

# 1 EINLEITUNG – »Gehirn einschalten!«

»Das ist doch kein Hotel hier! Du kommst ja nur noch zum Essen und Schlafen nach Hause!« Aus dieser zeitlosen Rede zahlloser Eltern überall auf der Welt spricht die gebündelte Gekränktheit über die veränderte Position, die sie im Leben ihres Kindes einnehmen. Während der ersten Jahre stehen im Leben des Kindes uneingeschränkt die Eltern im Mittelpunkt; doch schon mit dem Besuch des Kindergartens wird die erste Bresche in diese bevorrechtigte Stellung geschlagen. Grundschul Kinder beginnen ihre Sätze gern mit einem »Aber der Lehrer sagt ...«. Damit zeigen sie, dass ihre Eltern nicht mehr die Einzigen sind, deren Urteil wichtig ist. Gegen Ende der Grundschulzeit und zu Anfang der weiterführenden Schule richten Kinder ihre Aufmerksamkeit auf Gleichaltrige. Sie wollen Freunde und Freundinnen haben und eine günstige Position unter ihnen erlangen. Mit der weiterführenden Schule rückt auch die Pubertät heran, und Kinder schieben ihre Eltern bewusst in den Hintergrund; die Welt der Heranwachsenden dreht sich um ihre Altersgenossen (Übung 1.1, Anlage 1).

Zwar bleiben Eltern die Grundlage für die Existenz ihres Kindes, auch ihres erwachsenen Kindes. Doch es ist eine gewaltige Aufgabe, sich gegenüber den heranwachsenden Kindern als Eltern zu behaupten und mit ihren Entwicklungen Schritt zu halten. Der rote Faden heißt Kontakt. Dieser rote Faden darf nicht reißen und tut es auch selten, obwohl viele Eltern große Angst davor haben. Selbst wenn in einer Familie die täglichen Streitigkeiten zunehmen, verschlechtert sich die Beziehung zwischen Eltern und Heranwachsenden in Wirklichkeit nicht ernsthaft (Paikoff, Brooks-Gun und Warren, 1991) und bleibt auch während der Pubertät recht positiv (Stattin und Magnusson, 1990). Wenn die Kinder aus dem Haus gehen, sehen sich Eltern und

Kinder in 51,5 % aller Fälle noch ein oder mehrere Male pro Woche (Kalmijn und Dykstra, 2004). Dieser Prozentsatz liegt bei Kindern mit Hochschulreife etwas niedriger, weil sie meist weiter entfernt wohnen, aber für die meisten Eltern und Kinder gilt, dass der Kontakt untereinander lebenslang und häufig bestehen bleibt. Nach der Pubertät ist das Verhältnis von Eltern und Kindern – oft zu jedermanns Überraschung – meist besser und tiefer denn je, aber auch gleichwertiger.

Kommunikation ist ein grundlegendes Element für eine gute Erziehung und wesentlich, um die Pubertät gut zu durchleben. Sprachliche Kommunikation kennzeichnet uns Menschen. Findet sie nicht mit Worten statt, sondern in *Gebärdensprache*, wird es schon recht schwierig. In ernsthafte Verlegenheit geraten wir, wenn sprachliche Kommunikation nicht möglich ist. Das ist bei einem Baby der Fall, das die Sprache noch nicht beherrscht, bei Ausländern oder im Fall einer abweichenden Entwicklung, etwa bei Menschen mit einer weitreichenden geistigen Behinderung. Wir neigen sogar dazu, bei Ausländern, die unsere Sprache nicht beherrschen, in die Art und Weise der Kommunikation mit Babys (hoher Klang der Stimme) oder Menschen mit geistiger Behinderung (alles schlicht und konkret erklären und wiederholen) zurückzufallen (Übungen 1.2 und 1.3, Anlage 1).

Kommunizieren heißt Kontakt einzugehen, eines der wesentlichsten Dinge menschlicher Existenz. Aber so grundlegend dies auch ist, für den Menschen ist es weder leicht, zu kommunizieren noch Kontakt einzugehen. Hat man ein Problem mit sozialer Interaktion, wie etwa bei Autismus, ist es sehr schwierig, Kontakt herzustellen und zu pflegen (Delfos, 2004a–2007).

Das Bedürfnis nach Kontakt war immer vorhanden und wird es immer geben. Nonverbaler Kontakt ist schnell hergestellt, zielgerichtet und fühlt sich recht sicher an. Aber es gelingt den Menschen nicht so gut, darauf zu vertrauen; sie klammern sich »ängstlich« an Worte und diese können zu vielen Missverständnissen führen (Übung 1.4, Anlage 1).

Ein schönes Beispiel für den Unterschied zwischen verbaler und nonverbaler Kommunikation ist der Ausdruck: Verstehst du? Diese Frage wird meist dann gestellt, wenn man eigentlich ziemlich sicher – auf Grundlage nonverbaler Signale – weiß, dass der andere es nicht versteht. Diese Sicherheit hilft dem Menschen wenig, denn er oder sie traut sich oft nicht zu widersprechen, wenn jemand sagt: Ja. Meist setzen wir mit leicht unbehaglichem Gefühl fort, was wir sagen wollten, während wir insgeheim wissen, dass es der andere nicht verstanden hat. So unauffällig wie möglich bauen wir dann doch noch eine Erläuterung ein.

## RICHTIGE KOMMUNIKATION

Kommunizieren ist schwierig, dennoch wissen die meisten Menschen erst, dass sie damit Mühe haben, wenn sie mit Jugendlichen reden. Wenn man lernen möchte, wie man gut kommuniziert, sollte man sich mit Jugendlichen unterhalten – das ist die beste Schule. Sie lassen einen merken, ob man echt kommuniziert oder nicht, vor allem im Alter zwischen dreizehn und sechzehn Jahren. Jugendliche sind in ihrer Akzeptanz oder Ablehnung der Kommunikation mit Erwachsenen oft sehr ehrlich. Mit Jugendlichen muss man richtig kommunizieren, sonst lassen sie einen stehen, wörtlich oder im übertragenen Sinn. Kommunikation mit Jugendlichen ist möglicherweise die lehrreichste, ehrlichste und dynamischste Kommunikation, die es gibt. Wer richtig mit Jugendlichen kommuniziert, ist beeindruckt von dem, was sie zu bieten haben. Während der Pubertät passen sich Kinder in groben Zügen den Erwachsenen an, so dass diese nicht wirklich durchschauen, was das Kind tatsächlich denkt und fühlt. Daher ist es nicht immer klar, wie wir wirken, ob das Kind versteht, was gemeint ist, und vor allem, ob das Kind in ausreichendem Maße erzählen kann, was in ihm vorgeht. Nach der Pubertät sind die Leute meist zu höflich, um eine Kommunikation schroff abubrechen und aufrichtig ihre Meinung zu sagen. Während der Pubertät kommt es darauf an, dass man richtig kommuniziert, sonst klinkt sich der oder die Jugendliche aus. Er oder sie verdreht ›genervt‹ die Augen, und sein oder ihr

Gesicht drückt aus: »*Bist du fertig?*«, »*Kann ich zu meinen Freunden?*«, »*Jahaa*«, »*Hast du zu Ende gepredigt?*«. Dann steht man als Eltern da und ist sprachlos. Ein Jugendlicher lässt es deutlich spüren, wenn ein Erwachsener nicht wirklich kommuniziert und keinen Kontakt herstellt. Der Erwachsene redet oft, ohne sich auf den anderen richtig einzustellen, und eher, um eine eigene Geschichte loszuwerden, als tatsächlich mit dem Jugendlichen zu kommunizieren.

Einer der Verzweiflungsschreie, die Eltern ihren pubertierenden Kindern gegenüber am häufigsten ausstoßen, ist der Eröffnungssatz dieses Buches: »Das ist doch kein Hotel hier! Du kommst ja nur noch zum Essen und Schlafen nach Hause!«

Der Jugendliche geht vollkommen im Umgang mit Gleichaltrigen, in der Entdeckung der Welt und sich selbst auf. Er oder sie scheint wenig auf die Eltern ausgerichtet. Nun gilt jedoch das Umgekehrte mindestens ebenso häufig, nämlich dass sich Eltern auf sich selbst und ihre Tätigkeiten konzentrieren, aber das ist ihnen oft nicht klar.

Erwachsene neigen dazu, in der Kommunikation mit Kindern und Jugendlichen ihr Gehirn auszuschalten, und zwar, indem sie erzählen und nicht einladend zuhören und fragen. Meist sagen Erwachsene, wie sie etwas finden, und hören den Erzählungen der Kinder und Jugendlichen selbst nicht gut zu (Übung 1.5, Anlage 1).

Die Methode richtiger Kommunikation ist das sokratische Gespräch. Der griechische Philosoph Sokrates ging von der Sachkenntnis seines Gegenübers aus. Er stellte Fragen und fragte nach, anstatt selbst zu erzählen.

Wichtig ist, das Gehirn des anderen »einzuschalten«. Jugendliche lassen sich nur zu gern darauf ein, und dann kann man einen engen Kontakt herstellen. Aber als Erwachsene sind wir viel zu sehr damit beschäftigt, unser eigenes Anliegen loszuwerden. Jugendliche haben häufig das Gefühl, wie kleine Kinder behandelt zu werden, die nicht denken können. Sie sind der Meinung, dass Erwachsene oft »predigen«. Dennoch finden wir – zu Recht –, dass wir einem Jugendlichen etwas zu erzählen haben, und machen uns Sorgen, halten es für nötig, den Heranwachsenden vor Gefahren zu schützen, die er oder sie aufgrund mangelnden

Wissens und Erfahrung nicht erkennt oder übersieht. Die Frage ist also, wie wir kommunizieren und dafür sorgen können, dass der oder die Jugendliche über die notwendigen Informationen verfügt. Dazu darf der Erwachsene sein Wissen nicht einfach ablassen, sondern muss den Denkprozess des Jugendlichen mittels Fragen begleiten. Und nichts erweitert auch das eigene Denken mehr, als es an einem oder einer Jugendlichen oder Heranwachsenden zu schärfen.

## GEHIRN »EINSCHALTEN«!

Bislang ist noch wenig über die Kommunikation mit Kindern und Jugendlichen erforscht. Am Ende des zwanzigsten Jahrhunderts sind Kinder gerade mal ›entdeckt‹ (Delfos, 2001), und die Forschung nach dem, was sie bewegt, steckt noch in den Kinderschuhen – trotz eineinhalb Jahrhunderten Entwicklungspsychologie und vieler Denker, die sich mit Kindern beschäftigt haben. Im Mittelpunkt des Interesses stehen mittlerweile die Voraussetzungen, unter denen Gesprächsführung mit Kindern stattfindet, und erste Ergebnisse werden sichtbar.

Bei jungen Kindern ist Kommunikation oft schwierig, weil ihre verbalen Fertigkeiten noch nicht vollständig entwickelt sind. Wenn Kinder sprechen können, heißt das noch nicht, dass sie ihre Gefühle erkennen, ihre Gedanken in Worte fassen können oder wissen, wie sie Fragen formulieren müssen. Sie wiederholen ihre Fragen, weil sie nicht wissen, welche andere Frage sie stellen müssen, um die gewünschte Antwort zu erhalten (Delfos, 2004a–2007).

Die Erforschung der Kommunikation mit Jugendlichen steht auch zu Beginn des einundzwanzigsten Jahrhunderts noch am Anfang. Allerdings wird schon seit Jahr und Tag über Jugendliche nachgedacht und geschrieben. 1966 gerieten wissenschaftliche Kreise in Aufruhr, weil der Amsterdamer Bürgermeister van Hall Sokrates eine Behauptung zuschrieb, die nicht mehr auffindbar zu sein schien, außer in einem Buch aus dem Jahre 1953 (Patty und Johnson). Es ist daher fraglich, ob sie wirklich

von Sokrates stammt, doch der Textinhalt (Beine übereinanderschlagen, aufstehen, wenn Ältere den Raum betreten) macht deutlich, dass er alt ist. Van Hall verwendete den Ausspruch zur Charakterisierung des zeitlosen Rebellentums der Jugend während der Studentenunruhen von 1966, und im Kern wird dies in jeder Generation wiederholt:

Kinder von heute lieben den Luxus, sie haben schlechte Gewohnheiten, Geringschätzung von Autorität, zeigen einen Mangel an Respekt vor Älteren und schwatzen lieber, als dass sie lernen. Kinder sind heutzutage die Tyrannen, nicht die Diener des Haushalts. Sie stehen nicht mehr auf, wenn Ältere den Raum betreten. Sie widersprechen ihren Eltern, fallen anderen ins Wort, essen Leckereien am Tisch, schlagen die Beine übereinander und tyrannisieren ihre Lehrer.

*(Nach Patty und Johnson, 1953, von Sokrates [470 bis 399 v.Chr.] über Plato, S. 277)*

Damit Kommunikation zu einem wechselseitigen Austausch und zu einem echten Dialog wird, müssen beide Gesprächspartner ihr Gehirn einschalten, am Gespräch teilnehmen und sich denkend und sprechend gemeinsam eine Meinung bilden. Es wurde bereits erwähnt, dass Erwachsene dazu neigen, das Gehirn von Kindern und Jugendlichen in der Kommunikation auszuschalten. Sie erzählen ihnen, wie sie etwas finden, laden aber selten den Gesprächspartner oder die Gesprächspartnerin wirklich dazu ein, nachzudenken und mitzuteilen, was in ihm oder ihr geschieht. Jugendliche verlieren dadurch das Interesse an dem, was Erwachsene zu sagen haben. Das liegt nicht in deren Absicht, denn die ist häufig gut, sondern an der Art und Weise, wie Erwachsene mit Kindern und Jugendlichen kommunizieren. Auch die Haltung, die dabei eingenommen wird, ist von großer Bedeutung. Im folgenden Absatz geht es um Jugendliche, aber genauso gut könnte man ›Kinder‹ oder ›Menschen‹ dafür einsetzen.

Gute Kommunikation mit Jugendlichen beginnt mit der Haltung, die man einnimmt. Diese Haltung muss Respekt und Bescheidenheit beinhalten. Man muss davon überzeugt sein, dass Jugendliche etwas zu erzählen haben und dass sie es erzählen wollen. Die Frage ist nicht, ob Jugendliche eine Meinung haben oder über Informatio-

nen verfügen, sondern wie wir mit ihnen kommunizieren können, um diese Meinung zu erfahren oder die Informationen zu erhalten.

Als Beispiel für die Notwendigkeit einer respektvollen und bescheidenen Haltung gegenüber dem Gesprächspartner verwende ich gern das Beispiel des ›*Jungen mit dem Salz*‹. Es macht deutlich, dass die Weisheit des Körpers manchmal einen anderen Kurs angibt, als es Eltern und Pflegern sinnvoll erscheint, mit allen Konsequenzen.

Ein kleiner Junge hatte ein großes Bedürfnis nach Salz und setzte alles in Bewegung, um es sich zu beschaffen. Das Kind leckte das Salz von den Crackern. Wo auch immer die Eltern das Salz versteckten, das Kind kletterte, suchte und aß jedes Salzkörnchen, das es fand. Als der Junge dreieinhalb war, wurde er ins Krankenhaus eingeliefert und bekam eine Standarddiät mit normalem Salzkonsum. Seinem Wunsch, Salz zu essen, kam man nicht nach. Nach sieben Tagen starb er. Die pathologische Untersuchung ergab, dass der Junge an einer Anomalie gelitten hatte (Anomalie der Nebenniere, Addison-Krankheit), wodurch er von außen Salz zuführen musste, um nicht zu sterben, was dann letztlich die Todesursache war. Bis zu seinem Krankenhausaufenthalt war es dem Jungen gelungen, sich am Leben zu halten, indem er zusätzlich Salz aufnahm, entgegen der so genannten Weisheit der Menschen in seiner Umgebung. Die innere Weisheit seines Körpers gab ihm das notwendige Verhalten ein. (Wilkins, Fleischmann und Howard 1940; Gray, 1999)

Ein jüngeres Beispiel aus dem Jahre 2004 ist die Geschichte eines 22-Jährigen.

Ein junger Mann von 22 Jahren entdeckt einen kleinen Knubbel unter seiner Achsel, eine geschwollene Drüse. Er traut der Sache nicht und geht zum Arzt, der nicht sofort alarmiert ist. Der junge Mann kennt die Geschichte des Jungen mit dem Salz und will dem Unruhesignal, das er verspürt, Gehör schenken. Er besteht auf weiteren Untersuchungen. Zur Überraschung des Arztes, nicht jedoch des jungen Mannes, ist der Knubbel bösartig: ein Non-Hodgkin-Lymphom, eine aggressive Krebsform mit schlechter Prognose. Es bedeutet Krebs der Lymphdrüsen infolge einer Streuung. Nähere Untersuchungen ergeben, dass in dem Geschwür Hautzellen zu finden sind. Der Heranwachsende hatte zweieinhalb Jahre vor der Untersuchung ein seltsames Muttermal bemerkt. Obwohl er eigentlich ein

sorgloser Jugendlicher ist, wird er misstrauisch und geht zum Hausarzt. Dieser brennt den Fleck weg. Der junge Mann fragt, ob es im Krankenhaus noch weitere Untersuchungen geben werde, aber der Arzt hält dies nicht für notwendig und sagt, er hätte es nicht weggebrannt, wenn er ein Krebsrisiko vermutete. Dennoch hatte der junge Mann Recht, es war bösartig. Hätte man auf ihn gehört, als er dem Muttermal nicht traute, hätte er dieses Drama nicht erleben müssen. Seine Hartnäckigkeit bei dem kleinen Knubbel rettete ihm letzten Endes das Leben.

## DER KLUGE JUGENDLICHE

Die Pubertät ist eine interessante und spannende Phase. Die intellektuellen Fähigkeiten Jugendlicher nehmen stark zu. Sie erleben einen Sprung im Denken, ihr Gehirn kann mehr fassen als zuvor (Giedd, Blumenthal, Jeffries, Castellanos, Liu, Zijdenbos, Paus, Evans und Rapoport, 1999).

Die wichtigste Veränderung im Gehirn ist, dass zwischen den Hirnzellen mehr Verbindungen hergestellt werden. Dadurch können die Informationen der verschiedenen Zellen in größere Zusammenhänge gebracht und damit die Fähigkeit zur Übersicht über ein Ganzes erhöht werden.

Egal, ob das Kind nun minder-, normal- oder hochbegabt ist – beim Eintritt in die Pubertät erlebt es einen Sprung im Denken, wodurch es die Erfahrung macht, ›plötzlich‹ alles zu verstehen. Das ist der Nährboden für die häufig ›rechthaberisch‹ anmutende Haltung von Jugendlichen, aber auch Grundlage für ihre Fähigkeit, sich Lösungen für die großen Probleme der Welt auszudenken.

Es kommt häufig vor, dass Menschen während der Adoleszenz zu wichtigen Einsichten gelangen, die Grundlage ihres späteren Lebens werden. Große Denker haben den Kern ihrer Ideen oft schon während der Adoleszenz entwickelt. Ihr weiteres Leben steht dann eher unter dem Zeichen der Vertiefung und Verfeinerung als unter dem der Erneuerung. Darwin (1809–1882) entwarf seine Evolutionstheorie (*The Origin of Species. On Natural Selection*, Darwin, 1859/1979) während der Expeditionsrei-

se auf der Beagle (Darwin, 1839/1993), als er zwanzig Jahre alt war. Er hatte Angst vor der eigenen Entdeckung und publizierte sie erst zwanzig Jahre später, als jemand anderes (Alfred Russell Wallace) mit einer ähnlichen Theorie an die Öffentlichkeit wollte. Der Mathematiker Andrew Wilis war schon als Achtjähriger fasziniert vom 4. Theorem des Großen Fermat'schen Satzes; als Einundvierzigjähriger bewies er diese Behauptung, mit der sich Mathematiker mehrerer Jahrhunderte herumgeschlagen hatten.

So tief wie während der Adoleszenz denken wir wahrscheinlich nie wieder nach. Jeder von uns hat diese Erfahrung in mehr oder weniger großem Maße gemacht. Dem Denken Heranwachsender sollte mehr Anerkennung zuteil werden.

Ich selbst schrieb ein Buch über Männer und Frauen (Delfos, 2004–2007). Auffallend an den Geschlechtern sind nicht nur ihre Unterschiede, sondern gerade auch ihre Übereinstimmungen. In diesem Buch wird ein neuer Schritt in der Emanzipation gesetzt. Es plädiert ›für eine Emanzipation, die mit dem biologischen Strom fließt, statt gegen ihn‹. Obwohl ich dieses Buch erst schrieb, als ich die Fünfzig längst überschritten hatte, wurde der Keim bereits gelegt, als ich fünfzehn war. An meiner Schule gab es eine Schülerzeitung, auf deren Rückseite Witze und Sprüche standen. Ich kann mich nur an einen einzigen Spruch erinnern, in dem es hieß: *Emanzipation = statt des Mannes Position*. Den Gedanken, den ich damals hatte, weiß ich auch noch: *Und deswegen wird es nicht gelingen!* Tatsächlich überlegte ich mir damals schon, dass eine Emanzipation auf Grundlage der totalen Gleichheit zwischen Frau und Mann nicht gelingen kann, weil das Ziel Gleichwertigkeit heißen muss und nicht Gleichheit.

Da Jugendliche ziemlich plötzlich zu diesem großen intellektuellen Sprung ansetzen, sind sie oft noch ungeschickt im Umgang mit ihren neuen Möglichkeiten. Es ist wichtig, die erworbenen intellektuellen Fähigkeiten zu trainieren. Indem sie sich äußern, fühlen sich Jugendliche buchstäblich und im übertragenen Sinne ›angehört‹. Vor allem Erwachsenen gegenüber müssen Jugendliche ihre Meinung äußern können, ohne dass man ihnen das Wort abschneidet oder sie erniedrigt. Letzteres dürfen insbesondere Eltern nicht tun. Auch wenn Jugendliche es nicht

zeigen: Bei aller Kritik, die sie an ihren Eltern üben, ist ihnen deren Meinung doch enorm wichtig und sie sind diesbezüglich tief verletzbar. Für das junge Kind ist es von großer Bedeutung, die Meinung der Eltern zu hören. Bei Heranwachsenden hat das Zuhören *müssen* genau die gegenteilige Wirkung. Die Meinung eines anderen anhören zu *müssen* stoppt ihren eigenen Denkprozess (Übung 1.6, Anlage 1). Durch die sokratische Methode des Fragens nach näherer Erklärung (Kapitel 6) wird der Denkprozess Jugendlicher stimuliert. Im Verlauf des Gesprächs werden sie oft selbst die Argumente nennen, die Erwachsene ihnen hatten vorhalten wollen. Diese Argumente äußern sie nun allerdings aus ihrer eigenen Sicht, weshalb sie bedeutend effektiver sind.

Die Jugend stellt die Werte von Eltern und Gesellschaft zur Diskussion. Auch wenn das nicht immer ganz differenziert ist, leistet sie damit einen wichtigen Beitrag zur Gesellschaft. Kommunikation mit Jugendlichen ist daher bereichernd.

## AUFBAU DES BUCHES

Der Einleitung folgt ein Kapitel über die Merkmale der Pubertät (Kapitel 2 Vorphubertät und Pubertät: *Wachstum und Entwicklung*), in dem die psychologische und biologische Bedeutung dieser Phase beleuchtet werden. Damit entsteht hoffentlich eine Grundlage des Verstehens von Jugendlichen, um die Kommunikation zwischen ihnen und Erwachsenen zu ermöglichen. Kapitel 3 (Jugendliche erziehen: *Fallen und Aufstehen*) beschäftigt sich mit der pädagogischen Problematik, die diesem Zeitraum eigen ist. In Kapitel 4 (Gespräch führen: *Interesse und Respekt*) werden die Haltung und die Gesprächsführung besprochen, die für Kommunikation im Allgemeinen und für die mit Jugendlichen im Besonderen wichtig sind. In Kapitel 5 (Den Jugendlichen befragen: *Die Anhörung beider Parteien*) stehen die verschiedenen Fragetechniken und ihr Wert während der Adoleszenz im Mittelpunkt.

Die Informationen über Gesprächs- und Fragetechniken wurden bereits im ersten Band, »Sag mir mal ...« *Gesprächsführung mit Kindern*, wiedergegeben. Hier werden sie nun Heranwachsenden angepasst. Zum Teil greife ich dabei auf die Zusammenfassung von Fiet van Beek (1997) von WESP zurück (**W**issenschaftliche, **E**rzieherische und **S**ozialkulturelle **P**rojekte), die ihrerseits aus dem Werk von Yarrow (1960), Rich (1968) und Emans (1990) schöpfte. Im Anschluss wird in Kapitel 6 (Die Sokratische Methode: *Entdecken lassen*) die Kernmethodik besprochen, die sokratische Kommunikationsform. Diese Methode ist im Allgemeinen wirksam und in der Pubertät unentbehrlich. In Kapitel 7 wird die Art der Gesprächsführung nach Lebensalter eingeordnet. Der Epilog (Kapitel 8) dient als Abrundung des Buches und betrachtet die Pubertät unter dem Aspekt ihrer gesellschaftlichen Bedeutung.

In Anlage 1 finden sich Fragen und Übungen, die für die Praxis der Kommunikation mit Heranwachsenden nützlich sind und sich insbesondere auch für pädagogische Ausbildungen eignen. Am Ende jedes Kapitels sind die jeweiligen Grundgedanken in Form von Kernaussagen aufgelistet, die außerdem auch in Anlage 2 zusammengestellt wurden. In Anlage 3 befindet sich ein Schema mit den Merkmalen der Kommunikation mit Jugendlichen in verschiedenen Lebensphasen ab der Vorpubertät.

Die im Buch genannten Beispiele dienen der Veranschaulichung des Textes und kommen aus der Praxis der Autorin. Wo notwendig, wurden die Beiträge anonymisiert und Namen verändert. Damit diese Beispiele leicht auffindbar sind, wurden sie im Anhang des Buches neben den Anlagen 1–3, dem Literaturverzeichnis, dem Namens- und Sachregister und einer Liste der Übersichten und Abbildungen in einer gesonderten Übersicht aufgeführt.

Der Veranschaulichung dienen auch einige Beispiele aus dem Tagebuch der dreizehnjährigen Josie, die so freundlich war, uns Fragmente ihrer Aufzeichnungen zur Verfügung zu stellen. Sie illustrieren viele der behandelten Themen, vom ›sich nicht mit der eigenen Mutter sehen lassen wollen‹ bis zum ›Drang nach Selbsttötung‹. Zu finden sind sie zwischen den Kapiteln 4 und 5.

## **KERNAUSSAGEN**

- Jugendliche können ihre Eltern tief verletzen.
- Eltern büßen schon ab dem Kindergartenalter an Bedeutung ein.
- Gleichaltrige sind für Jugendliche am wichtigsten.
- Der rote Faden zwischen Eltern und Kind heißt Kontakt.
- Nach der Pubertät ist die Beziehung meist besser denn je.
- Kommunikation mit Jugendlichen ist oft deutlich und schnörkellos.
- Gute Kommunikation ist wesentlich.
- Erwachsene schalten das Gehirn von Jugendlichen oft auf ›aus‹, indem sie einfach ›weiterpredigen‹.
- Richtig kommunizieren bedeutet: Gehirn einschalten.
- Gute Kommunikation braucht eine Haltung des Respekts und der Bescheidenheit.
  
- Die eigene Sachkenntnis des Heranwachsenden muss respektiert werden.
- Jugendliche erleben einen großen Sprung im Denken, wodurch sie plötzlich ›alles‹ verstehen.
- Heranwachsende sind echte Denker.