

Inhalt

Einleitung	7
1 Pubertät und Adoleszenz	11
2 Jugend in Deutschland – eine Übersicht	18
3 Wie gesund sind unsere Jugendlichen?.....	27
4 Psychische Probleme und Auffälligkeiten.....	30
5 Achterbahnfahrten der Seele	39
5.1 Eine leise Krankheit – die Depression.....	40
5.2 Kalter Schweiß und Herzrasen – die Angst	57
5.3 Zu wenig, zu viel, unkontrolliert – die Essstörung	75
5.3.1 Die Magersucht.....	77
5.3.2 Die Ess-Brech-Sucht.....	85
5.3.3 Übergewicht oder Adipositas	90
6 Dazugehören, vergessen – Jugend und Alkoholkonsum.....	110
7 Möglichkeiten der professionellen Hilfe.....	118
8 Ausblick – ein Plädoyer für eine Sinn stiftende Kindheit	121
Literatur	123