

[...] 1 Adoleszenz als Entwicklungsphase

Die Adoleszenz kennzeichnet den Übergang von der Kindheit ins Erwachsenenalter. Sie erstreckt sich von den pubertären biologischen Basisveränderungen bis zu den Anpassungsleistungen einer Verantwortungsübernahme im jungen Erwachsenenalter und umfasst daher eine mehr als 10 Jahre dauernde Periode. Unter dem Begriff Pubertät werden die biologischen Reifungsschritte zusammengefasst, die den Übergang vom Kindesalter in die Adoleszenz einleiten.

Die körperlichen Veränderungen der Pubertät werden hormonell gesteuert und betreffen insbesondere das Körperwachstum, die Ausbildung der Geschlechtsreife, die Differenzierung der Sexualorgane und das Auftreten der sekundären Geschlechtsmerkmale [...]. Diese biologischen Prozesse werden durch eine Reihe von Schritten der Hirnentwicklung (Konrad et al., 2013) und von psychosozialen Wandlungsschritten begleitet.

Die Adoleszenz markiert also in erster Linie den psychischen Übergang von der Kindheit ins Erwachsenenalter und die zerebralen Grundlagen dafür. Diese Phase tiefgreifender Veränderungen, stellt für jedes Individuum eine Herausforderung dar. Eine solche normative Neuorientierung geht jedoch entgegen früheren tiefenpsychologischen Ansichten, dass jeder Jugendliche eine gleichsam normale Irritation vom Charakter einer adoleszenten Krise durchlebe, nicht in allen Fällen mit einer krisenhaften Zuspitzung einher: Vielmehr bewältigen rund 85 % der Jugendlichen ihre Adoleszenz produktiv (Resch, 2010; Resch und Parzer, 2014). Durch die zunehmende Komplexität der Ausbildungswege, einer Spektrumserweiterung der sozialen Rollen, neue Formen des Zusammenlebens zwischen den Generationen hat sich die Phase der Adoleszenz mittlerweile bis in die zweite Lebensdekade verlängert (Arnett, 2004; Syed und Seiffge-Krenke, 2013).

Aber auch wenn die Mehrzahl der Jugendlichen die Entwicklungsaufgaben ohne Krise meistern kann, bleibt die seelische Auseinandersetzung mit den körperlichen, kognitiven, emotionalen und sozialen Neuorientierungen eine grundsätzliche Belastung, die die adaptiven Ressourcen des Einzelnen auf die Probe stellt (Resch und Parzer, 2014). Bekanntermaßen geht der Eintritt in die Adoleszenz auch mit einer erhöhten Gefährdung einher, bei vorbestehender Vulnerabilität eine psychische Störung mit Krankheitscharakter zu entwickeln (du Bois und Resch, 2005). Kindesmisshandlung und Traumatisierungen in frühen Lebensaltern können die zerebrale Entwicklung während der Adoleszenz fundamental beeinträchtigen [S. 18] (Whittle et al., 2013), wobei psychopathologische Symptome in der Adoleszenz einen negativen Reiz für die Gehirnentwicklung darzustellen scheinen. Immerhin liegen bei einigen psychischen Störungen des Erwachsenenalters die Anfangssymptomatik oder prodromale Stadien in der Adoleszenz (Herpertz-Dahlmann et al., 2008).

Die sozialen Rahmenbedingungen dürfen bei der Betrachtung von Jugendgesundheit nicht ausgeklammert werden. In einer sich zunehmend globalisierenden Welt entstehen Probleme, die sowohl die Arbeitswelt betreffen als auch eine Neuinterpretation des Freizeitverhaltens notwendig machen. Umstrukturierungen der Arbeitswelt gehen nicht selten – wie die europäische Krise gezeigt hat – auf Kosten der Arbeitsplätze für Jugendliche, sodass die Jugendarbeitslosigkeit in manchen Ländern Europas ein besorgniserregendes Ausmaß angenommen hat. Grundsätzlich gilt, dass Jugendliche ein möglichst hohes Ausbildungsniveau erreichen sollen, um auf einem zunehmend umkämpften Arbeitsmarkt bestmögliche Chancen zu haben. Jugendliche, die aufgrund psychischer Probleme im Bildungs- und Ausbildungsbereich versagen, geraten damit zusätzlich unter Druck, weil ihre berufliche Zukunft gefährdet wird.

Das Freizeitverhalten von Jugendlichen wird im Wesentlichen von den Medien geprägt. Bereits Kinder sind von Audiokassetten, CDs, Videos, Fernsehen, Radio, Mobiltelefon, MP3-Playern, Computern und verschiedenen Möglichkeiten des Internetkonsums umgeben (Kutscher, 2013). Einerseits erhalten

Jugendliche auf diese Weise breiten Zugang zu Informationen, es werden ihnen kommunikative Räume und Gelegenheiten eröffnet, auf der anderen Seite kann es schwer fallen, in dieser Überfülle von Reizen die richtige Auswahl zu treffen, sich nicht ablenken zu lassen, nicht einer grundsätzlichen Zerstreuung nachzugeben oder sich in Spielen und Selbstpräsentationen im Internet suchartig zu verzetteln. Während die Erwachsenengeneration zur Nutzung von Medien wie Fernseher, Radio, Zeitschriften oder Büchern eigene Erfahrungsprozesse beisteuern kann, hat sich durch die neuen Medien wie Computer, Internet und Mobiltelefon ein Nutzungspotenzial ergeben, das mit seinen interaktiven Strukturen das Aufwachsen junger Menschen auf spezifisch andere Weise formt als es die Elterngeneration aus ihrer eigenen Jugendzeit her kennt (ebenda). Die neuen Medien sind schließlich integraler Bestandteil des Alltags Jugendlicher geworden und durch die gesteigerte Interaktivität ist eine Neuformierung sozialen Handelns im Netz fundamental möglich (ebenda). Neue Formen interaktiver Probleme zwischen Jugendlichen manifestieren sich in Form von Cyber-Mobbing und Zapp-Foren zur Suizidalität. Auch wenn die Bedeutung virtueller sozialer Netzwerke und die Dauerpräsenz von Mobiltelefonen für den psychischen Entwicklungsprozess bislang nicht in allen Ausmaßen erkennbar ist, müssen wir uns doch von älteren Theorien zur Entwicklung der jugendlichen Persönlichkeit vor der Zeit der neuen Medien mit Sicherheit verabschieden bzw. diese Theorien, die primär auf direktem zwischenmenschlichem Kontakt beruhen, revidieren.

Medien haben Auswirkungen auf Entwicklungsaufgaben wie Identitätsentfaltung, Autonomiestreben und Ablösung vom Elternhaus. Da Jugendliche ihren Eltern im Umgang mit den sog. neuen Medien häufig überlegen sind, sind sie in der Lage, sich in virtuellen Umgebungen zu bewegen, Unbekanntem zu begegnen, Chancen und risikoreiche Praxen kennenzulernen, neue Beziehungen [S. 19] auszuprobieren und auf diese Weise in neuer Form die Ablösung von den Eltern in räumlicher Nähe zu diesen zu vollziehen, ohne dass die Eltern eingreifen können (Frölich und Lehmkuhl, 2012; Kutscher, 2013).

[...] 2 Pubertät und Adoleszenz – neurobiologische Aspekte

Die Pubertät beinhaltet nicht nur die Veränderung der Körpererscheinung, die das Ende der Kindheit markiert, d. h. nicht nur die deutliche Beschleunigung des Körperwachstums und die Ausbildung der äußeren Geschlechtsmerkmale, sondern auch die Reifung der inneren Geschlechtsorgane und signifikante neuroendokrine Veränderungen. Diese Entwicklungsschritte werden von strukturellen und funktionellen Reifungsprozessen des Gehirns geprägt und begleitet. Die körperliche Entwicklung setzt bei Mädchen in der Regel mit 11 Jahren ein, bei Jungen beginnt die Pubertät 1 ½ bis 2 Jahre später. Der Pubertätsverlauf ist bei beiden Geschlechtern sehr unterschiedlich (Thylen et al., 2012).

Wichtige Reifungsprozesse der anatomischen Struktur in der Adoleszenz bewirken, dass Hirnareale wie der präfrontale Kortex – der auch mit den höheren kognitiven Funktionen in Verbindung gebracht wird – später reift als Kortexareale, die sensorische oder motorische Leistungen steuern (Konrad et al., 2013). Pruning-Prozesse scheinen den wichtigen Veränderungen der grauen Substanz zugrunde zu liegen – während in den ersten Lebensjahren eine Vielzahl von Synapsen gebildet wird, verringert sich die Zahl synaptischer Verbindungen in der Adoleszenz. Dieser Prozess scheint erfahrungsabhängig zu sein, sodass die Synapsen erhalten bleiben, die im Rahmen der Lebensfunktionen häufig verwendet werden, während sich jene Synapsen zurückbilden, die nicht oder nur selten von neuronalen Netzwerken rekrutiert werden (Konrad et al., 2013). Während sich die graue Substanz damit während der Adoleszenz eher reduziert, kommt es zu einer Zunahme der weißen Substanz – gebildet aus myelinisierten Axonen, die für eine schnelle Informationsweiterleitung sorgen.

Im funktionellen Bereich erlauben die anatomischen Reorganisationsprozesse eine Weiterentwicklung der sogenannten exekutiven Funktionen, d. h. von kognitiven Prozessen, die das Denken und Handeln kontrollieren und auf diese Weise eine flexible Anpassung an neue komplexe Aufgabenstellungen erlauben (Konrad et al., 2013). Neuroanatomische Modellvorstellungen versuchen die erhöhte Risikobereitschaft von Jugendlichen und jungen Erwachsenen auf zerebrale Prozesse zurückzuführen. Auch wenn eine einfache Kausalität zwischen Hirnentwicklung und Verhalten unter psychotherapeutischen Gesichtspunkten zu rudimentär erscheint, weil dadurch die Rückwirkungen des Verhaltens auf die

zerebrale Entwicklung unberücksichtigt bleiben, können die mit psychischen Prozessen der Adoleszenz korrespondierenden zerebralen Vorgänge unsere Kenntnisse von Erlebnis- und Verhaltensweisen Jugendlicher bereichern.

[S. 20] Die neurobioorganische Hypothese besagt, dass – während der präfrontale Kortex zuletzt reift – sich subkortikale Hirnareale, insbesondere das limbische System sowie das Belohnungssystem deutlich früher entwickeln, wodurch in der Adoleszenz ein Ungleichgewicht zwischen reiferen subkortikalen und unreiferen präfrontalen Hirnstrukturen besteht (Konrad et al., 2013). Darüber hinaus beeinflussen höhere Spiegel der Sexualhormone die Strukturierung des jugendlichen Gehirns (Brunner und Resch 2008). Die Umbauprozesse des Gehirns Jugendlicher können durch Umwelteinflüsse modifiziert werden, sodass sich erlebnishafte Inhalte, aber auch Drogen und Substanzen in besonderer Weise auf die Funktion und Organisation des Gehirns auswirken können.

[...] 3 Entwicklungsaufgaben

Im Folgenden werden zehn Entwicklungsaufgaben formuliert, die sich einerseits auf das Konzept der Entwicklungsaufgaben von Havighurst (1972) und andererseits auf das Konzept der Entwicklungslinien von Anna Freud (1936) beziehen. Auch entwicklungspsychopathologische Sichtweisen (Resch, 1999) fließen in die Definition der entsprechenden Aufgaben ein.

[...] 3.1 Identität

Die Fähigkeit, mit sich eins zu sein – für die der Begriff Identität steht – bezieht sich auf grundsätzliche Erfahrungen der inneren Zuständlichkeit der Person. Identität bezeichnet die Definition der Person durch die soziale Umgebung wie durch das Individuum selbst als einmalig und unverwechselbar. Identität als Erfahrung basiert auf der Kontinuität biografischer Erlebnisse der Person sowie auf einer gefühlten Kohärenz des Selbstbildes in Abgrenzung von anderen. Identität basiert auf Selbstempfindungen im Sinne einer spontanen Evidenz der Einheit der Person. Diese Selbstempfindung beinhaltet sowohl die Komponente der Ichhaftigkeit als auch der Sinnhaftigkeit eigener Lebensäußerungen. Identität ist somit ein dialektischer Prozess, der sich einerseits durch reflexive Bestätigung des Eigenen in selbstreflexiven Schleifen Evidenz verschafft als auch durch identifikatorische Prozesse einer Zugehörigkeit zu anderen vergewissert. So ist die selbstreflexive Identität mit den Gefühlen der Kohärenz der persönlichen Aktivität und der Abgrenzung von anderen als ein Kern von Selbstbewusstheit begreifbar, während Zugehörigkeit und Anerkennung durch die Identifikation mit anderen Personen oder deren Eigenschaften, durch Idolbildung, Gruppenzugehörigkeit, Zugehörigkeit zu religiösen oder ideologischen Verbänden oder Ethnien definiert sind.

Identifikatorische Prozesse können jedoch auch durch soziale Rollen und eigene Werke erfolgen, wofür ein Begriff der »expressiven Identität« steht. Über kreatives, produktives Tätigsein entstehen Werke, mit denen man sich identifizieren kann, die [S. 21] wie Übergangsobjekte Beziehungen zu anderen konstituieren und stellvertretend für das Selbst anderen Personen entgegengebracht werden können. So können sich Jugendliebe in sozialen Rollen zum Ausdruck bringen, eigene Fähigkeiten, Talente und Interessen über Tätigkeiten in Werken Gestalt werden lassen, wobei sie aus der Interaktion mit anderen neue identifikatorische Sicherheit gewinnen.

Es besteht ein dialektisches Spannungsverhältnis zwischen reflexiver, durch Selbstbezogenheit und Abgrenzung definierter und identifikatorischer Identität, die durch Zugehörigkeit, Erweiterung, Erstreckung und Grenzöffnung gekennzeichnet ist. Abgrenzung und Teilhabe, Selbstbezogenheit und Selbstöffnung sind also Identitätsbestandteile, die wie Einatmen und Ausatmen das lebendige Pulsieren der Person widerspiegeln.

[...] 3.2 Selbstwert

Der Selbstwert ist Teil der narzisstischen Regulation der Person. Er wird durch eine innere Bewertung von Erfahrungen der Kompetenz und Akzeptanz gebildet. Kompetenzen, die ein Jugendlicher mitbringt, werden nur dann zum Selbstwert beitragen, wenn eine soziale Akzeptanz diese Kompetenzen auch anerkennt. Wer nicht von anderen wertgeschätzt wird und als attraktiv gilt, dessen Aussehen und Fähigkeiten können auch bei positiver Ausgangslage nicht zu einer Verbesserung des Selbstwertes beitragen. In der Adoleszenz können gesteigerte Selbstüberschätzungen vorkommen, sie kennzeichnen ein Selbsterleben, das durch hohe Ambitionen, verstärkte Kränkbarkeit und eine gesteigerte Tendenz zum Wütend werden, aber auch durch Beziehungsstile der Abwertung und Idealisierung gekennzeichnet sein können. Der Selbstentwurf des Jugendlichen ist normalerweise so beschaffen, dass die Person an ihren Ambitionen wachsen kann (Resch, 2010).

Übertrieben hohe Erwartungen lassen den Jugendlichen an seinen eigenen Ansprüchen scheitern. Ein Verlust von vorausschauenden Selbstentwürfen kann auch mit einem Verlust des Prinzips Hoffnung einhergehen und in Depression und Selbsthass resultieren. Das vermehrte Bedürfnis nach Selbstbe Spiegelung und sozialem Echo kann nur durch befriedigende Interaktionen mit Gleichaltrigen und einer positiven sozialen Akzeptanz durch diese einhergehen. Konflikthafte Interaktionen mit Gleichaltrigen und ein Mangel an Anerkennung durch diese, sind nicht durch die primären Bezugspersonen und deren liebevolle Zuwendung vollständig kompensierbar.

[...] 3.3 Affektregulation

Eine wichtige Entwicklungsaufgabe besteht darin, überschießende Affekte zu kompensieren, besonnene Reaktionen zu ermöglichen und damit planvoll und li herlegt zur Problemlösung beizutragen. Die komplexen Anforderungen des gesellschaftlichen Lebens erfordern Gelassenheit, Großzügigkeit und einen vernunftgelenkten Umgang mit Alltagsproblemen. Die Fähigkeit zur Vorausplanung und antizipatorischen affektiven Voreinstellung sind Grundlagen, um Verantwortung zu übernehmen.

[S. 22] [...] 3.4 Autonomie und Ablösung

Verselbständigung und Eigenständigkeit verlangen einen vergrößerten Handlungs- und Entscheidungsspielraum des Jugendlichen. Die Entwicklung zur Eigenständigkeit findet im Spannungsfeld zwischen Autonomiestreben und Bindung statt [...]. Diese Ablösung von der eigenen Familie wird durch eine positive Anerkennung in der Gleichaltrigen-Gruppe und einen stabilen Selbstwert gefördert. Auch eine gelungene Identitätsbildung erleichtert Autonomie. Während ein zu später oder missglückter Abschied die Entwicklung der Jugendlichen gefährdet und diese in pathologischer Weise an die Familie bindet, ist auch ein zu früher Abschied riskant, da Jugendliche dadurch den alterstypischen Risikoverhaltensweisen zur Selbstdefinition und -behauptung verstärkt ausgesetzt werden (Resch, 2010).

[...] 3.5 Autarkie

Zur persönlichen Eigenständigkeit gehört auch die Fähigkeit, für sich selbst zu sorgen und sich nicht dadurch in neue Abhängigkeiten zu begeben, dass man andere für sich sorgen lässt. Grunderfahrung der Autarkie ist das Gefühl, dass man für seine eigenen Lebensumstände selbst sorgen muss. Grundgefühle, dass Annehmlichkeiten des Lebens einem Menschen grundsätzlich zustehen, behindern diese Eigenständigkeit. Das Schlaraffenland, in dem einem die gebratenen Tauben in den Mund fliegen, ist der Inbegriff für die Unmöglichkeit, Autarkie zu entwickeln.

[...] 3.6 Intimität

Die Aufnahme enger Beziehungen zu bis dahin fremden Personen setzt eine Reihe von Selbstkompetenzen voraus. Eigene Bedürfnisse müssen mit Partnern abgestimmt werden. Die Fähigkeit zur Nähe-Distanzregulation, das Schaffen von Beziehungsräumen sind Teile von Intimität. Bei geglückter Beziehungsgestaltung können Sexualität und Intimität integriert werden, da Intimität eine vorübergehende Öffnung von Grenzen im zwischenmenschlichen Bereich voraussetzt und nur dann eine partielle Verschmelzung mit einer anderen Person möglich wird. Das Kind lebt in einer selbstbezogenen Öffentlichkeit, die Nähe zu anderen Personen wird im Prinzip durch Beziehungsangebote von Seiten der Eltern

definiert. In der jugendlichen Intimität muss Nähe zu bisher fremden Personen durch Fähigkeiten der Kontaktherstellung erst ermöglicht werden.

[...] 3.7 Soziale Kompetenz

Soziale Kompetenz ermöglicht in sozialen Rollen unterschiedliche Nähe-Distanz-Verhältnisse zu anderen Personen angemessen herzustellen. Arbeitsbeziehungen, Freunde und Partner stehen einer Person unterschiedlich nah, daher müssen [...] [S. 23] [Bezie]hungsräume unterschiedlich definiert, beschützt und ausgestaltet werden. Auch soziale Kompetenz basiert auf den Fähigkeiten der Selbstregulation und der affektiven Abstimmung mit anderen.

[...] 3.8 Integration von Bindung und Selbstentfaltung

Bereits Alfred Adler (1920, 1978) stellt die beiden Pole Zärtlichkeitsbedürfnis einerseits und Machtstreben in der Beziehungsgestaltung von Menschen andererseits ins Zentrum des Interesses. Der Begriff Bindungsbedürfnis nach Bowlby (2008) kennzeichnet ein Grundverlangen nach Nähe und Beziehung. Als Entwicklungsaufgabe gilt, dass zwischen Macht und Ohnmacht, Liebe und Ablehnung individuelle Synthesen und Kompromisse gelingen müssen. Eine Überbetonung des Bindungsbedürfnisses kann zu Abhängigkeitstendenzen führen, eine Überbetonung des Selbstentfaltungstrebens kann über Dominanzstreben zu Machtausübung und Willkür auf Kosten anderer werden. Der energetische Rückzug in beiden Domänen führt schließlich zu Apathie und sozialer Isolation. Die gelingende Synthese zwischen Bindungsbedürfnis und Selbstentfaltungstreiben erlaubt eine »bezogene Individuation« (Begriff nach Stierlin, 1979).

[...] 3.9 Entwicklung einer Zukunftsperspektive

Planvolles Handeln und der Vorausentwurf der eigenen Zukunft sind wesentliche Bausteine des Erwachsenwerdens. Das proximale Denken, das mittelfristige Zukunftsentwicklungen ausblendet, gefährdet den Jugendlichen, wenn es nicht durch Überlegungen und Planungen aus den gegenwärtigen Bedürfnissen zur Befriedigung aktueller Wünsche herausführt. Wichtige Fragen zur Entwicklung der eigenen beruflichen Perspektive, zur zukünftigen Gestaltung von Partnerbeziehungen und eine innere Stellungnahme zur Frage der Familiengründung sind dabei ebenso gültig wie der bewusste Verzicht auf solche Entwicklungsmöglichkeiten zugunsten einer Entfaltung von Talenten oder anderen Wunschvorstellungen.

[...] 3.10 Entwicklung von Verantwortlichkeit

Entwicklung von Verantwortlichkeit schließlich markiert den Übergang ins Erwachsensein. Verantwortung tragen bezüglich des eigenen Tuns, für seine eigenen Handlungen öffentlich und in juristischer Hinsicht einzustehen, eigene Entscheidungen für gültig erklären und die Konsequenzen daraus zu tragen, stellen dabei wichtige Elemente dar. Darüber hinaus kennzeichnen die Erwachsenenwelt auch die Verantwortungsübernahme für andere und Fürsorge für eigene Kinder oder älter und pflegebedürftig werdende Elternteile. Wer nicht für sich einsteht, Verantwortung abschiebt und gegenüber anderen gleichgültig bleibt, ist in einer egozentrischen Selbstbezogenheit gefangen.

[S. 24] [...] 4 Risikoverhaltensweisen

Ein Teil der Jugendlichen meistert die Entwicklungsaufgaben nur krisenhaft. In diesen Fällen kommt es zu akuten Störungen der Anpassung, die mit Identitätsdiffusion, Selbstentfremdungserlebnissen, Rollenkonfusion, Selbstwertkrisen, Ablösungs- und Beziehungskrisen einhergehen können. Solche Anpassungsprobleme sind in der Regel mit Risikoverhaltensweisen verbunden: Handlungsmustern, die durch eine mutwillige Gefährdung der Person und ihrer Entwicklungschancen gekennzeichnet sind, mit dem Ziel einer kurzfristigen Befriedigung, Problemlösung oder Anerkennung. Eine solche Gefährdung wird zumeist zugunsten subjektiv bedeutsamer Ziele in Kauf genommen. Dabei kann es um kurzfristige Befriedigungen, um Stabilisierung des Selbstwerts, Mutproben, Substanzmissbrauch und soziale Regelübertretungen gehen, die solche subjektiven Bedürfnisse ebenso erfüllen wie suchartiger Internetkonsum, Promiskuität oder selbstverletzendes Verhalten.

Risikoverhaltensweisen erfüllen bei Jugendlichen eine individuell spezifische Funktion, die erst durch eine funktionelle Kontextanalyse entschlüsselt werden kann (Resch und Parzer, 2014). Ein grundlegender Faktor bei der Entstehung von Risikoverhaltensweisen ist die aktuelle soziale Kompetenz des Jugendlichen, die mitbestimmt, welche anderen Entwicklungsaufgaben gemeistert werden können oder zum Scheitern verurteilt sind. Zu den Risikoverhaltensweisen bei Jugendlichen gehören Alkohol- und Drogenkonsum, Delinquenz, Aggression im zwischenmenschlichen Bereich, Rückzug, Kontaktabbruch, riskantes Sexualverhalten, riskante Lebensgewohnheiten mit Veränderung des Tag-Nacht-Rhythmus, Einhaltung von entwicklungsgefährdenden Diäten usw. Jugendliche, die durch einen Mangel an sozialem Echo, Mobbing-Erfahrungen oder Misserfolge im schulischen und beruflichen Umfeld beeinträchtigt sind, zeigen mit höherer Wahrscheinlichkeit Risikoverhaltensweisen wie beispielsweise Selbstverletzungen (Kaess, 2012). Bei anderen Jugendlichen wiederum kann gerade ein starkes soziales Echo in gesellschaftlichen Außenseitergruppen oder Cliques zu immer riskanteren Verhaltensweisen führen, zum Beispiel V-Bahn-Surfen, Stromastklettern oder Fassadenbesteigungen (Resch und Parzer, 2014).

Wenn Eltern nicht verfügbar scheinen und eine protektive Rolle elterlicher Fürsorge und Kontrolle entfällt, spielen die Wertvorstellungen Gleichaltriger eine umso größere Rolle (du Bois und Resch, 2005). Gefährliches Verhalten wird von Jugendlichen oft gerade deshalb gezeigt, weil es verboten ist oder bei Erwachsenen Ablehnung und Entsetzen hervorruft (Resch, 1999). Und so führen Risikoverhaltensweisen gerade durch die erhöhte Gefährdung dazu, sich selbst besser definieren zu können, sich bestätigt zu fühlen oder den Selbstwert zu erhöhen; sie können eine Wertschätzung in Abgrenzung von der Erwachsenenwelt ermöglichen (du Bois und Resch, 2005).

Risikoverhaltensweisen sind nicht bei beiden Geschlechtern gleich verteilt. Während Drogenkonsum und aggressives Verhalten unter männlichen Jugendlichen häufiger sind, finden sich Essstörungen, emotionale Regulationsstörungen und Selbstverletzungen vermehrt bei Mädchen. Risikoverhaltensweisen ermöglichen offenbar dem Jugendlichen aktuell, persönliche Ziele zu erreichen und Bedürfnisse zu stillen, auf längere Sicht schaffen sie jedoch mehr Probleme als diese zu lösen (Resch [S. 25] und Parzer, 2014). So können Risikoverhaltensweisen die soziale und schulische Entwicklung hemmen, die Gesundheit gefährden, entstellende Verletzungen hervorrufen oder das familiäre und befreundete Umfeld so verprellen, dass wichtige Kontakte verunmöglicht werden. Risikoverhaltensweisen scheinen prinzipiell dem Muster des russischen Roulettes zu folgen: Vielleicht geht alles gut aus, wenn aber eine Katastrophe passiert, ist es mir auch egal (Resch, 2010).

Risikoverhaltensweisen können eine Vorstufe von psychischen Störungen darstellen und im ungünstigen Fall in psychische Störungen mit Krankheitscharakter übergehen. Gleich ob Risikoverhaltensweisen durch ungenügende Reifungsprozesse neuronaler Netzwerke hervorgerufen werden (Konrad et al., 2013) oder ob soziale Konstellationen dieselben begünstigen, im Endeffekt haben Risikoverhaltensweisen wieder negative Auswirkungen auf die Entwicklung des Gehirns.

[...] 5 Symptomentwicklung und Indikation zur Psychotherapie – ein Fazit

Es erscheint zu kurz gegriffen, bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen allein auf die syndromale Erfassung psychischer Störungen zu setzen. Angemessener erscheint es, darüber hinaus jugendtypische Aspekte der psychopathologischen Ausgestaltung psychischer Probleme in den Fokus zu nehmen (s. Übersicht bei Resch und Parzer, 2014).

Nicht selten weisen Jugendliche nicht nur ein psychiatrisches Syndrom auf, sondern auch eine Reihe von komorbiden Störungen, die therapeutisch nicht vernachlässigt werden sollten. Daneben finden sich auch subliminale psychische Störungen, die zwar nicht kategorial diagnostisch relevant werden, aber als Beeinträchtigung dimensional erfassbar sind und die Entwicklung schwer beeinträchtigen können, z. B. Selbstentfremdungserlebnisse oder depressive Symptome. Auch Schmerzsyndrome können zu Vermeidungsverhalten führen und damit das klinische Bild verschlechtern. Substanzkonsum oder suchartiger Internetkonsum sind ebenfalls häufig Teil des psychopathologischen Spektrums psychiatrischer Komorbidität.

Gerade im Jugendalter können interaktionelle Probleme mit den Eltern oder im Schulkontext zu derartigen Eskalationen führen, dass die emotionale Turbulenzen aufgeschaukelt erscheinen und Kriseninterventionen erforderlich werden. Darüber hinaus können selbstverletzende Verhaltensweisen viele Formen psychischer Störungen verkomplizieren. Eine rein nosologieorientierte Psychotherapie kann dieser Komplexität nicht gerecht werden.

Die Ausgestaltung von Entwicklungsaufgaben und Krisen können die psychopathologischen Phänomene ergänzen. Störungen der Identitätssuche oder der Selbstwertregulation können Depersonalisationsphänomene triggern oder Unsicherheiten der Wahrnehmung erzeugen. Auch Existenzfragen (Fragen der Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens), Fragen der Herkunft – wie sie vor allem bei Adoptivkindern oder Pflegekindern auftreten – Enttäuschungen in Liebesbeziehungen oder sexuelle [S. 26] Ängste können ganz unterschiedliche psychiatrische Syndrome zusätzlich thematisch beladen, wobei die Lebens Themen im psychotherapeutischen Kontext unbedingt aufgegriffen werden müssen. Aus dem Vorgenannten folgt, dass im Jugend- und jungen Erwachsenenalter die alleinige Nosologie-Orientierung nicht ausreicht, sondern dass ein diagnostischer Blick auch auf alterstypische Lebens Themen und Entwicklungsaufgaben notwendig ist.

Literatur

Adler A (1920, 1978) Praxis und Theorie der Individualpsychologie. Frankfurt: S. Fischer. Arnett JJ (2004) Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties. New York; Oxford: Oxford University Press.

Du Bois R, Resch F (2005) Klinische Psychotherapie des Jugendalters: ein integratives Praxisbuch. Stuttgart: Kohlhammer.

Bowlby J (2008) Bindung als sichere Basis. München: Reinhardt.

Brunner R, Resch F (2008) Biologie der Adoleszenz: Gründe für eine geschlechtsspezifische Psychopathologie. In: Resch F, Schulte-Markwort M (Hrsg) Kursbuch für integrative Kinder- und Jugendpsychotherapie. Schwerpunkt: Adoleszenz. Weinheim: Beltz. S. 3-12.

Freud A (1936) Das Ich und die Abwehrmechanismen. Wien: Internationaler-Psychoanalytischer Verlag.

Frölich J, Lehmkuhl G (2012) Computer erobern die Kindheit. Stuttgart: Schattauer. Havighurst RJ (1972) Developmental tasks and education. New York: McKay. Herpertz-Dahlmann B, Resch F, Schulte-Markwort M, Warnke A (2008) Entwicklungspsychiatrie: Biopsychologische Grundlagen und die Entwicklung psychischer Störungen, 2. Aufl. Stuttgart: Schattauer.

Kaess M (2012) Selbstverletzendes Verhalten. Weinheim: Beltz.

Konrad K, Firk C, Uhlhaas PJ (2013) Hirnentwicklung in der Adoleszenz: Neurowissenschaftliche Befunde zum Verständnis dieser Entwicklungsphase. DtschArzteblInt 110:425-431. doi: 10.3238/arztebl.2013.0425.

Kutscher N (2013) Jugend und Medien. In: Rauschenbach T, Borrmann S (Hrsg) Herausforderungen des Jugendalters. Weinheim: Beltz Juventa. S. 118-138.

Resch F (2010) Adoleszenz: Wann muss ich mir Sorgen machen? Verhaltensauffälligkeiten im Jugendalter. In: Andresen S, Brumlik M, Koch C (Hrsg) Das Elternbuch. Wie unsere Kinder geborgen aufwachsen und stark werden. Weinheim: Beltz. S. 499-512.

Resch F (1999) Entwicklungspsychopathologie des Kindes- und Jugendalters: ein Lehrbuch. Weinheim: Beltz.

Resch F, Parzer P (2014) Wie wichtig ist die Entwicklungspsychopathologie für die Psychotherapie bei Jugendlichen? Psychotherapeut (im Druck). doi: 10.1007/s00278-014-1032-x.

Stierlin H (1979) Status der Gegenseitigkeit: die fünfte Perspektive des Heidelberger familiendynamischen Konzeptes. Familiendynamik 4:106-116.

Syed M, Seiffge-Krenke I (2013) Personality development from adolescence to emerging adulthood: Linking trajectories of ego development to the family context and identity formation. J Pers Soc Psychol 104:371-384. doi: 10.1037/a0030070.

Thyen U, Fegert JM, Resch F (2012) Wachstum und somatische Entwicklung im Kindes- und Jugendalter – typische und untypische Verläufe. In: Fegert JM, Eggers C, Resch F (Hrsg) Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters, 2. Aufl. Berlin: Springer. S. 3-34.

Whittle S, Dennison M, Vijayakumar N, u. a. (2013) Childhood maltreatment and psychopathology affect brain development during adolescence. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry 52:940-952.e1. doi: 10.1016/j.jaac.2013.06.007.

S. 17-26

Quelle: Lehmkuhl, Gerd; Resch, Franz; Herpertz, Sabine C. (Hg.): Psychotherapie des jungen Erwachsenenalters. Basiswissen für die Praxis und störungsspezifische Behandlungsansätze. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart 2015.