



Reinhard Winter

JUNGEN BRAUCHEN KLARE ANSAGEN

*Ein Ratgeber für
Kindheit, Schule und
die wilden Jahre*

BELTZ

Leseprobe aus: Winter, Jungen brauchen klare Ansagen, ISBN 978-3-407-85989-1

© 2014 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-85989-1>

Vorwort



Mit einem Jungen zusammenzuleben, einen Sohn ins Leben zu begleiten ist ein großes Glück. Doch Jungen zu erziehen kann auch zu einer Herausforderung werden.

Dieses Buch soll Ihnen als Eltern dabei helfen, Ihren Sohn gut durch Kindheit, Schule und Pubertät zu begleiten. Es ist in der Arbeit mit vielen verschiedenen Jungen und mit vielen unterschiedlichen Eltern entstanden. Eltern mussten immer wieder dieselben Fragen stellen, bis wir gemeinsam auf das Thema »Führung« als eine wichtige Klammer für viele Elternfragen kamen. Seither fällt mir das immer wieder auf, sei es an Vortragsabenden zur Jungenerziehung, in der Beratung von Eltern oder auch bei Jungen, mit denen ich arbeite: Mindestens die Hälfte aller Jungen-Erziehungsfragen handelt von Problemen, mit Jungen »klarzukommen«, von Schwierigkeiten, die auf die Qualität der Beziehung zwischen Eltern und ihren Söhnen und letztlich auf die Rolle der Eltern als Führungskräfte in der Familie zurückzuführen sind.

Die Fragen, die mich durch meine Beratungsarbeit und durch dieses Buch leiten, sind: Was machen Eltern richtig, die ihre Jungen stabil und halbwegs gelassen durch Kindheit und Jugendphase bringen? Oder: Was haben Jungen, die ihre Herausforderungen einigermaßen beständig und erfolgreich meistern, von ihren Eltern bekommen? Eltern sind die ersten und prägenden Beziehungen, sie bringen ihre elterliche Liebe mit, sie sind am häufigsten und die längste Zeit mit dem Jungen zusammen und haben deshalb eine ganz besondere Bedeutung für ihn. Bringen wir es auf einen Begriff, dann können wir sagen: Ihre Führung hilft Eltern, mit Jungen klarzukommen. Und sie hilft den Jungen,

die Führung als Voraussetzung für eine gelingende Entwicklung brauchen. Das Wirken guter Führung wird da sichtbar, wo Jungen »gut unterwegs« sind, wo sie sich wohl und gut aufgehoben fühlen, wo sie sich positiv entwickeln. Immer wieder begegnen mir solche Jungen, bei denen ich spontan denke: »Klasse! Du bist gut drauf! Dir scheint es gut zu gehen!« Das sind nicht immer die pflegeleichtesten Jungen, im Gegenteil, oft fordern sie mich heraus, provozieren oder sind erst einmal demonstrativ ablehnend. Aber sie sind in Kontakt mit sich selbst und auch mit mir. Wir schwingen uns allmählich aufeinander ein, akzeptieren uns und die Beziehung stimmt.

Dass es in der Erziehung Führung braucht, dass es ohne klare Ansagen und eine klare Haltung der Erwachsenen nicht geht, wird heute an vielen Stellen neu erkannt. Die Haltung der meisten Eltern unterscheidet sich erheblich von der vergangener Zeiten: Früher ging es darum, Autorität als Form elterlicher Macht zu verstehen; deshalb wurde Autorität um der Autorität willen gefordert; im Zweifel wurde diese Forderung mit Druck, Liebesentzug oder Gewalt durchgesetzt. Damals waren Kinder gehorsamer. Das ging aber nur mit Gewalt, und dieses Modell ist zum Glück überholt. Viele Eltern wissen sich nun jedoch nicht mehr recht zu helfen. Sie halten den Jungen für »falsch«; er gehorcht nicht oder benimmt sich schlecht – und muss deshalb repariert werden. Das ist der Ausgangspunkt vieler meiner Beratungsgespräche, und gemeinsam nähern wir uns in den allermeisten Fällen der Einsicht: Nicht der Junge ist falsch, sondern an der Beziehung stimmt etwas nicht. Wie ich in diesem Buch zeigen werde, kann eine offene, verstehende Beziehung zum Jungen von Anfang an aufgebaut werden, und sie kann – das ist das Schöne daran – immer wieder neu begonnen, aufgenommen und verbessert werden.

Liebevolle Klarheit in der Beziehung zum Jungen wird heute als etwas Notwendiges und Nützliches verstanden. Klar und nah zu sein ist eine neue, gute, persönliche oder die »eigentliche«

Form der Führung: Sie braucht keine Drohungen, Strafen, Angst und Gewalt, um erzwungen oder durchgesetzt zu werden. Die klare Beziehungsqualität ist etwas Lebendiges. Sie ist aber auch nicht einfach dadurch da, dass Eltern eben Eltern sind, sondern sie entsteht durch ihre Einstellung und im Handeln. Sie wird aktiv gemacht, getan. Dabei treffen sich die Bedürfnisse von Jungen mit denen der Eltern und anderer Erziehender: Alle Seiten benötigen klare Beziehungen, damit es ihnen gut geht. Und nur Menschen, denen es selbst gut geht, können auch gute und klare Eltern sein.

Was Jungen durch ihre Kindheit, die Schulzeit und die Pubertät trägt, ist die Beziehung, die gefüllt ist mit der Persönlichkeit der Eltern, mit ihren Einstellungen, ihren Werten und mit der Art, wie sie Beziehung »tun«. Ihr Verhalten drückt ihre Haltung aus. Dieser Hintergrund und ihre Botschaft »Ich bin da« stärken dem Jungen den Rücken und helfen ihm, sein Jungesein, seine Lebensaufgaben, die Schule und auch die Pubertät gut zu bewältigen. Klar sein und nah – diese Qualität in der Beziehung ist fühlbar. Leider fällt sie vor allem dann richtig auf, wenn sie fehlt. In den zahlreichen Krisenfällen während der Jugendphase lässt es sich gar nicht übersehen, dass Jungen stabile Erwachsene in einer klaren Beziehung zu ihnen wollen. Sie fordern diese Klarheit mehr oder weniger deutlich ein und schlagen gegebenenfalls so weit über die Stränge, bis sie spüren können, dass sie Antworten auf ihr Verhalten bekommen.

Das Schöne ist: Beim Führen, beim Klarwerden und -sein müssen Eltern keine unbekanntenen oder gänzlich neuen Fähigkeiten lernen. Vielmehr geht es darum, vorhandenes Können neu zu entdecken, es zu erweitern, mit Energie auszustatten und mit mehr Nachdruck zu vertreten. All dies stärkt die Selbstsicherheit der Eltern, die Jungen häufig vermissen und suchen.

Wichtig ist also Orientierung in diffusen Jungen-Erziehungszeiten – aber ohne Rückgriff in die pädagogische Mottenkiste. Es fällt auf, dass sich die Forderung nach mehr Strenge seit einiger

Zeit gut verkaufen lässt: Disziplin hin, Tigermutter her, und Supernannys mit ihren Zaubertricks aus dem Erziehungszyylinder dazwischen. Das Motto scheint zu lauten: Hauptsache Härte! Mit solchen Ideen wird das Heil der Gegenwart in der Vergangenheit gesucht. Stillschweigend werden militärische Tugenden wieder salonfähig; hartherzige, gewaltförmige Erziehungsziele schleichen sich ein.

Es ist deshalb notwendig, die Ideen dieses Buches scharf von autoritären Erziehungsideen abzugrenzen. Um niemand auf falsche Fährten zu locken, möchte ich betonen: Es geht in diesem Buch um den positiven Gehalt von Führung, von Klarheit in Beziehung, um mitfühlende, liebevolle Zuwendung, um Anerkennung, Vertrauen und Verantwortung auf beiden Seiten – also nicht um Disziplin, Druck, Drill, Zwang, Unterwerfung, Repression, Machtausübung oder Kinderdressur, auch nicht um die Idealisierung überholter Formen von Pädagogik. Autoritäres Verhalten ist Machtgebaren, das dann ausgespielt wird, wenn schwache Persönlichkeiten sich nicht mehr zu helfen wissen. Wenn eine Person nicht anerkannt wird und glaubt, sich durch Macht behaupten zu müssen, wird sie autoritär – und das ist immer ein Armutszeichen, ganz sicher kein Ziel für Eltern.

Eine Frage, die mir häufig gestellt wird, ist: Brauchen Jungen wirklich etwas anderes von ihren Eltern als Mädchen? Ich glaube, ja: Damit die Beziehung zum Jungen verstanden wird, damit sie wirkt und funktioniert, muss sie auch mit der Geschlechterbrille betrachtet werden. Es fällt zum Beispiel auf, dass Eltern den Mädchen meist engere Grenzen stecken, sie mehr behüten, oder anders gesagt: dass Mädchen besser mit Halt versorgt werden – umgekehrt fehlt Jungen hier etwas. Auch weil es Jungen sind, die uns derzeit gesellschaftlich die größeren Sorgen machen, ist diese Sichtweise wichtig. Viele Erziehungsratgeber behandeln Fragen der Beziehung zwischen Eltern und Kind als allgemeine Themen. Das ist gut, hilfreich und wichtig, aber die Geschlechteraspekte

werden dabei nicht besonders beachtet. In meiner Arbeit und auch in diesem Buch ist es umgekehrt: Die geschlechtliche Perspektive steht im Vordergrund. Denn jede Beziehung hat auch eine geschlechtliche Seite oder Einfärbung.

Leider gibt es auch in der Jugenerziehung keine absolute Wahrheit. Wie Sie ganz speziell Ihre Führungsrolle in der Familie gestalten, wie Sie mit Ihrem Jungen klarkommen, das kann ich Ihnen nicht sagen. Sie werden das selbst herausfinden. Jungen, Eltern und Lebenssituationen sind ganz unterschiedlich. In diesem Buch finden Sie Hinweise und Vorschläge dafür, wie es gehen könnte. Welche für Sie passen, welche Erfahrungen und Ideen Sie umsetzen können, entscheiden Sie selbst. In welcher Intensität dabei Ihre Führungskraft wichtig ist, lässt sich kaum vorhersagen. Das Gute ist aber: Jungen signalisieren, was sie brauchen! Als ihr Gegenüber können Eltern sich genau darauf einstellen.

Wichtig ist mir, dass mit dem Ziel der Klarheit keine überhöhten Anforderungen einhergehen. Klare Ansagen machen, klar und zugleich nah sein, das soll für Entspannung, Zuversicht und Gelassenheit in der Erziehung sorgen, und deshalb soll es hier nicht um Leistungsdruck und Erziehungsoptimierung gehen! Wenn es Ihnen in Ihrer Familie und mit Ihrem Jungen gut geht, dann freuen Sie sich daran. Machen Sie mehr von dem, was Sie gut machen. Ansonsten gibt es keinen Grund, etwas zu verändern! Vielleicht denken Sie ein wenig darüber nach, was Sie und Ihr Junge alles richtig machen, dann können Sie das anderen weitergeben. Wenn es manchmal schwierig ist mit Ihrem Sohn, dann hilft nur Optimismus. Aus meiner Erfahrung heraus kann ich Ihnen Mut machen: Meistens geht es gut, und aus Jungen werden junge Männer, an denen sich das Elternherz erfreuen kann!

Gute Beziehung zum Sohn braucht Gelassenheit, Ruhe, Achtsamkeit und Entspannung. Gerade in der heutigen Zeit sehnen sich Jungen wie Erwachsene nach stressarmen Phasen. Gleich-

mut ist die Eigenschaft, die nötig ist, um bestehen zu können: Das gilt besonders für das Dauerbrenner-Thema »Jungen und Schule« und noch einmal verschärft für die Zeit der Pubertät. Bevor Sie sich also zu sehr anstrengen, um auch die Sache mit den klaren Beziehungen außerordentlich gut zu machen – entspannen Sie sich. Verabschieden Sie sich von der Vorstellung, die Beziehung zum Jungen genau richtig zu schaffen; Beziehung kann nicht perfekt gemacht werden. Im Gegenteil, Fehler sind gerade auch für Eltern wichtig, um sich weiterzuentwickeln. Sie gegenüber Jungen – und sich selbst – einzugestehen verweist auf wahre Größe. Gerade durch Fehler lernen Eltern dazu. Allein deshalb wäre es schade, wenn Sie keine Fehler machen würden. Und in der Regel gilt auch hier: Wer keine Fehler macht, macht etwas falsch!

Eine der häufigsten Rückmeldungen von Jungen an Erwachsene (ja, auch an mich) lautet: Entspannt euch! Nicht so verbissen! Seht nicht alles so verkrampft! Chill mal, Alter! Diese Botschaften müssen wir ernst nehmen: Stress, Hektik und Leistungsdruck hebeln Erziehungsbeziehungen aus!

Vorwort für Jungen

Es ist zwar eher unwahrscheinlich, dass ein Junge dieses Buch erwirbt – aber lesen: Wer weiß? Wenn »Junge« draufsteht und das Buch griffbereit herumliegt, kann das durchaus vorkommen. Das haben mir zumindest Eltern berichtet, die mein Buch »Jungen – eine Gebrauchsanweisung« besitzen. Vielleicht steigt die Wahrscheinlichkeit, wenn Eltern die Pubertät des Sohnes wenig souverän bewältigen und so problematisch werden, dass der Junge Rat sucht?

Dieses Buch richtet sich an Eltern. Aber es stehen auch

keine Geheimnisse darin, die Jungen nicht erfahren dürften. Schon gar keine geheimen Tricks und Strategien. Eigentlich ist das Buch nämlich für Jungen geschrieben: Sie liegen mir am Herzen. Jungen können besser unterstützt und begleitet werden, als dies heute vielerorts geschieht. Viele Jungen sind unglücklich oder zeigen problematische Verhaltensweisen, weil im Umgang mit ihnen etwas Wichtiges nicht passiert. Sie reagieren damit auf ein Defizit, für das sie nichts können.

Führung und klare Beziehungen sind eine zweiseitige Angelegenheit. Jungen tragen ihren Teil dazu bei. Wenn ich mit Jungen arbeite, versuche ich, wo möglich und nötig, sie auf ihren Teil in einer guten Beziehung hinzuweisen: Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen, Konsequenzen zu tragen, aber auch für Freiheiten und Selbstverantwortung zu kämpfen. Eine Portion Rebellion steht jedem Jungen gut.

Jungen ahnen ja meist, dass ihre Eltern sie lieben, oft wissen sie es ganz sicher. Auf diesem Fundament lässt sich gut wachsen und auch pubertieren. Eine Kindheit benötigt auch Konflikte, die Jugendphase sowieso. Wo Eltern dazu neigen, immer nett sein zu wollen, weichen sie aus. Dem Jungen ist zu raten: Lass das nicht zu. Noch schlimmer sind Eltern, die Jungen jede Anstrengung und jeden Schmerz ersparen wollen. Hier sind Jungen besonders gefragt, ihre Eltern weiterzuentwickeln und sie in ihre Führungsrolle zu verpflanzen. Müttern und Vätern hilft es, wenn sie herausgefordert und konfrontiert werden. Auch Eltern brauchen klare Ansagen!

Aber seid nachsichtig: So, wie Jungen ihr Größerwerden und ihre Pubertät erst entwickeln, wenn sie mittendrin sind, geht es ihren Eltern mit ihrer Rolle auch. Das heißt: Sie brauchen Zeit. Und meistens haben sie es erst zu dem Zeitpunkt wirklich begriffen, wenn der Junge erwachsen ist. Eltern darin zu begleiten ist Aufgabe des Sohns. Viel Spaß dabei!



KLARE ANSAGEN - STARKE JUNGEN

Wie wird der Junge zum Mann?



Brauchen Jungen grundsätzlich mehr Halt, mehr Orientierung, mehr Klarheit? Im Durchschnitt: Ja. Im Einzelfall dagegen: Nein, nicht generell. Natürlich gibt es viele individuelle Unterschiede unter Jungen, etwa im Hinblick auf Temperament, persönlichen Charakter oder Erfahrungen im Leben. So gesehen ist kein Junge wie der andere. Auch ihr Männliches zeigt sich sehr verschieden. Und doch gibt es ohne Frage vieles, was sie verbindet.

Dass Kinder auf führende Eltern sowie klare und nahe Beziehungen angewiesen sind, gilt unabhängig von ihrem Geschlecht. Doch weil Beziehungen immer auch eine geschlechtliche Färbung haben, ist »Mädchen und Beziehung« ein anderes Thema als »Jungen und Beziehung«. Wenn Beziehungen von Kindern zu Erwachsenen betrachtet werden, fällt dies schnell auf: Wer riskiert gern eine große Lippe, demonstriert eigene Kompetenzen, wer neigt zum Protzen? Wer sucht Grenzen? Wer versucht, offensiv gegen Regeln anzugehen oder sie durch passiven Widerstand zu umgehen? Wer rebelliert offen gegen Eltern und Lehrkräfte? Das sind eher die Jungen. Damit ist nicht gesagt, dass so etwas bei Mädchen nicht vorkommt, dass sie keine Führung bräuchten oder dass sie nicht ebenfalls leiden, wenn Beziehungen diffus bleiben – aber sie tun dies aus ihrer Geschlechtlichkeit heraus anders. In diesem Kapitel geht es um die Jungen und damit um das Männliche, das sie von Mädchen unterscheidet.

Das Männliche ist für Jungen keine einfache Angelegenheit (ebenso wie das Weibliche für Mädchen). Je genauer man hinsieht, desto deutlicher wird, dass es vielschichtig angelegt ist, dass es von vielen Seiten beeinflusst wird und es von sehr vielen Faktoren ab-

hängt, wie es sich ausformt. Natürlich prägen den Jungen auch sein Alter und die soziale Schicht oder das Milieu, in dem er aufwächst, seine ethnisch-nationale Herkunft und vielleicht eine Religionszugehörigkeit. Immer gibt es starke Unterschiede: So kann eine hohe Testosteronausschüttung bei dem einen Jungen zum übersteigerten Kampfinteresse führen, weshalb er eine Sportlerkarriere anstrebt, während der andere versucht, körperliche Impulse zu besänftigen, und er sich zur Leseratte oder zum Musiker entwickelt.

Hier liegt wohl der Grund dafür, warum im Alltag jede und jeder weiß, dass es das Männliche gibt, aber was es genau ist, woran es festzumachen ist, da wird es sehr schwierig. Immer wenn wir das Männliche greifen wollen, flutscht es uns aus den Fingern, eine eigentümliche Ja-aber-Situation. Ganz sicher ist nur: Das Männliche ist vielfältig – und Jungen ebenso! Wahrscheinlich liegt genau darin, in der Vielseitigkeit des Männlichen, der entscheidende evolutionäre Vorteil (und sicher nicht in einer zwangsläufigen »Der Mann als Jäger«-Logik; das wäre dann doch zu trivial – und es stimmt auch einfach nicht). Monokulturelle Männlichkeitsvorstellungen sollten deshalb am besten ins Museum gestellt werden.

Jeder weiß: Jungen sind wild und wollen sich bewegen.

Ja schon – aber nicht immer. Es gibt auch viele, denen das nicht so viel Spaß macht. Sie sind ohne Frage trotzdem Jungen!

Das Männliche des Jungen speist sich gleichsam aus drei Quellen: körperliche Gegebenheiten, psychische Faktoren und schließlich soziale oder gesellschaftliche Einflüsse*. Kein Aspekt des Männli-

* Diese Einflüsse werden hier nur knapp in ihrer Bedeutung für führungskräftige Eltern und klare Beziehungen beschrieben. Ausführlich dargestellt habe ich sie im ersten Teil meines Buches »Jungen. Eine Gebrauchsanweisung«.

chen kann nur auf einen einzigen dieser Einflussbereiche zurückgeführt oder reduziert werden: Die drei Motive beeinflussen sich permanent wechselseitig, sie sind eng miteinander verwoben. Wie bei einem Kuchen kann man am Ende nicht mehr erkennen, welche Zugabe den leckeren Geschmack ausmacht: Schmeckt der Schokokuchen, weil Mehl darin ist, wegen Zucker oder Fett, oder sind es die Schokostückchen? Alles vermengt sich und wirkt gemeinsam; so ist es auch mit den drei Zugaben zum Männlichen.

KLASSIKER DES FAMILIENLEBENS

Sprühwirkung oder Sitzpinkeln? Über die korrekte Toilettenbenutzung

Hygiene spielt bei der Erziehung immer wieder eine wichtige Rolle. Das Benützen von Toiletten ist Teil unserer Kulturtechniken. Die Hygiene- und Toilettenentwicklung hat in unseren Breiten dazu geführt, dass in den meisten Haushalten Sitztoiletten angebracht sind. Die Sitztoilette erhielt ihren Namen zu Recht. Wird sie im Stehen verwendet, führt die Aufprallenergie des Urinstrahls zu einer mehr oder weniger heftigen Streuwirkung: Es spritzt unausweichlich. Wegen der Bauart des Gefäßes werden dabei einzelne kleine und mikrofeine Tröpfchen wieder in die Höhe, auf den Rand, die Sitzbrille und den sie umgebenden Boden geschleudert. Dort trocknender Urin wird von Bakterien zersetzt und beginnt, unangenehm zu riechen. Bald entstehen Rückstände, die sich nur schlecht entfernen lassen. Es stinkt.

Schön ist es für Jungen (und für viele Männer ebenso), in der freien Natur einen weiten Bogen zu pinkeln. Auch das Benützen von Urinalen kann sich männlich anfühlen, wobei fehlende Begrenzungen dazwischen bei Jungen oft Schamgefühle wecken. Gegen das Stehpinkeln an sich ist nichts einzuwenden, wenn es in der Natur bzw. vor dem Urinal vollzogen wird. Der Unterschied zwischen dem Benutzen einer Sitztoilette und eines Urinals oder dem Pinkeln in der freien Natur ist groß. Deshalb sollte er Jungen vermittelt werden, es ist Teil seiner Kultivierung.

Medizinisch gesehen hat die sitzende Körperhaltung beim Wasserlassen keinerlei schädlichen Auswirkungen auf den männlichen Körper. Das Problem liegt eher im sozialen und psychischen Bereich. Denn der Begriff »Sitzpinkler« wird nicht selten abwertend verwendet. Dies verweist auf eine Unsicherheit mancher Männer in ihrem Männlichsein. Jungen und Männer, die mit ihrem Geschlecht kein

Problem haben, können ohne Weiteres im Sitzen pinkeln. Im Übrigen ist ein Stehpinkler genauso wenig wie das Hartei männlicher als andere Jungen und Männer (und »Hartei« ist eher ein Symptom für Krankheit: Der gesunde Hoden wirkt elastisch).

Viele Männer und damit auch Väter verstehen sich als eingefleischte Stehpinkler. Beim Thema Sitzpinkeln lernt der Junge durch Imitation gern vom väterlichen Vorbild. Deshalb muss hier oft erst der Mann überzeugt, der Konflikt zwischen Mutter und Vater bewältigt werden: ein Geschlechterkonflikt, aber durchaus lösbar (z. B.: Der Mann darf, weil es ihm wichtig ist, im Stehen mit hochgeklappter Sitzbrille pinkeln; im Gegenzug putzt er täglich (!) und unaufgefordert die Toilette, inkl. gefährdeter Wände und des Bodens). Es stärkt die Eltern, wenn sie diese Frage frühzeitig und auf Dauer klären - nach Möglichkeit, bevor der Sohn aufgrund seiner Größe das Sitzklo stehend benützen kann. Und es ist ein schönes Medium geschlechtlicher Solidarität, wenn der Mann die Interessen der Frau mit vertritt. Aber es kann auch kreativ nach weiteren Lösungen gesucht werden: Wer über die nötigen Rechte und das Geld verfügt, kann sich in seiner Wohnung ohne allzu großen Aufwand ein Urinal fürs männliche Wasserlassen im Stehen montieren.

Wenn aber lediglich eine Sitztoilette vorhanden ist, gilt eine ganz einfache Regel, die dem Verursacherprinzip folgt: Wer das Klo versaut, putzt es. Und zwar sofort. (Dieselbe Regel empfiehlt sich im Übrigen auch bei Erbrechen nach übermäßigem Alkoholkonsum.) Um diese Regel durchzusetzen, sind am Anfang gemeinsame Analysen nach der Toilettenbenutzung oder auch Kontrollen angebracht. Die Konsequenz ist naheliegend und einleuchtend: Erfahrungsgemäß lernen Jungen schnell, wenn sie nach jedem zweiten Pinkeln die Toilette putzen und den Boden wischen müssen.

Jungenkörper

Zuerst bestimmen körperliche Bedingungen das Männlichsein des Jungen. Ganz wichtig ist auch hier: Jungen sind in ihrer Körperlichkeit ausgesprochen verschieden. Es gibt körperliche Einflüsse, die Verhalten anstoßen. Richtig befeuert wird dies meistens durch Bilder und Vorstellungen darüber, wie Jungen und Männer sind oder zu sein haben. Wenn die Biologie etwas ganz sicher ermöglicht, dann dass Geschlechter vielfältig und vielseitig sind. Und diese Potenz sollten wir nach Möglichkeit erhalten.

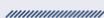
Der Jungenkörper ist im Vergleich zum Mädchenkörper für Krankheiten und Störungen anfälliger. Das liegt daran, dass X- und Y-Chromosom jeweils nur einmal im Jungenkörper vorhanden sind. Normalerweise kann sich ein defektes Chromosom selbst reparieren, weil es doppelt vorhanden ist. Das ist beim X- und Y-Chromosom im Jungen- und Männerkörper nicht der Fall. Fehler und Störungen bleiben und werden vererbt. Darin liegt eine gewisse Schwäche in der Anlage des männlichen Körpers. Möglicherweise sind Jungen schon deshalb mehr auf Halt und Sicherheit angewiesen – ein erster Hinweis für ein stärkeres Bedürfnis nach Führung in der Beziehung.

Das Y-Chromosom sorgt dafür, dass Testosteron gebildet wird, was wiederum einen etwas stärkeren Muskelaufbau in Gang setzt. Muskeln haben etwas mit Kraft zu tun, und wenn wir im Körper gut entwickelte Muskeln haben, wollen diese auch verwendet werden. In der Pubertät regt Testosteron unter anderem das Muskelwachstum an, die Körperkraft von Jungen nimmt zu, besonders dann, wenn sie ihre Muskeln einsetzen und trainieren. Im Vergleich zum Mädchenkörper sorgt die Pubertät auf jeden Fall für einen deutlichen Kraftunterschied. Aber wohin mit der ganzen Kraft? Der Jungenkörper sucht nach Orten und Gelegenheiten, diese neue Potenz zu erproben und weiterzuentwickeln.

Anregung, klare Ansagen, Begrenzung und vorbildliches Verhalten sind besonders in der frühen Jugendphase wichtig, um dieses Bedürfnis in gute Bahnen zu bringen: ein Job für führungskräftige Erwachsene in seinem Umfeld.

Gleichzeitig setzt Testosteron auch Impulse in Richtung Aktivität, es erhöht das Energieniveau im Körper, lässt Interesse an Bewegung und den Wunsch entstehen, in Aktion zu sein, vorwärtszukommen, auch nach außen zu streben und Grenzen zu überwinden. Aufgabe führungskräftiger Erwachsener ist es, diese Bewegungs- und Aktionsimpulse aufzunehmen und zu unterstützen. Es sind körperliche Bedürfnisse, die wie andere respektiert werden möchten und sollten. Körperliche Impulse zu entfalten, sie zu kontrollieren und allmählich zu kultivieren: Das sind Lernprozesse, die Anregung und Anleitung, Regeln und Orientierung benötigen. Ein stabiles Gegenüber für Jungen tut gut daran, sich nicht aufs Verbieten zu beschränken, viel wichtiger sind das Aufnehmen, Anbieten, Erweitern.

Dirk nimmt den kleinen Jonas auf den Arm und zeigt ihm die Straße: wie schnell die Autos fahren, wie gefährlich das sein kann; dabei erklärt er ihm, dass er nicht auf die Straße rennen darf: Das ist gefährlich. Dann wird an einer (ungefährlichen) Straße geübt: Stopp am Straßenrand!



Wenn die Jungs lange genug vor dem Fernsehgerät gesessen haben, sagen Papa oder Mama: Genug, ausschalten und raus jetzt ins Freie! Dort setzen sie sich in die Schaukel und reden, einfach so.



Ab ins Erlebnisbad: Der pubertierende Daniel nimmt zwei Freunde mit; die Eltern gehen dort so lange in die Sauna.

Anna bringt ihren Söhnen neue Bewegungsspiele und Spielideen mit: Kämpfen mit Schaumstoffschlägern (Batacas), Indica, Speedball, Wettrennen rückwärts; Balancieren auf der Mauer – aber Vorsicht: Die Peinlichkeitsschwellen von Jungen sind oft sehr niedrig (ganz besonders ab der Pubertät)!

Im Kindergarten- und Grundschulalter sind Jungen im Durchschnitt unruhiger und wirken ungeduldiger als Mädchen. Die Hirnforschung erklärt dies mit der Entwicklung der Inhibition: Das ist die Fähigkeit, Handlungsimpulse zu hemmen oder zu bremsen. Im Durchschnitt entwickelt sich die Inhibitionskontrolle bei Jungen langsamer als bei Mädchen. Zusätzlich lernt der Junge mit der Zeit von und mit Erwachsenen (aber auch von anderen, vor allem von Gleichaltrigen), dass Impulse nicht immer sofort ausagiert werden können und müssen: nicht bei jedem Reiz darauf zu reagieren, nicht bei jeder Anregung loszureden oder zu rennen. Auch die Begrenzung wird gelernt; bei aller Bewegungsleidenschaft gibt es Tabuzonen und Selbstkontrolle, und nach dem Toben muss man auch wieder ruhig werden und runterkommen können.

Aufgabe von Eltern und anderen Erziehenden ist es, dem Wunsch der Jungen nach Bewegung altersgemäße Wege zu öffnen. Dazu gehören die Bitte oder auch die Forderung, regelmäßig etwas für den Körper zu tun: eine Bewegungs- oder Sportart auszuwählen und kontinuierlich dabeizubleiben. Während der Kindheit ist dies meist relativ einfach, weil viele Jungen in diesem Alter sich gern organisiert bewegen und sich gegenseitig anregen und mitnehmen: zum Kinderturnen, Fußball, Schwimmverein. Sein Bewegungsinteresse bringt der Junge mit in die Pubertät. Oft bietet zu Beginn der Pubertät regelmäßiger, mit Spaß, Eifer und einem gewissen Ernst betriebener Sport ein neues und interessantes Betätigungsfeld. Die Jungen merken allmählich, dass es

jetzt um etwas anderes geht, nämlich um Leistung und eine deutlichere Entschiedenheit; die Erlebnisintensität und die Ansprüche steigen. Generell können Jungen im Sport viel lernen: die eigenen Grenzen, Regeln, Fairness, Motivation, Selbstwirksamkeit, Selbstvertrauen. In Trainerinnen und Trainern begegnen sie Menschen, die in ihrer Sportart weiter sind, von denen sie etwas annehmen und lernen können. Manche Jungen finden hier wahre Meister ihrer Disziplin. Wenn sie Glück haben, begegnen ihnen dort Menschen, die über die sportlichen Qualitäten hinaus ein Mehr an Persönlichkeit verkörpern. Sind diese selbst Jugendliche oder junge Erwachsene, fällt es dem Jungen leichter, sich zu identifizieren. Eltern können die Auswahl des Sports begleiten und Interesse zeigen. Denn wenn sie Pech haben, dann trifft ihr Sohn auf autoritäre Personen und Strukturen, auf Zwang, Drill und schwarze Pädagogik mit reaktionärer Männlichkeitsideologie.

Leider zeigen sich viele Sportvereine nicht besonders fähig darin, Jugendliche in der Hochphase der Pubertät zu binden und zu halten. Die offene oder verdeckte Entscheidung, die ihnen abverlangt wird, lautet: Leistung oder raus. Viele Jungen lassen sich das nicht zweimal sagen, steigt doch mit dem Alter ihre Unlust an den Zwängen organisierter Körperertüchtigung. Sie haben zwar noch Freude an der Bewegung, aber Verbindlichkeit und Stress des leistungsorientierten Sports stoßen sie ab. Darin liegt ein Fehler im erfolgsorientierten Vereinssport. Bisweilen wirken Trainer oder gelegentlich auch Trainerinnen dem durch ihre Persönlichkeit entgegen. Sie sind als Person für den Jungen interessant und animieren ihn so zum Bleiben, auch wenn sein Leistungsinteresse eigentlich nicht so stark ausgeprägt ist.

Das Testosteron entfaltet noch eine weitere Wirkung: Es stimuliert das Gehirn. Häufig wirkt das Testosteron im Jungengehirn als Impuls zum Pointierten und Prägnanten. Nicht alle, aber viele Jungen kommen gut auf den Punkt und zeigen weniger Interesse

als Mädchen an ausschweifenden oder umkreisenden Erläuterungen und Feinheiten.

»Na, wie war's heute in der Schule?«

»Gut.«

»Und beim Basketballtraining?«

»Auch gut.«

Gedanken werden durch den Einfluss von Testosteron ausgefiltert oder formen sich deutlich und markant. Dies wird gerade in Phasen befeuert, in denen Jungen unter starkem Testosteroneinfluss stehen: in der frühen Kindheit und zu Beginn der Pubertät, wenn sich Körper und Gehirn noch nicht an die neue Menge an Testosteron gewöhnt haben. Wahrscheinlich führt diese Fähigkeit zur Reduktion auf Wesentliches, zum Pointierten, im Jungengehirn auch zu einer Art Erwartung, dass sich die Umwelt ähnlich äußert. Das bedeutet für die Jungen-Führungskraft, ihre Sprache auf Jungen einzustellen und etwas mehr auf den Punkt zu kommen: Klare, verständliche Kommunikation stellt sicher, dass Botschaften beim Jungen ankommen.

Klare und verständliche Ansagen kommen beim Jungen besser an!

»Ich bitte dich darum, jetzt die Spülmaschine auszuräumen.«



»Nach den Hausaufgaben spielst du nicht gleich am Computer - erst zwei Stunden Verdauungspause für dein Gehirn: Geh raus, dich bewegen!«



»Ich will, dass du heute dein Zimmer aufräumst.«

Im Durchschnitt (!) ist das Jungengehirn etwas weniger gleichmäßig abgestimmt als das Mädchengehirn; es geht leichter ins Extrem. Hinzu kommt die Wirkung des Testosterons als Aktivitätshormon: In der Pubertät sind Jungen möglicherweise auch deshalb bisweilen heftig, direkt und impulsiv. Gerne platzen sie mit ihren Ideen und Gedanken einfach heraus. Die Tendenz zu impulsiveren Äußerungen hat natürlich auch Auswirkungen auf die Beziehung zu Erwachsenen: Impulsivität verlangt nach Raum, gleichzeitig aber auch nach Begrenzung. Wenn innere Impulse sich filtern lassen und nicht (immer) spontan, sondern kultiviert geäußert werden, ist das sozialverträglicher. Das ist ein Lernprozess, der klare Ansagen braucht – etwa indem Regeln wiederholt und Aufgaben eindeutig gestellt werden.

Und noch eine Wirkung entfaltet das Testosteron, die für die Beziehung zwischen Eltern und Junge von Belang ist: Testosteron provoziert beim Jungen ein Interesse an seiner sozialen Position, an seinem Rang – ganz besonders in Bezug auf etwa gleichaltrige andere Jungen, aber auch bezogen auf Erwachsene, ab der Pubertät noch mal besonders auf Männer. Das ist vermutlich ebenfalls genetisch programmiert, daraus erwuchs in der Evolution ein Vorteil. Statusthemen interessieren Jungen, durch sie entwickeln Jungen ein Rangbewusstsein. Haben viele Jungen bereits in der Kindheit Interesse an Statusthemen und Lust am Kämpfen, so erhält beides ab der Pubertät eine neue Qualität. Mit zunehmender Größe und Körperkraft können Positionskämpfe immer ernster werden. Der Generationskonflikt mit dem Vater war in der frühen Kindheit nur Spiel. Nun kann er – auch vor dem Hintergrund der Impulsivität und verbunden mit der größeren Körperkraft – realistisch und echt werden.

Achtsame Körperlichkeit

Wenn der Junge mit seinen Eltern körperlich kämpft, kann das während der Kindheit sehr lustvoll sein: eine schöne Form der Körperlichkeit. Mit zunehmendem Alter und vor allem in der Pubertät schleicht sich dann der Ernstfall ein. Hier heißt es, achtsam zu bleiben, und wenn das Raufen (zu) ernst wird: aussteigen. Dann wird es Zeit, Konflikte auf eine andere Ebene zu bringen. Wird der Junge zu kräftig, geht das lustvolle körperliche Streiten auf die Auseinandersetzung mit Argumenten über: Der Konflikt wird verbal geklärt, nicht mehr körperlich. Was es aber dennoch braucht und was verloren zu gehen droht, ist der Körperkontakt: Sich in den Arm nehmen, die Hand auf die Schulter legen, sich knuffen, über den Kopf streichen, beim Reden mit der Hand am Arm berühren: wichtige Formen der Nähe und des Kontakts!

Jungenpsyche

Ein weiteres Element des Männlichen im Jungen entfaltet sich in seiner Psyche. In Selbstbildern und im Selbstverständnis, in der Identität hat das Geschlecht meist eine sehr wichtige Bedeutung. Ein kleinerer Teil der Psyche ist vermutlich auch ererbt, so etwas wie der Grundcharakter oder bestimmte Aspekte der Persönlichkeit. Das allermeiste wird aber erworben, es entwickelt sich durch Reifung und entsteht wesentlich in der Biografie: grundlegend in der Kindheit, dann frisch gemischt und gewissermaßen runderneuert in Pubertät und Jugendphase. Aber auch danach, im Erwachsenenalter, hört die Entwicklung nicht auf.

Für die psychische Entwicklung von Menschen sind klare, durchschaubare und authentische Beziehungen ein wichtiges Element – vor allem die zu den Eltern. Dass sich Erwachsene an diese

Beziehungen so gut erinnern, zeigt, dass sie das ganze Leben lang in uns psychisch wirken.

Jungen sind in ihrer Kindheit darauf angewiesen, ja: Sie haben das Recht darauf, dass ihnen von den Erwachsenen die Welt gezeigt wird. Dazu gehören auch durchschaubare Werte: So ist es. So ist es nicht. So ist es richtig. So ist es falsch. Für ein sicheres Aufwachsen und zur Entwicklung einer stabilen Psyche helfen Orientierung und Stabilität. Wenn Eltern klare Werte und Integrität vorleben, können sich Jungen psychisch gut entwickeln.

Jungen, die ihre Kindheit in stabilen Bindungen, in einem wertschätzenden Klima verbringen, das ihr Selbstwertgefühl steigert, können in der Jugendphase immer mehr reife Beziehungen auch zu Erwachsenen eingehen. Väter und Mütter sollen und dürfen deshalb klare Standpunkte vertreten. Eltern mit schwacher Persönlichkeit oder mit unklaren Werten bleiben hier für den Jungen wenig greifbar; oft agieren sie ihm gegenüber schneller rigide und autoritär.

Wann beginnt die Bedeutung führungsstarker Väter und Mütter? Ganz klar: mit der Geburt des Sohnes. Ab diesem Moment lernt der Junge. Er bildet sich, er wird dabei beeinflusst, mehr oder weniger erfolgreich. Natürlich wird die Psyche nicht nur vom Geschlecht geformt, es gibt noch zahlreiche andere Aspekte. Aber Geschlecht ist meistens etwas Zentrales für die Psyche. Dementsprechend gibt es auch enge Zusammenhänge zwischen dem Geschlecht, den Beziehungen und der psychischen Entwicklung bei Jungen. Klare Ansagen, Orientierung und Halt sind besonders in der Kindheit einflussreich. Später dann besteht ein Sinn der Pubertät darin, widerständig zu werden, in sich übernommene, alte Vorstellungen abzureißen, um eigene dagegensetzen und auch gegen die Werte Erwachsener aufzubegehren. Wenn es nun in diesem Fundus nichts oder nur wenig gibt, ist das kaum möglich.

- »Wer bist du denn?«
»Der Sebastian.«
»Und was bist du?«
»Mhm - ein Junge.«

Die Psyche der Jungen ist stark geprägt davon, was sie lernen. Wie Jungen sind und wie sie sich dann auch verhalten, erwerben sie bevorzugt durch Nachahmung (und übrigens: eher weniger durch permanente Zurechtweisungen, auch nicht durch ständig ungefragt sprudelnde Erklärungen). Das gilt auch für ihr geschlechtliches Verhalten: Jungen machen das, was Menschen machen, die für sie wichtig sind. Dafür brauchen sie Männer, unbedingt. Es ist ganz einfach: Fehlen Männer, fehlen auch Imitationsmöglichkeiten. Dann lernen Jungen nur Ideen des Männlichen, ihre Psyche entwickelt sich durch Vorstellungen und vor allem über mediale Abbilder. Oder sie sind auf eine andere Strategie angewiesen: Das nicht machen, was Frauen machen. Stereotype Ideen des Weiblichen sind hier besonders einflussreich, denn da ist alles schlicht und reduziert, und es ist einfacher für Jungen, das Männliche als das Gegenteil abzuleiten.

Für die psychische Geschlechtsentwicklung bedeutsam sind vor allem die ersten Beziehungen, die frühen Bindungen. Sicher reichern Jungen ihr Selbstverständnis auch mit Informationen an, die sie von anderen Personen, allen voran anderen Jungen, aus den Medien oder über die Wahrnehmung der Welt erhalten. Aber im Kern sind es vor allem Vater und Mutter, die das psychische Geschlecht prägen. Das lässt sich von der Arbeit mit Erwachsenen ableiten: Wenn es ums Geschlecht geht, landen auch sie immer bei Vater und Mutter, bei den Beziehungen zu ihnen und bei Geschlechterbotschaften, die sie mitgegeben haben.

Bereits im frühen Jungenalter ist nicht zu übersehen, dass Mutter und Vater als geschlechtlich verschieden auf die Bezie-

hungsthemen des Jungen wirken. Dass und wie die Eltern – in der Vater- und Mutterrolle – gleich, aber auch, wie sie geschlechtlich verschieden sind, macht für den Jungen einen Teil der Ordnung der Welt aus. Im Kern seines Selbst sind die Geschlechter mit verankert: seine Mutter, sein Vater und mit ihnen auch eine gewisse Ordnung der Dinge.

»Du musst tun, was deine Mutter sagt.«

»Warum?«

»Weil sie deine Mutter ist.«

Liebevolle Bindungen sind die Grundsubstanz für Beziehung, für Mitgefühl und für den elterlichen Einfluss. Nicht die frühe Förderung zählt, nicht die mechanistische Daueranregung, kein unablässiges Traktieren mit Anforderungen, kein Rumnörgeln und auch kein Vorhalten dessen, was andere alles schon machen oder können. Eine elementare psychische Sehnsucht des Jungen während der Kindheit liegt darin, dass er von seinen Eltern spüren und hören möchte: »Du bist ganz in Ordnung so, du machst es schon richtig, und du machst es auch als Junge richtig – klar: du bist ja auch mein Sohn.« Er braucht die persönliche Klarheit seiner Eltern, die für Werte steht und den Jungen ganz annimmt. Eine ständig meckernde Mutter oder eine, die dauernd beleidigt ist und aus dem Kontakt geht; ein stets gestresster oder abwesender Vater oder einer, dem sein Handy immer wichtiger ist als das, was sein Sohn erzählt; einer, der immer mal wieder auf den Tisch hauen muss, um den starken Max zu markieren – solche Figuren enttäuschen Jungen. Auch wenn sie das alles noch nicht durchschauen können: Sie spüren es schon früh, wenn ihren Bedürfnissen nach unbedingtem Angenommensein nicht entsprochen wird, und reagieren darauf mit Ungehorsam, ständiger Aktivität, Aggressivität oder mit Rückzug und Depression.