

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