

Wozu über Grenzen gehen?

Warum Jugendliche Grenzen überschreiten und darin Gesundheit finden

Als wir klein waren haben wir als Kinder viele Alltagstrancen erlebt, wir lagen in der Wiese und haben die seltsamen Wolkenbilder betrachtet, oder wir haben beim Versteckspiel eine atemlose Spannung erlebt. Erinnerst Du Dich an diese Momente? Das waren vibrierende und weiche Momente voller Lebenskraft, die uns gesagt haben das das Leben ein Abenteuer ist.

Später haben wir scheinbar alles vergessen, aber wir suchen dieses Gefühl unbewusst bei Familienfesten, bei Fußballspielen oder in anderen Sportarten. Vielleicht auch beim Shopping, in der Sexualität, im Medienrausch.

Unsere moderne Welt ist voller Rausch- und Risikoerlebnisse, aber eine Hilfestellung für junge Menschen, diese Erlebnisse zu kultivieren gibt es kaum.

Doch junge Menschen brauchen mehr Achtung und Begleitung für Ihren Sprung ins Außeralltägliche, damit ihnen auch die Landung gelingt.

„Gesundheit ist nicht die Abwesenheit von Problemen, sondern der Mut mit ihnen um zu gehen!“

Wir lassen uns diesen weisen und lebensnahen Satz einmal mehr auf der Zunge zergehen: Nicht dann, wenn Jugendliche keine Probleme haben oder machen, sind sie gesund, sondern wenn sie und wir den Mut haben, Probleme wahr zu nehmen und uns ihnen zu stellen. Im wahrnehmen und sich stellen geschieht Reifung, Entwicklung, Gesundheit. Aber das Gegenteil ist mehr und mehr der Fall: der „normale „ Mensch setzt sich gar nicht, zu wenig oder zu oberflächlich mit sich und seiner Umwelt auseinander.

Jugendliche sind in ihrem Risikoverhalten Suchende: sie suchen die Auseinandersetzung mit ihren Möglichkeiten und ihren Grenzen.

So haben es auch schon die alten Griechen gemeint, als sie das Wort „Heilung“ aus dem Wortstamm „schöpferisch sein“ entnommen haben. Das Wort „Krankheit“ jedoch aus dem Wortstamm „normal sein“. Aber ist das Wort Normalität nicht eher eine moralische Drohkeule mit dem Ziel Menschen mit Hilfe unhinterfragter Tabus zum Funktionieren an zu halten?

Tabus schützen, aber engen auch ein, sie klären und verbergen- je nachdem, aus welchen Position wir sie erleben. Ihr Wert oder ihr Unwert, ihre entwicklungsfördernde oder -hemmende Wirkung darf noch viel stärker hinterfragt werden. Eine Er-



aboutpixel.de absprung © Markus Nicolini

ziehung, die nicht Tabus diskutiert sondern welche schafft, bewirkt eine gesplante Lebenswelt für Jugendliche, die auf sich selbst gestellt den Brückenschlag zwischen Reiz und Verbot schaffen müssen.

Was Risiko, und auch was „gefährlich“ ist, bestimmt nicht nur der Einzelne, sondern immer auch die Gesellschaft.

Aber sind Risiko und Gefahr ein und dasselbe? In Medien und Studien scheinen die Begriffe tatsächlich identisch zu sein.

Wird diese Gleichsetzung gegenüber Jugendlichen vertreten, dann ist sie tatsächlich gefährlich. Denn Risiko bedeutet nichts anderes, als sich auf eine Erfahrung mit unsicherem Ausgang einzulassen. Das tut jede Gebärende oder einfacher sogar: jeder Seminarteilnehmer.

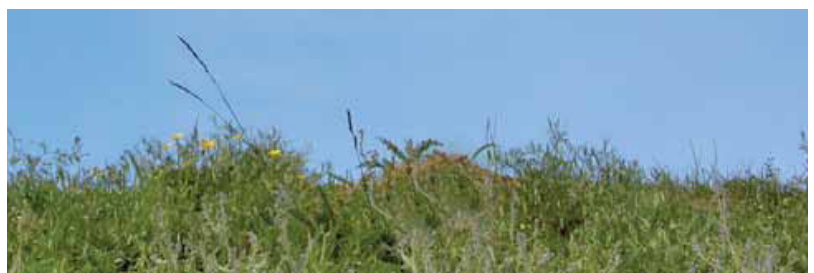
Wer sich jedoch in Gefahr begibt, setzt sein Leben aufs Spiel.

Während das „Risiko“ mit dem alten Begriff Wagnis (sich zutrauen) verbunden ist, bedeutet „Gefahr“ die Bedrohung der Existenz. Gerade diesen Unterschied zwischen Risiko und Gefahr zu erkennen, ist ein wichtiger Lernschritt im menschlichen Leben.

Warum suchen junge Menschen Grenzerfahrungen?

Die Grenze ist ein Raum besonderer Bewusstheit und Wahrnehmung. Grenzen sind sensible Zonen. Das macht unsere wichtigste Grenze, die Haut, immer wieder deutlich. In dieser Zone können wir der Intensität begegnen, die in der Kindheit so kostbar war.

Jugendliche suchen Grenzen auch, weil sie von einer Stimmung des Bewahrenwollens attraktiv gemacht werden. Widerstand als natürliche Reaktion auf Verbote macht Jugendlichen besonders viel Freude. Sie reagieren auf Vorschriften gerne mit überaus schöpferischem Trotzverhalten. Natürlich fällt es leichter, Grenzen zu überschreiten und das damit vorhandene Risiko auszublenden, wenn das Bewusstsein über Folgeschäden nicht vorhanden ist. Oft ist es so, dass der Nutzen aus



dem Risikoverhalten direkt spürbar, der Schaden jedoch kaum bewusst ist. Ist das nicht genau das, was unsere Gesellschaft den Jugendlichen sogar vor macht? Fallen da nicht Ähnlichkeiten auf, die zu denken geben sollten? So gehen wir mit dem Klimawandel, dem Wasserproblem und der Atomkraft um!

Was Jugendliche wirklich suchen ist Erlebnis und Gemeinschaft, aber mit brüchigen Mitteln. Die Alternative eines Lebens ohne Alkohol, Drogen, Risiko, also eines „gesünderen“ Lebens, ist für Jugendliche keine, da „Gesundheit“ für sie keinen Wert darstellt. Das zeigen alle Wertuntersuchungen bei jungen Menschen. Gesundheit wird erst im höheren Alter zu einem wertvollen Gut und auch erst dann, wenn sie für etwas eingesetzt werden kann. Gesundheit ist also direkt verbunden mit der Frage des persönlichen Lebenssinns. Wird das Alltagsleben als „sinnlos“ empfunden, dann steigt die Bereitschaft, die Gesundheit aufs Spiel zu setzen, um kurzfristig „sinnlich“ das Leben zu spüren.

Wer Risiko und Grenzen aufsucht, sucht also die sinnliche Erfahrung, die Lust. Gegenüber dem heute gängigem Spaßfaktor, wird der pädagogische und gesundheitsfördernde „Ernstfaktor“ leider meistens auf der Strecke bleiben. Deshalb brauchen Jugendliche eine Begleitung bei der die eigene Lust spürbar ist und nicht zu kurz kommt, Menschen, bei denen sie Lust an der Beziehung zu ihnen und ihrer Lebenswelt spüren können.

Meistens spüren sie jedoch das Gegenteil: einen Vater der nur noch seine Arbeit kennt und fast nur nach materieller Sicherheit strebt, Eltern die die sinnliche Beziehung zu einander verloren haben, oder frustrierte Mütter die keine Freude am Leben ausstrahlen.

Bei einem Elternabend meiner Enkelin zum Thema Rausch und Risiko fragte eine Mutter: „Wie kann ich wissen, ob mein Sohn Alkohol getrunken hat, wenn er am Abend nach Hause kommt?“ Die Antwort war: „Wenn sie ihm auf ganz natürliche Weise nahe kommen“. Jede Begrüßung von Menschen, die einander wirklich wahr und ernst nehmen, lässt in der Regel eine Nähe entstehen, bei der wir auch bemerken, wie es dem Anderen geht. Begegnung und Beziehung sind die wichtigsten Helfer in der Vorbeugung von Problemen- denn nicht umsonst haben *ER*ziehung und *BE*ziehung viel miteinander zu tun.

Denke also nicht nur über Deine Kinder nach, sondern auch über Dich selbst. Erkenne Deine eigene Mitverantwortung und schiebe nicht alles auf die Schule, die falschen Freunde, die Gesellschaft. Denn wer immer nur den „Anderen“ die Schuld gibt, der zeigt typische Anzeichen von Suchtverhalten.



Ilona Steinert
Regionalstelle Freiburg, Tel.: 0761/381357
E-mail: iosteинert@aol.com
www.dgam-freiburg.de
www.ilona-steinert.de

