

Inhalt

Einleitung	9
I Was geschieht heute mit Jungs?	12
Scham: Die wichtigste Emotion im Leben eines Jungen	15
Wenn Scham und Videospiele zusammenkommen	20
Ein Doppelleben	22
Der Rückgang der Motivation	25
Der Computer als Zufluchtsort bei Schwierigkeiten und Misserfolgen	28
Die Angst vor der Langeweile	31
Von der Krise zu Kontakten und innerem Wachstum gelangen	37
II Wie man mit Jungs spricht	38
Das Schweigen akzeptieren	40
Der Verlust der Stimme	43
Wenn Scham im Schatten lauert	46
Gefahr droht: das Gespräch!	48
Sich schämen oder nicht schämen? Das ist hier die Frage	49
Jungs helfen, dass sie ihre Stimme behalten	51
Graduelle Aufdeckung der Gefühle	52
Kommunizieren ohne Beschämung	53
Beim Spielen reden	56
Verborgene Selbstkritik identifizieren	58
Gespräche, die Verbindung schaffen: »Den Moment lösen und nicht das Problem«	59

III Kontakt zu ängstlich-vermeidenden und selbstentfremdeten Jungs aufnehmen	63
Die Falle namens Verantwortung	65
Warum geschieht das gerade jetzt?	66
Die Abkoppelung von der Schule	67
Das Gefühl, nicht dazuzugehören	72
Computerabhängigkeit als Vorbote der Entfremdung	75
Zum Angstgefühl gesellt sich die Scham	79
Schwierigkeiten im Umgang mit Herausforderung, Leiden und gefühlter Minderwertigkeit	80
Die Angst vor Erwartungen und Enttäuschungen	82
Die Angst, gesehen zu werden	83
Hör auf, Gott zu spielen!	86
Sich vor wem verstecken?	87
Ehrlichkeit und Vertrautheit als Heilmittel gegen Entfremdung	89
Entschlossenheit, Geduld und Vertrauen	90
IV Vom Feind zum Verbündeten: Videospiele als Chance für Wachstum und Entwicklung	92
Computerspiele sind kein Kinderspiel	92
Nennen wir das Kind beim Namen	95
Bewusst spielen	99
Stolz statt Scham	102
Kontakt statt Abkoppelung	104
Spielen ins Leben integrieren	107
Selbstkenntnis durch Spielen	108
Aus Computerspielen lernen, wie man mit Schwierigkeiten umgeht	110
Mit anderen zusammen sein	114
Einen Sinn im Leben finden	117
Die Führungsrolle zurückgewinnen	119

V Cannabis: Wie der Wunsch nach Kontakt zur Abkoppelung führt	121
Jenseits von Gut und Böse	122
Das richtige Gespräch	123
Eine schleichende Abhängigkeitsentwicklung	126
Zugang zu anderen und einer Gemeinschaft finden	128
Ein Heilmittel gegen Langeweile	132
Keine Erwartungen, kein Schmerz	134
Sieben Grundsätze beim Ergreifen von Maßnahmen	136
Gründe für vorsichtigen Optimismus	145
VI Ein langer und kurvenreicher Weg zum Erwachsenen	146
Wenn sich das Erwachsenwerden verzögert, verlängert sich die Elternschaft	150
Die Kluft zwischen erwachsen (adult) und noch nicht erwachsen (präadult) sein	151
Arbeit und Vergnügen miteinander kombinieren	154
Wenn aus langsamer Entwicklung Stillstand wird	158
Die Last der Scham abwerfen	160
Die Abkoppelung vom Selbst führt zum Vergessen des Seins	162
Die Beziehung zu sich führt zu einem stärkeren Selbstwert- gefühl	163
Jungs zum Wollen verhelfen	165
Vorsicht, Unterstützung verwandelt sich nicht in Befähigung!	169
Geduld	170
Literatur	172