DIE ADOLESZENZ UND DEREN HERAUSFORDERUNGEN

1. EINE PERIODE DER METAMORPHOSEN

In diesem Lebensabschnitt muss der junge Mensch lernen, Vertrauen zu sich selbst zu fassen und sich eine eigene Meinung zu bilden, insbesondere inmitten einer Vielfalt von Einflüssen, die ihn prägen (Beziehungen, Eltern, kulturelles Umfeld, Medien...).

Im Verlaufe dieses Zeitraums durchlebt der junge Mensch eine Reihe von **Metamorphosen**, von denen die wichtigsten sind:

- **Die körperliche Metamorphose**: Zu Beginn der Pubertät (12 – 13 Jahre) ist der Jugendliche einer Flut an Informationsreizen ausgesetzt, seine neuronalen Verbindungen sind jedoch noch nicht ausreichend ausgebildet, um diesen Informationsfluss vollständig strukturieren zu können. Erst im Alter von etwa 14-15 Jahren bildet sich die neuronale Vernetzung des Heranwachsenden nach und nach aus. Der junge Mensch wird mit verschiedenen Sehensweisen konfrontiert, was es ihm ermöglicht, die Welt und die Anderen besser zu verstehen. Der Jugendliche ist daher zugänglicher für Diskussionen und demnach Debatten.
- **Die identitäre Metamorphose**: Jeder junge Mensch konstruiert in seinem eigenen Rhythmus seine Identität als Erwachsener. Ein Teil dieser Identität wird sich im Vergleich mit Anderen entwickeln, indem der Heranwachsende die visuellen Signale interpretiert, die er um sich herum aufnimmt, und indem er die Informationen integriert, die sein Umfeld ihm sendet.
- **Die soziale Metamorphose**: Die Welt eines heranwachsenden Menschen baut sich in erster Linie um seine freundschaftlichen und Liebesbeziehungen auf. Auch wenn

die Eltern weiterhin eine feste Struktur vorgeben müssen, weil dem Pubertierenden in seiner Entwicklung Grenzen gesetzt werden müssen, werden die Gleichaltrigen zu den „neuen Bezugspersonen".

Et toi, t'en penses quoi ? Un projet fait pour les jeunes :

Im Konzept „Und du, was denkst du?" verankert, entwickelt der Jugendliche eine individuelle Denkweise und einen kritischen Geist. Er nährt einerseits seine Identitätsbildung, ausgehend von seiner Lebensweise und seinen Erfahrungen, und andererseits, indem er die Lebensweise und Erfahrungen anderer entdeckt. Die Vorgehensweise, Debatten anzuregen, gewinnt umso mehr an Bedeutung, als dass der Jugendliche sich im Laufe der Animation gegenüber den Anderen positionieren und seine eigene Meinung zum Ausdruck bringen kann. Denn in der Tat behält der Heranwachsende Informationen besser, wenn sie von Gleichaltrigen anstatt einem Erwachsenen stammen, da er diesen mehr Glauben schenkt.

2. DAS SELBSTWERTGEFÜHL BEI JUGENDLICHEN

Selbstwertgefühl ist das Gefühl, mit sich selbst in Einklang zu sein, zu wissen, wer man ist und wie man seine Stärken und Schwächen einsetzen kann. Jedes menschliche Wesen verfügt über Ressourcen und Kräfte, die es ihm erlauben, Prüfungen und Probleme im Leben zu bewältigen. Das Selbstwertgefühl gibt uns den Wert zurück, den wir uns selbst zuschreiben, und verschafft uns damit die Überzeugung, einen Wert als solchen zu besitzen. Um jedoch dorthin zu gelangen, muss man sich dieser Fähigkeit bewusst sein, um sich Herausforderungen stellen zu können...

Das Tool „Und du, was denkst du?" unterstützt und verstärkt das Selbstwertgefühl bei den jungen Menschen. Die Pubertät ist nämlich eine kritische Periode, um ein Selbstwertgefühl aufzubauen. Dieses kann je nach den gegebenen Umständen variieren, kann aber auch schrittweise erworben werden. Sich seines Wertes bewusst sein, das macht es notwendig, seine Fähigkeiten zu messen, seine Grenzen auszutesten, seine Verantwortlichkeiten zu übernehmen, sich zu behaupten, seine Bedürfnisse zu befriedigen, sich persönliche Ziele zu setzen und sich die Mittel anzueignen, um sie zu verwirklichen... Von einem positiven Selbstwertgefühl profitieren, ist ein wesentlicher Antrieb für die Jugendlichen. Und es ist der Austausch mit den Anderen, bei dem sich das Selbstwertgefühl entwickelt: den Eltern, der Familie, Freunden, Lehrern. Jeder hat auf eigene Weise einen Einfluss darauf, wie sich junge Menschen selbst wahrnehmen. Durch die Anregung der Debatte: „Und du, was denkst du?" lernt der Jugendliche, seine Ansichten zu vertreten und sich gegenüber seinen eigenen Entscheidungen aufzustellen.