

Pubertätssprechstunde



Die Pubertät ist eine besondere Zeit im Leben und wohl in keiner Entwicklungsphase des Menschen vollziehen sich so viele Veränderungen. Das fängt mit den körperlichen Vorgängen an, der Bartwuchs, die Veränderung der Stimme, die Entwicklung/Ausprägung der Geschlechtsorgane etc.

Auf der anderen Seite und sicherlich nicht weniger beachtenswert sind die psychischen und damit verbunden auch sozialen Aspekte der Pubertät. Der Jugendliche strebt nach Autonomie bezogen auf die Beziehung zu den Eltern und anderen erwachsenen Bezugspersonen, während er zur gleichen Zeit um Anerkennung seiner Meinung und Wertvorstellungen bemüht ist.

Das Dazugehören und die Integration in die Gruppe der Gleichaltrigen (die sogenannte Peer-Group) ist ein anderer bedeutender Aspekt dieser Altersstufe. Bezogen auf Kleidung und Musikgeschmack, Hobbies und andere Interessen und Sichtweisen muss der Heranwachsende einerseits seine eigene Linie finden und andererseits sehen, wie er dies mit den Vorstellungen seines Umfeldes in Einklang bringt.

Keine leichte Aufgabe. Dazu kommen noch die Herausforderungen der Schule und nachfolgenden Ausbildung und die persönlichen Beziehungen, die von der Entwicklung von gleichgeschlechtlichen Freundschaften (Stichwort: bester Kumpel/beste Freundin) über mögliche homosexuelle Erfahrungen bis hin zu ersten "längeren" Beziehungen und ersten sexuellen Kontakten zum "anderen Geschlecht" reichen. Dieser Lebensabschnitt ist schon für die Jugendlichen selber nicht einfach, aber noch viel schwieriger ist es häufig für die Bezugspersonen (Eltern, Großeltern oder Geschwister), die diese Phase ihres Lebens zum Teil schon lange hinter sich haben oder denen das Ganze noch bevorsteht.

Das vorliegende Buch bietet auf etwa 450 Seiten ein umfassendes Nachschlagewerk zu den genannten Themen. Es ist orientiert an den wichtigen übergeordneten Themengebieten - in größere Kapitel aufgeteilt, die sich um Pubertät und Elternhaus, Schule und Gesellschaft kümmern. Hier bekommen die Erwachsenen, die sich tagtäglich mit pubertierenden Jugendlichen auseinandersetzen müssen viele hilfreiche Informationen. Teilweise sind es Aspekte, die schon seit vielen Jahrzehnten die Pubertät prägen, auf der anderen Seite sind es aber auch sehr aktuelle Aspekte, die sich erst in den letzten Jahren zu "klassischen Themen" der Pubertät entwickelt haben. Zu den letztgenannten Dingen gehören beispielsweise das "Komasaufen", das selbstverletzende Verhalten ("Ritzen") und der ausgeprägte PC-Konsum bis hin zur Computersucht.

Das Buch liefert auf beinahe alle Fragen eine nachvollziehbare Antwort und sollte den Rat suchenden Lesern eine gute Hilfe im Alltag sein. Es ersetzt natürlich in manchen Momenten nicht den Besuch bei einer Erziehungsberatungsstelle, dem Jugendamt oder dem Therapeuten. Auf jeden Fall ist es ein lesenswerter Einstieg in die Thematik.

Pubertätssprechstunde: Jugendliche verstehen - Praxiserprobte Hilfen - Pubertät als Chance