

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Kapitel 1	
Das Wesen der Adoleszenz	13
Was ist »Adoleszenz«	14
Die Veränderung in der Pubertät	16
Die Entdeckung der persönlichen Identität	21
Abwehrstrategien	27
Kapitel 2	
Der Kindheit entwachsen: Unabhängigkeit gegen Autorität	30
Der Kampf um die Unabhängigkeit	30
Elterliche Autorität und Permissivität	33
Schwierigkeiten beilegen	39
Jugendliche Rebellion und Konformität	42
Freunde finden	48
Kapitel 3	
Übergang: Die emotionalen Probleme der Adoleszenz	54
Adoleszenz als eine Phase des Überganges	54
Emotionale Störungen	59
Depression und Selbstmord	61
Abnormale Ängste und Phobien	63
Schulverweigerung	66
Anorexia nervosa	70
Kapitel 4	
Trotz, Provokation: Antisoziales und kriminelles Verhalten	73
Die Gesellschaft verhöhnen: Verbrechen und Gewalt	73
Ursachen antisozialen Verhaltens	75
Konfliktlösungen und Problemprophylaxe	81
Kapitel 5	
Sexuelle Aktivität	85
Das Wesen männlicher und weiblicher Sexualität	86
Frühe sexuelle Aktivitäten: Masturbation und homosexuelle Spielereien	89

Erste Beziehungen zum anderen Geschlecht	90
Geschlechtsverkehr in der Adoleszenz	92
Sexualerziehung	95
Mit der Sexualität zusammenhängende Krankheiten	97
Empfängnisverhütung	98
Was tun bei einer überraschenden Schwangerschaft?	101
Homosexuelle Beziehungen	102

Kapitel 6

Nach dem Schulabschluß: Arbeit und Arbeitslosigkeit	104
Einen Beruf wählen	104
Weiterbildung	110
Arbeitslosigkeit	111

Kapitel 7

Mißbrauch von Alkohol und Drogen	115
Alkohol	116
Drogenmißbrauch	119
Aufputsch- und Beruhigungsmittel	124
Mißbrauch von Lösungsmitteln	124
Cannabis	125
LSD, Heroin, Kokain	126
Prävention und Hilfe bei Drogenabhängigkeit	128

Kapitel 8

Schulprobleme	132
Erfolg und Mißerfolg in der Schule	132
Regeln und Normen der Schule	138
Schuleschwänzen	142
Störendes Schülerverhalten	144
Disziplin und »Management« im Unterricht	147

Kapitel 9

Wie man jungen Leuten helfen kann	153
Lebenstechniken lernen	154
Rollenspiel	158
Kognitives Lernen und kognitive Kontrolle (Problemlösen)	160
Psychologische Beratung	169
Familientherapie	171
Verhaltensmodifikation zu Hause und in der Schule	172

Kapitel 10

Wege zur Veränderung von Problemverhalten	174
Das Problem verstehen	174
Wie Verhalten gelernt wird	175
Wie sich das Verhalten junger Leute verbessern läßt	179
Übereinkünfte und Verträge	187
Nachwort	192
Literaturverzeichnis	194
Register	197