

Reader zum Thema „Pubertät“

- "Die" Pubertät gibt es nicht: Pubertät = Zeit der Reifung, Zeit der Individualisierung, Entwicklung der Persönlichkeit, Suche nach Identität
 - Pubertät wird individuell erlebt → daher gibt es keine Patentrezepte
 - Es ist jene Zeit: "in der die Kinder wachsen und die Erwachsenen schwierig werden".
 - Pubertät = geschlechtsreif
 - **Adoleszenz:** frühe: 10/11 – 14 J. // mittlere: 14 – 16/17 J // späte: 16/17 – 21 J.
 - **hormonelle Änderungen** → Körperliche Entwicklung und Verhaltensänderungen
 - Wachstumsschub, sexuelle Reifung; bei Mädchen ca. 1 – 2 J. früher
 - Ängstlichkeit, schwankende Gemütslage, Reizbarkeit, gestörte soziale Interaktion, Tagträume
 - Sehnsucht nach Freiheit und Unabhängigkeit
 - **Auseinandersetzung der Kinder und Jugendlichen**
 - mit ihren eigenen Veränderungen
 - Nur zum Teil verstandesmäßig möglich („Unreifes Ich“)
 - Wunsch nach Grenzerfahrungen
 - Auseinandersetzungen mit den Eltern, Erziehern bis hin zu demonstrativer Gleichgültigkeit oder Ablehnung.
 - Die Jugendlichen jedoch suchen jene Personen, die sie schon als erwachsenen und gleichberechtigten Partner behandeln und zugleich doch noch die nötige Hilfe und den Schutz anbieten, den der Jugendliche braucht und auf den er auch ein Recht hat. Grundsätzlich gilt: Je enger das Verhältnis zwischen Kind und Eltern war, desto stürmischer der Trennungskampf
 - Das Abnabeln von den Eltern ist ein wichtiger Prozess in der Entwicklung der Identität eines Kindes. Eltern sollten beginnen, ihren Führungsstil zu ändern. Sie sollten weniger regulierend eingreifen und weniger kritisieren, dem Kind dafür mehr aktives und selbstständiges Handeln zugestehen.
 - dann kommt es zur Zuwendung zu einer Gruppe von Gleichaltrigen und Gleichgesinnten (peer - group, Cliques), deren Führerschaft man als unumstrittene Autorität anerkennt und/oder Hinwendung zu Leitfiguren oder Idolen → Konformitätszwang
- **Gefahren:**
 - Jugendlichendepression: Gefühl von Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit mit Verlust von Initiative und Motivation, Entscheidungsfähigkeit, Konzentrationsschwäche, Zurückziehen von der Familie und Freunden, Verminderung von Appetit und körperlicher Tätigkeit, Schlafstörungen, Beschäftigung mit dem Tod, Selbstmordgedanken und Selbstmordversuche: Warnzeichen sind

schlechtere Schulleistungen, Selbstisolation, Klagen über Einsamkeit und Traurigkeit, Weinphasen, Ess- und Schlafstörungen, Gespräche über Selbstmordgedanken.

- Jugenddelinquenz (und Jugendbanden): Diebstähle, Zechprellereien, Gewaltakte, äußert sich in Führerfolgschaft, strenger Hierarchie und unbedingter Solidarität
- Suchtverhalten: Alkohol-, Tabak- und Drogenkonsum - Alkohol hat noch immer die größte Bedeutung
- krankhafte Ausprägungen wie Magersucht
- **Schulische Auswirkungen**
 - Tagträume, Unkonzentriertheiten
 - Auflehnungen gegen Regeln
 - Leistungsabfall durch Motivationsverlust
 - Stärkere intellektuelle Leistungsfähigkeit, abstraktes Denken
 - Mit der Fächerspezialisierung in der Schule entwickeln sich zunehmend auch Neigungen und Interessen für bestimmte Fächer und Bereiche
 - personenbezogene Lernen geht zurück
- **Ziele einer gelungenen Pubertät**
 - der Aufbau eines Freundeskreises,
 - die Akzeptierung der körperlichen Veränderungen und des eigenen Aussehens,
 - die Aufnahme enger/intimer Beziehungen,
 - die Ablösung vom Elternhaus,
 - die Orientierung auf Ausbildung und Beruf,
 - die Entwicklung von Vorstellungen bezüglich Partnerschaft und Familie,
 - die Gewinnung von Klarheit über sich selbst,
 - die Entwicklung einer eigenen Weltanschauung und
 - die Entwicklung einer Zukunftsperspektive (Dreher & Dreher, 1997).

Internet-Quellen zum Nachlesen

- <http://www-ang.kfunigraz.ac.at/~scheer/doc/pubertaet.html>: Pubertät und Adoleszenz
- <http://www.stud.fernuni-hagen.de/q5425239/pub.html>: JUNGEN IN DER PUBERTÄT
- http://www.familienhandbuch.de/cmain/f_Aktuelles/a_Erziehungsfragen/s_599.html: Online-Familienhandbuch
- <http://www.zdf.de/ZDFde/inhalt/26/0,1872,2069466,00.html>: Sendung vom 30.09.2003: Chaos der Hormone
- **Selbstlerneinheiten zum Thema – für Schüler der Unterstufe:**
 - <http://www.eduvinet.de/mallig/bio/geslech5/geschl5.htm>;
 - <http://www.eduvinet.de/mallig/bio/geslech5/geschl53.htm>
 - <http://www.eduvinet.de/mallig/bio/geslech5/geschl55.htm>