft) sollten Sie unbedingt wahrnehmen. Der Kinderarzt kontrolliert die gesamte Entwicklung Ihres Kindes und kann Ihnen damit die Sicherheit geben, dass alles in Ordnung ist. Je besser der Arzt Ihr Kind durch die regelmäßigen Termine kennt, desto hilfreicher kann seine Beratung bei speziellen Fragen sein.

Es ist wichtig, dass möglichst umgehend Maßnahmen zur Frühförderung eingeleitet werden. Welche spezifischen Hilfen im Falle Ihres Kindes erforderlich sind, wird Ihnen Ihr Arzt mitteilen. Er wird Sie auch an entsprechende andere Stellen verweisen, wenn ihm dies notwendig erscheint.



*Nähe, Neugier, Orientierung*  
*0-3 Jahre*

## ***Die Situation:***

Ihr Kind möchte, dass Sie sofort auf seine Wünsche reagieren.  
Es reagiert ungehalten, wenn eine Verzögerung eintritt.

Durch die Sprache entdeckt Ihr Kind die Welt.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Für kleine Kinder ist das Streben nach sofortiger Bedürfnisbefriedigung von zentraler Bedeutung. Ihr Kind muss erst allmählich lernen, dass es in seinem Leben geregelte Abläufe gibt, und dass es darauf vertrauen kann, dass seine Grundbedürfnisse erfüllt werden. Dazu ist es wichtig, dass Sie als Eltern einen klar strukturierten Alltag schaffen, mit verlässlichen Essens- und Schlafenszeiten. Durch ständiges Wiederholen („Rituale“) entsteht für Ihr Kind ein Gefühl von Sicherheit und Vertrauen. Es gehört auch dazu, dass Sie als Eltern Grenzen setzen, „Nein sagen“, wenn Sie einem Wunsch Ihres Kindes nicht nachgeben können oder wollen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind, auch wenn es Ihnen noch nicht antworten kann.

Schon mit einfachen Mitteln fördern Sie die sprachliche Entwicklung Ihres Kindes. Vorlesen, Kinderreime, das Singen von (Kinder-)Liedern oder das Erzählen beim Betrachten von Bilderbüchern spielen dabei eine wichtige Rolle – wie das Gespräch in der Familie überhaupt!



*Nähe, Neugier, Orientierung*  
*0-3 Jahre*

## ***Die Situation:***

Ihr Kind ist 2 ½ Jahre alt und trägt noch Windeln. Durch Berichte von Bekannten sind Sie verunsichert, wie Sie bei der Sauberkeitserziehung vorgehen sollen.

Das Angebot an Spielzeug in den Geschäften ist groß. Immer öfter gibt es schon für kleine Kinder aufwändig gestaltete und komplizierte Spielsachen.

Sie haben den Eindruck, dass Ihr Kind sich in der sogenannten „Trotzphase“ befindet: Es sagt zu fast allem „Nein“ und liefert Ihnen gerade in der Öffentlichkeit beeindruckende Szenen.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Ungefähr ab dem Ende des 2. Lebensjahres sollen und wollen Kinder lernen, „trocken“ zu sein. Versuchen Sie, die Ruhe zu bewahren. Loben Sie Ihr Kind schon bei kleinen Erfolgen und motivieren und unterstützen Sie es, auch wenn es nochmal „in die Hose geht“.

Bei Unsicherheiten fragen Sie Ihren Kinderarzt.

Stellen Sie Ihrem Kind altersentsprechendes Spielzeug zur Verfügung, denn Ihr Kind ist neugierig und hat Lust, Dinge kennenzulernen. Genauso wichtig ist, dass Sie Zeit haben, um mit Ihrem Kind zu spielen. Solche gemeinsamen Spielphasen sind gerade am Anfang wichtig, da Ihr Kind die ausdauernde Beschäftigung alleine noch lernen muss.

**Wichtig:** Überfordern Sie Ihr Kind nicht mit einem überfüllten Spielzimmer. Weniger ist mehr !

Ihr Kind braucht diese Phase, um seine Eigenständigkeit weiter zu entwickeln. Für Sie ist es wichtig, die gewohnten Strukturen beizubehalten, Grenzen evtl. neu zu überdenken und zu setzen.

**Achtung:** Machen Sie sich immer wieder klar, dass Ihr Kind nicht (nur) trotzt, um Sie zu schikanieren, sondern dass es dabei versucht, ein Gefühl für seine eigene Person zu entwickeln.



*Nähe, Neugier, Orientierung*  
*0-3 Jahre*

## ***Die Situation:***

Ihr Kind zeigt verstärkt Interesse an anderen Kindern,  
an gemeinsamen Beschäftigungen und Unternehmungen.

Sie sind der Ansicht, dass Ihr Kind einen Kindergarten besuchen soll,  
um neue und vielfältige Erfahrungen zu sammeln und mit anderen  
Kindern zusammen zu sein.



## ***Das sollten Sie wissen/tun:***

Fördern Sie die Möglichkeit Ihres Kindes, Gleichaltrige zu treffen. Der Umgang der Kinder miteinander unterstützt die Entwicklung des Sozialverhaltens und ist eine gute „Trainingsmöglichkeit“ für die Gruppenfähigkeit Ihres Kindes.

Kümmern Sie sich frühzeitig um einen Kindergartenplatz. Informieren Sie sich über die Angebote der Kindertagesstätten und deren pädagogischen Konzepte. Wenn Ihr Kind die Kita besucht, achten Sie auf einen regelmäßigen Informationsaustausch mit den Fachkräften und nutzen Sie die vorhandenen Angebote der Einrichtung zu gemeinsamen Aktivitäten.

**Wichtig:** Falls es bei Ihrem Kind Besonderheiten wie Entwicklungsverzögerungen im Bereich von Sprache oder Bewegung gibt, sollten Sie Einrichtungen bei Ihrer Wahl berücksichtigen, die hier entsprechende Hilfen bieten.



*Nähe, Neugier, Orientierung*  
*0-3 Jahre*

## ***Die Situation:***

Ihr Kind leidet an einer körperlichen oder geistigen Behinderung.  
Was bedeutet das für die Wahl des Kindergartens?

*Nähe, Neugier, Orientierung*  
*0-3 Jahre*



## ***Das sollten Sie wissen/tun:***

Damit Ihr Kind möglichst gute Bedingungen im Kindergarten hat, ist eine sorgfältige Auswahl der Einrichtung wichtig. Neben speziellen Angeboten in Regeleinrichtungen kommt auch eine Integrative Kindertagesstätte in Frage, in der Ihr Kind in einer kleinen Gruppe gemeinsam mit nicht behinderten Kindern betreut wird.



## *Vorbild, Grenzen und Kontakte*

### *3-6 Jahre*

### ***Die Situation:***

Die sogenannte Trotzphase setzt sich fort: Die Möglichkeiten ihres Kindes, einen eigenen Willen zu zeigen, wachsen mit seinem Alter und seinen Fähigkeiten.

Ihr Kind wird mobiler, entdeckt seine Umgebung und probiert vieles aus.

In der Nachbarschaft und/oder im Kindergarten trifft Ihr Kind mit anderen Kindern zusammen.

Kinder in diesem Alter entdecken die Welt der Erwachsenen. Sie lernen, indem sie „die Großen nachahmen“.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Klare Regeln und Grenzen sind weiterhin wichtig. Sie als Eltern sind gefordert, „mit langem Atem“ einen verständnisvollen, aber deutlichen Rahmen für die Entwicklung Ihres Kindes zu schaffen. Es bleibt anstrengend...

Die Neugier und Entdeckungsfreude Ihres Kindes sind sehr wichtige Bausteine der Entwicklung. Schränken Sie daher seinen „Spielraum“ nicht so sehr ein, achten Sie aber auf Gefährdungen, die Ihr Kind nicht überblickt und erklären Sie diese.

Freundschaft mit Gleichaltrigen sind sehr wichtig. Unterstützen Sie ihr Kind, indem sie es zu Kontakten ermutigen und diese fördern, auch mit Kindern anderer Nationalität. Wenn es Konflikte gibt, helfen Sie ihrem Kind, diese möglichst selbstständig auszutragen.

Lassen Sie ihr Kind im Haushalt, Garten, beim Handwerken „helfen“, wenn es Interesse zeigt. Auch wenn es Sie im ersten Moment mehr Zeit kostet, lernt Ihr Kind so spielerisch den Alltag kennen und entwickelt seine Fähigkeiten.



## *Vorbild, Grenzen und Kontakte*

### *3-6 Jahre*

### ***Die Situation:***

Sie sind genervt durch den „Erziehungsstress“. Wäre es nicht leichter, Sie wären der Freund/die Freundin Ihres Kindes ?

Beruf, andere Verpflichtungen und individuelle Interessen erschweren es Ihnen, gemeinsame Familienzeit zu finden.

Durch Ihre eigene Beobachtung oder durch die Beobachtung anderer (Erzieherinnen, Kinderarzt etc.) fallen besondere Stärken oder Schwächen Ihres Kindes auf.

*Vorbild, Grenzen und Kontakte*  
*3-6 Jahre*



***Das sollten Sie wissen/tun:***

Eine gute und vertrauensvolle Beziehung ist sicher wichtig. Anders als bei *Freunden* gehört zu Ihrer Verantwortung als *Eltern* aber genauso das Treffen von „unpopulären“ Entscheidungen. Es ist Ihre Aufgabe, Ihr Kind zu beschützen und ihm etwas beizubringen – und dies ist naturgemäß nicht immer einfach.

Planen Sie bewusst Zeit für Ihr Kind ein – zum Zuhören, zum Spielen, zum Diskutieren usw.

**Wichtig:** Damit sich eine gute Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind entwickelt, müssen Sie präsent sein.

Besprechen Sie Ihre Eindrücke mit Vertrauenspersonen und wenden Sie sich dann ggf. an Fachleute (Fachärzte, MitarbeiterInnen der Sozialen Dienste bei den Jugendämtern, Beratungsstellen usw.). Eine frühzeitige Förderung trägt dazu bei, Probleme zu vermeiden oder zu reduzieren.



## *Vorbild, Grenzen und Kontakte*

### *3-6 Jahre*

### ***Die Situation:***

Ihr Kind entdeckt seinen Körper, zeigt Interesse an Doktorspielen und stelle Ihnen „heikle“ Fragen.

Ihr Kind interessiert sich zunehmend für das Fernsehen, vielleicht auch schon für Internet oder Computer.

*Vorbild, Grenzen und Kontakte*  
*3-6 Jahre*



***Das sollten Sie wissen/tun:***

Dieses Verhalten gehört zu einer gesunden Entwicklung Ihres Kindes und sollte Sie nicht beunruhigen. Gehen Sie daher möglichst unbefangen damit um, beantworten Sie Fragen altersentsprechend und holen Sie sich Anregungen aus Büchern oder Veranstaltungen (es gibt auch entsprechende Bilderbücher für Kinder).

Grundsätzlich sind moderne Medien aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. In diesem Alter sollte sich Ihr Kind aber nicht viel länger als 30 Minuten täglich damit beschäftigen. Außerdem ist es wichtig, dass Sie die Inhalte der Fernsehsendungen und Spiele kennen und eine Auswahl vornehmen. Gemeinsames Fernsehen und PC-Spielen hilft Ihnen, die Sichtweise des Kindes kennen zu lernen und es bei der Verarbeitung des Geschehenen zu unterstützen.

**Wichtig:**

Achten Sie auf genügend Kontakt zu Gleichaltrigen und auf ausreichend körperliche Bewegung!

Informieren Sie sich über Kinderschutzsoftware.



## *Vorbild, Grenzen und Kontakte* *3-6 Jahre*

### ***Die Situation:***

Im letzten Kindergartenjahr dreht sich immer mehr um die Einschulung ihres Kindes.

*Vorbild, Grenzen und Kontakte*  
*3-6 Jahre*



***Das sollten Sie wissen/tun:***

Kinder sind im allgemeinen sehr neugierig und gespannt auf diesen neuen Lebensabschnitt. Unterstützen Sie die Lernfreude Ihres Kindes und bekräftigen Sie seine positiven Gefühle.

**Achtung:** Sollten Kindergarten, Kinderarzt oder Schularzt Bedenken bzgl. der Schulreife äußern, kümmern Sie sich möglichst frühzeitig um eine entsprechende fachliche Unterstützung (z. B. Logopäde, Krankengymnastik, Beratungsstelle).



## *Schule, Fernsehen, Anerkennung 6-10 Jahre*

### ***Die Situation:***

Sie machen sich Gedanken, weil Ihr Kind sich öfter langweilt, wenig mit anderen Kindern spielt oder zu lange vor dem Fernseher/PC sitzt.

Ihr Sohn erklärt Ihnen, aufräumen sei „Weiberkram“. Ihre Tochter will nicht beim Fahrrad reparieren helfen, weil „Mädchen so etwas nicht können“.

Ihr Kind zeigt in letzter Zeit auffällige Verhaltensweisen:

- es benutzt massive Schimpfwörter
- es lügt
- es klaut zu Hause oder in Geschäften



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind Gelegenheit bekommt, Kontakte zu knüpfen, z. B. in Freizeitgruppen und Vereinen. Hier gibt es für Ihr Kind weitere Möglichkeiten, Freundschaften zu schließen, soziales Verhalten auszubauen und zu lernen, Konflikte zu lösen.

Treffen Sie möglichst wenig Festlegungen, was „typisch Junge“ oder „typisch Mädchen“ ist. Ermutigen Sie Ihr Kind, die unterschiedlichsten Tätigkeiten kennen zu lernen. Je flexibler Sie als Mutter oder Vater Ihre Rollen vorleben, desto mehr Möglichkeiten stehen Ihrem Kind zur Verfügung.

Auch wenn es in solchen Situationen schwer ist, ruhig zu bleiben, versuchen Sie es trotzdem. Machen Sie Ihrem Kind unmissverständlich klar, dass sein Verhalten nicht in Ordnung war. Versuchen Sie im Gespräch die Hintergründe zu klären. Überlegen Sie eine angemessene Konsequenz, die mit dem Fehlverhalten in Zusammenhang stehen sollte.



## *Schule, Fernsehen, Anerkennung 6-10 Jahre*

### ***Die Situation:***

Chips, Süßigkeiten und Cola sind die Lieblingsnahrungsmittel Ihres Kindes, das sich nicht mehr als nötig bewegt.

Sie finden es wichtig, dass Ihr Kind Verantwortung lernt und zuverlässig ist.



## ***Das sollten Sie wissen/tun:***

Für eine gesunde Entwicklung Ihres Kindes ist eine abwechslungsreiche Ernährung entscheidend. Machen Sie Obst, Gemüse und Milchprodukte konsequent zum Bestandteil Ihres Speiseplans und achten Sie auf Ihre eigenen Gewohnheiten (Vorbild!). Sorgen Sie auch für möglichst viel Bewegung an frischer Luft.

Übertragen Sie Ihrem Kind kleine altersentsprechende Aufgaben im Haushalt. So lernt es ganz selbstverständlich, dass es einen wichtigen Beitrag für die Familie leistet. Der Umgang mit Taschengeld oder ggf. die sorgfältige Betreuung eines Haustiers sind wichtige Übungsgebiete.



## *Schule, Fernsehen, Anerkennung 6-10 Jahre*

### ***Die Situation:***

Markenklamotten, das x.te teure Computerspiel, der Wochenendtrip in den Vergnügungspark – ist das das einzige, was zählt ?

Ihr Kind wird selbstständiger und unternehmungslustiger und verbringt mehr Zeit außerhalb der Familie.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Trotz der vielen Möglichkeiten in unserer konsumorientierten Gesellschaft bleibt es wichtig, auch die Werte zu vermitteln, „die man nicht kaufen kann“:

- Zeit füreinander schafft ein Gefühl für *Nähe und Geborgenheit*
- Offenheit untereinander führt zu *Ehrlichkeit*
- klare Absprachen und eingehaltene Versprechen schaffen *Vertrauen*
- Respekt und Achtung vor der Meinung und den Wünschen des anderen führen zu *Toleranz und Wertschätzung*

**Wichtig:** Wie so oft in der Erziehung ist hier entscheidend, was Sie als Eltern Ihrem Kind vorleben !

Ohne den Freiraum Ihres Kindes allzu sehr einzuschränken, sollten Sie darauf achten, wo sich Ihr Kind aufhält und mit wem es sich trifft. Diese „wohlwollende Kontrolle“ ist wichtig, damit sich Ihr Kind sicher und gesund entwickeln kann.



## *Schule, Fernsehen, Anerkennung 6-10 Jahre*

### ***Die Situation:***

Überall lesen und hören Sie von den Gefahren durch Drogenkonsum. Sie fragen sich, wie Sie Ihr Kind davor schützen können.

Ihr Kind ist ein Schulkind; ein großer Teil seines Tages wird durch diese Tatsache bestimmt. Mit welchen (allgemeinen) Themen sollten Sie sich beschäftigen?

Nach der 4. Klasse der Grundschule steht der Schulwechsel Ihres Kindes an.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Die beste Vorbeugung gegen Drogengefährdung ist es, ein gutes Selbstbewusstsein zu entwickeln. Anerkennung, positive Aufmerksamkeit, interessante Hobbies und gute soziale Kontakte machen Ihr Kind widerstandsfähiger gegen Suchtmittel.

Sorgen Sie für einen regelmäßigen Informationsaustausch mit dem Lehrer/Lehrerin Ihres Kindes (Elternsprechtag, Elternsprechstunde, Elternabend). Auch die Schulsozialarbeiterin/der Schulsozialarbeiter kann ein wichtiger Ansprechpartner sein. Helfen Sie Ihrem Kind, eine gute Arbeitshaltung zu entwickeln (ruhiger Arbeitsplatz, regelmäßige Zeiten, Ermutigung zur Selbstständigkeit, Anerkennung). Achten Sie darauf, dass Ihr Kind nicht über- oder unterfordert wird.

Informieren Sie sich frühzeitig über die Einschätzung Ihres Kindes durch die Grundschule. Schätzen Sie die Fähigkeiten Ihres Kindes realistisch ein und vermeiden Sie, es zu überfordern. Machen Sie sich ein Bild von den in Frage kommenden örtlichen Schulen. Beteiligen Sie Ihr Kind an der Entscheidungsfindung:

**Aber:** Sie als Eltern müssen die Entscheidung treffen.



## *Launen, Pickel und die Clique* *10-14 Jahre*

### ***Die Situation:***

Ihr Kind war eigentlich immer ganz gut in der Schule. Jetzt zeigt es Desinteresse und die Leistungen lassen nach.

Diskussionen, wechselnde Launen, Pickel und Make-up bestimmen Ihren Alltag. Sie erkennen Ihr motziges Kind manchmal nicht wieder.

Ihr Kind will abends länger wegbleiben, will mehr Taschengeld und möchte selbst bestimmen, wie lange es vor dem PC und/oder Fernsehen sitzt.

Wichtig ist jetzt, was „die Clique“ sagt. Familienaktivitäten sind auf einmal eher uninteressant. Manchmal überraschen sie die „erwachsenen“ Äußerungen aus dem Mund Ihres „Kindes“.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

In der Pubertät ist Ihr Kind verständlicherweise sehr mit sich beschäftigt. Dies sollten Sie berücksichtigen, damit Sie durch einen (meist vorübergehenden) „Durchhänger“ nicht in Panik geraten. Bemühen Sie sich um klare Absprachen mit Ihrem Kind und bleiben Sie in Kontakt mit der Schule.

Die Pubertät ist für Jugendliche **und Eltern** eine Zeit voller Stress und Herausforderungen. Da Sie als Eltern durchhalten müssen, nutzen Sie alle Gelegenheiten der Unterstützung: Austausch mit anderen Eltern, Bücher, Vorträge, Beratungseinrichtungen.

In dem Maße, in dem Ihr Kind älter wird, wachsen seine Möglichkeiten, Eigenverantwortung zu übernehmen. Überprüfen Sie daher immer wieder, inwieweit die Regeln des familiären Alltags noch altersentsprechend sind, aber bleiben Sie an den Punkten klar und bestimmt, an denen die Verantwortung noch bei Ihnen liegen muss (z. B. Jugendschutz)

Zum Älterwerden Ihres Kindes gehört das wachsende Interesse an Eigenständigkeit und Selbstbestimmung. **Ihre** Aufgabe ist daher, Ihr Kind wieder ein bisschen mehr loszulassen, ohne den Kontakt zu ihm zu verlieren. Planen Sie z. B. Zeit für gemeinsame Gespräche und Mahlzeiten ein.



## *Launen, Pickel und die Clique 10-14 Jahre*

### ***Die Situation:***

Sie haben das Gefühl, Ihr Kind schlägt sich mit einem Problem herum, denn es verhält sich ganz anders als sonst.

Ihr Kind probiert ab und zu heimlich eine Zigarette. Auf der letzten Fete wurde Alkohol getrunken. Ein Mitschüler bringt Tabletten in die Schule.

Aus Kindern werden Jugendliche: Ihr „Kind“ kommt in die Pubertät. Es erlebt körperliche Veränderungen und interessiert sich für „das andere Geschlecht“.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Auch wenn Ihr Kind zunehmend selbstständiger wird, braucht es einen Ansprechpartner in Alltags- und Problemsituationen. Machen Sie das Angebot zum Gespräch, aber drängen Sie es nicht auf. Versuchen Sie zunächst zuzuhören, statt schnelle Lösungen anzubieten. Nur so bleiben Sie vertrauenswürdige Begleiter Ihres Kindes.

Mit den größer werdenden Möglichkeiten Ihres Kindes tun sich auch mehr Gefahrenquellen auf. Sprechen Sie mit Ihrem Kind, machen Sie Ihre Ansichten deutlich, ohne Risiken zu übertreiben. Achten Sie auf Ihre eigene Glaubwürdigkeit (Vorbild!). Nehmen Sie ggf. Kontakt mit anderen Verantwortlichen auf (andere Eltern, Lehrer etc.)

Ihr nach außen oft so „cooler“ Jugendlicher ist innerlich manchmal recht verunsichert. Es ist wichtig, dass Sie ihm gerade in dieser Zeit zur Seite stehen: Hören Sie Ihrem Kind zu, erzählen Sie (selbstkritisch!) von eigenen Erfahrungen und vermitteln Sie ihm das erforderliche Wissen zu jetzt wichtigen Themen (z. B. Sexualität, Hygiene, Verhütung).



## *Liebe, Zukunft, Abschied nehmen* *14-16/18 Jahre*

### ***Die Situation:***

Sie haben den Eindruck, immer weniger von Ihrer Tochter/Ihrem Sohn mitzubekommen. Themen wie Freundschaften, Schule, Freizeitgestaltung und Kaufverhalten „gehen Sie nichts an“.

Ihre Tochter ist frisch verliebt und schwebt auf Wolke Sieben.  
Ihr Sohn ist ungenießbar, seit seine Freundin mit ihm Schluss gemacht hat. Sie fragen sich, wie Sie sich verhalten sollen.

Ihr Sohn möchte bei seiner Freundin übernachten; Ihre Tochter möchte mit Ihrem Freund in einem Zelt in Urlaub fahren.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Die Abgrenzung von den Ansichten der Erwachsenen gehört ebenso zum Älterwerden eines Jugendlichen wie die zunehmend selbstständig getroffenen Entscheidungen. Versuchen Sie, dafür Verständnis zu entwickeln, aber zeigen Sie auch Ihr Interesse für die Angelegenheiten Ihres Sohnes/Ihrer Tochter.

Partnerschaft, Liebe, Sexualität ist (neben der Familie) der wichtigste und sensibelste Bereich. Daher sollten Sie die Gefühle Ihrer Tochter/Ihres Sohnes auf jeden Fall ernst nehmen und nie ins Lächerliche ziehen. Suchen Sie das Gespräch, ohne zu belehrend zu sein.

In dieser Altersgruppe haben Sie als Eltern noch die Verantwortung, die Rahmenbedingungen abzuklären. Versuchen Sie, sich ein Bild von der Situation zu machen, nehmen Sie Kontakt zu den anderen Eltern auf und sprechen Sie mit Ihrer Tochter/Ihrem Sohn über Ihre eigenen Beweggründe. Auch das Thema Verhütung sollte jetzt noch einmal geklärt werden (z. B. Gang zum Frauenarzt, Umgang mit Kondomen).



## *Liebe, Zukunft, Abschied nehmen* *14-16/18 Jahre*

### ***Die Situation:***

Ihr Sohn/Ihre Tochter versucht verstärkt, Grenzen auszutesten und zu überschreiten, z. B. beim Alkoholkonsum.

Im Rahmen der Schulpraktika macht Ihr Sohn/Ihre Tochter zum ersten Mal Bekanntschaft mit der Berufswelt.

Sie stellen mit Erstaunen fest, wie erwachsen Ihr „Kind“ inzwischen ist: in Ansichten, Verhalten und Ideen zeigt Ihr Sohn/Ihre Tochter immer deutlicher eine eigene Handschrift.



## *Das sollten Sie wissen/tun:*

Auch wenn es oft schwer ist, die klare Linie beizubehalten:  
Das Jugendschutzgesetz hilft Ihnen, Ihre Grenzen und Möglichkeiten zu erkennen und zu formulieren.

Zukunftsperspektiven, d.h. eine klarere Vorstellung über Berufsmöglichkeiten und die Ausübung von Interessen können eine Motivationshilfe für die Schule sein. Ermutigen Sie daher Ihren Sohn/ Ihre Tochter, sich umfassende Informationen zu verschaffen (z. B. Arbeitsamt, Internet) und sorgen Sie für ausreichend Zeit, diese Informationen zu verarbeiten und eine Entscheidung zu treffen.

Diese Entwicklung ist wichtig. Für Sie bedeutet es, die Unterschiedlichkeit zu akzeptieren und auszuhalten, ohne Ihre eigenen Überzeugungen aufzugeben. Die unvermeidlichen Auseinandersetzungen helfen Ihrem Sohn/Ihrer Tochter dabei, den persönlichen Standpunkt deutlicher herauszuarbeiten.



## *Liebe, Zukunft, Abschied nehmen*

### *14-16/18 Jahre*

### ***Die Situation:***

Immer häufiger müssen Sie feststellen, dass Ihre Tochter/Ihr Sohn wirklich ganz gut ohne Sie klar kommt und viele Dinge selbstständig und erfolgreich regelt. Sie fragen sich, ob Sie langsam überflüssig werden.

*Liebe, Zukunft, Abschied nehmen*  
*14-16/18 Jahre*



***Das sollten Sie wissen/tun:***

Diese Veränderung kann schmerzlich für sie sein, weil sie auch einen Abschied von der intensiven Familienzeit und der zentralen Aufgabe der Elternarbeit bedeutet. Aber auch wenn Sie teilweise „Ihren Job abgeben“ müssen, bleibt die innere Bindung zu Ihrem Kind wichtig und notwendig. Die Planung Ihrer eigenen zukünftigen Lebensphase (Beruf, Partnerschaft, Hobbies) rückt gleichzeitig stärker in den Vordergrund.

## ***Kontaktadressen***

### **Jugendämter in der StädteRegion Aachen**

Amt für Kinder, Jugend und Familienberatung der StädteRegion Aachen  
Zollernstraße 10, 52070 Aachen, Tel.: 0241/5198-2478, Fax: 0241/5198-82478

Jugendamt der Stadt Alsdorf  
Hubertusstraße 17, 52477 Alsdorf, Tel.: 02404/500

Jugendamt der Stadt Eschweiler  
Johannes-Rau-Platz 1, 52249 Eschweiler, Tel.: 02403/710

Jugendamt der Stadt Herzogenrath  
Rathausplatz 1, 52134 Herzogenrath, Tel.: 02406/830

Jugendamt der Stadt Stolberg  
Rathausstraße 11-13, 52222 Stolberg, Tel.: 02402/130

Jugendamt der Stadt Würselen  
Morlaixplatz 1, 52146 Würselen, Tel.: 02405/670

### **Erziehungsberatungsstellen in der StädteRegion Aachen**

Kath. Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

- Schaufenberger Straße 72 a, 52477 Alsdorf  
Tel.: 02404/26088, Fax: 02404/552642, E-mail: EBAlsdorf@mercur.caritas-ac.de
- Laufenstraße 22, 52156 Monschau  
Tel.: 02472/804515, Fax: 02472/804757, E-mail: eb-monschau@mercur.caritas-ac.de

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der StädteRegion Aachen

- Steinstraße 87, 52249 Eschweiler  
Tel.: 0241/5198-5111, Fax: 0241/5198-80514,  
E-mail: Erziehungsberatung-Eschweiler@staedteregion-aachen.de
- Kaiserstraße 100, TPH III, Eingang A, 52134 Herzogenrath-Kohlscheid  
Tel.: 02407/5519-800, Fax: 02407/5519-8019,  
E-mail: Erziehungsberatung-Herzogenrath@staedteregion-aachen.de
- Frankentalstraße 3, 52222 Stolberg  
Tel.: 02402/22545, Fax: 0241/5198-80750,  
E-mail: Erziehungsberatung-Stolberg@staedteregion-aachen.de

---

Herausgeber  
StädteRegion Aachen  
Der Städteregionsrat  
52090 Aachen  
[www.staedteregion-aachen.de](http://www.staedteregion-aachen.de)

---

