

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	
<i>Konsequenzen für eine pädagogische Förderung von Identität</i>	57
3.1 ... mit Blick auf die Eltern	
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: <i>„Unser 15-Jähriger bereitet uns überhaupt keine Probleme. Sollten wir einen Familientherapeuten aufsuchen?“</i>	88
Glosse: Wahnsinn verpflichtet	89
Literaturverzeichnis	91