

inhalt

Wie Jugendliche ihr neues Ich entdecken

Erfahrungen Heranwachsende über ihren Weg in die Selbstständigkeit	6
Hirnforschung Weshalb Teenager oft so seltsam sind	34
Evolution Forscher erklären den biologischen Ursprung der Pubertät	44
Hormone So verändert sich der jugendliche Körper.....	51
Freundschaften Von der Macht der Peergroup.....	56
Soziale Medien Wie gefährlich sind sie für die Seele?.....	72
Aufklärung Vom Umgang der Jugendlichen mit Internet-Pornografie.....	94
Homosexualität So bildet sich die Geschlechtsidentität heraus.....	104
Ende der Schulzeit Wie geht es danach weiter?	138

Wie Eltern ihre Kinder am besten begleiten

Ablösung Die Kunst des Loslassens.....	28
Vorpubertät Was am Ende der Kindheit wichtig ist.....	43
Erziehung Remo Largo über Verantwortung, Freiheiten und Pflichten.....	66
Exzesse Wie reagieren auf Drogen, Alkohol und Co.?.....	84
Schule Was Lehrer und Eltern gegen Mobbing tun können.....	100
Verhütung Welche Antibabypille ist die richtige?.....	114
Seelische Störungen Wenn das Ich ins Wanken gerät.....	118
Leistungsdruck Ein Psychiater über die Selbstüberforderung der Jugend.....	124
Nachtruhe Was sich gegen chronischen Schlafmangel tun lässt.....	130
Pickel Das hilft der Haut.....	134
Gespräche So bleiben Eltern und Kinder im Dialog	148
Ratgeber Zehn Erkenntnisse zur Pubertät.....	152