

Abschaffung des AsylbLG – eine Petition an den Bundestag

Im zusammenfassenden Urteil stellt das *Komitee für Grundrechte und Demokratie* (2008b) fest, dass „diese systematische Diskriminierung von Menschen im Namen des Rechts“ beendet werden muss, da sie mit den Menschenrechten, die laut Grundgesetz unmittelbar gelten, unvereinbar ist und die elementare Menschenwürde verletzt. Diese Situation ist auch der Anlass einer Petition an den Deutschen Bundestag für die Abschaffung des grundrechtswidrigen Asylbewerberleistungsgesetzes. Anlässlich des Jahrestages (das Gesetz trat am 1. November 1993 in Kraft) wurde die Petition im November 2008 beim Petitionsausschuss mit über 3 000 Unterschriften eingereicht. Der Deutsche Bundestag wird aufgefordert, das grund- und menschenrechtswidrige AsylbLG abzuschaffen und den Asylsuchenden stattdessen grundsätzlich die üblichen sozialrechtlichen Leistungen zuzugestehen.

Literatur

- Alt**, Jörg: Asylpraxis in der Bundesrepublik Deutschland. In: Müller, J. (Hrsg.): Flüchtlinge und Asyl. Politisch handeln aus christlicher Verantwortung. Frankfurt am Main 1990, S. 133-148
- Classen**, Georg: Menschenwürde mit Rabatt. Das Asylbewerberleistungsgesetz und was wir dagegen tun können. Karlsruhe 2000
- Classen**, Georg: Sozialleistungen für MigrantInnen und Flüchtlinge. Handbuch für die Praxis. Karlsruhe 2008
- Classen**, Georg; Rothkegel, Ralf: Die Existenzsicherung für Ausländer nach der Sozialhilfereform. In: Barwig, K. (Hrsg.): Hohenheimer Tage zum Ausländerrecht 2005/2006. Baden-Baden 2007
- Gunßer**, Cornelia: Der europäische Krieg gegen Flüchtlinge. 2004. In: www.nolager.de/blog/node/142
- Kirchenamt** der Evangelischen Kirche in Deutschland und Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft christlicher Kirchen (Hrsg.): „...und der Fremdling, der in Deinen Toren ist.“ Gemeinsames Wort der Kirchen zu den Herausforderungen durch Migration und Flucht. Bonn 1997
- Komitee für Grundrechte und Demokratie** (Hrsg.): 15 Jahre ohne Grundrecht auf Asyl – „Gewöhnung“ an die Entwürdigung und Entrechtung von Menschen. Text von Thomas Hohlfeld, Köln. In: www.grundrechtekomitee.de/files/articles/langfassung-15-jahre-ohne-asylgrundrecht.pdf (Stand vom 20. Juli 2008a)
- Komitee für Grundrechte und Demokratie** (Hrsg.): 15 Jahre Entrechtung und Entrechtung im Namen des Rechts beenden. Petition für die Abschaffung des grundrechtswidrigen Asylbewerberleistungsgesetzes. Petition an den Deutschen Bundestag/Petitionsausschuss. In: www.grundrechtekomitee.de/files/articles/petition-asylblg.pdf (Stand vom 20. Juli 2008b)
- Wöste**, Maria: Ausreisezentren und ihre Hybriden. Lagerpolitik in Zeiten des sozialen Angriffs. 2004. In: www.nolager.de/blog/node/214

Pubertät, eine „steinreiche“ Lebensphase

Pierre van Wissen

Zusammenfassung

In der Pubertätsphase zeigen sich individuelle, familiäre und soziale Problemlagen in sehr verdichteten und schwer voneinander trennbaren Ausdrucksformen. Eltern und Erziehende sind oft ratlos, wie sie mit diesem scheinbar unentwirrbaren Knäuel umgehen sollen. Dieser Beitrag gibt dazu Hilfestellung, indem die allgemeinen Phänomene – körperliche, emotional-kognitive und soziale Veränderungen – als notwendige und normale Entwicklungsschritte dargestellt werden. Darüber hinaus werden die wirklich gefährlichen Klippen in der Entwicklung Jugendlicher und im Verhalten der Eltern beschrieben und Mut machende Präventionsansätze vorgeschlagen. Die Pubertätsforschung und die Erfahrungen aus der Jugend- und Familienberatung lassen eine optimistische Haltung zu den Pubertätskonflikten als begründet erscheinen.

Abstract

During the adolescent phase individual, family and social problem situations are interrelated in complex and intricate ways. Parents and youth care workers are often at a loss when faced with these seemingly intractable contradictions. This article offers help by depicting the general phenomena – bodily, emotional/cognitive and social changes – as necessary and normal stages of development. Moreover, the author shows the really dangerous pitfalls in adolescent development and adult behaviour, and suggests encouraging prevention approaches. Puberty research and experiences from youth and family counseling support an optimistic attitude towards adolescents' conflicts.

Schlüsselwörter

Jugendlicher – Pubertät – Emotion – Konfliktlösung – Eltern – Persönlichkeitsentwicklung

Einleitung

Einleitend möchte ich darauf hinweisen, dass in Ergänzung zur einschlägigen Fachliteratur die Erinnerung an die eigene Pubertät eine der wichtigsten Erkenntnisquellen für das Verständnis dieser Lebensphase darstellt. Sie ist eine absolute Ressource für Eltern und pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, um eine starke, verständnisvolle und gleichzeitig gelassene Haltung gegenüber pubertierenden Jugendlichen einzunehmen. Die Betrachtungsweise **Pubertät beginnt, wenn die Eltern schwierig wer-**

den“ ist allgemein bekannt und lässt viele Menschen schmunzeln. Eltern wiederum fragen – auch nicht wirklich ernst und in entlarvender Einseitigkeit –, ob es nicht eine Prophylaxe gegen Pubertät gebe und ob man den Jugendlichen nicht eine Schlafpille vom zwölften bis zum 18. Lebensjahr geben könne.

Ein Jugendlicher mitten in der Pubertät sagte es am treffendsten: „Die Pubertät, da muss man durch!“ Hier klingt an, dass Pubertät als eine Phase verstanden wird, die für die weitere Entwicklung notwendig ist und für die es zu Recht keine Prophylaxe gibt. Es findet sich ein bemerkenswertes Zitat in einem Interview mit der amerikanischen Schauspielerin *Jodie Foster* in der Zeitschrift *FÜR SIE* (30/2007), das die Pubertät als eine notwendige Wachstumsphase darstellt: *Jodie Foster* antwortet auf die Frage, ob es in ihrer Pubertät einmal eine rebellische Phase gegeben habe: „Nein, ich war immer brav. Das bereue ich heute sehr, weil es wichtig ist, wenigstens einmal im Leben rebellisch gewesen zu sein. Ich bin mir sicher, dass mir dadurch etwas Entscheidendes fehlt.“

Von der lateinischen Wortbedeutung *pubertas* her bedeutet Pubertät das Erreichen der Fortpflanzungsfähigkeit; der Beginn der Pubertät kann dann mit Bezug auf dieses biologische Kriterium genau bestimmt werden. Das Ende der Pubertät lässt sich nur sozial definieren durch die Fähigkeit, eine Erwachsenenrolle in der Gesellschaft zu übernehmen, wie etwa in der Gestaltung dauerhafter Beziehungen oder der Übernahme von Verantwortung in der Familie, in der Arbeitswelt und für sich selbst. Normalerweise endet die Pubertät im Alter zwischen 18 und 20 Jahren. Auch hier gibt es ein Zitat zum Schmunzeln: „Die Pubertät endet, wenn man Dinge tut, obwohl die Eltern dazu geraten haben.“

Körperliche Veränderungen

Die wichtigste körperliche Veränderung und damit der biologische Startpunkt der Pubertät ist bei den Mädchen die erste Regelblutung, die Menarche, bei den Jungen der erste Samenerguss oder Spermarche. Dieser jeweilige Zeitpunkt streut erheblich zwischen den Individuen und es gibt eine seit mehreren Jahrzehnten beobachtbare Vorverlagerung, auch Akzeleration genannt. Wurde 1870 die Menarche erst mit 17 Jahren erreicht, so fand die KiGGS-Studie (Kinder- und Jugendgesundheitsurvey) des Robert Koch-Instituts 2006 einen Menarchemedian von 12,8 Jahren, das heißt in diesem Alter erleben 50 Prozent der Mädchen heute ihre erste Regelblutung. Der Spermarchemedian liegt bei 12,5 Jahren. Zum Vergleich zu 1970 tritt die biologische Reife heute um 1,5 Jahre früher ein. Der jeweilige Beginn der Men-

arche ist einerseits vom Sozialstatus und andererseits vom Körpergewicht abhängig: Mädchen mit höherem Sozialstatus beginnen später und adipöse Mädchen beginnen im Vergleich zu untergewichtigen Mädchen früher zu menstruieren (12,1 gegenüber 14,9 Jahre). Offenbar besteht der Zusammenhang darin, dass die Menarche erst bei Erreichen eines Fettanteils von zirka 17 Prozent des Körpergewichtes startet. Bekannt ist auch das Aussetzen der Regel beim Absinken des Körpergewichtes und des relativen Fettanteils unterhalb des kritischen Wertes bei anorektischen Mädchen.

Weitere körperliche Veränderungen sind das Längenwachstum sowie eine starke Zunahme des Körpergewichtes im Sinne von Übergewicht und Adipositas: Zwischen dem 14 und 17 Lebensjahr sind 17 Prozent der Jugendlichen übergewichtig und 8,5 Prozent adipös: Nach der KiGGS-Studie (*Erhart* 2007) steht dies in Zusammenhang mit niedrigem Sozialstatus, Migrationshintergrund, Übergewicht der Eltern, fehlendem Stillen und starker Nutzung von Medien (mehr als fünf Stunden täglich). 28,9 Prozent der Mädchen und 15,2 Prozent der Jungen zeigen Auffälligkeiten bezüglich ihres Essverhaltens; auch hier besteht ein direkter Zusammenhang mit einem niedrigen Sozialstatus.

Die Entwicklung zur männlichen Gestalt wird im Wesentlichen durch das Sexualhormon Testosteron und zur weiblichen durch Östrogen und Gestagen gesteuert. Darüber hinaus spielen sich große Veränderungen in der hirnorganischen Entwicklung ab. Während man früher davon ausging, dass das Gehirn mit zwölf Jahren ausgereift ist, zeigen neuere Untersuchungen mithilfe bildgebender Verfahren, dass es in der Pubertät große hirnorganische Umbauphasen gibt. Die Pubertät wird als eine zweite Geburt verstanden. Um welche Veränderungen geht es?

▲ Das Volumen des Gehirns nimmt zu.

▲ Frische Verzweigungen entstehen an den Synapsen insbesondere für viel genutzte Verknüpfungen, sogenannte Autobahnen, während wenig genutzte verkümmern. Das Prinzip der nutzungsabhängigen Differenzierung bleibt im Übrigen lebenslanglich erhalten.

▲ Die Umhüllung der Nervenleitungen mit dem fettähnlichen Stoff Myelin, die sogenannte Myelinisierung, die die Effektivität des Informationstransportes erhöht, ist in der frühen Pubertät noch nicht vorhanden, anders gesagt: „Die Nerven liegen noch blank.“

▲ Die Amygdala im Zwischenhirn beziehungsweise im limbischen System steuert die Wahrnehmung und das Verhalten in der Pubertät noch viel stärker

als das Großhirn, so dass Bauchgefühle, -wahrnehmungen und -entscheidungen vorherrschen.

▲ Der Nucleus Accumbens, eine Kernstruktur im basalen Vorderhirn, das sogenannte Belohnungszentrum des Gehirns, braucht in der Pubertät stärkere Reize beziehungsweise einen höheren Kick, um aktiv zu werden. Über das dopaminerge System werden im Nucleus Accumbens Gehirnopiate, insbesondere Endorphine ausgeschüttet, die eine belohnende und beglückende Wirkung haben.

▲ Die Zirbeldrüse produziert das müde machende Hormon Melatonin zeitlich deutlich später, so dass die Neigung von Jugendlichen zu Nachtaktivitäten hirnanorganische Korrelate zeigt.

▲ Veränderungen der Aktivität der Gehirnbotsstoffe Dopamin und Serotonin führen zu einer höheren affektiven Instabilität. So führt ein Mangel an Serotonin zu Depressionen.

Natürlich sollen Konflikte und Problemlagen nicht allein mit hirnanorganischen Veränderungen begründet werden, aber ein Wissen über diese Zusammenhänge kann ein größeres Verständnis für das Besondere der pubertären Entwicklung wecken.

Emotionale und kognitive Veränderungen

Es sind vor allem die emotionalen Veränderungen, die sich auf das Verhalten auswirken und damit die familiären wie auch die beruflichen Erziehenden vor Rätsel stellen. Die wichtigsten sind:

▲ Plötzliche Unausgeglichenheit: Stimmungen schlagen ohne ersichtlichen Grund um, von Himmel hoch jauchzend und bis zu Tode betrübt, polarisierende Gefühlsreaktionen treten auf wie Unzufriedenheit versus Begeisterung, Niedergeschlagenheit versus Euphorie, Abscheu versus Gier, insgesamt ist ein ausgesprochenes Schwarz-Weiß-Denken zu beobachten, während die Mitte übersprungen wird beziehungsweise fehlt. In Anlehnung an *Ikaros* aus der griechischen Mythologie, der es nicht schaffte, den Mittelbereich zwischen der Erde und der Sonne für seinen Flug zu nutzen und deshalb abstürzte, wird dieses typische Kennzeichen von Jugendlichen als Ikarosyndrom bezeichnet.

▲ Minderwertigkeitsgefühle: Der eigene Körper wird wegen fettiger Haare, Pickeln, zu großem oder zu kleinem Busen, weil er zu dick oder zu dünn ist, abgelehnt. Insgesamt findet eine an Model-Kriterien orientierte Selbstbeobachtung in Form einer oft gnadenlosen Fehlersuche statt.

▲ Lustlosigkeit bezogen auf Aufgaben und Pflichten: zum Beispiel gegenüber schulischen Notwendigkeiten. Oft erreichen in der heißen Phase der Pubertät mit 13 und 14 Jahren die Schulnoten ihren

Tiefstand. Die Lustlosigkeit bezieht sich auch auf die Mitarbeit im Haushalt, das Aufräumen des Zimmers, die Beteiligung an familiären Unternehmungen, stattdessen schlafen die Jugendlichen sehr lange und haben einen ausgeprägten Hang zum Nachtleben.

▲ Unersättlicher Hunger nach Sinneseindrücken: Vorliebe für alles Grelle, Laute, Ausgefallene in der Kleidung, in der bevorzugten Musikrichtung und auch bei den Hobbys (Bungee-Springen, Graffiti-Malen, U-Bahn-Surfen und so weiter). Es handelt sich um Aktivitäten, die von einer starken Endorphinausschüttung begleitet sind, darüber hinaus wird der Kontakt mit Nikotin, Alkohol und Drogen gesucht. Insgesamt kann man analytisch von einer sehr starken Dominanz des Es gegenüber dem Über-Ich sprechen.

▲ Asynchrone Entwicklungsstufen: Jugendliche sind manchmal wie Kleinkinder und dann wiederum fordernd und anspruchsvoll wie schon fast Volljährige. Es ist schwierig, sie ihrer tatsächlichen Altersstufe entsprechend zu behandeln und auch zu begrenzen. Die Entwicklungsstufen zeigen die Form eines Orgelpfeifenmusters, das nicht typisch für alle, jedoch für heftig pubertierende Jugendliche ist. Jugendliche, die auf breiter Linie all ihre Fähigkeiten kontinuierlich weiterentwickeln wie in einem Palisadenmuster, sind für die Erziehenden in Familie und Schule natürlich besser zu ertragen, aber das Palisadenmuster muss nicht als ideale Entwicklungsform gesehen werden.

▲ Intelligenzentwicklung: In der Intelligenzentwicklung erreichen Kinder und Jugendliche ab dem zwölften Lebensjahr nach *Piaget* die Phase des formal-operatorischen Denkens, das heißt dass sie zunehmend abstraktes Denken mit den Elementen Logik, Deduktion und Induktion sowie Kombinatorik entwickeln. Sie sind immer mehr in der Lage, die Realität und alternative Möglichkeiten miteinander in Beziehung zu setzen, sie entwickeln ein neues Weltbild sowie weitergehende Zeitperspektiven in Bezug auf ihr Leben und sie sind zu mehr Introspektion fähig.

Soziale Veränderungen

Veränderungen im emotional-kognitiven Bereich wirken sich direkt auf den sozialen Kontext aus. Auch hier die wichtigsten Merkmale der Veränderung:

▲ Typisches Kennzeichen ist die Rebellion gegen Erwachsene, insbesondere gegen Eltern, Lehrerinnen und Lehrer. Jugendliche möchten eigene Normen entwickeln, die sich möglichst von den Normen der Erwachsenen unterscheiden, um damit auch deutlich zu machen, dass sie nicht mehr Kind sind. Sie werden „mächtiger“, selbstständiger und selbstver-

antwortlicher. Mädchen haben schon im 13. Lebensjahr den Gipfel des Dissenses erreicht, der dann von Jahr zu Jahr wieder sinkt. Bei Jungen ist dies erst im 15. Lebensjahr der Fall. Sie sind auch in der psychischen Entwicklung etwa zwei Jahre im Rückstand.

▲ Jugendliche bewegen sich in ihren sozialen Aktivitäten eher von der Familie weg. Kinder in der fünften Schulstufe verbringen 35 Prozent ihrer Zeit gemeinsam mit ihren Eltern, in der zwölften Schulstufe noch 14 Prozent. Gemeinsames Fernsehen und gemeinsame Freizeitaktivitäten gehen am stärksten zurück, nur das „Miteinander-Reden“ und „gemeinsame Transporte“ bleiben konstant oder steigen sogar an, ebenso wie die Gespräche zwischen Mutter und Tochter.

▲ Das Interesse richtet sich stärker auf andere Jugendliche in den sogenannten Peer-Groups aus. Diese werden zu Vertrauenspersonen, die die Normen setzen, während gegenüber den Erwachsenen Misstrauen besteht. Die Clique wird identitätsstiftend, „Kult“ ist, was von ihr als cool angesehen wird. Oft baut sich die Clique um ein bestimmtes Thema auf: zum Beispiel um einen Sport, um eine Nation, um eine Musikrichtung, um eine politische Identität (rechtsextrem, öko, autonom) oder um Tätigkeiten wie Cannabiskonsum. Die Cliquen sind sich manchmal feindlich gesonnen und bringen dies in Form von Mobbing oder Gewalt in Schulen und auf der Straße zum Ausdruck.

▲ Das sexuelle Interesse erwacht und die ersten Paarbeziehungen entstehen. Hier sind sehr gegensätzliche Entwicklungen zu beobachten. Es gibt Jugendliche, die sexuell sehr aktiv sind und ein detailliertes Wissen über Sexualverhalten besitzen, und andere, die ihre Kindlichkeit in Abhängigkeit von ihren Eltern noch behalten (geringe Verantwortungsübernahme für sich selbst, Hotel Mama) und ihre kindlichen Interessen weiter pflegen (Kümmern um Kleintiere, Wichtigkeit von Kuscheltieren und anderes).

▲ Jugendliche kommen häufig in Kontakt mit Drogenkonsum, mit Drogenkriminalität und Diebstahlskriminalität sowie mit Gewalt in verschiedenen Formen. Sie können als Opfer und als Täter mit Delinquenz in Kontakt kommen, wobei gelegentlich die Opfer- und Täterrolle wechselt, etwa bei Erpressung und dem sogenannten Abziehen. Jugendliche neigen dazu, soziale Normen zu verletzen und Grenzen auszuprobieren; nur selten führt der Weg endgültig in die Kriminalität. Oft handelt es sich um ein einmaliges Ausprobieren, das wieder eingestellt wird, wenn Sanktionen folgen.

▲ Männliche Jugendliche sind erheblich auffälliger als weibliche: Die Statistik 2005 der *Kom Dat Jugendhilfe* (2006) weist aus, dass im Deliktfeld Körperver-

letzung 83 Prozent der Tatverdächtigen unter 21 Jahren männlich und 17 Prozent weiblich waren, bei schwerer Körperverletzung waren 86 Prozent der Tatverdächtigen unter 21 Jahren männlich und 14 Prozent weiblich. Nach der KiGGS-Studie werden aufgrund von Elterneinschätzungen 7,2 Prozent der männlichen und 5,4 Prozent der weiblichen Jugendlichen insgesamt als auffällig bezeichnet, bei einem sehr hohen Anteil von Jugendlichen mit niedrigem Sozialstatus. Bei den einzelnen Merkmalen dieser Elternbefragung wie Verhaltensauffälligkeit, Hyperaktivität und Verhaltensprobleme mit Gleichaltrigen sind immer die männlichen Jugendlichen „führend“, nur bei emotionalen Problemen zeigen die weiblichen Jugendlichen nach Einschätzung ihrer Eltern höhere Werte. Die KiGGS-Studie stellt weiter fest, dass zirka 20 Prozent der Jugendlichen im Alter zwischen elf und 17 Jahren rauchen, dass 64 Prozent Alkohol trinken und dass 9,2 Prozent der männlichen und 6,2 Prozent der weiblichen Jugendlichen im Jahr vor der Befragung Marihuana konsumiert hatten.

Für Jugendliche stellen sich auf dem Weg zum Erwachsenwerden zahlreiche Entwicklungsaufgaben, die sie erfolgreich zu bewältigen haben. Sie müssen

- ▲ lernen, ihren Körper zu akzeptieren;
- ▲ lernen, mit Sexualität und mit ihrer Geschlechterrolle umzugehen;
- ▲ die sozialen Beziehungen zu Eltern und Altersgenossen umbauen;
- ▲ ihre Leistungsbereitschaft für Schule und Beruf weiterentwickeln;
- ▲ Bildung, Kultur sowie politische Orientierung erwerben und sich Sinnfragen stellen;
- ▲ Identität und Persönlichkeit aufbauen;
- ▲ ein ethisches Wertesystem entwickeln und entsprechend handeln.

Wenn man sich darüber hinaus die Gefahren vergegenwärtigt, die in unserer Zeit noch größer geworden sind (wie Drogen und Medienproblematik), dann muss man beeindruckt sein von den Anforderungen, die sich den Zwölfjährigen in den kommenden sechs Jahren ihrer Entwicklung stellen, und man muss die Achtzehnjährigen bewundern, die die Pubertät erfolgreich durchlebt haben.

Formen der Problemverarbeitung

Viele Jugendliche haben in der Pubertät Probleme und machen Probleme, die sie aus einer Defizitwahrnehmung heraus empfinden. Ihr Umfeld stellt dann Symptome fest, die auf eine mehr nach innen ausgerichtete Problemverarbeitung wie selbstverletzendes Verhalten, Suizidäußerungen, sozialer Rück-

zug oder aber auf eine eher nach außen gerichtete Problemverarbeitung wie Kriminalität, Aggressivität und Ähnliches hinweisen.

Es ist im Übrigen immer sinnvoll, sich diese Symptome als eine Art „Appell“ vorzustellen, der einem tiefer liegenden Hilfebedarf entspringt. So kann das Symptom zu dem Appell umgedeutet werden: „Zeig mir die positiven Möglichkeiten für mein Leben!“, „Setz mir eine Grenze!“ oder „Gib mir coole Alternativen, wie ich anders reagieren kann als auszurasten!“, „Sag mir, wie ich ohne Drogen Highlights in meinem Leben haben kann!“.

Internalisierende Problemverarbeitung:

Die Neigung von Jugendlichen, Probleme internalisierend zu verarbeiten, wird vor allem mit depressiven Stimmungen in der Familie, mit frühen sozialen Verlussterfahrungen und mit Überforderung durch hohen äußeren Druck in Verbindung gebracht. So entstehen ein negatives Selbstbild, in der Folge eine Ausfilterung positiver Signale und eine negative Erwartungshaltung mit entsprechender Auswirkung auf das Selbstwertgefühl. Folgende Symptome finden sich häufig in Zusammenhang mit der internalisierenden Problemverarbeitung:

- ▲ ängstlich-zwanghafte Belastungen, zu denen in den letzten Jahren zunehmend Schulängste und Schulphobien gehören;
- ▲ psychosomatische Beschwerden wie Allergien, Asthma, Bauchschmerzen, Enuresis, Essstörungen, Migräne, Schlafstörungen;
- ▲ schizoide Störungen wie Kontakthemmungen;
- ▲ depressive Störungen und Suizidalität, die sowohl in Zusammenhang mit genetischen Dispositionen (endogene Depression) stehen, aber auch Folgen von negativen Beziehungskontexten und vom Verlust wichtiger Beziehungspersonen durch Scheidung, Trennung oder Tod sein können (dann spricht man von reaktiver Depression). Zum Thema Suizidalität und Trauer nach kritischen Ereignissen siehe auch *Hüther; Nitsch 2008, Wissen 1997; 1999, Wissen; Korittko 2002.*

Auch die Forschung stellt fest, dass Mädchen stärker zu einer internalisierenden Problemverarbeitung und zu depressiven Zuständen neigen als Jungen. Als Erklärungen werden dazu angeführt, dass

- ▲ Mädchen stärker zum Grübeln, zur „Innenschau“ und Selbstkritik neigen. Diese selbstkritische Haltung ist bei ihnen zudem dicht mit einer depressiven Grundstimmung verknüpft. Bei Jungen ist dies weniger ausgeprägt.
- ▲ die Pubertät von Mädchen als belastender erlebt wird als von Jungen. Sie beobachten die körperlichen

Veränderungen genauer und kommen häufiger zur negativen Schlussfolgerung, dass sie wenig attraktiv seien.

- ▲ es für Mädchen schwieriger ist, ihre sozialen Beziehungen zu Eltern und Freunden neu zu organisieren, also sich gut zu lösen und neu zu binden. Wenn sie eine forcierte Ablösung von den Eltern versuchen, ohne kompensierend bei Gleichaltrigen gut aufgehoben zu sein, kann dieser Entwicklungsweg Depressionen befördern. Dazu trägt das Bindungsverhalten von Eltern bei, das gegenüber Töchtern häufig einschränkender ist als gegenüber Söhnen.

Externalisierende Problemverarbeitung

Die externalisierende Problemverarbeitung wird vor allem mit dem Vorherrschen aggressiver Modelle in der Familie und mit unsicheren Bindungen assoziiert. Diese Erfahrungen führen zu einer feindseligen Weltsicht und zu einem entsprechend aggressiven Verhaltensrepertoire mit der Vorstellung, sich gegen diese Welt verteidigen zu müssen. Die wichtigsten Erscheinungsformen von externalisierender Problemverarbeitung sind Verhaltensstörungen, Delinquenz und der Konsum von Drogen. Sie steigen vom zwölften bis zum 20. Lebensjahr kontinuierlich an und gehen dann im dritten Lebensjahrzehnt in der Regel wieder zurück.

Es gibt eine erstaunliche Vorhersagbarkeit von Straftaten junger Erwachsener durch deren Verhalten in der Kindheit. Die Stabilitäten antisozialen Verhaltens weisen sogar über Generationen hinaus: Aggressive junge Männer sind in Familien gegen die Ehefrauen und die Kinder eher gewalttätig und „erzeugen“ wieder aggressiv reagierende Kinder. Es gibt verschiedene typische Prädiktoren aus der frühen Kindheit wie Geburtsbelastungen, Untergewicht, schwieriges Temperament, leichte Irritierbarkeit, Unruhe und schlechte Rhythmisierbarkeit, ängstliche Bindung, aus der späteren Kindheit Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen.

In der Schulzeit zeigen sich Aggressivität und Ungehorsam, Leistungsprobleme, Schulschwänzen, Lügen und Stehlen. Im Jugendalter kommen Tätlichkeiten, eine geringe Impulskontrolle und schnelles aggressives Handeln, Drogengebrauch, Risikoverhalten im Straßenverkehr und schließlich delinquentes Verhalten dazu. Von besonderer prognostischer Bedeutung sind antisoziales Verhalten, Drogengebrauch und Stehlen. Weniger voraussagbar sind Schwänzen, Lügen und schwache Schulleistungen. Mangelnde Impulskontrolle, Ängstlichkeit und latente Depression sind die Begleiter der externalisierenden Problemverarbeitung. Dennoch, auch bei schwierigen

Bedingungen in der frühen und späten Kindheit führt der Weg nicht zwangsläufig zu antisozialem Verhalten.

Protektive Faktoren

Es gibt auch „resiliente“ Jugendliche, Jugendliche mit schwierigen Lebensumständen, die dennoch seelisch gesund bleiben und nicht dissozial werden:

▲ Jugendliche, die als Kinder angenehm, intelligent, sozial aufgeschlossen, attraktiv sind, bleiben auch unter ungünstigen Umständen geschützt.

▲ Kinder, die eine positive emotionale Beziehung zu zumindest einer Bezugsperson haben, sei es zur Mutter, zum Vater, zur Großmutter oder einer Person außerhalb der Familie, sind resilienter.

▲ Kinder und Jugendliche mit einer positiven Lebenseinstellung, realistischen Zukunftsperspektiven und realen Zugangsmöglichkeiten sind weniger gefährdet.

▲ Kinder und Jugendliche mit positiven Freundschaften sind resilienter.

▲ Der letzte Schutzfaktor vor devianten Karrieren ist ein nicht devianter Ehepartner.

Die wichtigsten allgemeinen Schutzfaktoren, die problematische Entwicklungen verhindern können, sind eine lang andauernde emotionale Beziehung zu einer Bezugsperson in der Kindheit und die interessierte Aufmerksamkeit einer wichtigen Person in späteren Lebensphasen („Someone, who is crazy about the kid“, *Uri Bronfenbrenner*). Wo eine Bindung fehlt, treten mit hoher Wahrscheinlichkeit Probleme auf.

Sinn der Pubertät

Wie schon eingangs dargestellt fragen manche Eltern, wozu eigentlich die Pubertät dient, wenn es in dieser Phase doch so viele Probleme gibt. Natürlich ist die Pubertät eine sehr wichtige Phase zwischen Kindheit und Erwachsensein; Menschen, die ihre Pubertät nicht ausleben konnten, haben später Schwierigkeiten, sich von anderen abzugrenzen und eine eigene Identität aufzubauen. Jugendliche müssen aus der Welt der Eltern „emigrieren“ und in die Welt der Peers „immigrieren“. Die Pubertätsphase ist notwendig und dient drei vorrangigen Zielen:

▲ Entwicklung der Ich-Identität: In der Pubertät lernen Jugendliche sich selbst kennen und erfahren sich selbst im sozialen Zusammenhang von Familie und Schule. Sie lernen ein eigenes Profil zu entwickeln, sie lernen ihre Kräfte und ihre Interessen kennen, sie lernen sich zu behaupten, aber auch sich anzupassen. Sie entwickeln den Kern ihrer Persönlichkeit in Bezug auf andere Menschen und im Zusammenhang mit ihnen.

▲ Entstehung eines Lebensplanes: Jugendliche müssen eine Richtung für ihr Leben, soziale und berufliche Ziele finden und individuelle Werthaltungen entwickeln. Die Frage ist: „Was will ich auf dieser Welt?“ und „Was ist mir persönlich wichtig?“

▲ Identitätsfindung: Jugendliche müssen eine soziale Identität finden beziehungsweise sich in soziale Gruppen integrieren, das heißt in die einzelnen Lebensbereiche von Schule, Beruf und Gesellschaft hineinwachsen und die Entscheidungen bezüglich ihres Lebensplanes konkret umsetzen.

Jugendliche und Erwachsene – ein Gegensatz!

Die Pubertät ist aber auch ein Lebensabschnitt, in dem für die Eltern viele Veränderungen eintreten. Man spricht auch vom „Leeren-Nest-Syndrom“, das die Eltern bewältigen müssen. Die Lebenssituation von Jugendlichen und Erwachsenen unterscheidet sich in drei Bereichen:

▲ Die Zukunftsperspektiven sind verschieden: Bei den Eltern stellt sich die Frage, ob sie die richtigen Entscheidungen getroffen haben, ob sie noch neue Lebensinhalte finden wollen oder nicht. Sie haben damit zu tun, dass ihre Gestaltungsmöglichkeiten abnehmen. Die Jugendlichen haben die Perspektive einer offenen Zukunft, sie wollen die Welt noch erobern.

▲ Die Entwicklungsaufgaben sind verschieden: Die Jugendlichen sind damit beschäftigt, sich ein selbstständiges Leben sozial und emotional unabhängig von ihren Eltern aufzubauen, während für die Eltern die Aufgabe der Erziehung und Förderung ihrer Kinder zu Ende geht. Sie müssen sich neue Inhalte und Formen für ihre Partnerschaft, aber auch für ihre sozialen Kontakte suchen.

▲ Die gesellschaftliche Ebene ist verschieden: Jugendliche stellen oft radikal infrage, decken Unstimmigkeiten, Schwächen und Mängel des gesellschaftlichen Systems und des Umgangs der Eltern mit diesem auf. Eltern fühlen sich davon eher bedroht und kritisiert, sie geraten leicht in eine Verteidigungsposition, so dass sie oft eine gewisse Abwehrhaltung entwickeln.

Wie mit pubertierenden Jugendlichen umgehen?

Es heißt: „Wenn die Kinder klein sind, gib ihnen Wurzeln, wenn sie groß sind, gib ihnen Flügel“. Die Pubertät befindet sich zwischen Wurzeln und Flügeln und die Frage ist, wie viele Wurzeln noch gebraucht werden und wie viele Flügel entwicklungs-gemäß schon erlaubt werden können. Viele erzieherische Maßnahmen sind problematisch, haben ihre Tücken und sind nicht unbedingt empfehlenswert.

▲ Körperliche Gewalt ist ein Eingeständnis der eigenen Hilflosigkeit. Stubenarrest ist eher eine Selbstbestrafung der Eltern und für Pubertierende völlig ungeeignet.

▲ Taschengeldentzug führt häufig dazu, dass Jugendliche stehen, weil sie sich bestimmte Statussymbole sonst nicht leisten können.

▲ Fernsehverbot ist ein Verstärker des Fernsehkonsums und auch schwer zu kontrollieren, wenn Jugendliche einen eigenen Fernseher in ihrem Zimmer haben.

▲ Orientierung an Grenzen in anderen Familien hilft oft nicht weiter, da manche Familien alles zulassen und andere Familien alles einschränken.

Eine positive Möglichkeit besteht im Aushandeln von Grenzen, zum Beispiel des Zeitpunkts des Nachhausekommens oder der Bedingungen, unter denen bei Freunden geschlafen werden kann. Auch das Jugendschutzgesetz bietet Orientierungshilfen. Oft geht es darum, Kompromisse zu finden, die die Fürsorgepflicht der Eltern respektieren sowie die Bedürfnisse der Jugendlichen ernst nehmen. Wenn Jugendliche massiv Grenzen überschreiten und dies mehrfach geschieht, können für den Fall eines erneuten Überschreitens der Grenzen Sanktionen festgelegt werden, wie zum Beispiel eine Kasse, in die eine bestimmte Summe eingezahlt werden muss, wenn der Jugendliche sich in der Familie beispielsweise beleidigend verhält, bis hin zum Einschalten der Polizei, sofern noch einmal Geld aus den familiären Portemonnaies entwendet wird.

Grundsätzlich ist es hilfreich, wenn sich Eltern nicht wie „zahnlose Tiger“ fühlen, sondern wie „Felsen in der Brandung“, die sich bewusst sind, dass sie die gesetzliche Verantwortung für ihre Kinder tragen und daraus auch ein Erziehungsrecht und eine legitime Autorität ableiten dürfen. Es entstehen in unserer heutigen Zeit mehr Probleme mit Jugendlichen dadurch, dass Eltern ihre Autorität zu wenig wahrnehmen oder die Erziehung ganz aufgegeben haben, als dadurch, dass Eltern zu autoritär handeln. Damit soll nicht etwa eine autoritäre Erziehung befürwortet werden. In der Fachdiskussion wird unterschieden zwischen autoritären, anti-autoritären (oder Laissez-faire-) Eltern und autoritativen Eltern: Letztere erlauben ihren Kindern relativ viel, aber fordern auch klar das Einhalten von Regeln ein. Wichtig ist, dass sich Eltern nicht austricksen lassen, auch ein gesundes Misstrauen hegen und die Kontrolle behalten. Jugendliche, die sich den Eltern überlegen fühlen, verhalten sich geringschätzig und abwertend. Zur Formulierung wichtiger Grenzen ist es hilfreich, sich zu fragen:

▲ Was ist mir grundsätzlich wichtig, hinter welchen Aussagen stehe ich tatsächlich und hundertprozentig? Wo sind das Leben, die Gesundheit, das Wohlergehen meines Kindes grundsätzlich in Gefahr?

Nur wichtige Grenzen müssen verteidigt werden, dann aber konsequent und entschieden.

▲ Wo werden meine persönlichen Grenzen überschritten, wo werden meine elementaren Bedürfnisse eingeschränkt? Hier habe ich das Recht, mich zu wehren und mein persönliches Wohlbefinden sicherzustellen.

▲ Wo geht es nur um alltäglichen Kleinkram wie Schuhe ausziehen, Spielzeug aufräumen, Geschirrspüler ausräumen, Lautstärke der Musik regeln, Hausaufgaben machen oder das optische Outfit? Hier ist insbesondere Gelassenheit angesagt.

Viele Eltern nörgeln zu häufig, bemerken nur negative Auffälligkeiten und übergehen Positives als selbstverständlich. Es ist oft wesentlich leichter, etwas zum Kritisieren als zum Loben zu finden, die pubertäre Fehlersuche (siehe Ausführungen zu den emotionalen Veränderungen) der Jugendlichen korrespondiert leider oft mit der Fehlersuche der Eltern. Wenn beide „Fehlersuchen“ gleichzeitig stattfinden, hat dies negative Auswirkungen auf das Selbstwertgefühl der Jugendlichen.

Die Problemfelder mit Jugendlichen erfordern eine abgestufte Differenzierung hinsichtlich ihrer Bedeutsamkeit: Danach kommen leichtere Probleme in den größten grünen Korb, mittlere in einen gelben und wirklich bedeutsame, nur sehr wenige in den kleinsten roten Korb. Beispiele für Verhaltensweisen, die in den roten Korb gehören, sind grenzüberschreitende Beleidigungen und Gewalt, Diebstahl in der Familie, Schulschwänzen und Drogenkonsum.

An dieser Stelle möchte ich noch auf das bekannte Konzept der elterlichen Präsenz von *Omer* und *von Schlippe* (2004) hinweisen. Sie entwickelten dieses Konzept für entmutigte und resignierte Eltern, um deren Handlungsfähigkeit gegenüber den Jugendlichen mit gewaltfreien Methoden (zum Beispiel Sit-ins) wiederherzustellen und ihr moralisches Selbstvertrauen als Eltern mit Unterstützung aus dem sozialen Umfeld zu stärken. Es lohnt sich sehr, sich mit diesem Konzept zu befassen, allerdings muss dabei berücksichtigt werden, dass es für Probleme aus dem „roten Korb“ entwickelt wurde.

Eltern und Grenzen

Grenzen müssen auch von den Eltern gegenüber den Jugendlichen eingehalten werden, zum Beispiel indem

- ▲ deren Geheimnisse respektiert werden und Eltern ihre Grenzen beim Betreten des Zimmers einhalten („das Tagebuch lag offen auf ihrem Schreibtisch“);
- ▲ deren Eigentums- und Verfügungsrechte anerkannt werden;
- ▲ den Jugendlichen Raum für eigene Entfaltung und Gestaltung gegeben wird;
- ▲ den Jugendlichen Fehler zugestanden und Wege einer Wiedergutmachung angeboten, Konflikte bearbeitet und danach auch ohne weitere Belastung der Beziehung beendet werden;
- ▲ Eltern ohne Angst vor Autoritätsverlust eigene Fehler zugeben können;
- ▲ die Jugendlichen nicht gekränkt werden und ihre Würde geachtet wird.

Jugendliche brauchen neben der Möglichkeit, sich ablösen und „fliegen“ zu können auch das Gefühl, „gute Wurzeln“ zu haben, das heißt Eltern, mit denen sie wirklich kommunizieren können, die grundsätzlich hinter ihnen stehen und zu denen sie immer wieder vertrauensvoll zurückkehren können. So groß die Probleme mit Jugendlichen in der Pubertät auch sein mögen, ist es trotzdem sehr wichtig, mit ihnen in Kontakt zu bleiben, zu ihnen zu stehen, optimistisch zu bleiben, dass sich die Probleme irgendwann lösen werden, und sich bewusst zu machen, dass auch die eigene Pubertät sicherlich nicht konfliktfrei war.

Mögliche Verallgemeinerungen in Bezug auf eine positive Familienkultur fasst ein Zehn-Punkte-Programm von *Helmut Fend* (2003) zusammen:

- ▲ Es bedarf konfliktfreier Zonen, die ein Übergewicht freudvoller Interaktionen entstehen lassen und Dauerkonflikte vermeiden.
- ▲ Kommunikations- und Verhandlungsfähigkeit beider Seiten, eine partielle Trennung von Handlungs- und Beziehungsebene („Nicht du, sondern dein Verhalten ist für uns ein Problem“), die Fähigkeit der „Aushandlung“, aber auch Führungsfähigkeit müssen gegeben sein.
- ▲ Gemeinsame und bildungsintensive Freizeitaktivitäten müssen besonders in der Frühphase der Adoleszenz vorhanden sein.
- ▲ Eine weniger strafende und stärker argumentationsorientierte Haltung der Eltern, Aufmerksamkeit für die seelischen Vorgänge in den Jugendlichen und respektvoller Umgang mit ihnen sollten gezeigt werden.
- ▲ Überbehütung im Sinne von zu viel Kontrolle, zu sehr in die Jugendlichen dringen, alles erfahren wollen, muss vermieden werden. Eltern sollten nicht ungefragt eindringen, bestimmen und überwältigen, sondern helfend und stützend im Hintergrund bleiben, aber bei Problemen bereitstehen.

▲ Zwischenbereiche der Unabhängigkeit sowie Zwischenstufen von Aufsicht und Unabhängigkeit müssen möglich sein.

- ▲ Gemeinsame „Welten“ und Diskussionsraum müssen vorhanden sein: Eine „Partei“ darf nicht das Gefühl vermitteln, die andere habe „keine Ahnung“.
- ▲ Jugendliche müssen in der Lebensphase der Adoleszenz „eine Stimme bekommen“, sie müssen wahrgenommen werden und mitentscheiden können.
- ▲ Eltern sollen die Chance nutzen, zusammen mit ihren Kindern noch einmal jung zu sein.
- ▲ Familien können „Trainingslager“ für das Einüben von Kompetenzen für die Lebensbewältigung sein, sie müssen „fehlerfreundlich“ sein und Korrekturen und Wiedergutmachung ermöglichen.

Schlussbemerkung

Schließen möchte ich meinen Beitrag mit einem Zitat von *Erich Kästner*, das an strapazierte Eltern wie auch an genervte Jugendliche gerichtet sein könnte: „Auch aus Steinen, die dir in den Weg gelegt werden, kannst du etwas Schönes bauen.“ Konflikte und Krisen im Jugendalter sind sowohl risikoreiche Klippen als auch wichtige Ressourcen auf dem Weg zu einem selbstständigen Erwachsenen werden.

Literatur

- Erhart**, M. u.a. : Der Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS). Heidelberg 2007 oder in: www.rki.de
- Kom Dat Jugendhilfe** 2/2006. In: www.akjstat.uni-dortmund.de
- Omer**, H.; Schlippe, A. von: *Autorität ohne Gewalt*. Göttingen 2004
- Fend**, H.: *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*. Opladen 2003
- Hüther**, G.; Nitsch, C.: *Wie aus Kindern glückliche Erwachsene werden*. München 2008
- Wissen**, P. van: *Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen*. In: Freytag, R.; Witte, M. (Hrsg.): *Wohin in der Krise?* Göttingen 1997
- Wissen**, P. van: *Grenzen in der Erziehung*. In: *Soziale Arbeit* 7/1999, S. 234-238
- Wissen**, P. van; Korittko, A.: *Lebenslichter, vom Umgang mit seelischen Verletzungen*. Tätigkeitsbericht, Jugend-, Familien- und Erziehungsberatung. Hannover 2002