Generationskonflikte ... hier auf Erden
und deren Lösungen aus familientherapeutischer Sicht.

von Ilona Steinert

Als Familientherapeutin liegt es mir sehr am Herzen, Brücken zu schlagen zwischen den Alten und den Jungen, zwischen Vergangenheit und Zukunft, den schweren und den ungetrübten Zeiten.
Besonders wenn es um Generationskonflikte geht, kann es viel hilfreicher sein, wenn wir uns im Gespräch nicht sofort auf die aktuelle Situation konzentrieren, sondern den Fokus auf konstruktive Kräfte und Erfahrungen aus der Vergangenheit richten. Das ist manchmal gar nicht so leicht - ich bin mir jedoch sicher, dass es in jeder Familie solche Schätze gibt. Denn immer gibt es positive Erfahrungen im Zusammenleben, Schicksale die zusammenschweißen, bewältigte Herausforderungen und emotionale Höhepunkte.
Wenn junge Paare zu mir kommen und sich über ihre Eltern beklagen, dass sie z.B. so rechthaberisch seien oder ihnen immer ihre Vorstellungen aufdrängen wollen, dann ist dieses „ auf die Suche gehen" eine erste hilfreiche Intervention.
„ Habt ihr Euch schon mal in eure Eltern hinein versetzt? Woher kommen diese Vorstellungen und Werte, die sie Euch aufzwingen wollen? "
Ohne erhobenen Zeigefinger versuche ich dem Paar klar zu machen, dass jede Generation versucht, ihre Erfahrungen an Jüngere weiterzugeben.
Natürlicherweise entstehen so auch Konflikte, denn junge Menschen müssen sich ja von der vorangegangenen Generation abgrenzen und eigene Erfahrungen machen.
Das Verhältnis zwischen Alt und Jung war schon immer spannungsbeladen. Doch gerade in den vergangenen Jahrzenten führte der enorme wissenschaftliche und technische Fortschritt zu einem drastischen Umbruch in den Familien.
Der Prozess der Unabhängigkeit, Berufstart, Familiengründung etc. hat sich immer mehr nach hinten verschoben. Heutige Jugendliche sind viel länger in der Ausbildung, um für den komplexen Arbeitsmarkt gerüstet zu sein. Studienabschluss, Berufseintritt, Familiengründung usw. beginnen heute erst mit 30 Jahren- die Eltern hatten das in diesem Lebensalter meistens längst erledigt.
Auch die traditionelle Rollenverteilung zwischen Mann und Frau hat sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert - es sind weder die Männer für den Lebensunterhalt noch die Frauen für die Versorgung der Kinder alleine zuständig. Und auch die „ältere" Generation hat einen Wandel durchgemacht. Sie steht oft selbst noch im Erwerbsleben, ist fit und vital und schmiedet Pläne für die Freizeit. Eine Betreuung der Enkel ist auf Grund der zeitlichen Gegebenheiten oder der räumlichen Distanz meist nicht mehr möglich.

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

Wie lässt sich trotz dieser einschneidenden Veränderungen, ein verträgliches Miteinander finden?
Lösungswege gibt es viele, ein wesentliches Element ist die Erkenntnis und Akzeptanz, das es im Leben jeder Familie bzw. der einzelnen Familienangehörigen auch schmerzliche Krisen und jede Menge gut gemeinter Mißverständnisse gibt. Diese Akzeptanz führt zu einem positiven Stimmungsumschwung und die Annäherung kann beginnen. Ein wichtiger Aspekt bei der Aussühnung ist das Wahrnehmen des Anderen auf gleicher Ebene. Jetzt ist der Fünfunddreißigjährige nicht mehr der kleine Bub von damals, der zum Vater aufblickt, jetzt ist die Vierzigjährige nicht mehr das liebe, brave Mädchen von damals, das keinen Streit riskieren will. Wollen sich erwachsene Kinder und Eltern auf Augenhöhe begegnen, so ist es notwendig, dass sich alle Beteiligten mit Respekt, Toleranz und Verständnis für andere Meinungen, Lebensumstände und Einstellungen begegnen. Auch Anerkennung und Verständnis sind für eine versöhnliche Haltung unerlässlich.
Es müssen nicht mehr alle Dinge auf dieselbe Art wie früher erledigt werden, auch andere Wege führen zum Ziel, selbst dann wenn der Vater oder die Mutter darin einem Umweg sehen. Und es dürfen auch Fehler gemacht werden, denn nur durch eigene Erfahrungen lernen wir.
Eine große Portion Humor kann oft Wunder wirken! Mit einem kleinen Augenzwinkern oder Lächeln kann eine menschliche Tragödie zur Tragikkomödie werden und sie verliert dadurch ihren schmerzhaften Stachel.
Ein liebevolles:
„ Naja, manchmal bist du schon ein Ekel!" kann dann anstatt zu verletzen mit einem lachenden "Ja" stimmt, aber damit musst du eben leben!" beantwortet werden.
Meinungsverschiedenheiten gehören zu einem lebendigen Miteinander und mindern nicht die Qualität der Beziehungen.
Oft ist es aber für unser Gegenüber einfacher, wenn wir erklären, warum wir etwas tun oder so sehen. So kann Missverständnissen vorgebeugt werden.
Wer seine Wünsche, Erwartungen, Hoffnungen und Ängste mitteilt, kann viele kleine Probleme aus dem Weg räumen, bevor sie zu einem handfesten Generationskonflikt werden.