

**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun  
**Herausgeber:** Lehrpersonen Graubünden  
**Band:** 67 (2005-2006)  
**Heft:** 8: Pubertät  
  
**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Mathiuet, Martin

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Wohl in jeder Schulstube bewundern Lehrende und Lernende die Faszination der Metamorphose. Das bekannteste Beispiel der Schmetterlinge wird in den nächsten Tagen und Wochen in unzähligen Zuchtkästen für Staunen und Bewunderung sorgen.

Unsere eigenen Verwandlungen machen uns weniger Freude! Sie fordern uns – manchmal überfordern sie uns (in welcher Rolle auch immer!). Gerade in diesen Tagen hören und sehen wir, was passieren kann, wenn die Emotionen explodieren und an sich anständige Menschen durchdrehen!

Frau Sylvia Thomann zeigt im vorliegenden Hauptthema Wege auf, wie wir mit Pubertierenden für beide Seiten erfolgreich umgehen können. Ob Trotzphase im Kleinkindesalter, Pubertät oder Midlife Crisis – jede Verwandlung lässt einerseits etwas sterben, andererseits etwas Neues entstehen. Auch Hermann Hesse sieht Positives in der Veränderung:

## Stufen

Hermann Hesse

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.*

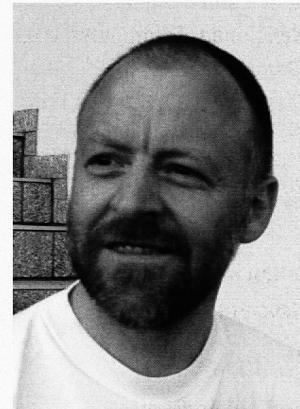
*Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe  
bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
um sich in Tapferkeit und ohne Trauern  
in andre, neue Bindungen zu geben.*

*Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
der uns beschützt und der uns hilft zu leben.*

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
an keinem wie an einer Heimat hängen,  
der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,  
er will uns Stuf'um Stufe heben, weiten.*

*Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise  
und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,  
nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,  
mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.*

*Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
uns neuen Räumen jung entgegensenden,  
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...  
wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde.*



VON MARTIN MATHIL

**«Damit das Mögliche entsteht,  
muss immer wieder  
das Unmögliche versucht werden.»**

(Hermann Hesse)