

Inhaltsverzeichnis

1. Pubertät – Elend oder Chance

<i>Einblicke in eine spannende Entwicklungsphase – Identitätsfacetten</i>	9
Denkanstöße: Gedankenspiele	10
Ratgeber: „SOS-Pubertät“	11
Symptome: Achtung Baustelle	12
Ansichtssachen: Erwachsene reden über Pubertät	13
Fragen: 10 wichtige Fragen zur Pubertät	15
Befunde: „Ich will halt anders sein wie die anderen!“ – Neue Befunde zur Pubertät	18

2. Pubertät – zwischen Ablösung und Aufbruch

<i>Herausforderungen für Pubertierende, ihre Eltern und Lehrer</i>	21
--	----

2.1 Große Sorgen wegen kleiner Pickel

Identität entwickelt sich in der produktiven Auseinandersetzung mit dem sich verändernden Körper und der sich entwickelnden Sexualität	21
Basistext 1: Wie Mädchen das Erwachsenwerden erleben	22
Basistext 2: Wie wird man zum Mann? Entwicklungen von männlicher Sexualität	24
Ergänzungstext: Die dunkle Verlockung	26
INFO-BOX 1: Zur Bedeutung personaler und sozialer Ressourcen	28
INFO-BOX 2: Die Sonderrolle des Gewichts für Mädchen	28

2.2 Turbulenzen

Identität entwickelt sich während der Ablösung von Eltern und Familie, im Spannungsfeld zwischen Bindung und Abnabelung, zwischen Haltgeben und Loslassen	29
Basistext 1: Wenn Beziehungen anders werden. Veränderungen im Verhältnis zu sich und der sozialen Umgebung	30
Basistext 2: Lass mich los und halt mich fest! Vom emotionalen Basislager zur Reise ins Erwachsenwerden	32

Ergänzungstext: „Solange du die Füße unter meinen Tisch stellst ...“ – Machtkampf und Ablösung gehören zusammen 35

INFO-BOX 3: Kommandofamilien versus Aushandlungsfamilie 37

INFO-BOX 4: Beziehungsverhältnis Eltern – Kinder 37

2.3 With a little help from my friends

Identität entwickelt sich durch die Integration in die peer-groups und die Umgestaltung der Beziehungen zu Gleichaltrigen 38

Basistext 1: Freundschaft mit Gleichaltrigen 39

Basistext 2: Mehr als gemeinsam chillen – Peer-Beziehungen in der Lebensphase Jugend 40

Ergänzungstext: Lästern – Sündenbock auf Zeit 42

INFO-BOX 5: Das Lernpotenzial von Freundschaften 44

INFO-BOX 6: Entwicklungspotenzial in Peerbeziehungen 44

2.4 Ich bin ein Held, holt mich hier raus: Schule überleben

Identität entwickelt sich in der Auseinandersetzung mit den Lern- und Leistungserwartungen der Institution Schule 45

Basistext 1: „Im 6.Jahrgang sind alle im Umbruch“ – ein Gruppengespräch in der Schule 46

Basistext 2: Lernfrust statt Lernfreude? – Von Bedürfnissen und ihrer Vernachlässigung, von Emotionen und ihrer Regulierung 51

Ergänzungstext: Identitätsentwürfe von Schülern 54

INFO-BOX 7: Bedingungen für eine stabile Leistungsbereitschaft 56

INFO-BOX 8: Leistungsbereitschaft im internationalen Vergleich 56

3. Pubertät – auf der Suche nach dem neuen Ich

Konsequenzen für eine pädagogische Förderung von Identität 57

3.1 ... mit Blick auf die Eltern 57

Basistext 1: Distanzierte Nähe und viel Geduld 58

Basistext 2: Jugendliche brauchen Grenzen 63

Ergänzungstext: Familiäre Prozesse und gelingende Verselbstständigung 65

3.2 ... mit Blick auf die Schule 67

Basistext 1: Vom Auspowern und Erfolg-Haben –
Sportliche Aktivitäten in der Pubertät 68

Basistext 2: Pubertät – eine Schule bietet Herausforderungen an 71

**3.3 ... mit Blick auf die entstehende Identität der
Heranwachsenden** 74

INFO-BOX 9: Entwicklungsaufgaben: Identitätsarbeit 74

Basistext 1: Identität – das zentrale Thema des Jugendalters 75

Basistext 2: Identitätsbildung bei Kindern und Jugendlichen –
Möglichkeiten einer pädagogischen Unterstützung 77

Ergänzungstext: Identitätsarbeit als Charakteristikum der Adoleszenz 85

INFO-BOX 10: Vom naiven zum reflektierten Verhältnis zu sich selbst und zur Welt . 87

4. Schlusspunkt:
*„Unser 15-Jähriger bereitet uns überhaupt
keine Probleme. Sollten wir einen Familientherapeuten aufsuchen?“* 88

Glosse: Wahnsinn verpflichtet 89

Literaturverzeichnis 91