

Franz Resch
Peter Parzer

Risikoverhalten und Selbstregulation bei Jugendlichen

Eine kybernetische Sichtweise

 Springer

Risikoverhalten und Selbstregulation bei Jugendlichen

Franz Resch • Peter Parzer

Risikoverhalten und Selbstregulation bei Jugendlichen

Eine kybernetische Sichtweise

 Springer

Franz Resch
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie
Universitätsklinikum Heidelberg
Heidelberg, Deutschland

Peter Parzer
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie
Universitätsklinikum Heidelberg
Heidelberg, Deutschland

Dieses Buch ist eine Übersetzung des Originals in Englisch „Adolescent Risk Behavior and Self-Regulation“ von Resch, Franz, publiziert durch Springer Nature Switzerland AG im Jahr 2021. Die Übersetzung erfolgte mit Hilfe von künstlicher Intelligenz (maschinelle Übersetzung durch den Dienst DeepL.com). Eine anschließende Überarbeitung im Satzbetrieb erfolgte vor allem in inhaltlicher Hinsicht, so dass sich das Buch stilistisch anders lesen wird als eine herkömmliche Übersetzung. Springer Nature arbeitet kontinuierlich an der Weiterentwicklung von Werkzeugen für die Produktion von Büchern und an den damit verbundenen Technologien zur Unterstützung der Autoren.

ISBN 978-3-031-15454-6 ISBN 978-3-031-15455-3 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-031-15455-3>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Springer

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer Nature Switzerland AG 2022
Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Planung/Lektorat: Wiebke Wuerdemann

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer Nature Switzerland AG und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Gewerbestrasse 11, 6330 Cham, Switzerland

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1 Adoleszenz	1
1.1 Das adoleszente Gehirn	2
1.2 Adoleszenz und beginnendes Erwachsensein	3
1.3 Entwicklung und Entwicklungsaufgaben	5
1.4 Das Problem der Identität	6
1.5 Das Problem des Selbstwerts	11
Literatur	12
Kapitel 2 Risikoverhalten	15
2.1 Einleitung und Definition	15
2.2 Erklärungsmodelle für risikofreudiges Verhalten	18
2.3 Muster des Risikoverhaltens	20
2.3.1 Internet-Sucht, problematische Mediennutzung und die „unsichtbare Risikogruppe“	22
2.3.2 Substanzmissbrauch (Alkohol und Drogen), Rauchen und Tabakkonsum	25
2.3.3 Nicht-suizidale Selbstverletzung (NSSI) und suizidales Verhalten	26
2.3.4 Essstörung und Diäten	29
2.3.5 Aggression, Gewalt und Delinquenz bei Jugendlichen	30
2.3.6 Sexuelles Risikoverhalten: Sexuell übertragbare Krankheiten und Schwangerschaften bei Jugendlichen	32
2.3.7 Mobbing, Schulstress und Schulabsentismus	34
2.4 Schlußfolgerung: Der funktionale Aspekt	35
Literatur	36
Kapitel 3 Entwicklungspsychopathologie und Emotionsregulation	41
3.1 Definitionen	41
3.2 Modelle der Entwicklungspsychopathologie	42
3.2.1 Entwicklungsaufgaben	42
3.2.2 Risiken und Schutzfaktoren	43
3.2.3 Vulnerabilität und Resilienz	44

3.2.4	Das emotionale System.....	45
3.2.5	Stress und Trauma.....	48
3.3	Ungünstige Erfahrungen in der Kindheit (ACEs).....	51
3.4	Das Problem der Emotionsregulierung.....	52
	Literatur.....	56
	Kapitel 4 Kontextuelle Entwicklung	59
4.1	Wie entwickeln sich Risikoverhalten und psychopathologische Symptome?.....	59
	Literatur.....	62
	Kapitel 5 Das biopsychosoziale Modell und die Verhaltenspräsentation	63
	Literatur.....	68
	Kapitel 6 Psychische Struktur, Persönlichkeit und Psychodynamik	71
6.1	Das Selbst.....	72
6.2	Gedächtnis.....	74
6.3	Mentalisierung.....	76
6.4	Ressourcen des Selbst und die Struktur von Symptomen.....	78
	Literatur.....	80
	Kapitel 7 Funktionaler Kontextualismus und zielgerichtetes Verhalten	83
	Literatur.....	88
	Kapitel 8 Kybernetik und Verhaltensregelkreise	91
8.1	Experiment zur Veranschaulichung eines Regelkreises.....	98
	Literatur.....	101
	Kapitel 9 Funktionelle Symptomanalyse	103
	Literatur.....	111
	Kapitel 10 Neue Morbidität und Zeitgeist	113
10.1	Neue Morbidität und Prävalenz von psychologischen Symptomen....	113
10.2	Prävalenz-Anstieg der Risikoverhaltensweisen?.....	115
10.3	Emotionaler Dialog und Bezugspersonen: Die Familie.....	119
10.4	Bildung und Schule.....	122
10.5	Zeitgeist: Die sieben Plagen.....	124
10.6	Bedrohter emotionaler Dialog.....	127
10.7	Helfersysteme und Psychotherapie.....	129
	Literatur.....	131
	Kapitel 11 Botschaften zum Mitnehmen	135
	Literatur	137

Kapitel 1

Adoleszenz



Die Adoleszenz markiert den wichtigen Übergang von der Kindheit zum Erwachsenenalter. Die sekundären Geschlechtsmerkmale bestimmen das Aussehen und den Habitus der Erwachsenen auf der Grundlage von Sexualhormonen. Aufgrund der neuro-endokrinen Einflüsse beginnen verschiedene Entwicklungsprozesse der Gehirnschaltkreise, die zu einer Differenzierung der neuronalen Netzwerke durch Pruning-Prozesse führen. Diese Veränderungen des Gehirns und die Anpassungserfordernisse des Teenager- und Twen-Alters prägen die Psyche der Jugendlichen während der Transition ins Erwachsenenalter.

Jeder Erwachsene erinnert sich noch an diese Jahre der widersprüchlichen Gefühle, der Unzufriedenheiten, der Unsicherheiten des Körperbildes, des Wunsches nach Freiheit, Jahre der Hoffnungen und Leidenschaften und an die Gefühle der Angst vor der Endlichkeit des Lebens, an die Versuche, anders zu leben als die Eltern. Das Auf und Ab der Gefühle und die Schwankungen des Selbstbewusstseins müssen wahrgenommen werden. Schlechte Laune und Ungeduld wecken die Angst, etwas Wichtiges zu verpassen, oder die Sorge, den Anforderungen der Erwachsenenwelt nicht zu genügen. Der Leitgedanke einer zukünftigen Veränderung zum Guten stabilisiert die Stimmungsschwankungen.

Fünf von sechs Heranwachsenden meistern den Übergang zum Erwachsenenalter in ihrem sozialen Umfeld zufriedenstellend. Viele psychiatrische Störungen des Erwachsenenalters haben jedoch ihre Wurzeln in diesem Altersabschnitt – bereits im Alter von 14 Jahren haben sich bis zu 50 % der psychiatrischen Erkrankungen in zumindest subklinischen Symptomen manifestiert [1]. In Europa sind bis zu 60 % der jungen Menschen zumindest vorübergehend verhaltensauffällig, 12,5 % benötigen eine anschließende psychiatrische Betreuung [2]. Weltweit scheinen 13,4 % der Kinder und Jugendlichen von einer psychiatrischen Störung betroffen zu sein [3]. Obwohl so viele Jugendliche (mehr als 80 %) die Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz erfüllen, stellt die Suche nach einer neuen Orientierung innerhalb der

bio-psycho-sozialen Anforderungen dieser Entwicklungsperiode eine Herausforderung für die Anpassungsfähigkeit des jugendlichen Subjekts dar.

1.1 Das adoleszente Gehirn

Zu Beginn sollten grundlegende Definitionen vorgenommen werden. Unter dem Begriff der *Pubertät* werden die körperlichen Veränderungen durch hormonelle Steuerung zusammengefasst. Diese körperlichen Veränderungen stehen im Zusammenhang mit dem Körperwachstum, der Geschlechtsreife, der Differenzierung der Geschlechtsorgane und dem Auftreten der sekundären Geschlechtsmerkmale. Die Reifungsschritte sind mit bedeutenden strukturellen und funktionellen Veränderungen des Gehirns verbunden. Zwischen der Hormonproduktion und der Gehirnentwicklung gibt es Wechselwirkungen: Die Gonadenhormone sind neuroaktive Substanzen. Sie beeinflussen sensorische Prozesse und die Aktivität des autonomen Nervensystems [4]. Die Rezeptordichte für Keimdrüsen- und Nebennierenhormone (z. B. Cortisol) ist besonders hoch in den Hirnregionen, die für die Übertragung und Interpretation von Sinnesinformationen zuständig sind und das emotionale Erleben auslösen. Dies sind die Strukturen Hypothalamus, Amygdala, Septum und Hippocampus [4].

Während die körperliche Entwicklung der Pubertät bei Mädchen in der Regel im Alter von 11 Jahren beginnt, setzt sie bei Jungen eineinhalb bis zwei Jahre später ein. Die Reifung der Gehirnstrukturen findet in verschiedenen Regionen zu unterschiedlichen Zeiten statt. Der präfrontale Kortex – den wir als Träger der höheren kognitiven Funktionen und der Persönlichkeitsleistungen ansehen – reift deutlich später als die Hirnareale, die sensorische, motorische oder emotionale Regulationsleistungen steuern [5]. Aus funktioneller Sicht ermöglicht die anatomische Umstrukturierung des Gehirns eine Weiterentwicklung der kognitiven Prozesse, die das Denken, die Selbstkontrolle und das Handeln steuern und eine flexiblere Anpassung an die komplexen Herausforderungen der natürlichen und sozialen Umwelt ermöglichen. Aus neurobiologischer Sicht kann die erhöhte Risikobereitschaft und mangelnde Selbstkontrolle von Jugendlichen und jungen Erwachsenen auf eine differentielle Reorganisation des jugendlichen Gehirns zurückgeführt werden: Die Hypothese ist, dass sich die subkortikalen Bereiche – wie das limbische System und das Belohnungssystem – früher entwickeln und reifen als die präfrontalen, [6]. Dieses Ungleichgewicht in der Reifung verschiedener Hirnregionen könnte also das zerebrale Substrat für eine erhöhte Impulsivität und Risikobereitschaft bei Jugendlichen bilden [7]. Das Erklärungsmodell unterschiedlicher Hirnreifungsprozesse bildete in den letzten zehn Jahren den vorherrschenden Rahmen, um die Mechanismen zu konzeptualisieren, die den jugendlichen Risikoverhaltensweisen zugrunde liegen könnten [8].

Die Entwicklung des Gehirns, die auf einer gesteuerten Reifung beruht, findet jedoch nicht im leeren Raum statt. Umwelteinflüsse haben eine modifizierende Wirkung. Intensive und außergewöhnliche Erfahrungen, aber auch Medikamentenwirkungen und Ernährungsfaktoren wirken sich gezielt auf die funktionelle Organisation des Gehirns aus. Es gibt eine „neuronalen Plastizität“, die ein strukturelles Gedächtnis für die Umwelt bildet. Neuronale Landkarten der Umwelt werden in Gehirnstrukturen abgebildet. Psychische Traumata haben in diesem Zusammen-

hang einen starken Einfluss auf die funktionelle Organisation und die Reifungsprozesse des Gehirns. Misshandlungen in der Kindheit werden mit anhaltenden Auswirkungen auf die Gehirnentwicklung in der Adoleszenz in Verbindung gebracht [9].

Es gibt Hinweise darauf, dass die Schlafdauer das Risikoverhalten durch ihre Wirkung auf das Gehirn beeinflussen kann [10]. Es wurde berichtet, dass vorübergehende Störungen im rechten dorsolateralen präfrontalen Kortex bei jungen Erwachsenen zu einer erhöhten Risikobereitschaft führen, weil riskante Entscheidungen nicht noch einmal überprüft werden können, während eine erhöhte kortikale Erregbarkeit in diesem Bereich die Risikobereitschaft zu verringern scheint [11]. Nach einem Schlafverlust wurden ähnliche Veränderungen der Funktion des präfrontalen Kortex beobachtet. Darüber hinaus wiesen Jugendliche, die weniger Schlaf bekamen, in Erwartung einer Belohnung eine geringere Reaktivität belohnungsbezogener Hirnregionen wie dem Caudat des ventralen Striatums auf. Infolgedessen suchen Heranwachsende möglicherweise nach aufregenderen oder riskanteren Belohnungen, um eine Befriedigung daraus zu gewinnen [10]. Der Lebensstil beeinflusst die Entwicklung des Gehirns, indem er die Gehirnfunktionen mitprägt.

Die Adoleszenz umfasst die Reifungsprozesse der Pubertät und integriert sie in die psychosozialen Entwicklungsphasen auf dem Weg zum Erwachsensein. Sie umfasst daher einen Zeitraum von mehr als 10 Jahren. Sie ist durch eine Reihe von Veränderungen gekennzeichnet. Die Adoleszenz ist eine sehr kultursensible Phase.

1.2 Adoleszenz und beginnendes Erwachsensein

Die Entwicklung des Gehirns geht mit einer funktionellen Entwicklung der kognitiven und emotionalen Bereiche einher, einschließlich einer Zunahme des Arbeitsgedächtnisses und der Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit. Das Denken erreicht die abstrakten Ebenen der Problemdefinition und der schrittweisen Problemlösung.

Die Kenntnisse und Fähigkeiten in verschiedenen Bereichen der Realität, insbesondere im Bereich der sozialen Kognition, nehmen zu. Die Themen Emotionsregulierung und Selbstkontrolle werden später in Kap. 3 behandelt.

In einer zunehmend komplexen, globalisierten Welt stehen junge Menschen vor Herausforderungen, die sowohl den öffentlichen als auch den privaten Bereich betreffen. In den meisten westlichen Ländern beispielsweise sollen junge Menschen ein möglichst hohes Bildungsniveau erreichen, um auf dem immer stärker umkämpften Arbeitsmarkt bestmögliche Chancen zu haben. Junge Menschen, die aufgrund psychischer Probleme im Bereich der allgemeinen und beruflichen Bildung scheitern, geraten dadurch unter zusätzlichen Druck: Sie gefährden durch ihre psychische Krise ihre berufliche und persönliche Zukunft [12].

Zudem ist der Alltag so stark von den neuen Medien geprägt, dass Kinder regelrecht von Musikstreams, Videos, Fernsehen, Smartphones, Computern und verschiedenen Internetangeboten umgeben sind [13]. Auf der einen Seite haben Jugendliche einen sehr offenen Zugang zu Informationen, sie erschliessen kommunikative Räume und eröffnen kreative Möglichkeiten, auf der anderen Seite kann

es schwierig sein, in dieser Fülle von Angeboten die richtige Wahl zu treffen. Es ist schwierig, sich nicht von Fake News ablenken zu lassen, sich nicht in Spielen und Selbstdarstellungen im Internet zu verzetteln [12]. Während die Erwachsenen- generation ihre eigenen Erfahrungen bei der Nutzung von Medien wie Fernsehen, Radio, Zeitschriften oder Büchern einbringen kann, haben die neuen Medien wie Computer, Internet und Handy ein Nutzungspotenzial geschaffen, das mit seinen interaktiven Strukturen das Aufwachsen der Jugendlichen in spezifisch anderer Weise prägt als die Elterngeneration [13]. Denn die neuen Medien sind zu einem festen Bestandteil des Alltags von Jugendlichen geworden, und die erhöhte Interaktivität ermöglicht es grundsätzlich, das soziale Handeln im Netz neu zu organisieren [13]. Auch wenn die Bedeutung virtueller sozialer Netzwerke und der Langzeitpräsenz von Mobiltelefonen für den psychischen Entwicklungsprozess noch nicht vollständig erkannt werden kann, müssen wir uns sicherlich von älteren Theorien der Persönlichkeitsentwicklung vor den neuen Medien verabschieden bzw. diese Theorien, die vor allem auf direktem zwischenmenschlichen Kontakt basieren, überarbeiten. Auch die Beziehungen zwischen Gleichaltrigen können sich im Kontext der sozialen Medien verändern und neue Möglichkeiten der Freundschaft und des Beziehungspflegeverhaltens bieten. Allerdings häufen sich die Hinweise darauf, dass in den sozialen Medien ein Verhalten auftritt, das eine intensive Suche nach Bestätigung und Feedback repräsentiert und negative Folgen für Jugendliche haben kann, die zu riskantem Verhalten führen [14].

Medien haben Auswirkungen auf Entwicklungsaufgaben wie Identitätsentwicklung, Autonomieansprüche und Ablösung vom Elternhaus. Da Heranwachsende ihren Eltern im Umgang mit den sogenannten neuen Medien oft überlegen sind, können sie sich in virtuellen Umgebungen bewegen, Unbekanntem begegnen, Chancen und riskante Praktiken kennenlernen, neue Beziehungen ausprobieren und eine neue Form der Ablösung von den Eltern trotz gelebter Nähe beginnen [13].

Wir schließen daraus: Mit den neuen Medien ist ein großes Potenzial für die Persönlichkeitsentwicklung entstanden, das mit seinen interaktiven Strukturen das Leben der Heranwachsenden ganz anders prägt, als es die Eltern- generation aus ihrer eigenen Jugend kennt. Neue Formen interaktiver Probleme manifestieren sich auch in Form von Cybermobbing und Suizidforen, in denen Jugendliche negativ beeinflusst werden können. Welche Auswirkungen dies in Zukunft auf die Persönlichkeitsentwicklung haben wird, können wir heute noch gar nicht sagen. Klar ist aber, dass die schlichte Ablehnung bzw. das Verbot von Social Media junge Menschen in ihrer Entwicklung eher hemmt als fördert! Wer vor „digitaler Demenz“ [15] warnt, übersieht, dass Emanzipation heute nur durch die Einbeziehung der Medienwelten möglich ist [16]!

Entwicklungspsychologen wie Arnett [17] und Seiffge-Krenke [18] schlagen daher den Begriff „Emerging Adulthood“ vor, der eine verlängerte Adoleszenz definiert, die durch die zeitliche Ausdehnung und Komplizierung des Übergangs vom jugendlichen Lebensstil zu einer verantwortungsvollen Erwachsenenposition gekennzeichnet ist [19]. Neue Formen des Zusammenlebens zwischen den Generationen, die Erweiterung des Spektrums sozialer Rollen und die zunehmende Komplexität der Bildungswege in einer Welt der neuen Informationstechnologien werden dafür verantwortlich gemacht [18]. Während Arnett [17] noch von „fun and exploration“ sprach, macht Seiffge-Krenke [18] deutlich, dass die ruminative Suche nach

der eigenen sozialen Rolle und Wirkung auch sehr schmerzhaft sein kann und psychische Probleme mit sich bringt.

1.3 Entwicklung und Entwicklungsaufgaben

Entwicklung bedeutet Differenzierung. Das Entwicklungskonzept, das den Überlegungen zu „Risikoverhalten und Selbstregulation“ zugrunde liegt, basiert auf einem interaktionistischen Entwicklungsmodell [20]. Dieses Modell verbindet ein aktives, selbstmotiviertes Subjekt mit einer ebenso aktiven und einflussreichen Umwelt. Physische Bedingungen, Kulturtechniken, Rituale, Objekte und Bezugspersonen dienen als Entwicklungsanreize oder Herausforderungen, mit denen sich das Individuum auseinandersetzen muss [21]. Dem Individuum wird eine ebenso aktive Rolle bei der Gestaltung der Umwelt zugeschrieben, wie das Individuum von dieser beeinflusst und geformt wird [22].

Das Konzept der Entwicklungsaufgaben von Havighurst [23] teilt mit anderen Entwicklungskonzepten – wie den Entwicklungslinien von Anna Freud [24] – die Ideen der normativen Entwicklung, der Kontinuität und der Sequenzierung. Einzigartig ist jedoch die Betonung der aktiven Leistung des Individuums in der Entwicklung. Durch das Lösen altersspezifischer Entwicklungsaufgaben kann die eigene Entwicklung vorangetrieben und gefördert werden. Im Mittelpunkt steht die Eigenaktivität. Die Bewältigung des Anpassungsbedarfs zeigt sich in unterschiedlichen Formen, nämlich einerseits in einer erfolgreichen Weiterentwicklung oder andererseits in einem Entwicklungsstillstand oder Rückschritt. Zur Lösung altersspezifischer Entwicklungsaufgaben müssen Anforderungen aus drei Bereichen (körperliche Voraussetzungen, soziale Normen und individuelle Fähigkeiten) integriert werden. Der Ansatz von Havighurst basiert auf einer Gliederung der menschlichen Biographie in sechs Abschnitte:

- Frühe Kindheit von der Geburt bis 5–6 Jahre.
- Mittleres Kindesalter von 5–6 Jahren bis 12–13 Jahren.
- Adoleszenz von 12–13 Jahren bis 18 Jahren.
- Frühes Erwachsenenalter von 18 bis 35 Jahren.
- Mittleres Erwachsenenalter von 35 bis 60 Jahren.
- Späte Reife 60 Jahre und älter.

Für jede dieser sechs Entwicklungsphasen hat er mehrere altersspezifische Entwicklungsaufgaben definiert, die über den gesamten Lebenszyklus hinweg miteinander vernetzt sind. Die Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz umfassen mindestens:

- Die Neukonzeptualisierung des Selbst,
- die Entwicklung eines ausgereiften Körperbildes,
- die Ablösung von den Eltern,
- die Entwicklung von reifen Beziehungen zu engen Freunden, und
- der Beginn einer Liebes-Beziehung.

Diese basieren auf den erfolgreichen Entwicklungsaufgaben der späten Kindheit (z. B. Erlernen körperlicher Fähigkeiten, Aufbau einer positiven Einstellung zu sich selbst als heranwachsendem Organismus, Erarbeiten einer angemessenen Geschlechter- (oder Transgender-) Rolle, Erreichen persönlicher Unabhängigkeit).

Die Realisierung der Bewältigung der Entwicklungsaufgaben stellt wiederum die Voraussetzung für die Einleitung der phasenspezifischen Entwicklungsaufgaben der nächsten Altersstufe dar.

In Havighursts Konzeption wird der normative Anspruch der Gesellschaft an die Entwicklung viel deutlicher hervorgehoben als in anderen Entwicklungskonzepten: Viele Entwicklungsaufgaben beinhalten normative Erwartungen wie Schuleintritt, Übergang in eine weiterführende Schule, Schulabschluss usw. Auch die Sequenzierung von Entwicklungsaufgaben wird explizit operationalisiert. Entwicklungsaufgaben, insbesondere im Kindes- und Jugendalter, sind gut erforscht [25]. Entwicklungsaufgaben sind auch dem Zeitgeist unterworfen und können sich mit der historischen Entwicklung verändern. Sie sind nicht einfach von der Natur vorgegeben, sondern sozial gestaltet. Entwicklungsaufgaben können kulturell unterschiedlich sein und in verschiedenen Kulturen unterschiedliche Schwerpunkte bilden. Neue Definitionen von Entwicklungsaufgaben im Kontext der neuen Medien stehen noch aus.

1.4 Das Problem der Identität

Wer bin ich – das ist die zentrale Frage des Menschen. Sie ist ein Ausdruck der Selbsterkenntnis. Mit dem Alter der Pubertät und der Adoleszenz tritt das Kind in eine Entwicklungsphase mit erweiterten Möglichkeiten der Selbstreflexion ein. Spiegelt die eigene Mentalisierung die Realität wider? Bildet sie eine Realität ab, die auch außerhalb des Erkenntnisprozesses existiert, oder ist die eigene Welterfahrung nur eine Illusion, ein inneres Konstrukt, eine Illusion, die mit dem Verschwinden des Denkers auch wieder verschwindet? Diese philosophischen Probleme beschäftigen nicht nur die akademischen Institutionen seit Jahrhunderten, sondern jeden jungen Menschen, der versucht, sich der Außenwelt und seinem eigenen Ich zu nähern.

Identität kennzeichnet die Korrespondenz zwischen dem Subjekt mit sich selbst in der Selbstbetrachtung. Ich bin Ich. Der Mensch erlebt sein Fühlen und Handeln in einem selbstreflexiven Prozess als Einheit. Identität ist somit ein Akt der Selbstverortung des Individuums in verschiedenen Perspektiven: Die unmittelbare Erfahrung des Sich-Erlebens im eigenen Handeln wird mit den Selbstbeobachtungen und Selbstbetrachtungen in Einklang gebracht. Historisch gesehen gehen wir davon aus, dass der Begriff der Identität – so wie wir ihn heute verstehen – viel mit dem Aufkommen der europäischen Aufklärung zu tun hat. Die Aufklärung, die den konkreten Menschen mit „der Vernunft“ verbindet, hat mit dem Problem zu kämpfen, dass wir in jedem Menschen emotionale Abgründe vorfinden, die nur mit größter Anstrengung in den Einflussbereich der Vernunft gebracht werden können, so dass der Vernunftmensch in ständiger Sorge um den drohenden Selbstverlust leben muss [26].

Die Einheit der Person ist schwieriger zu erreichen, als uns die Aufklärung versprochen haben mag. Wir sind nicht durch ein inneres Herrschaftsverhältnis zusam-

mengehalten, wir sind keine Einheit durch Autorität, sondern müssen durch eine innere Dialektik ein Gleichgewicht zwischen verschiedenen Polaritäten erreichen [19].

Die Identität des Menschen speist sich aus zwei Hauptquellen [27]. Die erste Quelle ist die reflexive Erfahrung der Identität: Identität ist eine Selbstwahrnehmung als einzigartig und unverwechselbar von außen sowie eine innere Übereinstimmung zwischen der Icherfahrung (Erst-Personen-Perspektive) – und der Selbsterfahrung durch Betrachtung von aussen (Dritte-Person-Perspektive). Das Ich als selbstbewusster Akteur wird mit dem Selbst als Objekt der Selbstbetrachtung zusammengebracht. Die mannigfaltigen Ströme der Person werden zu einem unteilbaren und unverwechselbaren Ganzen. Die reflexive Identität ist von Scharfetter [28] aus psychopathologischer Sicht in ihren Komponenten beschrieben worden. Im Bereich der Säuglingsforschung konnten diese Dimensionen aus entwicklungspsychologischer Sicht bestätigt werden [29, 30]. Die reflexive Identität basiert auf Grunderfahrungen der eigenen „Vitalität“ (dem Gefühl, lebendig zu sein) und der eigenen „Aktivität“, wobei die Referenzkopie des eigenen Handelns die Grundlage der Selbstsicherheit ist [31]. Die „Konsistenz“ ist ein Gefühl der inneren Homogenität über verschiedene emotionale Zustände hinweg und die „Kohärenz“, ein Grundgefühl der Kontinuität des Selbstseins über verschiedene Entwicklungsstufen hinweg. Die reflexive Identität schließlich ist gekennzeichnet durch eine grundlegende Erfahrung der „Abgrenzung“ von innen und außen, von sich selbst und anderen. Wenn die Abgrenzung verloren geht, entsteht die Angst vor einer gefährlichen Verschmelzung.

Neben dieser reflexiven Erfahrung von Identität gibt es einen zweiten Mechanismus der Identitätskonstruktion – die Identifikation. Die Identifikation von Subjekten mit Personen oder einzelnen Merkmalen von Personen, mit Idolen oder Idealen, wird dem eigenen Selbst zugeordnet und kommt diesem zugute. Wir können uns auch mit (sozialen) Rollen und Aufgaben identifizieren, die dann als selbstbestimmende Ziele der Person erscheinen. Ein wichtiger Aspekt der Identifikation ist das Konzept der Zugehörigkeit zu bestimmten Gruppen oder politischen Parteien, Religionsgemeinschaften oder ethnischen Gruppen, die unsere Teilhabe durch Anerkennung und Akzeptanz definieren. Die Zugehörigkeit zu einer bestätigenden Gemeinschaft stärkt das Gefühl der Identität. Von den anderen Mitgliedern der Gemeinschaft anerkannt zu werden, spielt dabei eine grundlegende Rolle [27].

Bei Heranwachsenden können Identifikationsprozesse nicht nur durch Zugehörigkeiten und soziale Rollen wirksam werden, sondern auch durch die eigene schöpferische Tätigkeit – die Bildung von Objekten –, wofür ein Konzept der „expressiven Identität“ [32] steht. In einem kreativen Prozess können Objekte hergestellt werden, mit denen man sich identifizieren kann, Objekte, die Beziehungen zu anderen herstellen und anderen Menschen als Ersatz für das eigene Ich präsentiert werden können. Auf diese Weise können Heranwachsende in sozialen Rollen ihre eigenen Fähigkeiten, Talente und Interessen durch Aktivitäten in Werken (Gemälden, Gedichten, Performances, technischen Objekten) ausdrücken und gleichzeitig durch den Prozess der Identifikation Selbstsicherheit in der Interaktion mit anderen gewinnen [12].

Zwischen der reflexiven Identität und der Identifikations-Identität besteht ein dialektisches Verhältnis, und dieser Gegensatz zwischen Abgrenzung und Teilhabe offenbart ein wesentliches Grundproblem des Identitätsbegriffs: Einer reflexiven Identitätserfahrung, die durch Selbstbezogenheit und Abgrenzung von anderen definiert ist, steht eine Identifikations-Identität gegenüber, die auf Zugehörigkeit, Ge-

meinschaft und Öffnung gegenüber anderen, die einen erkennen und anerkennen, ausgerichtet ist [12]. In solchen Gruppen, die sich stark über Zugehörigkeit definieren, gibt es jedoch eine unwiderlegbare Tendenz, sich von anderen außerhalb der Gruppe abzugrenzen, was wiederum eine Ausgrenzung von „Fremden“ zusätzlich zu – und als Schattenseite – der Erfahrung von Zugehörigkeit bedeutet. Bei dieser Suche nach Bestätigung in Gruppen kann die Gefahr der Versuchung und Verführung bestehen, wenn sich der Bedürftige auf der Suche nach Zugehörigkeit radikalen, politischen oder religiösen Gruppen anschließt. Jugendliche können zu Aggression, Drogenkonsum oder kriminellen Aktivitäten verführt werden, nur um dazuzugehören. Andererseits wird die selbstreflexive Identität, wenn es gelingt, die innere Vielfalt zu erhalten und ein polyvalentes Selbst zu schaffen, zu einem wichtigen Element der Toleranz [19].

Betrachtet man die ontogenetische Geschichte der menschlichen Entwicklung vom Säuglings- bis zum Erwachsenenalter, so beruhen beide Prozesse der Identitätsbildung auf einer grundlegenden, interaktiven Umweltresonanz. Denn der Mentalisierungsprozess, die Fähigkeit, Umweltbedingungen zu reflektieren, die „innere Welt“ der Heranwachsenden, wurzelt gemeinsam im Dialog des Kindes mit seinen wichtigen Bezugspersonen [33]. Die Entwicklung von Kognitionen und Reflexionen erfolgt auf dem Weg von der äußeren Interaktionswelt zu einem inneren mentalen Raum, in dem Selbstreflexion möglich ist [21, 34].

Da die Identitätsentwicklung in der Kindheit beginnt und sich als emotionaler Dialog bis ins Erwachsenenalter fortsetzt [27] – d. h. die Identitätsentwicklung bleibt ein lebenslanger Prozess – werden die Entwicklungschancen in sich verändernden Umwelten entscheidend von diesen Umweltbedingungen abhängen. Die Identitätsentwicklung erscheint uns nicht als ein Prozess, der genetisch aus dem menschlichen Bauplan folgt, sondern eine prekäre Neudefinition durch die Umweltsituation erfordert.

Die Identität als Ganzes kann immer nur eine momentane, emotionale Integration verschiedener Identitätsaspekte sein, die der Person unter dem Ziel des Handelns innerlich zur Verfügung steht. „Ich kann als einer handeln, obwohl ich aus vielen bestehe“. Wir können nur Teile von uns selbst intellektuell erfassen. Wenn wir also handeln, leben wir in einer „Illusion der Einheit“, einer emotional vermittelten Vorstellung, die uns handlungsfähig macht [19]. Die Identität muss immer wieder aktiv neu hergestellt werden. Sie ist keine dauerhafte Erkenntnis, die man sich einfach merken kann und die dadurch wirksam bleibt.

Geborgen, geliebt und anerkannt in ihren elterlichen Beziehungen, entwickeln Heranwachsende eine gute innere Reflektiertheit, eine stabile Selbsterkenntnis, die – über das junge Erwachsenenalter hinaus – die Vielfalt und Unsicherheiten in der Selbstbestätigung zulässt und toleriert. Diese Jugendlichen, die über eine sichere Bindung und einen „ausreichenden“ emotionalen Dialog mit ihren Bezugspersonen verfügen, haben ein starkes und sicheres polyvalentes Selbstverständnis, das auf einer stabilen emotionalen Regulierung beruht. Diese Jugendlichen erleben sich selbst als Individuen in verschiedenen sozialen Rollen, einschließlich Misserfolgen oder Nicht-Anerkennung. Sie haben eine innere emotionale Stabilität erreicht, die einen stabilen Prozess der Selbstreflexion der Identität ermöglicht [12].

Wenn Jugendliche jedoch mit einem unterbrochenen emotionalen Dialog mit wichtigen Bezugspersonen zurechtkommen müssen, wenn sie traumatisiert sind – z. B. wenn sie sexuellem Missbrauch oder Gewalt ausgesetzt waren, wenn sie abgelehnt, abgewertet, respektlos behandelt und gedemütigt wurden oder wenn sie unberechenbare psychisch kranke Eltern hatten, deren Anforderungen unerträglich waren –, dann entwickelt sich der sichere innere mentale Raum nicht [27]. Selbstreflexion, Identität und Selbstwert bleiben prekär. Solche Jugendliche sind in hohem Maße auf die Identitätsstiftung durch Anerkennung und Gruppenzugehörigkeit angewiesen. Sie brauchen die Anerkennung und Bestätigung so sehr, dass sie in Versuchung geraten, Gruppenziele wie Gewalt oder Fanatismus kritiklos zu übernehmen, und sie riskieren alles, nur um dazuzugehören. Erziehung, Bindung und emotionaler Dialog sind daher die sozialen Schlüssel für reife, demokratiefähige Jugendliche, im Gegensatz zu fanatischen Mitläufern und Untertanen [35].

Die Frage der sozialen Identität wurde von Erikson in seinem Entwicklungsentwurf „Identität und Lebenszyklus“ [36] mit großer Sensibilität aufgegriffen. Die Jugendlichen müssen nicht nur ein Gefühl dafür entwickeln, wer sie sind, sondern auch dafür, wie sie in Zukunft sein werden. Dazu gehört die Entwicklung von persönlichen Zielen, Werten und dem Willen, Verantwortung zu übernehmen. Auf der Grundlage von Eriksons Ideen arbeiten inzwischen mehrere Forschungsgruppen an einer empirischen Untersuchung von Identitätskonzepten aus entwicklungspsychologischer Sicht (Überblick bei [18]). Es gibt eine kanadische Arbeitsgruppe [37], eine belgische [38] und eine norwegische [39], die das Identitätskonzept erforschen. In Deutschland beschäftigt sich die Arbeitsgruppe von Seiffge-Krenke [40] ebenfalls mit empirischer Identitätsforschung, in der Schweiz ist es die Arbeitsgruppe um Klaus Schmeck [41].

Das Identitätsmodell ist in Anlehnung an die Ansätze von Marcia [37] in zwei Dimensionen unterteilt, und es wird davon ausgegangen, dass sich die Identität aus der Bewährung in sozialen Rollen in den drei Bereichen *Arbeit*, *persönliche Beziehungen* und *Werte* ergibt. Die beiden Dimensionen sind *Exploration* und *Commitment*. Exploration ist die Suche, die Überprüfung und das Ausprobieren verschiedener sozialer Rollen in verschiedenen Lebensbereichen, während Commitment soziale Verantwortungsübernahme beinhaltet. Es geht um soziale Rollen, die mit Karriere, Lebensunterhalt, Partnerwahl, romantischen Beziehungen, Partnerschaft und allgemeinen Aspekten von Sinn und Wert, d. h. ethischem Bewusstsein, zusammenhängen. Der Erkundung solcher sozialer Rollen folgt schließlich unter normalen Bedingungen das Engagement in diesen. Marcia [37] war der erste, der in den 1990er-Jahren empirische Studien zur Identität durchführte.

Marcia beschrieb vier verschiedene Identitätskonstellationen. Normalerweise ist die sogenannte „erworbene Identität“ zu erwarten: nach ausreichender Exploration wird eine verbindliche Rollenverpflichtung greifbar. Die so genannte „übernommene Identität“ erfolgt schließlich bei sozial vorgegebenen Rollen (z. B. als Hoferbe oder einem Talent entsprechend) ohne ausreichende Suche nach Alternativen durch eine zu frühe Entscheidung zur Rollenübernahme. Ein drittes Phänomen ist das „Muratorium“, bei dem sich das Individuum in wiederholten Explorationszyklen nicht ausreichend auf eine bestimmte soziale Rollenübernahme festlegen kann.