

Inhalt

<i>Gedanken zu einem Brief</i>	9
<i>Den Kinderschublen entwachsen</i>	13
Wird's nun kritisch?	14
Wendet sich der Jugendliche von den Eltern ab?	16
Unvereinbare Ansichten?	18
Selbständig und eigenverantwortlich, aber	20
Wichtige Bezugspersonen: Gleichaltrige	22
Biologische Veränderungen — Verhaltensänderungen?	25
Weltbild formen	27
Was heißt in unserer Gesellschaft erwachsen zu sein?	30
Der junge Mensch will sich bewähren	30
<i>Ist bloß unser Kind jetzt so . . . ?</i>	34
„Nun erst recht!“	34
Charakter und Persönlichkeit	35
Ererbt oder erworben?	35
Einfluß der Umwelt	36
Feste Pflichten gehören dazu	37
Ungerechtfertigte Unterschiede	40
Vertrauen gewinnen	41
Einfühlungsvermögen gefragt	43
Starkes Bedürfnis nach sozialer Anerkennung	44
Sich selbst finden	44
Anerkannt von Gleichaltrigen	46
Was die Meinung der anderen zählt	47
Dank — Undank	49
Worte klug wählen	49
Autorität hin, Autorität her	51
Wovon hängt die elterliche Autorität ab?	52
Wenn Vater und Mutter sich nicht einig sind	53
Selbständig sollen alle werden	55
Gibt es Zeitpunkte für die Selbständigkeit?	55
Welche Eltern handeln nun richtig?	55
Grenzen für Handlungsspielräume ziehen?	57
Die liebe Ordnung	59
Wer bestimmt die Deckenfarbe?	62

Imponiergehabe – ein Grund zur Sorge?	63
Disko hoch im Kurs	64
Gemeinsam ins Wochenende und in die Ferien?	66
Auf der Suche nach Freizeithalten	68
Freizeit – Fernsehzeit?	69
Wählen heißt erziehen	70
Vier goldene Regeln fürs Fernsehen	72

<i>Das Lernen weiter unterstützen</i>	74
Wird die Hilfe immer schwieriger?	75
Was kann eine gute Lernatmosphäre bewirken?	76
Eng mit der Schule zusammenarbeiten	78
Der Jugendliche braucht zum Lernen starke Motive	79
An Zukunftsorientierung und Lebensideale anknüpfen	81
Zu Hause über das Lernen sprechen	82
Gut zuhören	83
Den Dialog suchen	84
Effektiv lernen	86
Bei Hausaufgaben noch helfen?	86
Arbeit mit Fachbuch und Wissenspeicher fördern	87
Störungen ausschalten	88
Von häuslichen Pflichten befreien?	89
Noch die Hausaufgaben kontrollieren?	90
Der Weg zum besseren Einprägen	91
Gut gerüstet in die Abschlußprüfung	93
Entscheidung für den Beruf	95
Eltern brauchen Informationen	97
Hinweise zur Berufsberatung durch die Eltern	98
Verantwortung der Eltern während der Berufsausbildung	99
Ins neue Kollektiv einleben	102

<i>Von Freundschaft bis Liebe</i>	104
Neue Vertrauenspartner	105
Eltern können Jugendfreundschaften nicht verhindern	106
Kann man schon von Liebe sprechen?	107
Noch zu jung für die Liebe?	108
Wie sollten sich die Eltern verhalten?	109
Können wir uns auf unser Kind verlassen?	110
Erfahren wir noch genug?	113
Den Freund akzeptieren?	115

Über Liebe und Sexualität offen sprechen	117
Schwangerschaftsverhütung – ein Gesprächsthema?	120
Worüber man sprechen sollte	122

Gesunde Lebensweise fördern 125

Wenn unser Kind raucht	126
Ist das Rauchen wirklich so gefährlich für die Gesundheit?	127
Warum beginnen Jugendliche mit dem Rauchen?	128
Wie können Kinder Nichtraucher bleiben?	129
Vom Gläschen in Ehren bis zum Teufel Alkohol	131
Wie verträgt der jugendliche Organismus Alkohol?	132
Weshalb trinken Jugendliche Alkohol?	133
Was ist den Eltern zu raten?	133
Hauptsache, es schmeckt?	134
Den Tag mit dem Frühstück beginnen	136
Probleme mit der Figur	136
Zu dick – was tun?	137
Psychohygiene – mehr als ein neues Schlagwort	139

Anmerkungen 141

Literaturverzeichnis 142

Register 143