

The background of the book cover is a photograph. It shows a person's hand tucked into the back pocket of blue denim jeans. The person is wearing a light-colored top with a dense pattern of small pink and red flowers. The overall aesthetic is casual and youthful.

Sylvia Schneider

Katrin Warnstedt

DAS  
Mädchen-  
FRAGEBUCH

Wachsen und erwachsen werden

ueberreuter

Freunde finden, dich verlieben, kurz und gut: Du wirst erwachsen und willst dich auch so verhalten. Zum ersten Mal in deinem Leben verfolgst du deine eigene Entwicklung bewusst mit und möchtest sie selbst steuern. Da das für dich und deine Eltern völlig neu ist, sind Krisen und Missverständnisse unausweichlich. Nicht umsonst sagt man: »Pubertät ist, wenn die Eltern seltsam werden!«

Bei den meisten Problemen, die dich beschäftigen, handelt es sich jedoch um ganz normale Probleme von Jugendlichen, die auf dem Weg zu einer eigenen Persönlichkeit sind. Manche sind noch nicht einmal Probleme, sie erscheinen dir vielleicht nur so, weil du dich noch nicht mit

ihnen auskennst oder nicht weißt, was dahintersteckt. Insofern lassen sich viele Schwierigkeiten mit Wissen, Diplomatie und Verständnis für die anderen regeln. Entscheidend ist aber, dass du für dich selbst Verständnis hast und begreifen kannst, was in dir und mit dir passiert.

Dabei will dir dieses Buch helfen. Es soll Antworten auf die wichtigsten Fragen geben, die dich berühren und beunruhigen können. Das meiste im Leben wird bedeutend einfacher, wenn man weiß, was los ist. Und nur dann kann man auch wirklich Entscheidungen treffen.

Mädchen erleben ihre Pubertät anders als Jungen. Das wirst du sicher an deinen Freunden merken. Sie entwickeln sich

körperlich und seelisch auf ihre eigene Weise, erleben die Sexualität anders, kommen zu einer anderen Einschätzung, was viele Dinge des Lebens angeht. Deswegen ist dieses Buch für Mädchen gedacht. Natürlich können es auch Jungen lesen, die über ihren Tellerrand hinausschauen und wissen wollen, wie sich Mädchen entwickeln, wie sie denken und fühlen. Aber selbstverständlich kommt ebenfalls einiges darin vor, was du über Jungs wissen willst.

Erwachsen werden ist nicht nur ein spannendes Abenteuer, sondern oft ein ziemlich anstrengendes, weil sehr viel Neues von außen und innen auf einmal auf dich einströmt. Es gibt Unmengen von

interessanten Sachen zu entdecken. Du wirst dich zum Teil ganz verträumt, zum anderen aber auch ganz wach und klar fühlen. Mal hast du gute Laune, mal hängst du total durch. Das sind ganz normale Erscheinungen deines Alters. Versuche einfach, diese innere Vielfalt zu genießen. Nie wieder im Leben wirst du in dieser Weise die Chance haben, über alte Möglichkeiten hinauszuwachsen und sowohl körperliche als auch geistige und seelische Veränderungen wahrzunehmen und auszukosten – ohne gleich hundertprozentig zur Verantwortung gezogen zu werden.



**// ich**

**Ist es normal, dass ich mit 14 noch nicht in der Pubertät bin, aber fast alle meine Freundinnen schon?**

Ja, völlig. Jedes Mädchen hat sein eigenes Tempo.

**Wird das Leben durch die Pubertät anders?**

Aufregender und komplexer!

**Warum stehe ich jetzt so oft allein da?**