

Partnerakrobatik III: Jugendliche auf der Oberstufe

Die Schülerinnen in der Oberstufe befinden sich in der Phase der Pubertät. Innerhalb einer relativ kurzen Zeitspanne finden bedeutende physische und psychische Veränderungen statt.

Weil sich der Körper verändert, verändern sich auch die Hebelverhältnisse. Der Körper sieht nicht nur anders aus, sondern fühlt sich auch anders an. Die hormonellen Einflüsse wirken sich in dieser Altersgruppe auch auf das emotionale Befinden aus.

Von diesen Veränderungen fühlen sich die Heranwachsenden zum Teil überrumpelt. Dies kann zu Unsicherheiten führen, weil die Jugendlichen oftmals nicht recht wissen, wie sie damit umgehen sollen. Erhöhte Schamgefühle, Selbstzweifel, depressive Verstimmungen und auch Wutausbrüche sind in dieser Phase nicht selten.



Zudem kommt es zu einem teilweise übersteigerten Rollenverhalten bei den Jungen sowie auch bei den Mädchen. Die Jungen zeigen ein teilweise typisches «Macho- Gehabe», das oft mit einem ausgeprägten Hang zum Risiko einhergeht. Sie streben Machtkämpfe und den Wettbewerb mit anderen an, müssen sich ständig beweisen und ihre Männlichkeit demonstrieren. Die Mädchen dagegen konzentrieren sich eher auf ihr Aussehen. Schönheit, stylen und kleiden werden zunehmend wichtig.

Die Bedeutung der Peer-Groups

Jugendliche während der Pubertät fallen in der Gesellschaft einerseits durch Provokationen, andererseits aber auch durch Rückzüge auf. Die Gruppenzugehörigkeit ist für Jungs sowie für Mädchen von grosser Wichtigkeit, so dass auch die Angst mitspielt, von den anderen nicht akzeptiert zu werden. Coolness und das Überspielen von Hemmungen werden oft eingesetzt um diese Angst zu kompensieren. Sie sind aber auch Zeichen für den Drang nach Anerkennung und Respekt.

Obwohl in diesem Alter sich die Mädchen für Jungs interessieren, verhalten sie sich ihnen gegenüber oft abwertend und ablehnend. Dadurch wird die eigene Unsicherheit und Angst vor Ablehnung überspielt.

Jugendliche in der Phase der Pubertät können oft überheblich wirken, obwohl sie im Innersten sehr zerbrechlich sind. Anerkennung, Halt und Orientierung sind Eigenschaften, die sie bei Autoritätspersonen suchen. Zugehörigkeit und Übereinstimmung sind ihnen wichtig bei Gleichaltrigen und Gleichgesinnten (Peer-Groups). Sich von der Erwachsenenwelt abgrenzen und eigenständig sein, das streben sie an.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO