

INHALT

Vorwort	8
Geleitwort	9

1 EINLEITUNG

»Gehirn einschalten!«	11
Richtige Kommunikation	13
Gehirn »einschalten«!	15
Der kluge Jugendliche	18
Aufbau des Buches	20
Kernaussagen	22

2 VORPUBERTÄT UND PUBERTÄT

Wachstum und Entwicklung	23
Die Pubertät als Konstruktion	25
Geschlechtsreifung	28
Der Wachstumsschub	33
Gehirn	38
Hormone	41
Sozialisation	45
Ernährung und Gesundheit	49
Sexualität	51
Identitätsbildung	63
Gleichaltrige und Freundschaften	75
Die Vertiefung des Denkens	79
Moralische Entwicklung	87
Die Bedeutung der Schule	90
Die virtuelle Umwelt	101
Problemverhalten	104
Kernaussagen	104

3 JUGENDLICHE ERZIEHEN

Fallen und Aufstehen	109
Kritische Passagen von der Geburt bis zur Adoleszenz	110
Die Erziehung in der Pubertät	116
Verhaltensänderung und Vereinbarungen treffen	119
Problemverhalten	127
Scheidung	130
Traumatische Erlebnisse	136
Alkohol und Drogen	141
Depression und Selbstmord	146
Die fundamentale Bedeutung von Kommunikation bei Problemen	151
Kernaussagen	151

4 GESPRÄCHE FÜHREN

Interesse und Respekt	155
Grundlegendes Umdenken	156
Qualität eines Gesprächs	160
Allgemeine Kommunikationsbedingungen	163
Kommunikationsbedingungen bei Jugendlichen	167
Schwerpunkte bei der Gesprächsführung mit Jugendlichen	169
Metakommunikation	170
Loyalität	176
Moderne Kommunikationsmittel	178
Sprachfertigkeit und Verschllossenheit	187
Jungen und Mädchen sind unterschiedlich	190
Der Gesprächsaufbau	196
Kernaussagen	217

JOSIES TAGEBUCHFRAGMENTE

<i>EINE DREIZEHNJÄHRIGE IN DER PUBERTÄT</i>	221
---	-----

5 DEN JUGENDLICHEN BEFRAGEN

Die Anhörung beider Parteien	227
Fragetechniken	227
Körpersprache	246

Metakommunikation als Reparaturmittel	247
Kernaussagen	248

6 DIE SOKRATISCHE METHODE

Entdecken lassen	249
Sokrates, der Weise	249
Grundregeln der sokratischen Gesprächsführung	250
Fragegeleitetes Arbeiten	253
Anwendungen	256
Kernaussagen	273

7 GESPRÄCHSFÜHRUNG NACH ALTER

Adoleszenz in Phasen eingeteilt	275
Phase I: 12 bis 14 Jahre	276
Phase II: 14 bis 16 Jahre	281
Phase III: 16 bis 18 Jahre	285
Phase IV: 18 bis 21 (→25) Jahre	288
Kernaussagen	290

EPILOG 291

Anlage 1: Übungen in Kommunikation	293
Anlage 2: Kernaussagen	300
Anlage 3: Gesprächsführung mit Adoleszenten nach Alter	307

Literatur	308
----------------------------	-----

Personenregister	325
-----------------------------------	-----

Sachregister	329
-------------------------------	-----

Die Autorin	333
------------------------------	-----