

Christoph Hutter

Das Ablösungsthema in der Eltern-Kind-Beziehung¹

Hinführung

„Nesthocker“ und „Nestflüchter“ sind eine vertraute Klientel in der Erziehungsberatung, mehr noch deren Eltern, die in vielen beeindruckenden Szenen schildern, wie sehr Ablösungsprozesse Familien an den Rand ihrer Kräfte zu bringen vermögen. Das Familiengefüge steht als ganzes und in unzähligen Details in Frage wenn Kinder aus dem Haus gehen. Ich möchte in meinen Ausführungen den Satzanfang „Wenn Kinder aus dem Haus gehen...“ fünffach fortschreiben und dabei erkunden was an diesem zentralen Wendepunkt der Familienbiografie passiert.

1. Am Anfang steht dabei die kategorische Behauptung, dass es eine von allen Beteiligten gestaltbare *Normalität* ist, dass Kinder gehen.
2. Ein zweiter Abschnitt thematisiert die *Notwendigkeit* der Ablösung. Hier geht es darum, den Familien pubertierender Jugendlicher einen Weg aus ihrer *Isolation* und ihren Selbstvorwürfen, in der Erziehung versagt zu haben, zu bahnen.
3. Die beiden folgenden Abschnitte fragen nach den besonderen *Belastungen* und Themen, denen sich *Jugendliche...*
4. und *Eltern* während der Ablösungsphase stellen müssen.
5. In einem abschließenden Teil geht es um *Faktoren*, die einen Ablösungsprozess *fördern bzw. hemmen* können.

1. Wenn Kinder aus dem Haus gehen... dann ist das normal

1.1 Die Familienstresstheorie

In der Familienstresstheorie (Schneewind 1998) wurden drei Faktoren herausgearbeitet, die es einer Familie leicht oder schwer machen können mit neuen, auf Veränderung drängenden Situationen (sogenannten Stressoren) umzugehen. Dies sind erstens die individuellen und familiären Ressourcen, zweitens familieneigene und nicht selten wohlerprobte Bewältigungsstrategien und drittens die familieninterne Definition der Lage. Die Forschungsergebnisse, die sich mit Familienstress beschäftigen, legen dabei nahe, dass es sehr wohl einen Unterschied macht, ob ein Entwicklungsschritt der Familie – so z.B. die Ablösung – von den Familienmitgliedern lediglich als Problem und Belastung verstanden wird, vielleicht gar als Zumutung, oder ob sich in der Familie Stimmen zu Wort melden (dürfen), die den Veränderungsbedarf, aber auch das Veränderungspotential erkennen, die in den Schritten der Ablösung stecken und die dieser Herausforderung offen und neugierig gegenüberzutreten vermögen. Eine erste zentrale Frage ist also, *ob* der Titel „Wenn Kinder aus dem Haus gehen...“, mit drei Punkten versehen, als Satzanfang gelesen wird, der alle Kräfte mobilisiert für einen wirklich gehenswerten, völlig normalen Schritt, oder ob er in der Diagnose, als Urteil oder als Klage stecken bleibt: Die Kinder gehen oder eben nicht, und es ist nicht möglich dies gemeinsam zu gestalten. Zumutung und Zuspruch der Forschungsbefunde ist

¹ Der Beitrag erschien ursprünglich in: Christoph Hutter / Michael Hevické / Bernhard Plois / Birgit Westermann (Hg.). Herausforderung Lebenslage. PraxisReflexe aus der Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung. Münster: LIT-Verlag. 2. Aufl. 2005. S. 199-213.

die Annahme, jede Familie könne sich entscheiden, wie sie auf solche Ereignisse reagiert und damit wieder Akteur der eigenen Familienbiografie werden.

1.2 Erfahrungen in der Gruppenarbeit mit Eltern pubertierender Jugendlicher

Diese Befunde korrespondieren mit den Erfahrungen in der Gruppenarbeit mit Eltern pubertierender Jugendlicher. Für die betroffenen Eltern ist es wichtig sich zu entlasten und erzählen zu können. Für sie ist es von Bedeutung, wenn wesentliche Mechanismen der Pubertät bzw. des Ablöseprozesses in den gemeinsamen Gesprächen verdeutlicht und verstanden werden können, und es bleibt als eine zentrale Erfahrung der Gruppe der Blick auf die „Normalität“ der gemeinsamen Situation. Im Erzählen und Zuhören merken die Eltern, dass andere Ähnliches erleben. Dies birgt die Chance vor dem Hintergrund der bisherigen Familiengeschichte völlig unverständliche, sperrige und teilweise schockierende Auseinandersetzungen mit den eigenen Kindern neu zu deuten, sie zu relativieren und sie vor allem als für die ganze Familie wichtig wertschätzen zu lernen. Eine Facette dieser Normalität ist, dass der Unterschied zwischen den einzelnen Familienformen (Zwei-Eltern-Familien, Ein-Eltern-Familien, Patchworkfamilien) verblasst, wenn die Pubertätsthemen fokussiert werden. Die Pubertätssituation erwärmt die charakteristischen Familienthemen – z.B. von Ein-Eltern-Familien – und spitzt sie zu, die Entwicklungsaufgaben, die von Jugendlichen und Eltern in dieser Zeit bewältigt werden müssen, verändern sich dabei aber nicht grundsätzlich. Diese Themen sind phasen- und nicht familienformspezifisch.

1.3 Abschied von der „heiligen Familie“ – einige Gedanken aus biblischer Sicht

Diese uralte Einsicht, dass die Ablösung vom Elternhaus ein gleichermaßen schmerzhafter wie unumgänglicher Prozess ist, spüren die Evangelien erzählungen auch mit Blick auf die Familie Jesu nicht aus. Der Jerusalemer Theologe Wilhelm Bruners widmet in seinem Buch über den lernenden Jesus – *Wie Jesus glauben lernte* – ein ganzes Kapitel der Ablösethematik in der Ursprungsfamilie Jesu (Bruners 1989, 65-76)²:

Einzig ein Satz in der lukanischen Kindheitsgeschichte – „dann ging er mit ihnen hinab und kam nach Nazareth. Und er war ihnen untertan“ (Lk 2,51) – bietet sich als Anknüpfungspunkt an, um ein hehres, idealisierendes Bild dieser Familie zu zeichnen. Ansonsten gilt, was Bruners provokativ in einem Gedicht formuliert: „vergiss was du über sie gehört hast / denn sie war eine ganz und gar normale familie“ (Bruners 1990, 90). Was die biblischen Texte zu berichten haben ist, dass sich Jesus seinen engsten Freundeskreis nicht nur außerhalb der eigenen Familie, sondern schlimmer noch im Kreise unbekannter, kleiner Leute gesucht hat, dass seine Familie ihn „greifen“ möchte, „denn es hieß, er sei außer sich geraten“ (Mk 3,21) oder wie die Einheitsübersetzung liest: „von Sinnen“, und dass er sich öffentlich von seiner Familie lossagt und herausfordernd fragt „wer sind meine Mutter und meine Brüder?“ (Mk 3,33). Jesus selbst veranlasst die wiederholte Konfrontation mit seiner Familie zu dem Stoßseufzer „Verachtet ist ein Prophet nur in seiner Vaterstadt, bei seinen Stammesgenossen und

² Wenn ich dieser auf die individuelle Biografie Jesu schauenden Lesart der Evangelientexte hier folge, bedeutet dies ausdrücklich nicht von einer ideologiekritischen Interpretation Abschied zu nehmen. Die Familienkritik der Evangelisten ist natürlich immer auch gesellschaftspolitisches Programm.

im eigenen Haus". Und der Markustext fährt fort: „Er vermochte dort nicht eine einzige Krafftat zu wirken [...]. Und er staunte wegen ihres Unglaubens" (Mk 6, 4ff.). Die Freundinnen und Freunde werden wichtiger als die Eltern, Eltern und Verwandte denken er sei verrückt geworden, offene Provokationen und Streitereien am laufenden Band, und das, was einmal so fraglos Heimat war, beginnt zu lähmen... Bruners endet sein Gedicht: „sie war eine ganz und gar normale familie / *deshalb* halte sie heilig".

2. Wenn Kinder aus dem Haus gehen... dann ist das ein notwendiger Entwicklungsschritt für die ganze Familie

Die Aussage, dass das Verlassen des elterlichen Hauses, aber auch der Versuch diesen Schritt zu vermeiden „völlig normal“ ist, ist ebenso entlastend wie letztlich unbefriedigend, wenn eben dieses Verhalten eine Familie an die Grenzen ihrer Handlungsmöglichkeiten bringt. Was kann es bedeuten, wenn aggressives oder delinquentes oder völlig überzogen anspruchliches Verhalten innerhalb der Grenzen des Normalen beschrieben wird? Die Familienforschung stellt drei Modelle zur Verfügung – das Modell der Familienlebenszyklen, den Begriff der Entwicklungsaufgaben und einen systemischen Blick auf die Familie –, mit deren Hilfe der Ablöseprozess als selbstverständlicher Teil einer Familienbiografie verstanden werden kann, ehe die Themen zur Sprache kommen, die diesen Schritt oftmals so schwer gehbar machen.

2.1 Nähe und Distanz in den Familienlebenszyklen

Von Normalität lässt sich sprechen, weil sich Familienbiografien idealtypisch über Generationen hinweg als zyklische (oder besser spiralförmige) Bewegung beschreiben lassen, während der bestimmte Phasen immer wieder durchlaufen werden müssen. Kinder werden geboren, wachsen auf, durchlaufen das Schulsystem, kommen in die Pubertät, orientieren sich auf Bezugspersonen außerhalb der Ursprungsfamilie hin, gehen intime Beziehungen ein, gründen selbst Familien und bekommen Kinder, während die Eltern die Zeit ab der Lebensmitte gestalten, altern, sich gesellschaftlich zurückziehen und sterben. Diese Zyklen verlaufen stets zwischen zwei Polen: Einem Pol familiärer Kohäsion, an dem die Nähe zu den Mitgliedern der eigenen Familie besonders groß und wichtig ist, die Familie nach außen hingegen klar abgegrenzt ist (z.B. in der eigenen Kindheit, bei der Geburt eigener Kinder oder der Geburt der Enkel) und einem Pol familiärer Loslösung, an dem die Bindungen gelockert und umgestaltet werden müssen und die Grenzen zur Umwelt immer durchlässiger werden (z.B. während der eigenen Pubertät, der Ablösung der Kinder und der Enkel).

Wie jedes Modell menschlicher Beziehungen ist natürlich auch das Bild der Familienlebenszyklen nur begrenzt aussagekräftig. Die Zyklen überlagern sich mit vielen anderen Faktoren, so dass z.B. der Ablöseprozess in Ein-Eltern-Familien völlig andere Qualitäten haben kann als in einer Patchworkfamilie oder innerhalb des „Arbeitermilieus“ anders verläuft als in einer Familie, die dem Bildungsbürgertum entstammt. Wichtig am Zyklusmodell bleibt die Einsicht, dass familiäre Normalität nicht bedeuten kann, dass Beziehungen – einmal eingegangen – unverändert bleiben können (ein Familienbild, das der menschlichen Sehnsucht nach Kontinuität und Stabilität entspräche), sondern dass auch die innerfamiliären Beziehungen immer wieder neu definiert, verändert oder auch verabschiedet werden müssen.

Zwei Beobachtungen erscheinen hier noch wichtig: Erstens sind die einzelnen Zyklen in zeitlicher Hinsicht ziemlich unscharf und gesellschaftlichen Veränderungen unter-

worfen. Weil sich die Zeit der Jugend immer mehr ausweitet, ergibt sich auch eine immer größere Zeitspanne, innerhalb derer die Ablösethematik in einer Familie präsent ist.³ Die wesentlichen Gründe hierfür sind, dass Kinder einerseits immer schneller zu „kleinen Erwachsenen“ gemacht werden (Neil Postman (1983) verweist auf das Verschwinden, ja die Zerstörung der Kindheit), andererseits aber viel länger ökonomisch abhängig bleiben.

Zweitens sagt die Beschreibung der familiären Zyklen noch nichts über das subjektive Erleben der Familienmitglieder aus. Auch wenn die Ablösung aus der Familie formal ein normaler und vorhersagbarer Vorgang ist, wird er doch nicht selten als existenzieller Einschnitt erlebt.

„Die Phase der Adoleszenz verdeutlicht in besonderem Maße, dass die Lösung oder die qualitative Veränderung bestehender emotionaler Bindungen für alle Familienmitglieder mit Schmerz und Angst und der Ungewissheit verbunden ist, ob neue Bindungen gefunden werden oder ob man droht ins Leere zu fallen. Je nach Intensität und Qualität der Bindungen kommt es zu Ablösungskämpfen, die den Jugendlichen und die Familie bis an die Grenze der Dekompensation belasten können“ (Frevert et al. 1996, 183).

2.2 Ablösung als Entwicklungsaufgabe

Das Modell der Entwicklungsaufgaben würdigt die immense Leistung, die Jugendliche, aber auch Eltern bzw. Familien erbringen, wenn sie sich einem Entwicklungsschritt wie der Ablösung von der Ursprungsfamilie stellen. Der Psychologe R.J. Havighurst hat schon 1948 den Begriff altersspezifischer Entwicklungsaufgaben ins Spiel gebracht. Damit beschreibt er Aufgaben, denen sich innerhalb der westlichen Gesellschaft jeder Mensch in einem bestimmten Abschnitt seines Lebens stellen und die er erfolgreich bewältigen muss, um den gesellschaftlichen Idealen von Glück und Erfolg zu entsprechen. Gesetzt werden diese Anforderungen durch körperliche Veränderungen wie die Geschlechtsreife, durch gesellschaftliche Anforderungen wie die Schulpflicht oder durch individuelle Werte und Ziele (Montada 1998, 66f.). In den seither vergangenen fünfzig Jahren wurden viele Anforderungskataloge zusammengetragen, die vom Erlernen grundlegender motorischer Fähigkeiten in der frühen Kindheit über die Sprachentwicklung, das Erlernen des Spielens, die Entwicklung von Teamfähigkeit, die Berufswahl und die Aneignung von Techniken für eine adäquate Haushaltsführung bis zur Entwicklung einer Haltung gegenüber Tod und Sterben das Leben als Abfolge von Herausforderungen zu beschreiben versuchten (Oerter 1998, 124).

Die Ablösung von den Eltern ist eine der Entwicklungsaufgaben, die im Jugendalter unbedingt gelöst werden muss. Hurrelmann (1994, 140f.) unterscheidet dabei vier Ebenen, auf denen dieser Ablösungsprozess vollzogen wird.

1. Auf der *psychosozialen Ebene* geht es darum, den Kontakt zu anderen Bezugspersonen als den Eltern auszuweiten (zu Peers, besten Freunden und in intimen Be-

³ Es ist paradigmatisch, dass Ulrike Zartler in ihrem Literaturüberblick „Pubertät und ihre Bedeutung für Eltern und Kinder“ darauf hinweist, dass „Jugend“ – die ja mit dem Konzept der Ablösung eng verbunden ist – in den verschiedenen Jugendstudien im Altersbereich von 11 bis 29 Jahren angesiedelt ist.

ziehungen) und das eigene Leben, Gefühle und Handlungen immer mehr an diesen auszurichten.

2. Auf der *kulturellen Ebene* müssen Jugendliche einen Lebensstil entwickeln, der sich von dem ihrer Eltern unterscheidet; dazu gehören die Wahl der Kleidung, die Frage nach der Zimmer- und später der Wohnungseinrichtung, aber auch Musikgeschmack, bevorzugte Literatur, Sport oder Hobbies.
3. Auf der *räumlichen Ebene* beginnt die Differenzierung mit einem eigenen Zimmer, das in der Pubertät immer mehr verteidigtes Territorium wird, und endet mit dem Auszug aus dem Elternhaus. Eine analoge Bewegung läuft auf der *zeitlichen Ebene*, wo es um das Aushandeln zeitlicher Spielräume geht. Bettgehzeiten und die Frage, wann die Kinder nach Hause kommen müssen, werden hier ebenso Thema wie die Strukturierung des Tagesablaufs.
4. Auf der *materiellen Ebene* müssen die Jugendlichen ihre finanzielle und wirtschaftliche Selbstständigkeit erreichen. Dieser Ablöseprozess beginnt mit dem ersten Taschengeld und endet mit der vollständigen ökonomischen Autonomie.

Vorboten dieser vier Ablösebewegungen treten weit vor der Pubertät auf. Endgültig vollzogen ist der Prozess, wie bereits oben ausgeführt wurde, besonders im ökonomischen Bereich bei immer mehr jungen Erwachsenen erst gegen Ende ihres dritten Lebensjahrzehnts.

2.3 Die Familie als System

Neben typischen Verläufen und Herausforderungen, denen sich Familien stellen müssen, soll noch kurz auf einen dritten Aspekt verwiesen werden, der wichtig ist um Familie als dynamisches Phänomen zu beschreiben. So selbstverständlich er im bisher Gesagten vorausgesetzt wurde, so bewusstseinsfern und deshalb diskussionswürdig scheint er manchmal im Beratungsalltag zu sein: Die Familie muss immer auch als ein Gesamtsystem betrachtet werden. Dies bedeutet, dass die Problematik der Ablösung nicht dem Jugendlichen überlassen oder gar zugeschoben werden kann, sondern dass sich die ganze Familie gemeinsam weiterentwickelt und damit eine Zeit lang von diesem Thema geprägt wird. Das Verhalten jedes einzelnen kann letztlich nur verstanden werden, wenn man berücksichtigt, dass es sich auf Ziele, Werte und Regeln der ganzen Familie bezieht und dass es sich mit dem Verhalten der anderen Familienmitglieder wechselseitig beeinflusst. Ebenso ist eine angemessene Lösung nur gemeinsam zu finden. Die Familienberatung berücksichtigt diese äußerst wichtige Einsicht schon sprachlich, indem sie nicht von einem einzelnen Klienten spricht, sondern von einem durch sein Umfeld „identifizierten Klienten“ oder besser noch vom „Klient Familie“, der in seiner Feinstofflichkeit – wie folgende Abbildung stilisiert veranschaulicht – ein höchst komplexes Beziehungsgeflecht ist:

2.4 Welche Normalität?

Bei welcher Art von Normalität sind wir damit angekommen? Fest steht, dass die Ablösung der Kinder von den Eltern eine Entwicklungsaufgabe ist, die keiner Familie erspart bleibt und der sich die Familie als ganzes System stellen muss. Ebenso deutlich ist, dass sie nur eine von mehreren Phasen in der Familienbiografie ist, in der die Beziehungen neu ausgehandelt werden müssen und in denen Nähe zu den Mitgliedern der eigenen Familie unwichtiger, manchmal sogar kaum zu ertragen ist. Ablösung als Normalität zu verstehen legt auch die 13. Shell-Jugendstudie nahe, wenn sie resü-

miert: Die Verselbständigung der Jugendlichen „geschieht nicht im Konflikt, sondern geradezu in Absprache mit den Eltern; bei ihren Ablösungsversuchen fühlen sie sich von ihnen unterstützt“ (Deutsche Shell 2000, 14). Die sprichwörtliche „Pubertätskrise“ muss also keinesfalls innerfamiliäre Zerwürfnisphasen mit sich bringen.

Dennoch ist die Zeit der Ablösung ganz und gar nicht normal, wenn man nach der subjektiven Belastung der Familien fragt. Die Familienstressforschung legt offen, dass das Stressniveau in Familien mit älteren Jugendlichen seinen Höhepunkt erreicht. Diese familiäre Belastung ist noch dazu wenig kalkulierbar.

„Zu komplex sind teilweise die Erscheinungsformen der innerpsychischen Vorgänge, so wie sie im Verlaufe dieser Zeit in den Jugendlichen vor sich gehen. Wenig Eindeutiges haben [die] Eltern von den Jugendlichen zu erwarten, dafür um so mehr Vieldeutiges“ (Storch 1994, 132).

Und dabei ist es nicht nur für die Jugendlichen, sondern auch für die Eltern eine Zeit massiver Umorientierung und tiefer Verunsicherung. Grundsätzliche Fragen bezüglich familiärer Beziehungen, Rollen und Regeln sind wieder offen. Diese Anpassungsleistungen brauchen viel Zeit und Energie.

3. Wenn Kinder aus dem Haus gehen... dann ist dies für die Jugendlichen ein riesiger Schritt

Ziel der beiden ersten Abschnitte war es, besonders den Familien, die sich mit massiven Ablösungsproblemen auseinandersetzen haben, einen Weg aus ihrer Isolation zu bahnen. Wenn nämlich Ablösung ein alltägliches Phänomen ist, dann stigmatisieren die auftretenden Probleme nicht und man muss sie nicht verschweigen. In den nächsten drei Abschnitten sollen wesentliche Themen benannt werden, die mit dem Weggang eines Jugendlichen aus der Ursprungsfamilie verbunden sind. Dies geschieht aus der Perspektive der Jugendlichen, der Eltern und der Gesamtfamilie.

3.1 Wegen Umbau geschlossen

Eine erste Chiffre, um sich der Ablösungsphase aus der Perspektive der Jugendlichen anzunähern, kann der Titel einer Gruppe für Eltern pubertierender Jugendlicher sein, die in der Erziehungsberatungsstelle Osnabrück durchgeführt wurde. Er lautet: „Wegen Umbau geschlossen“ und versucht der Situation Ausdruck zu verleihen, dass es angesichts der schwerwiegenden Entwicklungsaufgaben der Pubertät kaum mehr möglich erscheint, den bisher gepflegten „normalen“ Umgang innerhalb der Familie aufrecht zu erhalten. Nicht genug damit, dass eben dieser Umgang selbst zur Debatte steht, dass die Ablösung eine der Entwicklungsaufgaben der Pubertät ist; sie ist noch dazu eine von vielen existenziellen Herausforderungen:

1. Die Jugendlichen müssen sich mit ihrem sich verändernden und erwachsen werdenden Körper auseinandersetzen. Die massiven körperlichen Entwicklungen und die Veränderung der *eigenen Sexualität* verlangen ein neues Umgehen mit Schamgrenzen. Neben der Suche nach der eigenen Männer- oder Frauenrolle gilt es soziale Bindungen zu Gleichaltrigen des anderen Geschlechts aufzunehmen und erste sexuelle Erfahrungen zu machen.
2. Auch über den Bereich der Erotik und Sexualität hinaus ist die *Umstrukturierung des sozialen Netzwerks* zentrales Thema. In dieser Zeit werden verbindliche Beziehungen innerhalb von Gruppen „Gleicher“ (sogenannten Peer-groups) aufgenom-

men und die Bedürfnisse nach psychosozialen Wohlbefinden, Unterstützung in Krisensituationen und Entwicklungsförderung immer mehr in diese Gruppen verlagert. Neben den Peer-Kontakten kann die Beziehung zu einem „besten Freund“ bzw. zur „besten Freundin“ wichtig sein.

3. Es müssen Handlungsmuster entwickelt und gefestigt werden, um den *Konsum- und Freizeitmarkt* sowie die *Medien*, die von frühester Kindheit an Realität geschaffen und geprägt haben, zu nutzen bzw. um sich von diesen nicht völlig beherrschen zu lassen.
4. Ein vorläufiger *Lebensplan* mit einem eigenen Partnerschafts- und Familienbild, aber auch mit Rollen, um am kulturellen und politischen Leben zu partizipieren, muss entworfen werden. Dazu gehört auch Entscheidungen bezüglich der Berufswahl zu treffen und grundlegende berufliche Qualifikationen zu erwerben.
5. Schließlich geht es – die anderen Bereiche teilweise übergreifend – darum eine *stabile Identität* zu finden. Stichworte dazu sind die Entwicklung eines Werte- und Normensystems und die Internalisierung eines ethischen Bewusstseins, das mit dem eigenen Verhalten und Handeln übereinstimmt.

Immer wiederkehrende Erfahrung in der Arbeit mit Eltern und LehrerInnen ist, dass die Bandbreite und Bedeutung dieser Entwicklungsaufgaben den Erwachsenen nicht bewusst ist. Versucht man für einen Moment die Rolle mit einem Jugendlichen zu tauschen, der sich der Wucht dieser Herausforderungen stellen muss, wird deutlich, warum so wenige Ressourcen für andere Fragen frei bleiben und warum die Jugendlichen oftmals so von sich selbst in Anspruch genommen erscheinen.

3.2 Das Drama des Hummers

Françoise Dolto bietet in ihrem sensiblen Buch *Von der Schwierigkeit erwachsen zu werden* ein Bild an, das den für die Phase der Ablösung wesentlichen Aspekt existenzieller Verunsicherung fokussiert. Sie spricht von der Häutung des Hummers als einem Drama: „Wenn ein Hummer den Panzer wechselt, verliert er zunächst seinen alten Panzer und ist dann so lange, bis ihm ein neuer gewachsen ist, ganz und gar schutzlos. Während dieser Zeit schwebt er in großer Gefahr“ (Dolto/Dolto-Tolitch 1991, 15). Diese Verunsicherung ist beinahe allgegenwärtig, denn mit der Ablösung geben die Jugendlichen ihre „Kindheitsidentität“ und den damit verbundenen Schutz auf. Sie fühlen sich fremd im eigenen, sich viel zu rasch verändernden Körper. Sie fühlen sich oftmals schutzlos einer Gesellschaft ausgeliefert, die selbst für die Erwachsenen riskant und überkomplex, kaum zu durchschauen und noch weniger steuerbar ist. Jenseits überlieferter Traditionen und ohne die Sicherheit gültiger Wertmaßstäbe ist die Familie, die es zu verlassen gilt, immer öfter die letzte Bastion, die so etwas wie Schutz und Orientierung zumindest rudimentär zu geben vermag. Ganz zu schweigen vom realen alltäglichen Existenzkampf, von Mietpreisen und Arbeitslosigkeit...

3.3 Zeit der Kippbilder

Schließlich ist die Ablösungsphase für die Jugendlichen eine Zeit der Kippbilder. Sie fühlen sich hin- und hergerissen zwischen dem Wunsch schon erwachsen und unabhängig zu sein und der Sehnsucht nach kindlicher Abhängigkeit und elterlichem Schutz. Sie erwarten mit der größten Selbstverständlichkeit selbst darüber zu entscheiden, ob und wie lange sie ausgehen dürfen, und ebenso selbstverständlich, dass

ihnen die Mutter einen Kratzer verarztet, den sie sich „draußen“ zugezogen haben. Die Jugendlichen fühlen von einem Augenblick auf den nächsten die unbändige Kraft des „Sturm und Drang“ oder die von der herben Realität ausgelöste Ernüchterung über ihre begrenzten Möglichkeiten. Korrespondierend dazu schildern viele Eltern, wie sehr es sie verwirrt in ihrem Kind einmal einen jungen Mann oder eine junge Frau vor sich zu sehen, einen Moment später aber das Kind, das es immer schon gewesen ist.

4. Wenn Kinder aus dem Haus gehen... dann werden Eltern mit existenziellen Themen konfrontiert

Aber nicht nur die Jugendlichen sind in der Adoleszenz mit herausfordernden Themen konfrontiert, emotional höchst verletzlich und zwischen den noch nicht verlassenen kindlichen und den oftmals noch nicht angemessenen erwachsenen Rollen verunsichert. Das Thema der Ablösung markiert auch für die Eltern einen Zeitpunkt, zu dem es darum geht, sich mit eigenen, existenziell berührenden Fragestellungen auseinanderzusetzen. Für sie geht es um Rückschau und Abschied, um eine Auseinandersetzung mit den verbleibenden Perspektiven, letztlich um Altern und Tod.

4.1 Versöhnung mit einer fragmentarischen Biografie

Max Frisch (1984) stellt seinem Bühnenstück „Biografie: Ein Spiel“ ein Motto voran, das einen alten, immer wieder aktuellen und nur allzu menschlichen Wunsch formuliert: „Ich denke häufig: wie, wenn man das Leben noch einmal beginnen könnte, und zwar bei voller Erkenntnis? Wie, wenn das eine Leben, das man schon durchlebt hat, sozusagen ein erster Entwurf war, zu dem das zweite die Reinschrift bilden wird!“ Professor Hannes Kürmann, der Protagonist in Frischs Stück, bekommt dann eben diese Chance, sein Leben noch einmal auf der Bühne sehen zu können und, wo auch immer er möchte, ins Dossier einzugreifen, es zu verändern, es neu zu spielen. In mehreren desillusionierenden Durchgängen muss Kürmann mühsam die Lektion lernen, dass es nicht diese und jene Szene in seinem Leben gegeben hat, die sich mit schneller Feder umschreiben ließe, sondern dass er eine Biografie hat, die untrennbar zu ihm gehört; dass er seine Biografie geworden ist.

Max Frischs Schrift vermag ein Lehrstück über die Ablösephase zu sein, weil sie sowohl darauf besteht, dass die Biografie stets unvollkommen, fragmentarisch bleibt, als auch darauf, dass sie ex post nicht mehr revidierbar ist. Für die Eltern stellt sich während oder kurz nach der Pubertät ihrer Kinder die Aufgabe Bilanz zu ziehen über die vergangenen zwei Jahrzehnte der Familienphase und sich mit dem auszusöhnen, was sie an mehr oder weniger lebenswerten Fragmenten vorfinden. Verschärft werden die Bedingungen dieser Rückschau durch ihre adoleszenten Kinder, die gedrängt vom heftigen Wunsch das eigene Weltbild zu formen die Schwächen und Mängel an dem System aufdecken, für das (auch) ihre Eltern stehen, das sie aufgebaut und in dem sie gelebt haben.

4.2 Das Empty-Nest-Syndrom: Abschied von Beziehungen, Rollen und ungelebten Möglichkeiten

Eng verwoben mit der Rückschau auf die Familienphase ist der Abschied von Beziehungen und Rollen, die Trauer um nicht genutzte Möglichkeiten und das Aushalten der Leere: FamilientherapeutInnen sprechen vom Empty-Nest-Syndrom. Zum einen geht es zum Zeitpunkt des Auszugs der Kinder ganz real darum, sich von Präsenz und ge-

meinsam verbrachter Zeit zu trennen, die plötzliche Leere und Stille der Wohnung zu ertragen.

„Es kann sein, dass neue Themen vom Zaune gebrochen werden müssen, um Aufregung in die Beziehung zu bringen, Außenbeziehungen, ein Sorgenkind oder eine Krankheit. In der Regel lässt sich jedoch keine mit der elterlichen Phase vergleichbare Intensität des Sichgebrauchens mehr herstellen“ (Willi 1991, 105).

Zum anderen ist dies auch ein Abschied von den elterlichen Rollen und der Eltern-Identität. Ebenso wie es die Kinder sind, die zwei Menschen zu Eltern machen, entziehen sie ihnen diese Rollen (zumindest teilweise) wieder, wenn sie die Familie verlassen. Dieser Abschied ist wohl kaum zu überschätzen, weil die Mutter- bzw. Vaterfunktion die Rollencluster eines Menschen fundamental umstrukturiert. Die Elternrollen führen dazu, das eigene Leben von Grund auf am Leben der Kinder auszurichten, oftmals sogar – nach wie vor gilt dies besonders für Frauen – sich selbst *primär* über die Beziehung zu den Kindern zu definieren. Nicht zuletzt beinhalten diese Rollen durch die Idealisierung und Zuwendung von den Kindern, durch das Bewusstsein von Macht, Kontrolle und Verantwortung sowie durch gesellschaftliche Anerkennung höchst attraktive Aspekte.

Mit dem Abschied von der Elternrolle einher geht oft die Auseinandersetzung mit all den ungenutzten Möglichkeiten, die der Entscheidung für die Familie und die Kinder geopfert wurden. Hier kommen unverwirklichte Berufs- und Karrierewünsche in den Blick, aber auch eigene Jugendträume, Lebenspläne und Beziehungswünsche. Und auch hier kann die Kontrastierung durch Schritte und Möglichkeiten der Kinder die Bilder nicht nur entstehen, sondern auch besonders schmerzhaft spüren lassen. Nicht nur deren physische Überlegenheit, auch ihr Lebensgefühl die Welt und die Zukunft noch vor sich zu haben, erinnert empfindlich an die eigenen, enger werdenden Spielräume und Entwicklungsmöglichkeiten.

4.3 Perspektiven? – Wenn Eltern Paare werden

Ein drittes Stichwort neben Bilanz und Abschied kann die Frage nach Perspektiven sein. Was passiert eigentlich – so könnte man die Frage zuspitzen – wenn Eltern wieder Paare werden? Eltern, die zumeist länger Eltern als vorher Paare waren; und Eltern, die nach der Geburt der Kinder und im Zuge der beruflichen Karriere(n) nicht selten *nur noch* Eltern waren und sich jahrelang nicht mehr oder kaum als Paare wahrgenommen haben. In bemerkenswerter Gleichzeitigkeit zu den Fragen der jungen Erwachsenen müssen, wenn das selbstverständliche Bindeglied „Kind“ wegfällt – und wenn dies möglich ist – die Partnerbeziehung und die Rollen als Mann und Frau neu definiert werden.

Aber auch weit über die Geschlechterrollen hinaus stehen Veränderungen für das ehemalige Elternsystem an. Es gilt die neu gewonnene Freiheit zu strukturieren. Unter Umständen sind (letzte) berufliche Weichenstellungen nötig und in dem jetzt veränderten Rahmen möglich. Oftmals wird nach dem Auszug der Kinder zunächst nur bei einem Partner (idealtypisch ist dies zumeist die Frau) ein persönlicher Entwicklungsprozess angestoßen, der einen tiefgreifenden Wandel des Systems mit sich bringen muss. Nachholbedürfnisse, nachlassender Beanspruchungsdruck und erweiterte Freiräume führen dazu, dass diese Zeit eine Zeit der Individuation ist. Die Bezogenheit auf den Partner tritt oft etwas in den Hintergrund, Bekanntschaften werden eher un-

abhängig vom Partner geschlossen und es entstehen eigene Welten, zu denen der Partner/die Partnerin nur eingeschränkt Zugang hat (Willi 1991, 105f.).

Schließlich müssen die Eltern nach der Ablösung der Kinder weiterhin auf familieninterne Herausforderungen reagieren. Zu den Kindern sollten sich Beziehungen mit Erwachsenenqualität entwickeln, so dass es mittelfristig, wenn Eltern und Kinder ihre neuen Rollen wirklich akzeptiert haben, möglich wird auf neue Art in Kontakt zu bleiben, um Rat gefragt zu werden und Unterstützung anbieten zu können. PartnerInnen der Kinder müssen in die Familie einbezogen werden und einen adäquaten Platz bekommen. Und die Eltern müssen sich in der folgenden Zeit vielfach mit Krankheit und Tod der eigenen Eltern auseinandersetzen.

4.4 Altern und Tod

Gemeinsame Brennpunkte finden die besprochenen Entwicklungsaufgaben der Eltern in dem Thema des Altwerdens und der Konfrontation mit dem Tod. Die Ausrichtung der Konsum-, Freizeit-, aber auch Arbeitsmärkte am Ideal der Jugendlichkeit und die strukturelle Entmachtung und Entwertung der Alten – beides gesellschaftliche Kräfte, die den Alltag längst kolonialisiert haben – werden durch den Ablöseprozess in vielfältiger Brechung konkret spürbare familiäre Realität.

Eine, vielleicht *die* Wurzel dieses gesellschaftlichen Jugendlichkeitswahns ist die kollektive Verweigerung sich mit dem Tod als einer im Leben permanent präsenten Wahrheit auseinanderzusetzen (Yalom 1989; Gronemeyer 1996; Schleper in diesem Band). Abschied nehmen, Zurückblicken und Resümieren, das Ende der vertrauten Form der Familie, die Beschäftigung mit noch verbleibenden Zeiten und Lebenschancen, die Vorbereitung auf den Wechsel in die Großelterngeneration, der Tod der eigenen (Schwieger-)Eltern, dies alles führt unweigerlich in Grenzbereiche, innerhalb derer sich diese gesellschaftliche Abwehr des Todesthemas wenn überhaupt, dann nur unter höchster Kraftanstrengung aufrecht erhalten lässt. Damit steht aber endgültig fest, dass Reaktionen auf den Weggang der eigenen Kinder keine nur oberflächlichen und kosmetischen sein können, sondern dass an dieser Schwelle auch für die Eltern ein sehr grundsätzlicher Blick auf die eigene Lebensrealität angezeigt ist.

5. Wenn Kinder aus dem Haus gehen... dann bringt das Familien manchmal an den Rand ihrer Kräfte

Schaut man auf die Menge der Themen, die in der Adoleszenz bei den Heranwachsenden und ihren Eltern virulent werden, so verwundert es nicht, dass es für die Zeit der Ablösung keine schnellen Patentrezepte geben kann. Viele Familien durchlaufen einen langen und langsamen Prozess, innerhalb dessen sie um befriedigende Lösungen für die anstehenden Entwicklungsaufgaben ringen. Für andere ist es eine Zeit manifester Krisen, in denen auch externe Hilfen gesucht werden. Am Ende dieser Ausführungen sollen fünf Themenkreise stehen, die im Kontext der Erziehungsberatung von Familien mit pubertierenden Jugendlichen immer wieder berührt werden.

5.1 Raum und Zeit für das Thema

Ablösung braucht geschützte Räume und Zeiten, in denen sie Bedeutung erlangen kann. Zum einen bedeutet dies, dass der Prozess an sich Zeit braucht. In vielen Beratungen entschärft eine Sequenz über die Phantasien, wie die Familie in fünf oder zehn Jahren aussehen wird, das Gespräch ungemein; denn in diesen Phantasien findet fast

immer das Zutrauen der Eltern in ihre Kinder Raum, dass sie, wie fremd sie sich auch gerade benehmen, ihren Weg schon gehen werden (ein kleiner Schritt ist es dann, sich über die gemeinsamen Potentiale der Familie auszutauschen). Zum anderen fragt die Suche nach Räumen und Zeiten nach der Wertschätzung für die Leistung, die in dieser Zeit von der Familie zu erbringen ist. Wenn nämlich die Väter gerade auf dem Höhepunkt ihrer beruflichen Karriere und die Mütter auf dem Sprung sind Unnachholbares nachholen zu wollen, so fehlt schnell der Rahmen sich mit dem Thema adäquat auseinanderzusetzen.

„Haben Familien zusätzliche kritische Life-events, wie z.B. [Trennung oder heftige Auseinandersetzungen auf der Paarebene] Wiederverheiratung bzw. Aufbau einer neuen Partnerbeziehung, Hausbau, Arbeitslosigkeit etc. zu bewältigen, [...] besteht die Gefahr, dass die Herausforderungen durch die Pubertät nicht entsprechend wahrgenommen und die notwendigen Umorientierungen und Anpassungsleistungen nicht erbracht werden (können)“ (Beham o.J.).

5.2 Konfliktkultur

Für einen gelingenden Ablöseprozess ist es förderlich, wenn die Familie auf eine funktionierende und möglichst erprobte Konfliktkultur zurückgreifen kann. In Familien, die gelernt haben, Konflikte wertzuschätzen und konstruktiv auszutragen, werden auch so aggressive Impulse wie die Infragestellung der Familie und die Ablösung von ihr eher eine Chance haben als Wachstums- und Reifungspotentiale anerkannt zu werden. Aggressionshemmungen und Konfliktvermeidung können dagegen zu Trennungsängsten und Schuldgefühlen und damit zu einer Beeinträchtigung der natürlichen Autonomiebestrebungen führen.

In diesem Kontext ist auch ein kritischer Blick auf die zunehmende Liberalisierung der Erziehungsstile nötig, denn wenn es kaum allgemeingültige Regeln und Normen gibt, die Erwachsenen ihre Leitbildfunktion verlieren und die Eltern als Reibungsflächen ausscheiden, dann können damit auch wertvolle Möglichkeiten der Orientierung, Abgrenzung und Identitätsfindung verlorengehen (Zartler o.J.).

5.3 Veränderungsbereitschaft

Der Verlauf des Ablöseprozesses hat auch etwas damit zu tun, wie Veränderungen in einer Familie insgesamt angesehen sind: ob sie eher angstbesetzt als Gefährdung des gegenwärtigen Gleichgewichtszustandes oder eher mit ihrem innovativen Potential wahrgenommen werden. Eine geringe Anpassungsbereitschaft an sich ändernde Lebensumstände kann dazu führen, dass Trennungs- und Zukunftsängste so stark werden, dass das sprichwörtliche „Hotel Mama“ – oftmals unbewusst – angeboten und genutzt wird.

5.4 Die Bedeutung der Familiengeschichte und -konstellation

Die Adoleszenz ist wie alle familiären Krisenzeiten anfällig für Störungen in anderen familiären Bereichen. So können unklare Grenzen zwischen den Subsystemen der Eltern und Kinder die Ablösung deutlich erschweren. Wenn ein Kind als Partnerersatz oder Verbündeter eines Elternteils oder als „letzte gemeinsame Aufgabe“ der Eltern den heimlichen Auftrag hat, das System zu erhalten, oder wenn Delegationen seine Individuation untergraben, dann wird es nur unter Einsatz größter Kräfte den Schritt

aus der Familie schaffen oder sogar am Schritt in die Unabhängigkeit scheitern (z.B. Ausbildungen oder Beziehungen abbrechen oder den Übergang ins Berufsleben verschleppen).

5.5 Auf der Suche nach Ritualen

Ein letzter Hinweis aus der Beratungspraxis gilt dem beinahe gänzlichen Fehlen von Ablösungsritualen. Dadurch, dass es kaum gesellschaftliche Hilfestellungen und Muster für diesen Schritt gibt bzw. die traditionellen Rituale wie Konfirmation, Firmung, Jugendweihe nicht mehr wirksam sind, fällt die Aufgabe seiner Gestaltung und Bearbeitung allein den Familien bzw. den Individuen zu. Die Individualisierung des Themas nimmt aber häufig den Schutzraum, sich der existenziellen Wucht mancher Themen überhaupt stellen zu können. Einen Niederschlag findet dies im schambesetzten Schweigen und dem einsamen Kämpfen mancher Familien pubertierender Jugendlicher. Dabei gibt es unzählige, sehr unterschiedlich gewichtige Anlässe, die es ermöglichen einen weiteren Ablöseschritt von der Familie zu thematisieren, wertzuschätzen oder zu feiern: die Übergabe eines eigenen Haustürschlüssels, das Abschließen des Badezimmers oder des eigenen Zimmers, das Anklopfen an das Zimmer der Jugendlichen, die Führerscheinprüfung, der Tanzkursabschluss.

5.6 Schlussbemerkung

All diese Anmerkungen bleiben lediglich Wahrnehmungshilfen, um trotz der aktuellen Turbulenzen einen Ablösungsprozess zumindest ansatzweise verstehen und durchstehen zu können. Sie können und wollen keine kurzfristigen Lösungen sein. Denn wenn Kinder aus dem Haus gehen, stellen sich Familien einer der größten Herausforderungen ihrer gemeinsamen Biografie. Das ist so normal wie unumgänglich... und bringt manchmal an den Rand der eigenen Kräfte.

Literatur

- Beham, Martina (o.J.), „Förderliche und hemmende Faktoren zur Bewältigung der Entwicklungsaufgaben in Familien mit Pubertierenden“, <http://www.oif.ac.at>.
- Bruners, Wilhelm (1990), „heilige familie“, in: *Das Gespräch mit dem Engel*, Klens, Düsseldorf.
- Bruners, Wilhelm (1989), *Wie Jesus glauben lernte*, Christophorus, Freiburg.
- Cierpka, Manfred (1996) (Hg.), *Handbuch der Familiendiagnostik*, Springer, Berlin.
- Deutsche Shell (2000) (Hg.), *Jugend 2000*, Bd. 1, Leske+Budrich, Opladen.
- Dolto Françoise/Catherine Dolto-Tolitch (1991), *Von der Schwierigkeit erwachsen zu werden*, Klett-Cotta, Stuttgart, 2. Aufl. 1992.
- Frevert, Gabriele/Manfred Cierpka/Peter Joraschky (1996), „Familiäre Lebenszyklen“, in: Manfred Cierpka 1996, 163-193.
- Frisch, Max (1984), *Biografie: Ein Spiel*, Suhrkamp, Frankfurt/Main.
- Gronemeyer, Marianne (1996), *Das Leben als letzte Gelegenheit. Sicherheitsbedürfnisse und Zeitknappheit*, Primus, Darmstadt.
- Havighurst, R.J. (1948), *Developmental tasks and education*, Longmann, New York, 2. Aufl. 1982.
- Hurrelmann, Klaus (1985), *Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung*, Juventa, Weinheim.
- Montada, Leo (1998), „Fragen, Konzepte, Perspektiven“, in: Oerter/Montada 1998, 1-83.

- Oerter, Rolf/Leo Montada (1998) (Hg.), *Entwicklungspsychologie*, PVU, Weinheim.
- Oerter, Rolf, (1998), „Kultur, Ökologie und Entwicklung“, in: Oerter/Montada 1998, 84-127.
- Postman, Neil (1983), *Das Verschwinden der Kindheit*, Fischer, Frankfurt/Main.
- Schneewind, Klaus A. (1998), „Familienentwicklung“, in: Oerter/Montada 1998, 138-141.
- Storch, M. (1994), *Das Eltern-Kind-Verhältnis im Jugendalter. Eine empirische Längsschnittstudie*, Juventa, Weinheim.
- Willi, Jürg (1991), *Was hält Paare zusammen?* Rowohlt, Reinbek.
- Yalom, Irvin D., (1989), *Existenzielle Psychotherapie*, Edition Humanistische Psychologie, Köln, 3. Aufl. 2000.
- Zartler, Ulrike (o.J.), „Pubertät und ihre Bedeutung für Eltern und Kinder“, <http://www.oif.ac.at>.