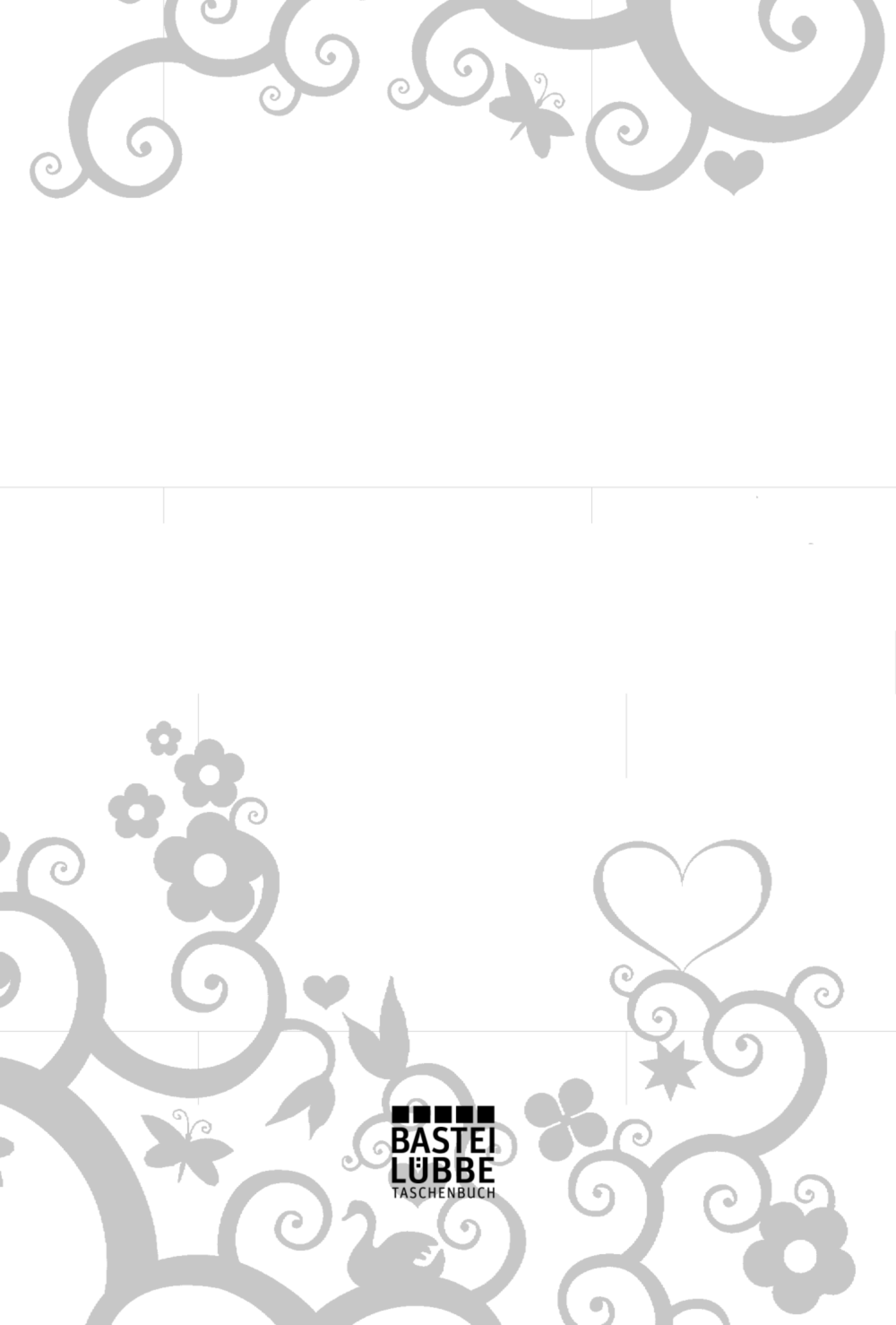




Abigail Grotke

Handbuch für Verliebte

Guter Rat vom ersten Kuss
bis zum Altar



ABIGAIL GROTHE

Handbuch für Verliebte

Guter Rat vom ersten Kuss
bis zum Altar

*Aus dem amerikanischen Englisch von
Hedda Pänke*

■■■■■
**BASTEI
LÜBBE**
TASCHENBUCH

BASTEI LÜBBE TASCHENBUCH

Band 66433

I. Auflage: Februar 2010

Vollständige Taschenbuchausgabe
der im Ehrenwirth Verlag erschienenen Hardcoverausgabe

Bastei Lübbe Taschenbuch und Ehrenwirth
in der Bastei Lübbe GmbH & Co. KG

Copyright © 2006 by Abigail Grotke
Titel der amerikanischen Originalausgabe:
»Miss Abigail's Guide to Dating, Mating and Marriage«
Originalverlag: Thunder's Mouth Press,
An imprint of Avalon Publishing Group Inc.

Für die deutschsprachige Ausgabe:
Copyright © 2008 by Bastei Lübbe GmbH & Co. KG, Köln
Lektorat: Ann-Kathrin Schwarz
Textredaktion: Andrea Kalbe
Umschlaggestaltung: Nadine Littig
Gesamtgestaltung und Satz: Christina Krutz Design, Riedstadt
Autorenfoto: © Diane N. Kresh
Gesetzt aus der Oneleigh
Druck und Verarbeitung: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm
Printed in Germany
ISBN 978-3-404-66433-7

Sie finden uns im Internet unter www.luebbe.de Bitte beachten Sie auch: www.lesejury.de

Der Preis dieses Bandes versteht sich einschließlich
der gesetzlichen Mehrwertsteuer.

*Meiner Familie, die für mich da war,
als ich ihren Rat brauchte*

INHALT



EINFÜHRUNG		7
1. KAPITEL	Erste Erkundungen	13
2. KAPITEL	Was ist mit mir los?	23
3. KAPITEL	Fit für Dates	37
4. KAPITEL	Ich mag den Jungen, weiß aber nicht, wie ich es ihm sagen soll	61
5. KAPITEL	Die hohe Kunst des Flirtens	79
6. KAPITEL	Gutes Aussehen	89
7. KAPITEL	Es ist so weit: dein erstes Date	109
8. KAPITEL	Was unternimmt man bei einem Rendezvous?	121
9. KAPITEL	Nur noch mit einem/einer	151
10. KAPITEL	Petting	161

11. KAPITEL	Es liegt nicht an dir, es liegt an mir	175
12. KAPITEL	Über das Dasein als Single	185
13. KAPITEL	Es passiert, wenn du am wenigsten damit rechnest	201
14. KAPITEL	Jetzt wird es ernst	209
15. KAPITEL	Die Verlobung	225
16. KAPITEL	Hier kommt die Braut ...	239
17. KAPITEL	Traumhafte Flitterwochen	251
18. KAPITEL	Ein behagliches Heim	263
19. KAPITEL	Liebe in Zeiten der Ehe	281
20. KAPITEL	Und sie lebten für immer glücklich miteinander ...	293
DANKSAGUNGEN		303
QUELLEN		305
BILDNACHWEISE		311
DIE AUTORIN		315

E I N L E I T U N G



Seid ihr allein und einsam? Auf der Suche nach Liebe? Grübelt ihr gerade verzweifelt darüber nach, wie ihr die Aufmerksamkeit des anderen Geschlechts erringen könnt? Verwirrt und perplex über die Kompliziertheit der heutigen Paarungsrituale? Kein Wunder, wenn sich viele von euch überfordert fühlen. Möglicherweise sehnt ihr euch nach der guten alten Zeit zurück, in der das vorrangige Lebensziel einer jungen Frau oder eines jungen Mannes darin bestand, einen Partner oder eine Partnerin zu finden, zu heiraten und eine Familie zu gründen. Nun, die Welt hat sich geändert. Heute genügt es nicht mehr, an die Tür der Nachbarn zu klopfen, um die Liebe seines Lebens – oder auch nur einen Partner auf Zeit – zu finden. Online-Dating ist nicht unbedingt immer die Lösung, ebenso wenig wie das Warten darauf, dass euch der Produzent einer Reality-Show entdeckt und mit eurem idealen Lebensgefährten zusammenbringt.

Angesichts der ungeheuren Herausforderungen ist es nur verständlich, wenn ihr in einem Selbsthilfebuch nach klugen Ratschlägen und Worten der Ermutigung sucht. Seit Langem überschwemmen Ratgeberbücher den Markt, um Frauen und Männer dabei zu unterstützen, Bekanntschaften zu machen. Der Pferdefuß? Man könnte glatt

EINLEITUNG

mehr als die Hälfte seines Erwachsenenlebens damit zubringen, zu *lesen*, wie man erfolgreich mit dem anderen Geschlecht anbandelt. Und wer hat in der Hektik der modernen Welt dazu schon Zeit?

Zu eurem Glück habe ich euch die Arbeit bereits abgenommen. Ich habe mich in meine Bibliothek eingeschlossen und in meiner Sammlung klassischer Ratgeber nach den besten Tipps geforscht, um euch bei eurem Streben nach Liebe zu helfen. Die Ratschläge in diesem Buch sind eine Auslese aus meiner privaten Selbsthilfebücher-Kollektion von annähernd tausend Titeln, die zwischen den zwanziger Jahren des neunzehnten und den siebziger Jahren des zwanzigsten Jahrhunderts erschienen sind und die uralten Themen Kontaktaufnahme, Liebe, Zusammenleben, Ehe, Gesundheit, Schönheit, Pubertät, Sex, Umgangsformen, Heimgestaltung und Haushaltsführung behandeln.

Die Liebe zu alten Ratgeberbüchern begann für mich, die in Rendezvous-Situationen schon immer unbeholfen war und in Sachen Make-up und Frisuren bis heute eher ratlos ist, mit dem Kauf eines Fünfzig-Cent-Bandes im Secondhand-Shop der Heilsarmee in Greensboro, North Carolina: mit *The Art of Dating*, das Evelyn Millis Duvall 1967 für Teenager verfasst und die YMCA's Association Press herausgegeben hat. Es war die Initialzündung für ein geradezu brennendes Interesse, und ich entdeckte weitere Bücher in Secondhand-Shops und Antiquariaten. Seit 1997 sind sie auf meiner Website www.MissAbigail.com zu neuem Leben erwacht, weil ich Lesern mit klassischen Ratschlägen aus ihrem neuzeitlichen Dilemma helfen wollte.

Und nun sind die besten davon in diesem Buch zusammengefasst, dem *Handbuch für Verliebte*.

Die Sprache mag sich vielleicht altmodisch und verschroben anhören, aber der Inhalt der Zitate ist bemerkenswert aktuell geblieben. Obwohl manche der Ratschläge für halbwüchsige Mädchen und Jungen geschrieben wurden und andere für reifere Leserinnen und Leser, wirken die Aussagen zeitlos. Ganz unabhängig von eurem Alter: Wenn ihr als Single auf der Suche nach einer Beziehung seid, würdet ihr wahrscheinlich gern wissen, wie man jemanden auf sich aufmerksam macht, wie man sich bei einem Rendezvous verhält, was man anzieht und ob man sich schon beim ersten Treffen küssen sollte. Diese Fragen stellen sich nun einmal, ob man nun zwanzig, fünfunddreißig oder fünfzig ist. Und auch wenn die meisten der klassischen Ratschläge Männer-Frauen-Beziehungen betreffen (bedauerlicherweise war alles andere früher tabu), können sie sich auch diejenigen unter euch zu Herzen nehmen, die an gleichgeschlechtlichen Partnern interessiert sind. Ersetzt einfach *er* durch *sie*, *Mädchen* durch *Junge*, und legt los!

Unabhängig davon, in welchem Alter ihr seid, welchem Geschlecht ihr angehört, wo eure persönlichen Vorlieben liegen, bietet sich euch hier die Chance, mehr über die Ratschläge der Vergangenheit zu erfahren, an denen sich eure Eltern, Großeltern oder Urgroßeltern orientiert haben. Mit ihrer Hilfe könnt ihr lernen, wie man rendezvousfähig wird, Bekanntschaften macht, zu einem Treffen einlädt, die Vor- und Nachteile von Flirt und Petting unterscheidet. Ihr werdet an den Freuden der Liebe ebenso Anteil nehmen

EINLEITUNG

wie am Leid der Trennung. Ich helfe euch, das Alleinsein zu ertragen, um dann, wenn der Zeitpunkt gekommen ist, in der Lage zu sein, mit einem anderen Partner neu anzufangen. Und schließlich, wenn ihr den Gefährten fürs Leben gefunden habt, könnt ihr euch darüber informieren, wie ihr mit dem Mann oder der Frau eurer Träume auf Dauer glücklich werdet. Mit Hilfe von Ratschlägen aus der Vergangenheit möchte ich dazu beitragen, eure Paarungsprobleme in der Gegenwart zu bewältigen, denn manchmal muss man zurückblicken, um voranzukommen.

Miss Abigail
(Abigail Grotke)

1. KAPITEL

Erste Erkundungen



1 . K A P I T E L

FRAGE: Liebe Miss Abigail,
alle reden davon, wie toll es ist, sich mit Jungs
zu treffen. Stimmt das?

ANTWORT: Es ist in der Tat eine großartige Sache! Aber
bevor wir uns in die vielfältigen Gründe dafür
vertiefen, könnte eine kurze Vorbemerkung da-
bei helfen, die Terminologie der Liebe zu erklä-
ren. Dem Merriam-Webster's Online-Lexikon
(www.m-w.com) zufolge ist ein *Date* ein »gesel-
liges Zusammensein von zwei Menschen, häufig
romantischen Charakters«. Die Definition von
jemandem den Hof machen klingt da schon ein
wenig ernster: »Das Eingehen sozialer Verpflich-
tungen, die zu einer Verlobung oder Heirat füh-
ren.« Ähnliches trifft auf das *Buhlen* zu: »Um die
Zuneigung eines Menschen nachsuchen, den
man für gewöhnlich auch heiratet.« Da das für
ein erstes Kapitel ein bisschen zu ernst ist, be-
schränken wir uns im Moment auf das Verab-
reden und Werben, mit einem kleinen Scherz
über das Buhlen gegen Ende des Kapitels. Lies
weiter: Auf den folgenden Seiten erfährst du, was
du über Verabredungen wissen musst.

1967: Vor einem guten Start



Die Zeit erster Verabredungen ist eine der aufregendsten Phasen in deinem Leben. Plötzlich tun sich ganz neue Horizonte vor dir auf, Freundschaften entstehen, deine Persönlichkeit entfaltet sich, und in dir erwacht das Gefühl, ein begehrenswerter Mensch zu sein. Es ist eine Zeit großer Emotionen, wertvoller Erfahrungen und faszinierender Entdeckungen. Sie voll auszukosten stellt eine der wundervollsten Lebenserfahrungen dar.

Sie zu verpassen wäre ein bedauerlicher Verlust, vor allem, wenn noch genügend Zeit bleibt, etwas dagegen zu unternehmen. Dates sind eine Kunst und müssen wie jede Kunst kultiviert werden, um Erfolge erzielen zu können. Sobald du dich ihnen mit Aufrichtigkeit, Enthusiasmus und Energie widmest, werden sich positive Ergebnisse einstellen. Schon bald erhältst du Antworten auf deine besorgten Fragen. Lange bevor du dich verabredest, träumst du bereits davon. Sehnsüchtig erlebst du, dass andere Jungen und Mädchen sich treffen, miteinander lachen und scheinbar ganz mühelos eine wundervolle Zeit verbringen. Und schon siehst du dich selbst als galanter Kavalier oder bezaubernde Heldin in einer romantischen Situation. In deiner Phantasie weißt du bereits genau, was du sagen und tun musst, sodass du dein erstes Rendezvous kaum erwarten kannst. Und doch ahnt etwas in dir die peinlichen Momente voraus, in denen du verlegen und sprachlos vor jemandem stehen wirst, der dir viel bedeutet, und feststellen musst, dass Dates

1. KAPITEL

Große Emotionen, alles andere als wundervoll sind. Und so
faszinierende schwankst du zwischen Verlangen und
Entdeckungen Furcht: in einer Sekunde ungeduldig, deine
Schwingen zu erproben, und in der nächsten voller Angst vor dem Fliegen. Wenn du dir klar-
machst, was bei diesen Verabredungen geschieht, ist dein
Wechselbad der Gefühle völlig verständlich. Denn der
Spaß dabei ist ein anderer, als wenn ein Junge mit seinen
Freunden Ball spielt oder ein Mädchen seiner besten
Freundin Geheimnisse anvertraut. Bei Dates hast du es mit
Vertretern des anderen Geschlechts zu tun. Du lernst diese
Menschen kennen, die so ganz anders sind als du, und er-
fährst dabei eine Menge über dich selbst. Du stehst auf der
Schwelle zu Erfahrungen, die ganz neu für dich sind, ro-
mantisch und voller Verheißungen für dein Leben als flügge
gewordener Erwachsener.

Evelyn Millis Duvall, *The Art of Dating*

1964: Was ist ein Date?



Dates sind ein weites Feld. Das Wort Date wird auf ein Ereignis ebenso angewandt wie auf eine Person. Es gibt Blind Dates und Dauer-Dates, Doppel-Dates, zufällige und geplante Dates. Ein Date kann von einem kurzen Treffen auf eine Coke, bei dem jeder für sich bezahlt, über die Verabredung, sich nach der Algebra-Stunde an gleicher Stelle wiederzusehen, bis zur gemeinsamen Teilnahme am

ERSTE ERKUNDUNGEN

Highschool-Ball alles sein. Aber allen wie auch immer getarteten Dates ist eins gemein: dass zwei Personen, eine männliche und eine weibliche, einander gefallen. Daran hat sich nichts geändert. Nur die äußeren Gegebenheiten sind andere geworden.

Betty Allen und Mitchell Pirie Briggs, *Mind Your Manners*

Falls du geneigt sein solltest, die Äußerungen des folgenden Autors über das Werbeverhalten und die »amerikanische Lockerheit« als altmodisch abzutun, würde ich mich an deiner Stelle vor Voreiligkeiten hüten. Junge Leute von heute wären gut beraten, über diese warnenden Worte aus den achtziger Jahren des vorletzten Jahrhunderts nachzudenken.



1886: Werbeverhalten



Das Umwerben ist eine eindeutig amerikanische Sitte. In anderen zivilisierten Ländern sind die Regeln des gesellschaftlichen Miteinanders so beschaffen, dass sie die Möglichkeiten des nahezu uneingeschränkten Umgangs der Geschlechter in der Jugend, den wir in unserem Land erleben, ausschließen. Unter keinen Umständen möchten wir diese Tatsache als Argument für die Einführung fremder gesellschaftlicher Bräuche verstanden wissen, denn obwohl sie in diesem Fall von Vorteil wären, würden sie doch in ihrer Mehrheit ähnlich großen oder sogar noch größeren Übeln Vorschub leisten. Wir erwähnen die Tatsache lediglich, um die Nachteile der typisch amerikanischen Lockerheit anzuprangern.

J. H. Kellogg, *Plain Facts for Old and Young. Embracing the Natural History and Hygiene of Organic Life*

Trotz Mr. Kellogg werden lockere und weniger lockere Amerikaner sowie andere überall auf der Welt auch weiterhin umeinander werben. Das liegt einfach in der Natur des Menschen, wie uns zahllose Sendungen im Fernsehen bewiesen haben. Um besser zu verstehen, worum es eigentlich geht, lass uns einen Blick auf eine Passage aus dem Jahr 1940 werfen und achte auf die Verwendung des entzückenden Wortes »buhlen« (einer meiner Lieblingsausdrücke). Sprich es laut aus. Buhle um mich, bitte. Buuuuhle ... Macht das nicht Lust darauf, es selbst auszuprobieren?

1940: Das Werben des Mannes



Für den jungen Mann kann das Werben und Buhlen ein großes Abenteuer sein. Eine Reise voller Entdeckungen und Erfahrungen.

*Man darf nicht
vergessen, dass Leidenschaft
unverzichtbar ist*

Er erkennt die Schönheiten im Charakter der von ihm geliebten Frau, die sie hinter dem Schleier ihrer Bescheidenheit verbirgt oder von denen sie vielleicht selbst nichts weiß. Er entdeckt ihre unschuldigen Launen, ihre unausgesprochenen Wünsche. Dann macht er ihr die Resultate dieser Reise durch Komplimente, kleine Geschenke oder besondere Aufmerksamkeiten deutlich. ...

Vielleicht habe ich die Gefahr, zum Sklaven der Leidenschaft werden zu können, überbetont, aber man darf nicht vergessen, dass Leidenschaft unverzichtbar ist. Dem Werben und Buhlen muss eine zwingende, treibende Kraft zugrunde liegen. Nie sollte man auf die ermüdende Durchführung einer bestimmten Zahl wöchentlicher oder monatlicher Gespräche oder die eintönige Beteiligung an gesellschaftlichen Aufgaben herabsinken. Um lebendig zu bleiben, darf die Liebe nicht in den Käfig profaner Häuslichkeit gesperrt, noch der Möglichkeit beraubt werden, sich in ungeahnte Höhen aufzuschwingen.

Margaret Sanger, *Happiness in Marriage*

1. KAPITEL

Nachdem wir elementare Ansichten über Dates kennengelernt haben, fragst du dich vielleicht, warum du dir überhaupt einen ganz besonderen Menschen in deinem Leben wünschen sollst. Hier ist ein Blick auf die Vor- und Nachteile einer Beziehung. Du musst entscheiden, was für dich richtig ist.

1938: Der Wert von Freundschaften mit Jungen



Warum ist es für ein Mädchen wichtig, Jungen kennenzulernen und sich mit ihnen anzufreunden? Um zu Partys mitgenommen zu werden, um möglichst viele Verabredungen und Tanzpartner zu haben?

Diese Punkte mögen erstrebenswert erscheinen, aber Freundschaften mit Jungen bringen sehr viel mehr. Es ist gut für ein Mädchen, Jungen zu kennen und zu lernen, mit ihnen zurechtzukommen, weil es später wissen muss, wie man mit Männern zurechtkommt, ob in der Ehe oder im Beruf. Zweifellos wird es in der Ehe glücklicher und im Beruf erfolgreicher, wenn es das andere Geschlecht versteht, wenn es die Standpunkte von Männern begreift und weiß, wie ihr Verstand funktioniert, wie sie in bestimmten Dingen denken und fühlen.

Von Jungen können Mädchen beispielsweise eine Offenheit und Direktheit lernen, die für sie charakteristischer ist als für Mädchen. Und ein Mädchen kann Freundschaften



mit intelligenten Jungen als Bereicherung und Weiterentwicklung seiner eigenen Ideen und Vorstellungen empfinden.

Aber wie bei allem im Leben kann auch hier übertrieben werden. Ein Mädchen, das seine ganze Zeit und all seine Gedanken Jungen widmet, bekommt ein einseitiges, verzerrtes Bild vom Leben. Wenn ein Mädchen durch Verabredungen mit Jungen zu beschäftigt ist, um daneben auch Zeit für Mädchen, seine Familie und andere Freunde zu finden, bereitet es sich selbst den Weg ins Unglück. Für eine Weile mag ihm der Umgang mit Jungen genügen, aber schon bald wird es das Gefühl bekommen, dass Mädchen es ablehnen. Es bildet sich ein, dass die anderen Mädchen ihm aus Neid auf seine Beliebtheit bei Jungen aus

*Wissen,
wie ihr Verstand
funktioniert*

1 . K A P I T E L

dem Weg gehen, um es zu verletzen. Als Folge davon verhält es sich anderen Mädchen gegenüber so reserviert und misstrauisch, dass diese es schließlich wirklich nicht mögen.

Jungen kennen und verstehen zu lernen ist ein Bestandteil deiner Vorbereitung auf das Leben. Aber nicht der einzige. Behalte und pflege deine Freundschaften mit Mädchen, und achte auf Ausgewogenheit in deinem Leben und deiner Persönlichkeit.

Beatrice Pierce, *The Young Hostess*

2. KAPITEL

Was ist mit mir los?



2 . K A P I T E L

FRAGE: Liebe Miss Abigail,
ich fühle mich zu linkisch und unbeholfen, um an eine Verabredung mit einem Jungen auch nur zu denken. Was ist mit mir los?

ANTWORT: Wenn sich etwas im Laufe der Jahre nicht verändert hat, dann ist es die Pubertät: die Zeit, in der junge Menschen von ihrem Körper in das Erwachsensein katapultiert werden. Auch wenn es unterschiedliche Ansätze gab und gibt, mit der Pubertät fertig zu werden, hat ausnahmslos jeder Erwachsene mit den gleichen Veränderungen zu kämpfen. Sicher fühlst du dich jetzt sonderbar und scheinst dir selbst fremd zu sein, aber das vergeht. Das kannst du mir glauben. Hier ein paar Tipps, um dir zu helfen, durch dieses schwierige Stadium zu kommen.

1904: Veränderungen in der Pubertät

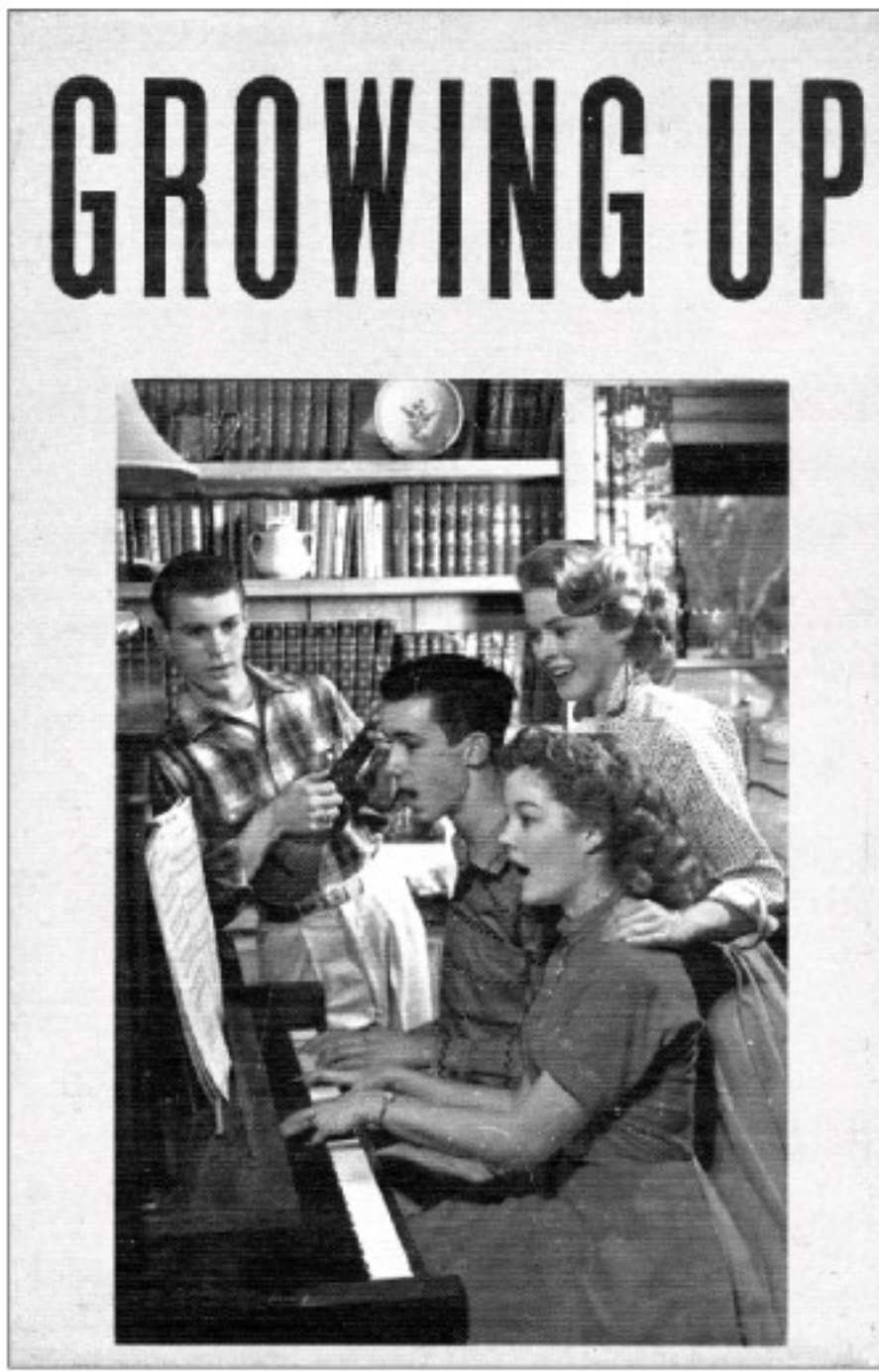


Bis zum Alter der Pubertät sind die Hauptunterschiede zwischen den Geschlechtern eher mental als physisch. Das Mädchen ist von Natur her sanfter und häuslicher als der Junge. Es lässt die weibliche Eigenschaft, um Aufmerksamkeit zu bitten, nur indirekt hervorscheinen. Schon im jungen Alter erkennt der Junge, dass es an ihm ist, Avancen zu machen.

In der Zeit der Pubertät kommt es zu Veränderungen, derart auffälligen Veränderungen, dass es zeitweise fast verblüffend wirkt. Obwohl es viele Dispute über die physiologischen und mentalen Veränderungen gegeben hat, die bei Männern und Frauen in zeitlich begrenzten Zyklen – sieben Jahren beispielsweise – stattfinden, kann kein Zweifel daran bestehen, dass um das vierzehnte Lebensjahr herum bei Jungen und Mädchen komplette Transformationen stattfinden, so als würden sie in neue Menschen verwandelt. In klimatisch gemäßigten Zonen übernehmen sowohl der Junge als auch das Mädchen ihre spezifischen sexuellen Funktionen. Vordem war jeder ein separates und unabhängiges Individuum und verspürte kein Bedürfnis nach dem anderen, mit der Ausnahme, dass die gesellige Natur des Menschen grundsätzlich nach Gemeinschaft verlangt. Mit dem Tieferwerden der Stimme, der Ausprägung der maskulinen Muskeln, mit dem Anschwellen der weiblichen Brüste und der

*Komplette
Transformationen*

2. KAPITEL



allgemeinen Rundung der femininen Körperformen tritt eine bemerkenswerte Veränderung im Verhalten der Geschlechter zueinander ein.

Mary Ries Melendy, *Vivilore.*
The Pathway to Mental and
Physical Perfection

1937: Verwirrt



Bist du dir je wie ein junger Pilot vorgekommen, der auszieht, um sich seine Sporen zu verdienen? Hat dieses Gefühl von Erregung, von Gier nach Nervenkitzel, sogar von Furcht vor dem Unbekannten dich je überwältigt?

Bist du nicht verwirrt über einige Dinge, wenn du von dem vor dir liegenden Leben träumst? Du wurdest ein bisschen auf das Leben vorbereitet, weißt aber doch, dass die wahren Kämpfe und Prüfungen in der Zukunft liegen. Und denen sollst du dich besonnen und mit kühlem Kopf stellen. Du willst wissen, wie du dieser Prüfung des Lebens gegenübertrittst. Du willst erfahren, wozu dein Körper da ist. Du

willst dich mit deinem Flugzeug und seinen Steuerungshebeln vertraut machen. Für dich kommt keine Bruchlandung innerhalb der feindlichen Linien infrage, sondern eine Reihe stolzer Siege. Vielleicht ein oder zwei Orden, ein weißes Schulterband, um zu beweisen, dass du die Schlacht deiner Jugend heil überstanden hast.

Über sexuelle Dinge Bescheid zu wissen ist nicht falsch. Vielmehr ist es sogar notwendig. Nur der Missbrauch dieses Wissens ist zu verurteilen.

P. J. Bruckner, *How to Give Sex Instructions*

1922: Vom Kind zur Frau



Im Körper eines Mädchens in der Übergangsphase finden wundervolle Veränderungen statt. Es nimmt eine neue Gestalt an und eine neue Symmetrie. Organe, die während der Kindheit geschlummert haben, erwachen plötzlich zum Leben. Es wird nicht einfach nur eine Person, sondern eine Frau. Und mit der körperlichen Verwandlung kommen ebenso wunderbare Veränderungen in ihrem Wesen. Sie hat neue Emotionen, neue Gedanken und neue Ambitionen. Sie gewinnt eine ganz neue Sicht auf das Leben und ändert ihr Verhalten. Die Veränderungen sind so vollkommen, als wäre sie in einer ganz anderen Welt. ...

Das Kind hat sich schließlich zur Frau gemausert. Genauso natürlich wie es zum Mädchen wurde, streift es das mädchenhafte Verhalten ab und richtet sich im Frausein ein.

2. KAPITEL

*Neue Emotionen,
neue Gedanken und
neue Ambitionen*

Das Leben nimmt eine nüchterne Sachlichkeit an, und die junge Frau wird manche Dinge klarer erkennen. Viele der Zurechtweisungen und Ermahnungen, die ihr als Mädchen zuteil wurden und die sie als ungerecht oder unnötig empfand, erscheinen nun in einem neuen Licht, und sie wird ihren Beschützern dankbar sein. Ihre Wangen werden vor Verlegenheit erglühen, wenn sie an manche Eskapaden ihrer Mädchenjahre denkt, und sie werden noch röter bei der Erinnerung an die Dinge, die sie am liebsten getan, die aber ihre Mutter nicht gestattet hätte. Sie wird ruhiger reden und weniger laut lachen. Ein neues Verantwortungsgefühl erwacht in ihr. Das Leben kommt ihr ernsthafter und weniger sorglos vor als früher. Sie wird sich wundern, wie selten sie als Mädchen an Konsequenzen gedacht hat. Unser Kind ist jetzt eine Frau, und ihre Natur verlangt nach etwas, das erfüllender und befriedigender ist als die flüchtigen Vergnügungen der Jugend.

Mabel Hale, *Beautiful Girlhood*

Eine häufige Sorge von Mädchen in der Pubertät ist die Größe ihrer Brüste. Wenn es dir peinlich sein sollte, einen BH tragen zu müssen, lass dir eins sagen: Sei zufrieden mit dem, was du hast. Es ist mehr als dein erster BH, es ist der Beginn einer wundervollen Freundschaft mit deiner Anatomie.