



# Pubertät

04. April 2012

[Pubertät](#)[1] nennt man die Entwicklungsphase zwischen Kindheit und Erwachsensein. In dieser Zeit stellt sich der Körper auf die Geschlechtsreife um und produziert verstärkt Geschlechtshormone: Östrogen bei den Mädchen und Testosteron bei den Jungen.

Mädchen bekommen dadurch einen Busen. Bei Jungen fangen die Barthaare an zu sprießen und sie kommen in den "Stimmbruch", d.h. ihre Stimme wird tiefer. Mädchen und Jungen wachsen Achselhaare und Schamhaare. Bei Mädchen tritt die erste Monatsblutung (= Menstruation) auf, bei Jungen der erste Samenerguss.

All diese aufregenden körperlichen Veränderungen werden begleitet von Veränderungen, die sich im Denken und im Fühlen abspielen. Wer in der [Pubertät](#) [1] ist, bildet sich eine eigene Meinung, will sich von den Eltern lösen und hält sich für alt genug, eigene Entscheidungen zu treffen. Auch Stimmungsschwankungen sind typisch für diese Zeit.

Keine leichte Zeit - auch nicht für Erwachsene! Eltern und Lehrer ärgern sich oft über Kinder, die ihrer Meinung nach nicht richtig ticken. Die Wissenschaft hat allerdings festgestellt, dass dafür niemand etwas kann. Besonders aus der Hirnforschung kommen in letzter Zeit immer mehr Erkenntnisse, was sich während der [Pubertät](#) [1] abspielt.

So haben Wissenschaftler entdeckt, dass der Umbau von Nervenverbindungen an den wechselnden Launen und Gemütszuständen pubertierender Teenager Schuld sind. Ungefähr ab dem elften Lebensjahr verlieren Kinder offensichtlich in rasendem Tempo ihr soziales Gespür, also die Fähigkeit, sich in andere Menschen hineinzusetzen und ihre Gefühle einzuschätzen.

Das liegt daran, dass das Gehirn neu strukturiert wird neue Verbindungen zwischen den Nervenzellen geknüpft werden. Erst mit etwa 18 Jahren ist dieser Prozess abgeschlossen. Dann funktioniert auch das soziale Gespür wieder so gut wie vor der [Pubertät](#) [1].



[Datenschutz](#)

[Impressum](#)

---

**Quellen-URL:** <https://sowieso.de/portal/lexikon/pubertaet>

**Verweise:**

[1] <https://sowieso.de/portal/lexikon/964>