

Wenn das Gehirn im Umbau steckt

UHWIESEN «Hilfe, mein Kind ist kein Kind mehr!» Unter diesem Titel lud die Elternmitwirkung Familienberaterin Maya Risch zum Elternvortrag ein. Sie gab Einblicke in die Welt der Veränderungen während der Pubertät.

JASMINE BEETSCHEN

«Du bist so peinlich!», «Ich räum es dann schon noch weg», «Ich bin kein Kind mehr!»: Solche Sätze hören Eltern von Teenagern regelmässig. Vor allem den letzten sollten sie jedoch nicht ausser Acht lassen. «Die Pubertät ist nicht nur für die Jugendlichen eine Zeit der Veränderung, sondern auch für die näheren Familienangehörigen», erklärte Maya Risch (kl. Bild). Vergangenen Donnerstag lud die Elternmitwirkung Uhwiesen die Familienberaterin und selbst Mutter von zwei Teenagern zum Elternvortrag in die Sek Uhwiesen. Knapp 30 Interessierte, grösstenteils mit Kindern im Alter zwischen 8 und 13 Jahren, tauchten mit ihr in die Welt der Adoleszenz ein.

Wie verändert sich die Rolle der Eltern, wenn ihre Kinder ins Jugendalter kommen? «Anstatt Anleitung brauchen die Jugendlichen aktive Sparringpartner», ist Maya Risch überzeugt. «Eltern, die sie als ein Mensch sehen und nicht als etwas, das es zu formen gilt.» Im Fokus stehe nicht mehr die Erziehung, sondern die Unterstützung beim Übergang in die Erwachsenenwelt. Diese Phase der Ablösung sei nicht immer leicht, doch zwingend notwendig. Die Jugendlichen beginnen sich von der Familie zu lösen, spielen verschiedene Rollen durch auf



Wenn sich Teenager zurückziehen und lieber gamen oder im eigenen Zimmer sitzen, ist das noch kein Grund zur Sorge. In der Regel normalisiert sich das Verhalten von ganz alleine, weiss Familienberaterin Maya Risch. Bild: Jonas Kakaroto/unsplash.com

dem Weg zur Selbstfindung und Eigenständigkeit. Peergroups wie Freunde erhalten einen höheren Stellenwert, Gruppenzugehörigkeit wird zum Kernthema.

Die Teenager stellen dabei alles, was bis jetzt gelernt wurde, auf den Prüfstand – Werte, Regeln und Meinungen. Das führe automatisch auch zu Reibungen. Doch diese seien ein wichtiger Teil des Prozesses. «Mit Auseinandersetzungen wird die eigene Meinung geprüft, gefestigt und das Gegenüber ge-

testet», so Maya Risch. Das «Streiten um des Streitens willen» gehöre dazu, wie in der Phase von Kleinkindern. «Sehen Sie diese Diskussionen nicht als persönlichen Angriff an, sondern als Austausch und Hilfe zur Identitätsfindung. Aus Ihren Kindern werden junge Erwachsene mit eigener Meinung und Sichtweise, das ist eine spannende Phase.»

Umbauprozesse sind kein Angriff

Während der Pubertät befindet sich das Gehirn der Teenager sozusagen in einem Umbau. Erfahrungen und kognitive Prozesse können weniger gut verknüpft werden, die Empathie ist geringer, Impulse können nicht so gut unter-

drückt und Folgen von Handlungen schlechter eingeschätzt werden. Zudem benötigen Jugendliche grössere Dopaminkicks, um Motivation zu finden, da die Ausschüttung von Dopamin im Körper während dieser Zeit herabgesetzt ist. «Auch wenn es nicht immer leicht fällt, vergessen Sie diese Auswirkungen des Umbauprozesses nicht: Ein Teenager möchte Sie nicht zwingend provozieren, wenn er den ganzen Tag braucht, um etwas zu erledigen. Sein Gehirn funktioniert gerade so», gibt die 52-Jährige den Anwesenden mit auf den Weg. Generell sei es wichtig, in dieser Zeit genügend Raum zu lassen. Eltern sollten die Jugendlichen zwar be-

gleiten und einen geschützten Rahmen geben, doch sie auch die Folgen ihrer Handlungen tragen lassen.

Der Umbau dauere meist bis etwa zum Alter von 20 Jahren. Komplette sei die Selbstregulierung jedoch erst mit etwa 24 Jahren abgeschlossen. Mit dem Abschluss des Umbaus erlangen die Jugendlichen neue Fähigkeiten wie abstraktes Denken und das Erkennen eines tieferen Sinnes, welche sie im Erwachsenenleben brauchen werden.

Jugendliche als Vorbilder

Die Pubertät sei aber nicht nur als Herausforderung zu sehen, sondern auch als neue Möglichkeit, wieder mehr Zeit für sich selbst zu haben. Dabei könne die Phase der Pubertät auch als Inspiration dienen: «Jugendliche sprühen in dieser Zeit nur so vor Kreativität und Vitalität, wagen Neues und pflegen ihre sozialen Kontakte. Das kann uns Vorbild sein», sagte Maya Risch.

Aber auch während der Zeit des Ablösens sei es weiterhin wichtig, als Eltern in der Verantwortung zu bleiben, was beispielsweise den Ton und die Konfliktkultur in der Familie und in der Beziehung betreffe. «Und für sie da zu sein: Denn trotz Unabhängigkeit brauchen die Jugendlichen ihre Bezugspersonen, bei denen sie Gedanken und Eindrücke abladen und Hilfe einfordern können.» Maya Risch kennt dies aus eigener Erfahrung. Sie betonte, körperlich, seelisch und geistig präsent zu bleiben und den Austausch aktiv zu halten. «Plötzlich tun sich auf diese Weise Fenster auf, in denen die Jugendlichen von sich aus wieder den Kontakt suchen – und diese Zeitfenster sind unbezahlbar», weiss sie.

ALLES, WAS RECHT IST

Muss ich einen Teil des Schadens selber tragen?



Herr A. fragt: «Ich stand mit meinem Auto an einem Rotlicht, als ein unvorsichtiger Velofahrer den hinteren rechten Kotflügel und die hintere rechte Tür streifte.

Es entstand ein langer Kratzer, dessen Reparatur 2000 Franken kostete. Der Radfahrer hat zum Glück eine Privathaftpflichtversicherung. Diese teilt mir nun aber mit, sie könne nur drei Viertel des Schadens übernehmen. Die restlichen 500 Franken müsse ich selber zahlen. Damit bin ich nicht einverstanden, denn ich bin ja absolut unschuldig am Zusammenstoss. Ist der Bescheid der Versicherung korrekt?»

Antwort: Leider ja. Nach einem Unfall mit einem Velo, Mofa oder Fussgänger erhalten Automobilisten meist nicht den ganzen Schaden ersetzt, auch dann nicht, wenn sie keine Schuld trifft. Der Grund liegt darin, dass ein Auto ein gefahrenträchtiges Fortbewegungsmittel ist und man sich als Fahrer diese «Betriebsgefahr» anrechnen lassen muss. Gerichte ziehen dafür in der Regel rund einen Drittel ab.

Nicht nur das: Ein schuldloser Autofahrer respektive seine Versicherung muss darüber hinaus einen Drittel des Schadens des unfallverursachenden Velofahrers tragen. Stossen hingegen zwei Autos zusammen, neutralisieren sich die Betriebsgefahren, und die Haftung richtet sich einzig nach dem Verschulden. Anspruch auf vollen Scha-

denersatz hätten Sie vor allem in zwei Fällen: Wenn Ihr Auto auf einem Parkplatz abgestellt gewesen wäre (dann hätte sich die Betriebsgefahr nicht verwirklicht) oder wenn der Radfahrer grobfahrlässig gehandelt hätte, also völlig kopflös. Dafür braucht es aber viel. Eine Unvorsichtigkeit wie in Ihrem Fall dürfte nicht genügen.

Die Rechtslage löst bei schuldlosen Autofahrern verständlicherweise immer wieder Kopfschütteln aus. Nicht alle Versicherungen handhaben solche Fälle denn auch gleich streng. Einige von ihnen decken Schäden bis zu einer bestimmten Summe ohne Abzug für die Betriebsgefahr. Dass die Versicherung des Velofahrers, der Ihr Auto gestreift hat, nicht dazugehört, ist einfach nur Pech. Ohne finanzielle Einbusse kämen Sie somit nur aus der Sache heraus, wenn Sie für Ihr Auto eine Vollkaskoversicherung abgeschlossen hätten.

Sie schreiben, der Velofahrer habe «zum Glück» eine Privathaftpflichtversicherung. Das ist richtig, denn es besteht kein Obligatorium (ausser für schnelle E-Bikes). Allerdings sind Automobilisten auch sonst nicht ganz schutzlos: Der Nationale Garantiefonds (NFG) springt ein, wenn durch ein nicht versichertes Velo oder Motorfahrzeug ein Schaden entsteht. Er nimmt dann später Rückgriff auf den Verursacher – sofern dieser bekannt ist.

Thomas Müller, Dr. iur., Niederneunforn, Telefon 043 535 00 00
www.mein-hausjurist.ch

BLICK ZURÜCK



Das sogenannte Koradihaus an der Schaffhauserstrasse 9 in Kleinandelfingen ist mehr als 200 Jahre alt, ursprünglich wurde es als Doppelbauernhaus gebaut. Um die Jahrhundertwende muss das Foto entstanden sein. In dieser Zeit folgte der Ladeneinbau in die Scheune, die als Schuhhandlung, Uhrengeschäft oder Coiffeursalon genutzt wurde und wird. Damals war die Landstrasse (vorne) noch nicht asphaltiert. Im Nordteil ist heute das Heimatkundliche Archiv Andelfingen untergebracht, aus dem dieses Bild stammt.