

# GENITALE PHASE (12. BIS 18. LEBENSJAHR)

**Zwischen dem zwölften und 18. Lebensjahr durchlaufen Kinder die genitale Phase. In der Pubertät entwickeln sie sich zu jungen Erwachsenen – eine turbulente Zeit.**

Was der Tiefenpsychologe Sigmund Freud in seinen Theorien zu den kindlichen Entwicklungsphasen als „genitale Phase“ bezeichnete, wird den meisten als Pubertät bekannt sein.

## **Die Entwicklung der Sexualität in der genitalen Phase**

Nach Freud haben Kinder bis zum zwölften Lebensjahr bereits vier Phasen zur psychosexuellen Entwicklung durchlaufen – die orale, anale und phallische Phase, sowie die Latenzphase. Schon in der phallischen Phase entwickeln die Kinder Interesse an ihren Geschlechtsorganen. Allerdings hat das in dem Alter noch nichts mit der Sexualität zu tun, die Erwachsene kennen: Sie erforschen den Körper einfach nur mit einer kindlichen unbefangenen Neugier. In der genitalen Phase wird dieses Interesse wiederbelebt und die genitalen Zonen gewinnen zunehmend an Bedeutung. Die kindliche Sexualität wird allmählich von der reifen Erwachsenensexualität abgelöst. Die Jugendlichen wenden sich zum anderen Geschlecht hin und sind daran interessiert, sexuelle Beziehungen zur Befriedigung der Lust einzugehen. Sie erleben Sexualität in Verbindung mit Liebe, Verantwortung und dem Ziel der Fortpflanzung. Ob ein Mensch tatsächlich dazu bereit ist, intime Bindungen entstehen zu lassen, hängt nach Sigmund Freud davon ab, ob die vorangegangenen Entwicklungsphasen erfolgreich und ungestört durchlaufen wurden.

## **Schon wieder trotzig? Der Autoritätskonflikt in der genitalen Phase**

Dass Eltern und Kinder sich in der genitalen Phase so gar nicht grün sind, hat einen einfachen Grund: Die Kinder machen gerade eine zweite – viel heftigere – Trotzphase durch. Sie streben nach Freiheit und lösen sich langsam vom Elternhaus ab. Dieser Autoritätskonflikt ist ein wichtiger Bestandteil der Entwicklung. Er muss durchlebt werden, damit Kinder zu selbstständigen Erwachsenen werden und lernen, Verantwortung für ihr eigenes Handeln zu übernehmen. Und dazu stellen Jugendliche erst einmal alles in Frage – vor allem die eigenen Eltern. Denn jetzt setzen sie sich mit ihren Rollenvorbildern auseinander und überlegen, was für eine Frau oder was für ein Mann sie selbst werden möchten. Sigmund Freud ging davon aus, dass die Persönlichkeit sich nicht richtig entwickeln kann, wenn die genitale Phase von rigider Autorität der Eltern gebrochen wird.

## Genitale Phase: Jetzt bin ich halbstark

„Wer bin ich eigentlich und wer will ich überhaupt sein?“ – wenn Kinder in die Pubertät kommen, beschäftigen sie sich mit genau diesen Fragen. Die genitale Phase dient dazu, seine eigene Persönlichkeit zu entwickeln. Mit dem Ziel, als selbstständiges Individuum seinen Platz in der Welt zu finden. Und um das zu schaffen, müssen sie (zum Leidwesen aller Eltern) tatsächlich erst einmal zu kleinen Egozentrikern werden. Die ganze Welt dreht sich nur um sie und sie richten all ihre Aufmerksamkeit auf das eigene Denken und Fühlen. Das so genannte „Omnipotenzgefühl“ (umgangssprachlich bekannt als „halbstark“) ist für die Entwicklung von besonderer Bedeutung. Denn Jugendliche fühlen sich jetzt nicht als „halb“ stark und haben so genug Selbstvertrauen, um ihre eigenen Erfahrungen zu machen und zu einem selbstbewussten Menschen heranzuwachsen.

## Genitale Phase: Pickel, Stimmungsschwankungen und die erste Periode

Das sich Jugendliche in der genitalen Phase aus Erwachsenensicht etwas merkwürdig verhalten, ist ganz normal. In dieser Zeit verändern sich nicht nur die Gefühle und das Denken, auch der Körper entwickelt sich – bei Mädchen meist noch wesentlich früher als bei Jungen. Die Hormone spielen verrückt, die Haut wird unrein, die Stimmung wechselt von himmelhoch jauchzend bis zu Tode betrübt. Außerdem bilden sich die Geschlechtsmerkmale aus. Deshalb auch das Wort „Pubertät“ – es bedeutet „Geschlechtsreife“.

- **Vorpubertät (9.-11. Lebensjahr):** Die ersten sekundären Geschlechtsmerkmale (Schamhaare, Brüste) treten auf.

- **Pubertät (12.-16. Lebensjahr):** Die primären und sekundären Geschlechtsmerkmale bei Mädchen und Jungen bilden sich aus. Mädchen bekommen ihre erste Menstruation, Jungen kommen in den Stimmbruch und haben ihren ersten Samenerguss.

- **Adoleszenz (17.-21. Lebensjahr):** Die Geschlechtsmerkmale sind voll entwickelt. Anatomisch sind die Jugendlichen schon zu Erwachsenen geworden. Emotional und sozial entwickeln sie sich aber noch weiter.

## „Ihr seid ja so uncool“: Tipps für Eltern mit pubertierenden Kindern

„Haben wir in unserer Erziehung etwas falsch gemacht?“ Das fragen sich viele Eltern, deren Kinder gerade mitten in der Pubertät stecken. Machen Sie sich keine Sorgen: Dass sich Ihr Nachwuchs jetzt auflehnt, ist typisch – da mussten auch unsere eigenen Eltern alle schon durch. Selbst, dass die Eltern einem plötzlich peinlich sind, gehört dazu. Auch wenn es schwer fällt, fühlen Sie sich deshalb nicht in Ihrem Stolz verletzt. Ist diese Entwicklungsphase überstanden, kommen wieder bessere Zeiten, versprochen. Lassen Sie ruhig los! Ihr Kind braucht sie immer noch und es wird selbst in dieser schwierigen Phase Momente geben, in denen Sie Ihrem Kind nah sind – zum Beispiel, wenn es bei Ihnen Trost nach dem ersten Liebeskummer sucht. Übertragen Sie Ihrem Kind ruhig Verantwortung: Selbst die Wäsche waschen, den Einkauf erledigen oder mit dem Bus zur Schule fahren, statt kutschiert zu werden. Damit stärken Sie Ihren Nachwuchs nicht nur in seiner Unabhängigkeit, sondern entlasten sich selbst.