

MAI 2020

NEWSLETTER NR. 5

NEWS AUS DER SCHULSOZIALARBEIT

HIGHLIGHTS & NEWS

Buchtipp

Autorität durch Beziehung
von Haim Omer,
Arist von Schlippe

Buchtipp

Jugendjahre
von Remo H. Largo,
Monika Czernin

Fritz und Fränzi

Die Zeitschrift erhalten Sie
in der Schule beispielsweise
an Elternabenden oder unter:

<https://www.fritzundfraenzi.ch>

Kurz und Knapp - Entwicklungsaufgaben der Jugendlichen

Die Pubertät ist eine spannende und gleichzeitig anspruchsvolle Zeit für Eltern und Jugendliche. Die Jugendlichen sind mit vielen neuen Aufgaben, Anforderungen (zum Teil auch Überforderungen) konfrontiert. Dasselbe gilt auch für die Eltern.

Dies geschieht in einer Phase, in welcher das Gehirn von Jugendlichen mit einer Grossbaustelle verglichen werden kann. Gewisse vorhandene Verbindungen im Gehirn werden gelöscht, andere bauen sich auf, weitere sind noch gar nicht vorhanden. Das Gehirn entwickelt sich in diesem Alter sehr dynamisch. Der Frontallappen, der Gehirnbereich unmittelbar hinter der Stirn, reift bis ins 20. Lebensjahr. Dieser Bereich ist verantwortlich für wichtige Verhaltensformen wie Disziplin, Aufmerksamkeit, Motivation, Urteils- oder Einfühlungsvermögen, Abwägen von Konsequenzen, Unterdrückung von Impulsen, Planung und Prioritätensetzung. Das heisst, Jugendliche sind weniger in der Lage dieses Verhalten zu kontrollieren und brauchen dabei Unterstützung.

ENTWICKLUNGSAUFGABEN DER JUGENDLICHEN

- Suche nach einer eigenen **Identität**: Aufbau eines Selbstbildes mit eigenen Ressourcen, Fähigkeiten, Kompetenzen und Schwächen.
- Aufbau eines eigenen **Wertesystems**: Die Jugendlichen setzen sich mit Werten und Normen auseinander und bauen ein eigenes Wertesystem auf, an dem sie sich orientieren.
- Emotionale **Ablösung** von den Eltern: Eltern bleiben jedoch wichtige Bezugspersonen.
- Akzeptieren der **körperlichen Veränderungen**: Der Körper verändert sich schnell. Jugendliche müssen lernen, ihren neuen Körper zu akzeptieren und ein positives Selbstbild zu entwickeln.

- Aufbau neuer Beziehungen zu Gleichaltrigen / **Peergroup**: Beziehungen zu Gleichaltrigen werden wichtiger und helfen bei der Ablösung von den Eltern. Sie bieten Orientierung, Unterstützung, neue Möglichkeiten und sind wichtig für die Identitätsentwicklung.
- **Freizeitgestaltung**: In der Peergroup oder alleine.
- Umgang mit **Konsumverhalten**: lernen mit Konsum umzugehen. Dazu gehört auch der Umgang mit Suchtmitteln.
- Umgang mit **Autoritäten**: Z.B. Lehrpersonen, Lehrmeister, usw.
- Entdeckung der **Sexualität**, Wünsche und Orientierung.
- Auseinandersetzung mit der **Geschlechterrolle**
- **Schulische Anforderungen**
- Vorbereitung des **beruflichen Werdegangs** (Berufswahl bzw. Berufsausbildung)

BEDÜRFNISSE VON JUGENDLICHEN

- klare Regeln und Grenzen
- nachvollziehbare Konsequenzen
- Lob
- Beziehungen zu Gleichaltrigen aber auch zu den Eltern oder wichtigen Bezugspersonen wie Götti, Tante, usw.
- Freiheiten, um eigene Erfahrungen sammeln zu können
- ernst genommen werden

Ideen für die Eltern - Umgang

- **Präsent** sein
- Eine **klare Haltung** vertreten (auch wenn es nicht gerade so aussieht, es hat eine Wirkung und wird vielleicht erst später spürbar.)
- **klare Regeln** und realistische Abmachungen **zusammen** mit Ihrem Kind **vereinbaren** und überprüfen
- Das **Positive** nicht vergessen (Was macht mein Kind gut?)
- Konflikte sind **normal**
- **Humor** kann entschärfend wirken
- **Kompromissbereitschaft** zeigen und die Jugendlichen **ernst nehmen**
- **Loslassen** können und **Freiräume** schaffen
- Und was, wenn alles nichts nützt? Die Pubertät ist **eine Phase** und **geht** wieder **vorbei**.

HIGHLIGHTS & NEWS

Austausch mit Eltern

Sprechen Sie mit anderen Eltern.

(Nachbarschaft, Forum, Elternrat)

Fragen zur Erziehung?

Beratungsstellen wie Contact, Elternnotruf etc. können weiterhelfen.

(siehe Blatt "Anlaufstellen" auf der Schulhomepage)

Dies war vorerst der letzte Newsletter. Möchten Sie mehr über das Thema erfahren oder haben Sie ein Anliegen?

Sie dürfen sich gerne mit uns in Verbindung setzen.

Kontakt

Schulsozialarbeit
SEK Obfelden-Ottenbach

Isabel Marty

078 866 79 22

ssa.marty@sek-obfelden.ch
(Mo/Mi (Vm)/Fr)

Cathy Jäggi

079 226 09 32

ssa.jaeggi@sek-obfelden.ch
Di/Mi (Vm)/Do