

# Im Chaos der Gefühlswelt

**Die Pubertät ist für Eltern eine Nervenprobe. Johannes rebellierte gegen alles und jeden. Ihm half ein Kurs der Leuphana Sommerakademie, wieder zu sich selbst zu finden.**  
 Von Geneviève Wood

**N**ull Bock auf gar nichts. Jede Ansage eines Erwachsenen ist zu viel, und alle nerven nur. Statt im Unterricht aufzupassen, ließ Johannes, 15, lieber Papierkügelchen durch den Klassenraum flitzen oder hörte Musik, während der Lehrer sprach. Hauptsache gegen den Strom. Pubertät eben. Diese geht normalerweise vom Grundschulalter bis etwa 15 Jahre. Bei manchen verläuft sie unauffällig, andere, wie Johannes, rebellieren und werden zu Schulverweigerern. Für viele Eltern ist das die schwierigste Erziehungszeit.

Während der Pubertät herrscht Chaos im Gehirn – alte Nervenverbindungen sterben ab, neue Verknüpfungen entstehen. Das Gehirn gleicht einer Baustelle. Im Frontallhirn, wo Handlungen geplant und Gefühle reguliert werden, ist alles im Umbau. „Die Verbindungen zwischen dem Zentrum, das für Gefühle zuständig ist, und dem Zentrum, das für die Steuerung zuständig ist, werden neu gebildet“, sagt Professor Dr. Michael Schulte-Markwort, Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie am Universitätsklinikum Eppendorf. Alles gerate durcheinander, es komme zu Affektstörungen: „Die Stimmungen schwanken zwischen großer Euphorie und absoluter Perspektivlosigkeit.“

Schulte-Markwort appelliert an Eltern: „Wenn Gefühlsschwankungen und Ängste jedoch länger als vier bis sechs Wochen anhalten, sollten sie sich

nicht scheuen einen Kinderpsychiater aufzusuchen.“ Ansonsten sei es im Alltag wichtig, gelassen zu bleiben. „Eltern sollten sich darauf verlassen, dass sie Gutes geschafft haben“, sagt der Psychiater. Dabei könne es helfen, sich ab und zu alte Fotoalben anzuschauen, als die rebellierenden Kinder noch klein und niedlich waren.

Bei Johannes gab es zu Hause immer Ärger, die Zensuren in der Schule wurden schlechter. Seine Mutter Janina Neumann hatte keinen Zugang mehr zu ihrem Sohn. „Ich baute mir eine unsichtbare Mauer“, sagt Johannes. Er hatte zu nichts Lust, alle haben ihn genervt: seine Mutter, seine beiden älteren Geschwister. Die Sorge der alleinerziehenden Mutter: „Der knallt gegen die Wand und ich kann nichts dagegen unternehmen, dass Johannes nach der 10. Klasse ohne Abschluss die Schule verlässt.“

Das ist eine typische und nicht ganz unbegründete Sorge. „Bei der Mehrzahl der Schüler sinken die Leistungen in der Schule in dieser Phase

ab“, sagt Klaus Pape vom Suchtpräventionszentrum am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Wie geht Schule in der Pubertät? „Es wäre eine Überforderung, wenn Eltern ihre Kinder in dieser Zeit alleinlassen. Wir empfehlen eine lockere Begleitung und einen Rhythmus, der die Organisation von Schule festlegt. Dabei geht es um Fragen wie zum Beispiel: Wie halte ich Termine ein? Wie halte ich Ordnung und entwickle eine Struktur? Und ganz wichtig: An dem Tag, an dem gelernt werden muss, gibt es keine digitalen Medien. Sonst ist das Gelernte wieder weg“, sagt Klaus Pape.

Eltern sollten nicht zynisch werden und auf Provokationen nicht mit Wut reagieren. Die Jugendlichen wüssten immer genau, welche Knöpfe sie bei ihren Eltern und Lehrern drücken müssten, um sie zu provozieren, sagt Pape. „Es ist eine große Herausforderung für die Erwachsenen, nicht auf diese Eskalationsknöpfe anzuspringen.“ Lehrern, die nicht mit Pubertierenden zurechtkommen, fehle oft das

Handwerkszeug, sagt er. Hinzu kommt der zunehmende Druck, unbedingt Abitur machen zu müssen, der das Schulleben Pubertierender schwierig machen kann. Genauso wichtig wie Noten sei es, die Anstrengungsbereitschaft der Kinder zu erkennen und zu loben.

**Eltern sollten im Gespräch ruhig bleiben und eine klare Haltung haben**

„Wer bin ich? Diese zentrale Frage in der Pubertät ist komplexer geworden“, sagt Beate Proll, die beim Landesinstitut für Lehrerbildung für die Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention – zuständig ist. Die sozialen Medien spielen dabei eine große Rolle. Jedes „gefällt mir“, jedes Nicht-gefallen bei Facebook könne Folgen haben, vor allem im Selbstwertgefühl der Jungen und Mädchen. Die Experten raten Eltern von Pubertierenden, ruhig und geschäftsbereit zu bleiben. Wichtig sei eine klare Haltung.

Johannes' Mutter handelte und fand einen besonderen Weg, um ihren Sohn aus der Pubertätskrise zu holen. Sie meldete ihn mit seinem Einverständnis bei der „Leuphana Sommerakademie – Fit für die Lehrstelle“ an. Dort werden Jugendliche auf dem Weg zur Ausbildung individuell gefördert. Bei dem Projekt der Leuphana Universität Lüneburg lernen die Jugendli-

chen, die im normalen Schulleben nicht klarkommen, mithilfe von Pädagogen, Psychotherapeuten, Lerntherapeuten, Sozialpädagogen und Lehrern ihre Stärken und Schwächen kennen.

Drei Wochen lang bekam Johannes mit anderen Jugendlichen die Chance, sich mit seiner Zukunft auseinanderzusetzen. Unterricht wie Mathematik, Deutsch und PC-Kenntnisse standen auf dem Stundenplan ebenso wie Boxen, Motivationstraining und Berufsorientierung.

Was war dort anders als in der Schule? „Es fühlte sich wie eine große Familie an. Es war immer jemand für uns da. Wir konnten jederzeit mit einer Psychologin sprechen, die uns zugehört hat“, sagt Johannes. Tagsüber hat er sich so ausgepowert, dass er abends todmüde ins Bett fiel. „Es fühlt sich an, als hätte ich ein neues Leben angefangen.“ Zurzeit läuft die Nachbereitung. „Die Nachbetrachtung ist wichtig. Bei Schwierigkeiten in der Pubertät helfen nicht immer Schnellinterventionen, wir müssen am Ball bleiben“, sagt Projektleiterin Maren Voßhage-Zehnder von der Sommerakademie. Johannes hat jetzt trotz Pubertät eine Entscheidung getroffen und einen Plan: Er möchte Tischler werden und sucht einen Praktikumsplatz. Der Johannes von heute hat seine Anti-Haltung aufgegeben. Schule ist ihm jetzt wichtig.



Johannes, 15, wurde immer schlechter in der Schule  
 Andreas Laible

**KOLUMNE**

*Liebe Leserinnen, liebe Leser*

Ich wohne in einem bürgerlichen Stadtteil, wo die Menschen ihre Vorgärten pflegen, man sich nett grüßt und jeder jeden kennt. Da fällt natürlich der auf, der anders ist. Seit ein paar Monaten wohnt hier ein junges Paar mit kleinen Kindern, dessen quietschgelber Kinderwagen aus den 70ern mit dünnen hohen Reifen sich wohlthuend von den Hightechfahrzeugen der Nachbarn unterscheidet.

Der junge Mann mit Vollbart läuft grundsätzlich mit kurzen Cargohosen durch den Ort, egal ob es regnet oder schneit. Da schauen manche Bewohner immer etwas skeptisch. Die Krönung war aber, als er mit seinem Sohn offenbar das Fahrradfahren übte. Der kleine Junge flitzte vorneweg, ganz ordnungsgemäß mit Helm auf dem Kopf. Der Vater kam Kommandos rufend auf seinem Drahtesel kaum hinterher. Auch er hatte einen Helm auf: allerdings einen mit Hörnern. Dazu natürlich die kurzen Hosen. Da blieben etliche Anwohner mit offenen Mündern und kopfschüttelnd stehen. Und der junge Mann brüllte laut: „Ja, das ist ein Wikingerhelm und ja, es sind kurze Hosen. Nein, ich friere nicht!“ Ich habe selten so gelacht. Etwas Anarchie tut so einem Ort ja gut. Da hat man endlich mal wieder was zum Reden.



Ihre Sabine Tesche

**Rat und Hilfe**

**Familien finden Hilfe** bei den Erziehungsberatungsstellen der Bezirksamter: [www.hamburg.de](http://www.hamburg.de) (zum Beispiel Eimsbüttel: [www.hamburg.de/erziehungsberatung-eimsbuettel/](http://www.hamburg.de/erziehungsberatung-eimsbuettel/))

30 62 02 49, E-Mail: [familienberatung@diakonie-hamburg.de](mailto:familienberatung@diakonie-hamburg.de)

Kinder- und Jugendpsychiatrie am UKE wenden. Tel. 741 05 22 30

**Unterstützung** bieten die Regionalen Bildungs- und Beratungszentren an. Kontakt: [www.hamburg.de/rebbz](http://www.hamburg.de/rebbz)

**Das Projekt Leuphana Sommerakademie** ist kostenlos und richtet sich bundesweit an Schüler der 8. Klassen mit Schulproblemen. Infos: [www.leuphana.de/sommerakademie](http://www.leuphana.de/sommerakademie)

**Die Diakonie** hat ein Zentrum für Beratung und Seelsorge. Telefon

**Bei schweren Problemen** kann man sich an die



**Konto Kinder helfen Kindern e.V.:**  
 Haspa, 1280 144 666, BLZ 200 505 50  
 IBAN: DE2520050501280144666  
**Konto Von Mensch zu Mensch:**  
 Haspa, 1280 202 001, BLZ 200 505 50  
 IBAN: DE 0320 0505 5012 8020 2001  
**Unsere Telefonnummern, E-Mail:**  
 040/5544 71159 (Kinder helfen Kindern) und  
 040/5544 71156 (Von Mensch zu Mensch),  
[mensch@abendblatt.de](mailto:mensch@abendblatt.de)

**RAUHES HAUS**  
**Pflegeeltern für minderjährige Flüchtlinge gesucht**

Das Raue Haus sucht Familien, die bereit sind, für acht Wochen oder auch länger ein Flüchtlingskind (bis 15 Jahre) bei sich im Haushalt aufzunehmen. Voraussetzungen für die Aufnahme ist ein eigenes Zimmer für das Kind, die Vorlage eines erweiterten Führungszeugnisses und die Bereitschaft zur Zusammenarbeit mit den Behörden. Infos: Telefon 01707050937.

**ENGAGEMENT**  
**Frauenloge Hamburg sucht neue Mitglieder**

Die älteste Frauenloge Deutschlands, Moorweidenstraße 36, sucht neue Mitglieder und lädt interessierte Frauen zu Gästeabenden mit Vorträgen ein. Dabei stellen sich u. a. Hamburger Einrichtungen vor, denen die Gemeinschaft Spenden überreicht hat. Zudem gibt es anschließend die Gelegenheit, sich über die Frauenloge zu informieren. Weitere Infos unter Telefon 04102-569 33 oder [www.oddfellows.de](http://www.oddfellows.de)

**FORSCHUNGSPROJEKT**  
**Kostenloses Fitnesstraining für Senioren ab 70 Jahren**

„Gesund altern“ – zu diesem Thema kooperiert die Albertinen-Haus-Forschung mit den Sportwissenschaftlern der Universität Hamburg. Die beiden Partner bieten fitten Senioren ab 70 plus die Möglichkeit, über sechs Monate zweimal pro Woche an einem kostenlosen Trainingsprogramm im Turmweg teilzunehmen. Interessierte melden sich unter Tel. 55 81 18 70.

**ONLINE**  
 Weitere Veranstaltungen, Vorträge, Gruppen, und Kurse finden Sie in unserem Online-Kalender unter [www.abendblatt.de/lebenshilfe](http://www.abendblatt.de/lebenshilfe)

**SPENDER**



Eine begeisterte „Fee“ bei der Benefiz-Veranstaltung von S-eins N. Kaupass

Benefiz und Spaß für die Kleinen, das stand beim „Feenzauber“ der Poppenbüttler **Tanzschule S-eins** auf dem Programm. Rund 100 kleine Feen, Prinzen und Trolle im Alter von drei bis neun Jahren ließen sich von den märchenhaften Spielen, fantasievollen Tänzen und der Musik der Tanzschulmitglieder und Mitarbeiter begeistern. Mit leuchtenden Augen und dem „großen Feen-Diplom“ verließen die kleinen Gäste am späten Nachmittag ihr „Schloss“ an der Poppenbüttler Hauptstraße.

Insgesamt 459,60 Euro kamen durch Eintrittsgelder und Spenden zusammen, die an den Abendblatt-Verein „Kinder helfen Kindern“ gingen. „Der Verein liegt mir sehr am Herzen und ich fand es eine schöne Idee, dass Kinder für Kinder tanzen und somit auch Kinder und Jugendliche unterstützen, die sich ohne Hilfe des Vereins ein musikalisches Hobby nicht leisten können“, sagt S-eins-Inhaberin Susanne Hans. Nach diesem schönen Erfolg plant Hans, den Feenzauber auch im nächsten Jahr zu wiederholen. (tes)

## Das soziale Computerkaufhaus

IT-Auszubildende bei der Arbeiterwohlfahrt verkaufen in einem neuen Projekt **gespendete PCs** günstig an Menschen mit wenig Geld

HEIKE WANDER

Wollen Sie sich einen Computer anschaffen, dabei Geld sparen, die Umwelt schonen und gleichzeitig Jugendliche unterstützen? Das ist seit dieser Woche im IT-Sozialkaufhaus in Wandsbek möglich. Das Motto dieses Projekts des Jugend- und Bildungswerks (JBW) der Arbeiterwohlfahrt (AWO) lautet: „Jeder soll die Möglichkeit bekommen, einen PC bei sich zu Hause stehen zu haben.“ Schon für unter 100 Euro können Menschen mit geringem Einkommen hier beispielsweise einen Computer mit Monitor mit zwölfmonatiger Garantie erwerben. Das Kaufhaus ist aber auch offen für andere Kunden, die dann etwas mehr zahlen. Auszubildende des JBW verkaufen diese Technik, die gespendet, von ihnen aufgearbeitet und sicherheitsgeprüft wurde. Bald sollen PC-Kurse angeboten werden, insbesondere für Kinder und Senioren, aber auch Kurse im Upcycling, bei dem neue Dinge aus alten Teilen designed und gebastelt werden.

Die Idee dafür hatte Britta Hinz, Geschäftsführerin des JBW: „Es hat mich gewirrt, dass sich bei uns am AWO-Standort Berge von gespendeten PCs gestapelt hatten, die auf Verwendung warteten. Und unsere Azubis müssen ja in der Ausbildung sowieso lernen, Computer instanzzusetzen.“ Zudem sollen sie im Kaufhaus im Rah-

men ihrer Ausbildung zum Fachinformatiker für Systemintegration oder zur IT-Systemkauffrau erste Arbeitserfahrungen sammeln. Bei der Eröffnung präsentierten die sechs Jugendlichen auch schon recht professionell das Projekt, den von ihnen renovierten und eingerichteten Verkaufsraum und die Werkstatt.

Die Azubis haben Haupt-, Real- schulabschluss oder Fachabitur und sind zwischen 19 und 25 Jahre alt. Für die meisten war der Weg bis zu dieser Ausbildung lang und geprägt von Unsicherheit, viele fanden keinen Ausbildungsplatz. Wie der 19-jährige Matthias Kurth, der nach der Realschule Praktika machte und über die Arge zur AWO kam: „Schule war für mich eine Katastrophe. Ich wusste lange nicht,

welchen Job ich machen wollte, in was ich gut bin. Ich habe viel ausprobiert, beim Goldschmied, Gärtner oder im Kindergarten.“ Am Anfang war er oft unpünktlich, doch seine Ausbilderin redete ihm ins Gewissen: „Das ist eine Superchance, mach was draus.“ Jetzt will Matthias durchhalten: „Ich bin so froh, diese Ausbildung machen zu können, denn oft kriegt man so einen Ausbildungsplatz nur mit Abi.“

Aryp Naeimipour, 25, möchte gern viel erreichen in seinem Wunschbereich, der Fachinformatik: „Meine Mutter ist endlich zufrieden mit mir, das kannte sie gar nicht, wie ich mich jetzt einsetze.“ Inzwischen seien diese jungen Leute hervorragende Fachkräfte, sagt auch Roxen Star, Ausbilderin und Projektleiterin.



Die Azubis des IT-Sozialkaufhauses (v. l.): Jan Eggert, Melina Schmidke, Damien Terkamp, Ariyo Naeimipour, Kevin Bleuel, Matthias Karth  
 Marcelo Hernandez

**Kontakt:** IT-Sozialkaufhaus des Jugend- und Bildungswerks der AWO Hamburg, Auf dem Königslande 33, 22041 Hamburg, Mo-Do 9-12 und 12.30-16 Uhr, Tel. 68 91 38 01, E-Mail: [info@it-sozialkaufhaus.de](mailto:info@it-sozialkaufhaus.de)