



Die Wackelzahnpubertät - Was ist das?

Gerade ist die Autonomiephase überwunden, kündigt sich ein neuer Entwicklungsmoment im Leben eines Kindes an: Von der Wackelzahnpubertät sprechen wir in etwa zwischen dem 5. und 10. Lebensjahr. Kinder nehmen in diesem Alter zunehmend wahr, dass vieles sowohl im Außen als auch im Innen im Umbruch ist: Die Gefühle geraten ins Schwanken und der Körper verändert sich. Die Sensibilität erhöht sich, die ersten Milchzähne fallen aus und große Zähne wachsen nach. Die Kinder gehen ihre nächsten Schritte in Richtung Eigenständigkeit. In der Wackelzahnpubertät wollen sie ihre Freiräume erweitern, sie streben nach Selbstbestimmung und Mitspracherecht. Sie sind nicht mehr klein, aber auch noch nicht groß.

Wackeln die Zähne, wackeln die Gefühle

Dieser Entwicklungsmoment ist ein großer Schritt, der für ein Kind sehr emotional sein kann. Er kann von Stimmungsschwankungen und Gefühlsausbrüchen begleitet werden. Das Wohlbefinden kann bereits bei Kleinigkeiten ins Wanken geraten. Dies ist für Außenstehende im ersten Moment nicht immer nachvollziehbar. Das Kind möchte groß und selbstständig sein, spricht aber plötzlich wieder in Babysprache und fordert Kuscheleinheiten ein. Der Familienalltag kann sich ab und an wie ein Machtkampf anfühlen. Kinder experimentieren in dieser Lebensphase zudem auch gerne mit Wörtern und deren Wirkung auf das Umfeld. Nicht selten können die ersten Schimpfwörter ins Spiel kommen. Aussagen, wie beispielsweise "Du bist die/der blödeste Mama/Papa der Welt!" können auftreten und für die Bezugspersonen sehr nervenaufreibend sein.

Was können wir tun um unsere Kinder und uns als Eltern in dieser Lebensphase gut zu begleiten?

Verstehen hilft. Das Kind macht es nicht, um uns zu ärgern oder weil es böswillig handelt. Es bemerkt, vieles verändert sich, denn es entwickelt zunehmend seine Persönlichkeit und seinen Charakter. Dies kann zu Reibungsmomenten führen. Auch wenn sich Äußerungen im ersten Moment beleidigend oder anstrengend anfühlen, ist es ratsam, diese nicht persönlich zu nehmen. Das Kind erlebt erstmals die Macht der Wörter und sucht nach Orientierung. Wenn es Schimpfwörter verwendet, können wir als Familie gemeinsam überlegen, welche anderen Wörter das Kind für diesen Inhalt gebrauchen kann. Was möchte es damit sagen? Was machen diese Wörter mit dem Gegenüber?

Raus aus dem Machtkampf – hinein ins Mitspracherecht

In jeder funktionierenden Gemeinschaft gibt es Regeln und Leitlinien, an die sich die beteiligten Personen orientieren können. So auch in der Familie. In einem ruhigen Moment können Familienregeln gemeinsam aufgestellt werden. Diese geben Halt und Sicherheit. Ein Miteinbeziehen des Kindes beim Erstellen der Familienregeln geben den Heranwachsenden das Gefühl: Meine Meinung zählt. Ich habe Mitspracherecht. Die Bedürfnisse des Kindes sind wichtig, die der Eltern ebenso: Wie wollen wir zuhause miteinander reden? Was ist uns wichtig? Was ist dem Kind wichtig? Welche Kompromisse können wir machen? In welchen Momenten gibt es den größten Reibungspunkt? Wie können wir ihn gemeinsam entschärfen? Wünsche und Anliegen können zusammen formuliert und in den Alltag umgesetzt werden. Durch das Mitspracherecht wird signalisiert, auch wenn sich das Innere und Äußere verändert, dass das Zuhause weiterhin Stabilität und Halt gibt. Gemeinsam gehen wir auch durch diese Lebensspanne. Auch die körperliche Nähe ist weiterhin wertvoll, Kuscheleinheiten sind nach wie vor wichtig und wohltuend für liebevolle Beziehungsdynamiken innerhalb der Familie.

Was uns Erwachsenen hilft, hilft auch den Kindern

Was wünschen wir Erwachsene uns in unsicheren Zeiten? Halt, Verständnis und das Gefühl, dass wir in Ordnung sind, so wie wir sind - mit der Gewissheit und dem Gedanken, wir sind sicher und geliebt, während wir uns entwickeln und wachsen.

Text verfasst von Corinna Bertagnolli