

*Peter Conzen*

## Das Jugendalter in Zeiten der Postmoderne

Nach wie vor ein erlebnisintensiver und krisenhafter Lebensabschnitt

### Zusammenfassung

Seit jeher galt das Jugendalter als besonders erlebnisintensiver wie krisenhafter Abschnitt im Leben des Menschen. Die digitalisierte und globalisierte Welt scheint neue Lebens- und Beziehungsformen, neue Persönlichkeitstypen hervorzubringen. Keine Entwicklungsphase ist davon derzeit so stark betroffen wie die Adoleszenz. Dieser Artikel will herausarbeiten, wie junge Menschen sich in veränderter Form mit den typischen Aufgaben und Herausforderungen der Adoleszenz auseinandersetzen. Welche neuen Möglichkeiten und Chancen eröffnen sich dabei? Mit welcher teilweise neuen Krisen und Pathologien sind wir konfrontiert, die uns in unserer beraterischen und therapeutischen Arbeit herausfordern?

### 1. Adoleszenz in postmodernen Welten – neue Chancen, unveränderte Krisen

Das Jugendalter, jene Entwicklungsphase, wo der Mensch sich aus den Abhängigkeiten der Kindheit löst, um ein eigenes Persönlichkeitsprofil, eine Zukunftsperspektive ringt, einen eigenen Freundeskreis aufbaut, wo Themen wie Liebe, Sexualität und Weltanschauung ihre ganze Macht entwickeln, hat seit jeher Dichter, Literaten und Philosophen fasziniert. Diese besondere Phase wurde zum Gegenstand vielfältiger wissenschaftlicher Untersuchungen und wird von vielen Menschen nach wie vor als ein besonders erlebnisintensiver wie mitunter krisenhafter Abschnitt des eigenen Lebens erinnert. Schon „klassische“ Autor\*innen wie Busemann, Piaget oder Kroh, Anna Freud, Blos und Erikson

leisteten wegweisende Beiträge zur Entwicklungsdynamik und Pathologie dieses Lebensabschnitts. Es folgten in jüngerer Zeit wichtige Gesamtüberblicke, beispielsweise von Bohleber (1996), Göppel (2019), Seiffge-Krenke (2012, 2021), Streeck-Fischer (2021) oder Noack, Kracke und Weichold (2024). Stets wird die Adoleszenz als Zeit des Umbruchs, als Übergangsphase charakterisiert, wo der Jugendliche die Identifikationen und Erfahrungen der Kindheit überarbeitet, mit gesellschaftlichen Angeboten und Chancen sowie eigenen Überlegungen und Plänen abstimmt. So spricht Erikson von einer gesellschaftlich zugebilligten Wartezeit der Selbstauseinandersetzung, ein psychosoziales Moratorium, „währenddessen der Mensch durch freies Rollen-Experimentieren sich in irgendeinem der Sektoren der Gesellschaft seinen Platz sucht, eine Nische, die fest umrissen und doch wie einzig für ihn gemacht ist“ (1981a, S. 137).

Kein Lebensabschnitt ist indessen so sehr von den rapiden gesellschaftlichen Veränderungen der letzten Jahrzehnte betroffen wie das Jugendalter. Der „flexible Mensch“ (Sennett 2010), die „Patchwork-Identität“ (Keupp u. a. 1999), das mediale Selbst (Dörre 2022) oder das „unternehmerische Selbst“ (Bröckling 2007) – die digitalisierte und globalisierte Welt scheint ganz neue Lebens- und Beziehungsformen, neue Persönlichkeitstypen hervorzubringen. Noch nie hatte der\*die Einzelne so viele Möglichkeiten, eigenständig zu wählen, wie, mit wem, wofür er leben will, seine Identität bis ins Alter um- und neu zu definieren. Auf keine Altersgruppe prasseln dabei all die Reize und Suggestionen, die Trends, Moden und Lifestyles moderner Welten so ungefiltert ein wie auf heutige Jugendliche. Und keine Altersgruppe kann sich dabei so wenig auf den Beistand klassischer gesellschaftlicher Traditionen und Riten verlassen. Von einer weitgehend abgeschlossenen Persönlichkeitsentwicklung am Ende der Adoleszenz kann heutzutage kaum noch die Rede sein. Wichtige Lebensentscheidungen verlagern sich mittlerweile in der neuen Entwicklungsphase der „emergent adulthood“ (Arnett 2004) oftmals bis weit ins dritte oder gar vierte Lebensjahrzehnt. Vielfach ist die Adoleszenz heute eher ein „Vorwaschgang der Identitätsbildung“ (Seiffge-Krenke 2021). Und auch klassische entwicklungspsychologische Unterscheidungen in frühe, mittlere und späte Adoleszenz scheinen sich derzeit vielfach zu verwischen. Dennoch vollziehen sich zwischen dem 12. und 18. Lebensjahr weiterhin wichtige Entwicklungsprozesse, kristallisiert sich zumindest eine gewisse „Identitätskompetenz“ heraus, wegweisende „Identitätsprojekte“, die sich im jungen Erwachsenenalter weiter konkretisieren.

Viele junge Menschen scheinen heute in der neuen Zeit angekommen, experimentieren unaufgeregt mit unterschiedlichen Chancen und Lebensoptionen, chatten, universal vernetzt, mit der halben Welt, haben es gelernt, mit Vielfalt, kultureller Heterogenität, innerer und äußerer Widersprüchlichkeit umzugehen. Man könnte mit James Marcia (1989) von einer „konstruktiven“, „adaptiven Identitätsdiffusion“ sprechen. Andererseits wächst die Zahl der Menschen, die sich den allgegenwärtigen Forderungen nach Konkurrenz, Beschleunigung und Selbstoptimierung nicht mehr gewachsen fühlen, verschwimmen klassische psychiatrische Krankheitsbilder zunehmend mit Gefühlen von Überforderung, Selbstzweifeln, Scham und Wut (Conzen 2017; Ehrenberg 2004). Gerade bei Jugendlichen macht sich die Identitätskrise heute in veränderten, teilweise neuen Krankheitsbildern bemerkbar, Essstörungen, die stark ansteigende Nutzung problematischer sozialer Medien, Unsicherheiten der Geschlechtsidentität, Schulabsentismus (vgl. Streeck-Fischer 2021; Witte et al. 2023). Hier klärend und unterstützend zur Seite zu stehen, eine ermutigende, entwicklungsfördernde Haltung zu wahren, Jugendliche nicht zu rasch mit abstempelnden Diagnosen zu belegen, wird heute zu einer wachsenden Herausforderung für Beratung und Psychotherapie.

## **2. Die Adoleszenz – Übergangsraum von abhängiger Kindheit in selbstbestimmtes Erwachsenenleben**

Wenngleich die Lebensformen der Adoleszenz in manchen Teilen der Welt noch nie so schillernd und vielfältig waren, Selbsterleben und Kontaktverhalten sich enorm verändert haben, gilt das Jugendalter nach wie vor als großer Übergangsraum von abhängiger Kindheit in das selbstbestimmte Erwachsenenleben. Hier von vorneherein von einer „normativen Identitätskrise“ (Erikson 1981a, b) zu sprechen, kann leicht den Charakter einer self-fulfilling-prophecy annehmen. Vielfach verlaufen Jugendliche Entwicklungen heute durchaus unauffällig, kann der Übergang ins Erwachsenenleben stolz machen, wird der neue Lebensabschnitt als Kette von Herausforderungen und beglückenden Erfahrungen positiv erlebt. Andererseits gilt die Adoleszenz nach wie vor als Zeit der Krise. Es kann zu Regressionen, Stimmungsschwankungen, Extremreaktionen und Phasen tiefsten Welt Schmerzes kommen, die sich im Ernstfall bis in pathologische oder deviante Entwicklungen zuspitzen.

Nach wie vor bewahrheitet sich die grundlegende Einsicht der Psychoanalyse, wie prägend die Kindheitsphasen für die weitere Persönlichkeitsentwicklung sind. Die Identifikationen mit Eltern, Geschwistern und frühen Bezugspersonen, die Erfahrungen des Kindheitsmilieus, des Hineinwachsens in Familie, Heimat und Region, sind gleichsam das „Material“ (Erikson 1981a), aus dem der\*die Jugendliche allmählich ein eigenes Persönlichkeitsprofil, einen Zukunftsentwurf für das Leben im Erwachsenenalter formt. Je sicherer und vertrauter die frühe Umgebung, je mehr eine liebevolle Erziehung ein ausreichendes Maß an Urvertrauen, Autonomie und Selbstsicherheit weckt, desto optimistischer und offensiver wird der Lebensabschnitt der Adoleszenz angegangen. Mangelnde, inkonsistente, widersprüchliche oder negative Identifikationen, ein Klima der Unsicherheit und Ablehnung, familiäre Zerwürfnisse, Traumata sind hingegen eine schwere Hypothek. Das Selbstbild droht inkonsistent und diffus zu werden, frühes Urmissstrauen, verletzte Schamgefühle wecken Zweifel an der Sicherheit von Bindungen und der Aufrichtigkeit von Gefühlen.

Sehr entscheidend ist, wie die aktuelle soziale Umwelt des\*der Jugendlichen die Vielfalt an Kindheitserfahrungen auffängt und formt. Gibt es ein vertrauensvolles, ermutigendes Klima in Familie, Schule und Freundeskreis, bereichernde Kontakte, Erfolgserlebnisse, Chancen der Selbstdarstellung und Selbstentfaltung? Durchaus können Enttäuschungen und Unebenheiten der vorausgegangenen Entwicklung durch positive Erfahrungen kompensiert und korrigiert werden. Unvorhergesehene Ereignisse, Schicksalsschläge, Traumata, können freilich auch eine scheinbar gefestigte Persönlichkeitsstruktur labilisieren, in negative Entwicklungspfade führen (vgl. Phillip & Aymanns 2020).

So sehr Adoleszente bisweilen unnahbar oder ablehnend wirken, sie haben nach wie vor ein enormes Bedürfnis, auch von der Erwachsenenwelt erkannt und anerkannt zu werden. Gerade in den Unsicherheiten der Identitätskrise kommt es auf elterliche Stütze und Halt an, auf glaubhafte Vorbilder, Zuverlässigkeit, ehrliche Diskussion und elterliche Rücken- deckung. Egal, ob man sich an konservativen Modellen von Partnerschaft und Familie orientiert oder an neuen Beziehungsformen - neuere Studien zeigen, wie wichtig jungen Menschen inzwischen wieder Werte wie Solidarität, Treue und Zuverlässigkeit geworden sind. Die Demokratisierung der Familie, der Übergang vom, wie Dornes (2012) es nennt, „befehls- zum verhandlungsorientierten Erziehungsstil“ hat sich in mancher Hinsicht auch positiv auf das Verhältnis zwischen Eltern und Jugendlichen ausgewirkt. Gerade

Mütter sind für junge Mädchen nach wie vor bei besonders heiklen Fragen bezüglich Körper und Sexualität eine Stütze. Und das deutlich stärkere Engagement von Vätern in der Erziehung ist nicht nur in der frühkindlichen Entwicklung ein wichtiges triangulierendes Moment. Das Gespräch mit dem Vater, väterlicher Rat stellt vermehrt auch für Heranwachsende eine wichtige Orientierung dar. Belastende Familiengeheimnisse und -mythen, übermäßige, an den eigentlichen Wünschen und Fähigkeiten des\*der Jugendlichen vorbeigehende familiäre Erwartungen und Delegationen, Eltern, die ihre Kinder nicht loslassen können – all dies wirkt hingegen nach wie vor als starke „Identitäts-Bremse“ (Seiffge-Krenke 2021). Gerade für Jugendliche mit Migrationshintergrund kann der Ablösungsprozess schwierig werden, die, oft mehr noch als die Eltern, Werte- und Autoritätskonflikte austarieren, einen eigenen Weg zwischen familiären Traditionen und westlichem Lebensstil finden müssen (vgl. Conzen 2017; Seiffge-Krenke 2021).

Wenn die „bezogene Individuation“ (Stierlin 1982) gelingt, Eltern Heranwachsenden kontinuierlich mehr Freiraum zugestehen, zugleich beide Seiten auch neue Formen des Aufeinander-Bezogen-Seins finden, kann sich dies bereichernd auf das Generationenverhältnis im Erwachsenenalter auswirken. Die junge Generation hat sich abgelöst, geht ihren eigenen Weg, dennoch hat man auf erwachsener Ebene eine neue Beziehung zueinander gefunden, kann sich, beispielsweise bei der Betreuung von Enkelkindern, unterstützen, einen Rat geben, ohne sich hineinzureden.

### **3. Die körperlichen Veränderungen der Pubertät – Stolz versus Identitätsverunsicherung**

Der Hormonschub der Pubertät, das Längenwachstum des Körpers und die einsetzende Geschlechtsreife leitet die Adoleszenz ein. Der erwachende Sexualtrieb geht oftmals mit drängenden Gefühlen und Fantasien einher, ein „Aufstand der Gonaden“ (Fonagy & Luyten 2011), der das bestehende Identitätsgefüge durcheinanderbringt. Das Wachstum der primären und sekundären Geschlechtsmerkmale, die erste Menstruation bzw. Pollution lassen die eigene geschlechtliche Identität konkreter erleben. Dies kann zur Quelle von Stolz und Autonomie werden. Man fühlt sich kraftvoll, attraktiv, sportlich fit, bei den Gleichaltrigen angesehen, den Erwachsenen nahezu ebenbürtig. Rückhalt und Bestäti-

gung sucht man in der Regel zunächst eher in der gleichgeschlechtlichen Gruppe. Mädchen zeigen, in verkappt homoerotischer Nähe zueinander, ein distanziertes Interesse am Thema „Jungen“. Sie scheinen in persönlichem Austausch und wechselseitiger Stützung untereinander eine größere Intimität zu entwickeln als Jungen, die Unsicherheiten eher aggressiv – in markigen Sprüchen, Witzeleien - zu überspielen suchen (vgl. Seiffge-Krenke 2021; Streeck-Fischer 2021).

Tatsächliche oder vermeintliche Mängel des Aussehens, verborgene Ekelgefühle vor körperlich-triebhaften Dingen können Pubertierende verunsichern (vgl. Flaake 2019). Dabei scheint Körperscham bei pubertierenden Mädchen ausgeprägter zu sein. Anorektische oder bulimische Patientinnen akzeptieren das eigene Körperbild, die Sexualität, das Erwachsenwerden nicht, der „Stellvertreterkrieg mit dem Körpergewicht“ (Hirsch 2010, S. 204) demonstriert eine trotziige Pseudoautonomie, die wiederum tiefer liegende Zukunftssängste verdeckt. Ähnliche innere Verhärtungen erleben wir beim - häufiger Jungen betreffenden - Krankheitsbild der Dismorphophobie. Alles an geheimer Scham und Selbstverachtung konzentriert sich auf die Nase, scheinbar das für alle Augen sichtbare Organ eigener Schwäche und Unzulänglichkeit. Einzig die operative Korrektur scheint Ausweg aus der narzisstischen Qual.

Generell kann in dieser Phase innere Unausgeglichenheit zunehmen. Die sichere Bindung an die Kindheitswelt ist infrage gestellt, die eigene soziale Rolle und Position noch unklar. Eltern werden auf einmal peinlich. Es kann zu allen möglichen regressiven Phänomenen kommen. Triebe und Affekte des Es vermögen mitunter unkontrolliert das Ich zu überschwemmen. Dies provoziert verstärkte Schuldgefühle des Über-Ichs, mit ursächlich für Stimmungsschwankungen und abrupte Verhaltensänderungen Pubertierender. Die Auseinandersetzungen mit Eltern, Lehrer\*innen, Geschwistern und Gleichaltrigen können hitzigen Charakter annehmen. Konflikte, Misserfolge, Enttäuschungen rühren an wunde Punkte der Vergangenheit. Schon kleine Missverständnisse und Zurückweisungen werden leicht als ausgesprochen kränkend erlebt. Phasen des Rückzugs, Weltschmerzstimmungen des Sich-Einsam- und Unverstanden-Fühlens oder des wütenden Verfallens in die paranoid-schizoide Position (vgl. Klein 1972) sind in diesem Zeitraum nicht selten. Aus neurophysiologischer Sicht ist dafür auch eine Verzögerung der Hirnentwicklung

mitverantwortlich. Hemmende neokortikale Strukturen in ihrer dämpfenden Funktion gegen triebhafte und affektive Impulse aus dem Stammhirn sind eine Zeitlang noch nicht ausreichend ausgebildet.

Ein häufiges Phänomen der frühen und mittleren Adoleszenz ist das Schwärmen für Musiker\*innen, Film- und Serienstars oder Sportler\*innen, mitunter auch für charismatische Politiker\*innen oder religiöse Vorbilder. Die ausschließlich positiven, bewundernden Affekte, die dem Idol entgegengebracht werden, stehen oft in Widerspruch zu manchen Vorbehalten von Eltern und Erwachsenen. Das Verschmolzen-Sein mit einem „grandiosen Objekt“ (Kohut 1979), auf das der Jugendliche sein Ich-Ideal projiziert, stützt das narzisstische Gleichgewicht, schützt vor Gefühlen von Allein- und Verlassen-Sein. Obendrein lässt sich auch in der Wahl eines Rockstars oder politischen Revolutionärs, der den Eltern ein Graus ist, ein Stück ödipalen Protests austragen. Nicht selten kommt es zur totalen Angleichung an die Kultfigur in Kleidung, Sprache oder Lebensstil. Die mitunter fetischartige Verehrung von Stars und Pop-Ikonen erfährt heute durch das allseitige Verbunden-Sein in den neuen sozialen Medien eine enorme Steigerung. Der Zusammenschluss in Fangemeinden, der Besuch von Konzerten, das gemeinsame Verfolgen von Kult-Serien vermittelt ein Gefühl von Zugehörigkeit und narzisstischer Überhöhung. Mediale Wettbewerbe wie „Deutschland sucht den Superstar“ oder „Germany’s Next Topmodel“ lassen mit den Kandidat\*innen mitfiebern, laden ein zu schwärmerischen Identifikationen. Manches kann in dieser Phase unecht, übertrieben, fragwürdig wirken. Aber in der adoleszenten Suche nach Vor- und Leitbildern vollziehen sich auch erste wichtige Schritte zur Konsolidierung des eigenen Ich-Ideals und der persönlichen Wertewelt, gleichsam ein „Entwicklungsprogramm zum Großwerden“ (Chasseguet-Smirgel 1981).

#### **4. Die Bedeutsamkeit der adoleszenten Peer Group**

Die Anerkennung durch Gleichaltrige wird in der Adoleszenz oft wichtiger als die Stellung in der Familie oder schulischer Erfolg. Zu keinem Zeitpunkt des Lebens ist die Tendenz zu spontanen Gruppenbildungen so ausgeprägt. Nach wie vor gibt es die vertraute Clique in Schule oder Nachbarschaft, ein sicherer sozialer Rückzugs- und Zufluchtsort, ebenso wie feste Mitgliedschaften in Vereinen, Jugendgruppen, technischen und sozialen Hilfsorganisationen. Charakteristisch für das Sozialverhalten heutiger Adoleszenter sind

zunehmend lockere Gruppierungen, unverbindliche Zugehörigkeiten zu Moden und Lifestyles, zu Fangemeinden, Techno-, Sport- oder Musikszene. Die Begegnungen haben Eventcharakter, es geht vor allem um momentane Herstellung und Intensivierung von Wir-Gefühlen. So vielfältig Sozialverhalten und soziale Umfeld geworden sind – die Funktion der Peer Group scheint oftmals immer wieder ähnlich. Sie sind eine Zufluchtsstätte, schützende soziale Nische und zugleich Medium der Identitätsdarstellung und Identitätsdefinition. Man möchte zusammen sein, reden, Erfahrungen miteinander teilen, Solidarität erleben. Die Gemeinschaft stellt einen überschaubaren Rahmen dar, wo man sich dem anderen Geschlecht annähert, erste erotische Erfahrungen macht, sich beim Musikhören oder Tanzen fallenlässt oder bei riskanten Unternehmungen seine Grenzen erprobt. Hier kann man sich anders geben, in Mode, Kleidung und Ansichten seinen Stil erproben und sich von anderen respektiert fühlen.

Nicht selten pflegen Peer Groups eine eigene Gruppenkultur, einen besonderen Stil. Die Zugehörigkeit ist mitunter nicht selbstverständlich. Junge Leute können auffällig klanhaft empfinden und konsequent im Ausschluss anderer. Mitunter genügen geringfügige Nuancen in Kleidung, Gestik und Ansichten als Anzeichen von Gruppenzugehörigkeit oder Nichtzugehörigkeit, mitunter starre Attitüden, die vor Unsicherheit, Scham und Identitätsverwirrung schützen sollen (vgl. Erikson 1981a, b). Unterschwellige Gefühle von Eifersucht, Neid und Rivalität, insbesondere erotische Konkurrenz, sind für den Zusammenhalt bedrohlich, müssen auf äußere Gegner\*innen projiziert werden oder führen zu inneren Spaltungen. Dennoch sind die Gruppenerfahrungen der Adoleszenz vielfach ein stabilisierender Faktor bei schulischen Schwierigkeiten oder familiären Konflikten. Sie prägen die weitere Entwicklung, werden als bereichernd erinnert, sind nicht selten Wurzel für spätere langanhaltende Freundschaften.

Andererseits beobachten wir heute im jugendlichen Sozialverhalten vermehrt bedenkliche Entwicklungen. Das gezielte Beschämen und Fertigmachen anderer, das eifersüchtige Mobben und Intrigieren, der Shitstorm im Internet – die Auseinandersetzungen und aggressiven Konflikte Jugendlicher sind zum Teil brutaler geworden. Inflationär zugenommen hat vor allen Dingen das Cybermobbing, die gezielte öffentliche Ächtung und Bloßstellung einzelner aus sicherer anonymer Distanz. Mittlerweile ist nahezu jeder vierte Jugendliche von dieser neuen Form digitaler Inquisition betroffen, im Extremfall Auslöser

für schwere depressive Episoden und suizidale Tendenzen. Gerade massive, die Öffentlichkeit bestürzende Gewalttaten Jugendlicher sind oftmals Folge von Mobbing, schwerer Beschämung und tödlicher Eifersucht. Bei Hooligans, rassistischen Gruppierungen, „Ultras“ oder verfeindeten Gangs wird die Peer Group erklärtermaßen zum Ausgangspunkt für Gewalt. Man solidarisiert sich gegen ausgesuchte Feindbilder, will bestimmte Territorien gegen fremde Eindringlinge verteidigen, sucht im „geilen fight“ eine „perverse Identitäts-Plattform“ (Keupp u. a. 1999), vor allem bei männlichen Jugendlichen eine Kompensation von Ängsten vor Weichheit, Schwäche und Unmännlichkeit. Im Extremfall vermag dies in Extremismus und Kriminalität umzukippen, und „der Anschluss an deviante Untergruppen ist oft der erste und entscheidende Schritt auf einem risikobehafteten Entwicklungspfad“ (Filipp & Aymanns 2010: 344).

## **5. Der Abschluss der Sexualentwicklung und die Festigung der Geschlechtsidentität**

Die eigene Sexualität allmählich in einer liebevollen Beziehung unterbringen, die geschlechtliche Identität festigen und bejahen, stellt eine weitere Kernaufgabe in der Entwicklung des Jugendlichen dar. Freuds Libidotheorie ist nach wie vor in den wichtigsten Zügen aktuell. Danach fügt sich die menschliche Sexualität aus den unterschiedlichen Lustformen der Kindheit im Laufe der Adoleszenz zu einem einheitlichen Trieb mit einheitlichem Verlauf zusammen, ordnen sich die Partialtriebe der infantilen Sexualität dem „Genitalprimat“ unter. Zugleich löst sich die libidinöse Bindung von den ödipalen Elternfiguren ab hin zur eigentlichen „Objektfindung“. Das heißt: der Mensch wird ab dem Jugendalter potenziell bereit zum genitalen Geschlechtsverkehr mit einem nicht-inzestuösen Partner\*in (vgl. Freud 1905).

Nach wie vor vorhandene prägenitale Wünsche und Impulse werden in der „primären Masturbationsphantasie“ (Laufer & Laufer 1989) untergebracht und somit weitgehend beherrschbar. Dennoch bleibt der Mensch auch im Erwachsenenleben an Reste infantiler Sexualziele fixiert. Viele Fantasien und Verhaltensweisen, die früher als „abweichend“ oder „pervers“ galten, sind mittlerweile im Zuge „der neosexuellen Revolution“ (Sigusch 1998) akzeptiert. Sie gehen zum Teil nach Kernberg (1998) in das normale Sexualspiel

ein, werden derzeit in ungeahntem Maße im Netz propagiert, stimuliert und kommerzialisiert. Dennoch: so sehr das Thema Sexualität in Werbung, Medien und Internet überquillt – nach wie vor sind sexuelle Themen im privaten Kontakt oft ausgesprochen tabuisiert und schambesetzt, gibt es eine Vielzahl von Hemmungen, Ängsten und Störungen, die, selbst in Beratung und Therapie anzusprechen, schwerfällt. Gerade auf Jugendliche können abweichende sexuelle Bedürfnisse und Fantasien irritierend wirken. Der schüchtern-Verklemmte schämt sich ob seines Wäschefetischismus, sadomasochistische Fantasien wirken verstörend. Das stärkere Empfinden eigener Bisexualität, das Sich-Hingezogen-Fühlen zu gleichgeschlechtlichen Partner\*innen, schließlich das Sich-Outen in der eigenen Homosexualität kann nach wie vor als ausgesprochen beschämend und krisenhaft erlebt werden. Ängste, eine erwachsene weibliche Identität anzunehmen, bisexuelle Verwirrung sind oft bei jungen Mädchen Hintergrund von Essstörungen. Und die Angst männlicher Jugendlicher, schwul zu sein, kann zum Anlass für Gewalttätigkeit werden.

Darüber hinaus haben Transgenderproblematiken in den letzten Jahren sprunghaft zugenommen. Immer häufiger erleben Jugendliche sich in ihrer Geschlechtsidentität als nicht mehr eindeutig, fühlen sich im eigenen Körper nicht zuhause, streben eine Geschlechtsumwandlung an (vgl. Heenen-Wolff 2019). Sicherlich mag hier die suggestive Beeinflussung unter Gleichaltrigen, ein allgemeiner Medienhype mit im Spiel sein. Auf der anderen Seite bedarf es eines großen Ausmaßes an Verunsicherung und innerer Qual, um ernsthaft solch einen gravierenden Entwicklungsschritt in Erwägung zu ziehen. Hier im Umgang mit dem Jugendlichen und seinen Angehörigen den richtigen ärztlichen, beratenden und therapeutischen Zugang zu finden, beispielsweise über einen Hormonstopp zu entscheiden, hat für alle Beteiligten etwas ausgesprochen Kompliziertes. Eine Geschlechtsumwandlung – nach intensiver Beratung und einjähriger Wartezeit – hat irreversiblen Charakter. Und es häufen sich die Fälle, wo der Wunsch nach Rückgängigmachung der Operation immer dringlicher wird.

## **6. Das Spannungsvolle der ersten Liebesbeziehung**

All die Fragen von Sexualität und Geschlechtsidentität vermischen sich mit den ersten Partner\*innenbeziehungen Jugendlicher. Anders als für heutige Erwachsene, welche die Partner\*innensuche immer häufiger nach rationalen Kriterien im Netz treffen, hat die

erste Verliebtheit für viele Jugendliche noch eine außergewöhnliche emotionale Intensität. Das Fasziniert-Sein vom anderen Geschlecht, die ersten tastenden Versuche, sich einer möglichen Partner\*in zu nähern, stehen auf einmal im Mittelpunkt jugendlichen Fühlens und Denkens, eine Phase des Träumens und der Schwärmerei. In Gespräch und zärtlicher Annäherung fühlt man sich selbst überhöht, sieht die Welt mit ganz neuen Augen, kreist in seinen Gedanken nur noch um den\*die Geliebte\*n. Leidenschaftliche Erfahrungen aus frühester Kindheit werden wiederbelebt. Erstmals empfindet der junge Mensch hier die erregenden Gefühlszustände der Intimität, Momente glücklichen symbiotischen Verschmelzens. Ebenso lösen Enttäuschungen, Gefühle unattraktiv und zurückgewiesen zu werden, außerordentlichen Schmerz aus (vgl. Erikson 1981a, b; Wendt 2019).

Freilich hat die Liebe junger Menschen häufig noch einen überwiegend narzisstischen Charakter. So stürmisch die Gefühle erlebt werden, so abrupt und manchmal rücksichtslos können andererseits Beziehungen abgebrochen werden, hält man nach neuen Kontakten Ausschau. Entwicklungsmäßig hat das Experimentieren mit unterschiedlichen Freundschaften die Funktion, die endgültige Objektwahl, die Paarbeziehung des jungen Erwachsenen vorzubereiten. Adoleszenten möchten ein Gefühl dafür entwickeln, welche\*r Partner\*in dauerhaft eine Ergänzung zur eigenen Person darstellen könnte. Eine der wichtigsten Fragen junger Liebe ist regelmäßig, wie man vom anderen Geschlecht eingeschätzt und anerkannt wird. Man projiziert quasi sein Selbstbild auf den\*die andere\*n, um in der Spiegelung allmählich klarer zu sehen. Von daher besteht junge Liebe, so Erikson (1981a), oftmals ganz vorrangig aus Gesprächen.

Die Bilder und Suggestionen, der Hardcore-Sex des Internets suggeriert und stimuliert heute bei jungen Leuten vermehrt eine frühzeitige sexuelle Betätigung. Man kann nicht warten, keinen Triebaufschub ertragen, sucht sofort nach der vollen Befriedigung. Der verstohlene Blickkontakt, der erste Kuss, das zärtliche Sich-Streicheln – der ganze spannungsvolle Bereich identitätshungernder Kommunikation und allmählicher erotischer Annäherung droht zu verkümmern. Man hat mit dem sofortigen Geschlechtsverkehr schon alles hinter sich, hat wichtige und potenziell beglückende Erfahrungen übersprungen. Mitunter beobachten wir junge Menschen, die sich viel zu früh auf eine feste Partnerschaft festlegen wollen, vorzeitig verheiratet spielen und sich dabei immer mehr kon-

trollieren und einengen. Die Angst vor dem möglichen Partner\*innenverlust macht „irrsinnig vor Schmerz“. Das Gegenstück sind Empathie gestörte Jugendliche, die eine quasi promiskuitive Sexualität ohne Gefühlsbeteiligung praktizieren. Wechselnde Partner\*innen werden zum flüchtigen Triebobjekt, die Beziehung ist im Grunde nicht mehr als eine erweiterte Selbstbefriedigung.

Ebenso kann in jugendlichen Entwicklungen die nach wie vor bestehende übermäßig zärtliche Bindung an den gegengeschlechtlichen Elternteil die Fähigkeit zu Liebe und Hingabe einschränken. So viele mögliche Partner\*innen man auch an sich heranlässt – letztlich kann keine\*r an die idealisierte Eltern-Imago heranreichen. Eine ähnliche Problematik ergibt sich, wenn Eltern eine übermäßig enge, mitunter verkappt erotisch aufgeladene Beziehung zu ihrem Kind pflegen, etwa bei unbefriedigenden Partner\*innenbeziehungen, bei Alleinerziehenden oder bei unklaren Patchwork-Verhältnissen. Das Sich-Verlieben wird vom Jugendlichen unbewusst als mangelnde Loyalität, gar als Verrat erlebt und erzeugt Schuldgefühle. Solche Fixierungen behindern bzw. verhindern oftmals die adäquate Partner\*innenwahl und glückliche Paarbeziehung im Erwachsenenleben. Die immer wieder vergebliche Suche nach dem\*der „Traumpartner\*in“, die unerfüllte Liebe, die unerreichbare Liebe, die verbotene Liebe – all dies sind Themen, auf die wir in Psychotherapie und Paarberatung immer wieder stoßen.

## 7. Jugend und die digitale Welt

In ungeahntem Maße haben Internet und neue soziale Medien das Selbstgefühl, das Kontakt- und Beziehungsverhalten junger Menschen in den letzten Jahrzehnten verändert und revolutioniert (vgl. King 2018). Die Netzgemeinde wird die erweiterte vorrangige Peer Group, das Handy zum neuen Übergangsobjekt (vgl. Döser 2019). Die Frage, wie viel Zeit im Netz verbracht werden darf, um welche Inhalte es dabei geht, ist mittlerweile zum Hauptthema zwischen Eltern und Heranwachsenden geworden und beschäftigt zunehmend die öffentliche Diskussion. Das Handy macht die sozialen Beziehungen Jugendlicher mobiler und unabhängiger, man ist – auch bei großen räumlichen Entfernungen – ständig miteinander vernetzt. Die pausenlose Kommunikation in den Communities, Chatrooms und Facebook-Kontakten eröffnet allseitige Verbindungen. Schriftlichkeit wird quasi zur Mündlichkeit. Man erzählt im Netz, teilt banale Kleinigkeiten mit, präsentiert

und inszeniert sich potenziell auf einer weltweiten Bühne, hat im steten Angestubstwerden das Gefühl verlässlichen sozialen Eingebunden-Seins. Diese Entwicklung einseitig zu verteuflern – die „Lust am Nichtdenken“ (Balzer 2004) – wäre sicherlich verfehlt. Internet und soziale Medien bieten heute ungeahnte Möglichkeiten der Kommunikation, der Vermittlung von Lerninhalten, der Bildung und Information, nicht zuletzt auch der Solidarisierung gegen gesellschaftliche Ungleichheiten und Ungerechtigkeiten. Es ist erstaunlich, welches Maß an Kreativität junge Menschen beim Aufbau digitaler Netzwerke gegenseitiger Unterstützung und Hilfeleistung entwickeln. Gerade gehemmte Adoleszente, die unter Schüchternheit und Einsamkeitsproblemen leiden, finden in der Netzgemeinde oft einen ersten ermutigenden und stabilisierenden Anschluss. Auch peinliche, schambesetzte Themen bezüglich Körper und Sexualität können zunächst einmal im Netz angesprochen werden, bauen womöglich Barrieren ab, sich irgendwann auch „offline“ Unterstützung und Beratung zu suchen.

Dennoch sind die Risiken und Unwägbarkeiten neuer digitaler Welten unübersehbar. Das Anklicken bei Google, der rasche Informationsgewinn droht systematisches Lernen und eine breite Allgemeinbildung zu ersetzen. Im ständigen Mitteilen banaler Einzelheiten und Befindlichkeiten gerät die Kommunikation immer kürzer und oberflächlicher. Wichtiges und Bedeutsames und kann von Unwichtigem kaum noch unterschieden werden. Persönliche Grenzen, Respekt werden oft nicht mehr gewahrt, jeder dringt in die Privatsphäre des anderen ein. Der Hang zu allseitiger Selbstdarstellung, zu Prestige und Eitelkeit führt zu neuen Formen eines medialen Narzissmus: „Ich werde gesehen, also bin ich“ (Altmeyer 2019). Zunehmend hängt das Selbstgefühl von der Anzahl der Likes und Follower ab. Aber gerade bei der immer angespannteren Inszenierung der eigenen Fassade wird das verfehlt, was eigentlich gesucht wird – die öffentlich anerkannte und authentische eigene Identität. Auf der anderen Seite besteht die Gefahr wachsender autistischer Vereinzelung. Das stundenlange Versinken hinter Spielkonsolen, die totale Identifizierung mit virtuellen Idolen lässt die Grenze zwischen Wirklichkeit und Fantasie, realem und idealem Selbstbild verschwimmen – bis hin zur quasi Verdoppelung des Ich im zunehmenden Sich-Hineinträumen in fantastische Identitäten. Bei gefährdeten Jugendlichen droht der Übergang zur Schizophrenie fließend zu werden.

Welch enormen Einfluss mediale Suggestion und Manipulation auf politische Meinungsbildung und politische Entscheidungen heute nimmt, wird uns immer verstörender bewusst. Die zunehmend raffinierte und ungehemmte Verbreitung von Fake News, Unterstellungen, Halbwahrheiten und Lügen, die immer schamlosere Anstachelung zu Intoleranz und Hass droht das demokratische Bewusstsein junger Menschen schon früh zu untergraben. Ausgesprochen bedenklich sind auch fragwürdige Foren, die das Kreisen gefährdeter Adoleszenter um Essprobleme oder Suizidgedanken zusätzlich anheizen. Ebenso wächst die Gefahr sexuellen Ausgebeutet-Werdens durch das allseitige Posting von sexuellen Aktivitäten und Nacktfotos. Vor allem junge Mädchen stellen sich arglos zur Schau, lassen sich in immer größere Verletzungen ihrer Intimsphäre verwickeln. Überhaupt ist eine offene Frage, welche Auswirkungen der unbegrenzte Kontakt zu polarisierenden, destruktiven und pornographischen Inhalten des Internet langfristig auf die soziale, emotionale und sexuelle Entwicklung junger Menschen haben wird. Gewiss, die neuen Medien sind heute nicht mehr wegzudenken. Was den verantwortlichen Umgang mit ihnen anbelangt, so stehen wir in Erziehung, Schul- und Volkspädagogik vor weiteren großen Herausforderungen.

## **8. Die Auseinandersetzung mit weltanschaulichen Fragen, Ethik, Politik und Religion**

Nach wie vor sind Adoleszenz und Spätadoleszenz auch eine Zeit der Auseinandersetzung mit ethischen, weltanschaulichen und politischen Fragen, der Suche nach Werten, Sinnhaftigkeit und glaubhaften Vorbildern. Jugendlicher Elan, jugendliche Begeisterungsfähigkeit und Kritik waren zu allen Zeiten eine wichtige Quelle gesellschaftlicher Regeneration. Das leidenschaftliche Aufbegehren gegen öffentliche Missstände, gegen Korruption und Doppelmoral unglaubwürdiger Autoritäten, die entschiedene Solidarisierung mit Armen, Ausgegrenzten und Entrechteten konnte, gerade in historischen Krisensituationen, immer wieder den Anstoß für große gesellschaftliche Veränderungen geben. Auf der anderen Seite war die Ausnutzung jugendlichen Enthusiasmus durch totalitäre Regime und größtenwahnsinnige Führer stets auch ein tragisches Kapitel in der Geschichte.

Leicht kann jugendliches Aufbegehren, die Faszination für vereinfachte ideologische Visionen auch etwas Naives, Hitziges, Spiegelfechterisches annehmen. Der empörte Protest der jungen Generation und die Gegenreaktion der herausgeforderten politischen Autoritäten droht in unfruchtbaren gegenseitigen Schuldzuweisungen und eskalierenden Konflikten zu verhärten – im Extremfall bis in terroristische Umtriebe. Erst gut 50 Jahre ist es her, dass sich in Deutschland aus der breiten Protestbewegung der 68er-Generation eine kleine Extremgruppe abspaltete, die selber in Gesinnungsterror, Militarismus und Gewalt verfiel, fast Karikatur der faschistischen Verhältnisse, die man zu bekämpfen vorgab. Die Einstellung heutiger junger Menschen zu politischen und weltanschaulichen Fragen – Martin Dornes (2012) spricht vom „postideologischen Sozialisationstyp“ – scheint vielfach gelassener und vielschichtiger geworden. In Zeiten, wo Konzerne Ethik- und Kirchen Missbrauchskommissionen einrichten, ist das Vertrauen in traditionelle Autoritäten geschwunden. Die Einstellung Adoleszenter zu existenziellen Fragen scheint ähnlich bunt und patchworkartig wie in der gesamten Gesellschaft. Wo und ob ich mich sozial engagiere, von welchen Werten ich mich leiten lasse, welche politischen oder religiösen Überzeugungen ich vertrete, ist nicht mehr traditionell vorgegeben, sondern obliegt zunehmend der Entscheidung und Verantwortung des\*der Einzelnen (vgl. Conzen 2017). Die junge Generation deshalb pauschal als egozentrisch, selbstverliebt und politisch uninteressiert abzuqualifizieren, wäre hingegen grob ungerecht. Die letzte Shell-Studie zeigt ein verstärktes Interesse der jungen Generation an politischen Fragen, Ängste bezüglich der momentanen Weltkonflikte, aber auch Hoffnung auf die Zuverlässigkeit des demokratischen Systems. In vielfältigen Formen weltanschaulichen Engagements – man denke an die „Veggie“- oder „Fridays-for-Future-Bewegung“ – zeigt sich, wenn bisweilen auch naiv und fehlgeleitet, eine Verbindung der Sorge um die eigene persönliche Zukunft mit einer Sorge um die Zukunft der Menschheit. Aber auch in nicht so spektakulärer Weise sind Adoleszente und junge Erwachsene heute unterschiedlich sozial und ehrenamtlich aktiv, in Vereinen, politischen Parteien, Pfarrgemeinden oder Wohlfahrtsverbänden, in freiwilliger Feuerwehr oder technischen Hilfswerk, tragen nicht unwesentlich zur Aufrechterhaltung des Allgemeinwohls bei.

Entscheidend verändert hat sich das Verhältnis junger Menschen zur Religion. In einem historisch unvergleichlich kurzen Zeitraum haben die christlichen Konfessionen – nicht zuletzt auch durch unverzeihliche Skandale in den eigenen Reihen – ihren Einfluss auf

Selbstgefühl und Lebensführung der meisten Menschen verloren. Religion ist für die heranwachsende Generation nicht mehr selbstverständlich vorgegebene Kernidentität, kaum noch kommt die Identitätskrise in religiösen Ängsten, Zweifeln oder Schuldgefühlen zum Ausdruck (vgl. ders. 2020). Das heißt nicht, dass es heute die Suche nach Sinn und existenziellem Tiefgang nicht mehr gäbe. Gerade bei jungen Menschen erleben wir alternative Formen von Religiosität und Spiritualität, eine Art neuer „existenzieller Bricolage“ (Bohleber 2009): man bastelt sich aus Versatzstücken der christlichen Botschaft einen eigenen Glauben zusammen, nicht selten vermischt mit Elementen anderer Religionen, mit Mystik und Esoterik, gleichsam eine metaphysische Zuflucht vor den „Göttern der Postmoderne“, Reichtum, Macht und Erfolg. Daneben gibt es einen kleinen Prozentsatz von Adoleszenten, die nach wie vor traditionell kirchlich sozialisiert sind, Gottesdienste besuchen, in religiösen Gruppen zusammentreffen. Gesucht wird hier in erster Linie der Gemeinschaftsbezug, man lässt sich in der Regel nicht mehr von Kirchenfürsten, von Autorität, Lehrmeinung und Dogma leiten.

Der weltweit immer stärkere Hang zu Autoritarismus, Populismus, Rassismus und Antisemitismus färbt teilweise besorgniserregend auch auf Weltbild und politisches Urteil der jungen Generation ab. Gewiss gibt es in der linken Szene noch hitzige Bewegungen gegen weltweiten Kapitalismus und die Macht der Konzerne, gegen Plutokratie, Ausbeutung und Entrechtung. Aber man kann heute kaum noch von einem generell gesellschaftskritischem, Autorität grundsätzlich infrage stellendem jugendlichen Geist sprechen. Viele Adoleszente vertreten mittlerweile konservative Positionen, rechtsextreme Parteien wie die AfD finden in dieser Altersgruppe erstaunlichen Zuspruch. Die Nöte und Unsicherheiten der Identitätskrise, Konflikte in Familie, Schule und Ausbildung, das Unübersichtliche und Verwirrende momentanen Weltgeschehens kann für radikale Lösungen empfänglich machen. So suchen manche Adoleszente Zuflucht zu rechtsextremen Ideologien. Die Verehrung von Heimat, Vaterland und völkischer Verbundenheit, der Kampf gegen den „zersetzenden“ Einfluss von Ausländer\*innen und Migrant\*innen schweißt zusammen, verleiht ein Gefühl von Zugehörigkeit und Bedeutsamkeit. Andererseits verankern sich benachteiligt, abgelehnt, herabgewürdigt fühlende Kinder von Migrant\*innen ihre Identität ausschließlich auf dem Boden des strengen Islam. Einzig der Glaube an Allah und die unverbrüchlichen Gebote des Koran eröffnen der Menschheit noch eine Zukunft. Die wechselseitige Verteufelung lenkt aufgestauten Hass auf wohldefinierte Feindbilder,

steigert sich in einem malignen Gruppennarzissmus. Ungemein angeheizt und vervielfacht wird dies durch die neuen sozialen Medien. Lügen, extreme Parolen, Hassbotschaften werden in den unterschiedlichen Communities kritiklos geteilt. Für jede noch so abstruse Meinung finden sich Follower. Der Sog der Algorithmen und die Zustimmung der Netzgemeinschaft engen das Weltbild immer weiter ein. Im Extremfall kann es zu fanatischen Umstrukturierungen der Identität kommen: eine politische oder religiöse Botschaft, die Mission, etwas total Böses bekämpfen zu müssen, rückt in den Kern der Identität, macht immun gegen alle Einwände und Zweifel (vgl. Aucter 2010; Conzen 2005). In Ausnahmefällen resultieren extreme Formen von Destruktion. Die „einsamen Wölfe“ radikalisiert sich im Netz. Der Amoklauf, die spektakuläre Gewalttat lässt ein gewaltiges Maß an aufgestautem Hass explodieren, erlöst für einen kurzen Moment von Gefühlen der Nichtigkeit und Sinnlosigkeit.

## **9. Die späte Adoleszenz und die berufliche Zukunftsplanung**

Fragen der Ausbildung und beruflichen Zukunft werden in der Spätadoleszenz immer vordringlicher. Der junge Mensch muss aus kindlichen Identifikationen, elterlichen und familiären Erwartungen, sich anbietenden gesellschaftlichen Chancen sowie eigenen Überlegungen und Plänen eine Perspektive für das Leben im Erwachsenenalter ausbilden. Viele junge Menschen scheinen heute in der Postmoderne angekommen, nehmen das Unklare und Unwägbar hin, haben sich mit der Vielfalt und Unvorhersehbarkeit der Lebensbedingungen arrangiert. Bei manchen beobachten wir einen mehr oder minder bruchlosen Übergang ins Erwachsenenleben. Der Berufswunsch steht fest, die Karriere ist geplant, man tritt in die Fußstapfen der Eltern, übernimmt deren Praxis, Betrieb oder Geschäft. Nach wie vor erleben wir bei Spätadoleszenten auch die Tendenz zu spontanen, selbst gewählten Moratorien – die Entscheidung für ein freiwilliges soziales Jahr, Reisen, Arbeitsaufenthalte im Ausland, der Rückzug in alternative Gemeinschaften. Solche selbst gewählten Perioden einer entscheidungsfreien Zeit werden später oft als besonders erfüllender Abschnitt der eigenen Biographie erinnert.

Generell verlagern sich heute wichtige Lebensentscheidungen bezüglich Partner\*innen- und Berufswahl oft bis ins dritte oder gar vierte Lebensjahrzehnt. Bei manchen Spätadoleszenten und jungen Erwachsenen erleben wir vorläufige Kristallisationen der Identität,

Aufschübe, Moratorien, Klärungen in Teilbereichen. Einmal angefangene Ausbildungen sind Bausteine, man weiß noch nicht, wohin sie konkret führen, kann sich jederzeit neu orientieren. Man verschiebt die Zukunftsplanung, geht zunächst einmal verschiedenen Jobs nach, bindet sich fest an eine\*n Partner\*in, bleibt aber noch vom Elternhaus abhängig. Dennoch, nüchtern gesehen, schreitet die Standardisierung der Adoleszenz und Spätadoleszenz immer mehr voran. Jugend ist heutzutage nicht mehr unbedingt der große Erlebnis- und Experimentierraum, die Zeit kritischer Selbstfindung und romantischen Aufbegehrens gegen das Establishment. Festgelegte, von kommerziellen Interessen geprägte Ausbildungs- und Studienwege drohen Kreativität und Kritikfähigkeit zu ersticken. Vordringlich wird die notwendige Punktzahl, das Abspulen der Pflichtsemester, das möglichst schnelle Lernen von Fakten. Das humanistische Bildungsideal, die Fähigkeit, über den Tellerrand zu schauen, droht zu versanden. Das Diktat der Zeitknappheit, das Sich-Festlegen auf Lebenspositionen vor dem 20. Lebensjahr, kann sich rächen. Im mittleren Erwachsenenalter spürt man zunehmend Unbehagen, schleichende Stagnation, holt einen die Identitätskrise ein. Man hat sich dem Druck familiärer Erwartungen oder ökonomischer Erwägungen gebeugt, fühlt sich aber in seinem Beruf nicht mehr wohl, möchte eine andere Richtung einschlagen, aber die Zukunft scheint womöglich verbaut.

Deutlich erleben wir an der Schwelle von später Adoleszenz ins junge Erwachsenenalter eine Zunahme an psychischen Symptomen, depressive Syndrome, Entwicklungsstillstände, Einsamkeit, Drogen- und Medikamentenabhängigkeit. Man hat kurz vor dem Schulabschluss einen Leistungsknick, entwickelt auf einmal unerklärliche Prüfungs- und Zukunftsängste, bricht Ausbildungen ab, steigert sich in immer neue unrealistische Projekte hinein, die man nach kurzer Zeit wieder abbricht. Die Unentschlossenheit steigert sich bisweilen in den Lähmungszustand der spätadoleszenten Identitätsdiffusion (vgl. Erikson 1981a). Charakteristisch sind das Zurückschrecken vor jeder Intimität und festerer Bindung, die Diffusion des Zeiterlebens, Arbeitsstörungen sowie eine zunehmend pessimistisch-resignative Lebenseinstellung. Im Extremfall verhärtet sich der junge Mensch, wählt am Ende eine negative Identität. Man ist lieber etwas Abgelehntes, Böses, als sich dem Druck gesellschaftlicher Erwartungen zu beugen. Eine derzeit vermehrt auftretende Variante dieses Störungsbildes ist das „Nesthocker-Syndrom“, junge Erwachsene, die bis weit ins dritte Lebensjahrzehnt im „Hotel Mama“ verbleiben und keine An-

stalten zu einer eigenen Identitätsfindung mehr machen. Die übermäßige orale Anspruchshaltung verdeckt Unsicherheit und Zukunftsangst. Auch hinter der verzweifelten Ratlosigkeit der Eltern verbergen sich mitunter symbiotische Verstrickungen, das „maternal gatekeeping“ (Gaunt 2008), geheime Schuldgefühle, die ein entschiedenes Auftreten, den „förderlichen Rausschmiss“ verhindern.

## **10. Beratung und Therapie von Adolescent\*innen – ein schwieriges und lohnendes Feld**

Für die wachsende Vielzahl an Problemen, Ängsten, Störungen und Entwicklungsverzögerungen heutiger Jugendlicher scheinen viele Faktoren verantwortlich, Vereinsamung, Leistungsüberforderung, Nachwirkungen der Covid-Epidemie, Zukunftsängste, Gefühle von Scham und Nichtzugehörigkeit. Hier den adäquaten Zugang, die richtige Form der Unterstützung zu finden, gestaltet sich oft schwierig. Viele Jugendliche sträuben sich gegen eine Therapie, hegen nach wie vor das „psychiatrische Vorurteil“. In manchen Fällen – Konflikte mit Gleichaltrigen, Unsicherheiten der Geschlechtsidentität oder der Zukunftsplanung – kann schon eine Beratung über die sozialen Netzwerke, können Jugendtelefone und Online-Chats hilfreich sein. Nach wie vor aber scheint der face-to-face-Kontakt gerade bei Jugendlichen besonders wichtig, machen doch manche kaum noch die Erfahrung, dass sich ein Erwachsener über einen längeren Zeitraum einfühlsam und konzentriert für sie Zeit nimmt. Hier stehen vielfältige Angebote der Jugend-, Familien- und Erziehungsberatung bereit. Nicht selten können schon einige stützende und klärende Gespräche weiterhelfen, muss nicht in jedem Fall sofort eine längere Therapie anberaumt werden.

Bei komplexeren Störungen bewährt sich eine gründliche Therapie, gegebenenfalls in Zusammenspiel mit sozialarbeiterischen Maßnahmen der Kinder- und Jugendhilfe (vgl. Feuling 2021). Die Palette ist groß, von der Verhaltens- und Gesprächstherapie über unterschiedliche Gruppenangebote bis hin zur tiefenpsychologisch fundierten Therapie bzw. klassischen Psychoanalyse. In schweren Fällen, lebensbedrohliche Essstörungen, schwere Drogenabhängigkeit, depressives Rückzugsverhalten und Suizidgedanken, ist oftmals eine stationäre Behandlung unumgänglich, eine Mischung aus medikamentöser

Behandlung, stützenden Gesprächen und Arbeits- und Kreativitätstherapie. Vor allen ideologischen Vereinseitigungen und „klassischen Standpunkten“ ist zu warnen. Entscheidend ist grundsätzlich, was dem betreffenden jungen Menschen in seiner speziellen Lebenssituation weiterhilft.

Gerade bei der Behandlung Adoleszenter bedarf eines Höchstmaßes an Empathie und Fingerspitzengefühl. Stets müssen wir mit Krisen, Rückschritten und Regressionen rechnen, mit übermäßigem Misstrauen und negativen Übertragungshaltungen (vgl. Burchartz 2021; Seiffge-Krenke 2012). Nirgendwo sagt das Lärmen der Symptome über Art und Schweregrad einer Erkrankung so wenig aus wie in der Adoleszenz. Und immer wieder stehen wir vor der verantwortungsvollen Frage, ob es sich bei allen möglichen Trotz- und Verweigerungshaltungen um den verständlichen Kampf um Autonomie handelt oder die Dinge sich bedenklich zuspitzen. Ein gesichertes Maß an Vertrauen ist unabdingbare Voraussetzung für eine erfolgreiche Behandlung. Der Jugendliche muss sicher sein, dass absolute Diskretion gewahrt bleibt, bezüglich des Einbezogen-Seins der Familie müssen klare Absprachen getroffen worden sein. Schon kleinste Vertrauensverluste können fatale Folgen bis hin zum Therapieabbruch haben. Gerade in den Spaltungsprozessen adoleszenter Borderline-Störungen wird der abrupte Wechsel zwischen übermäßigem Vertrauen und ätzendem Misstrauen zum führenden Symptom (vgl. Kernberg 1998). Mitunter im Zeitraum einer Stunde verwandelt sich der\*die Therapeut\*in vom guten, verständnisvollen zum bösen, verfolgenden, beschämenden Objekt. Vor allem, was die narzisstische Empfindlichkeit von Adoleszenten anbelangt, bedarf es besonderer Vorsicht, führt doch gerade das Ansprechen von Schamthemen rasch zu erneuter Beschämung führen (Conzen 2024). Mitunter verbergen jugendliche Patient\*innen ihre Verletzlichkeit hinter besonders arrogantes, provozierendes Verhalten oder demonstrativ narzisstischen Attitüden, wecken per projektiver Identifizierung Gefühle von Scham und Ratlosigkeit im\*in der Therapeut\*in. Stets rührt die Behandlung Adoleszenter auch ödipale Themen an. Die\*der Therapeut\*in werden zur „nur guten“ Elternfigur. Man möchte ihnen nahe sein, besonders bedeutsam für sie, bringt ihnen verkappt erotische Fantasien entgegen, empfindet Eifersucht gegenüber Mitpatient\*innen. Oder aber Therapeut\*in verwandeln sich in den autoritären Vater oder die gefühlskalte Mutter von einst, rufen Ärger, Schmerz und Enttäuschung hervor. Machtungleichgewichte werden schmerzlich bewusst, Generationenkonflikte neu belebt.

All dies kann besonders komplexe und teilweise verwirrende Gegenübertragungsreaktionen bei dem\*der Therapeut\*in auslösen. Besorgnisse und Ängste, Gefühle von Ratlosigkeit, Ärger und Unverständnis blockieren zeitweilig Einfühlungsvermögen und Reflexionsfähigkeit. Auch können beim\*bei der Therapeut\*in narzisstische Fantasien geweckt werden, für den Jugendlichen der bessere, verständigere Elternteil zu sein. Leicht kann es dabei zu einer übermäßigen Identifizierung mit jugendlichen Patient\*innen kommen. Ihnen wird suggeriert, sie seien im Grunde nur Opfer verständnisloser Eltern und repressiver Umgebungsbedingungen – was diese meist rasch durchschauen und unter Umständen für eigene Zwecke ausagieren. Hier immer wieder ein gesundes Gleichgewicht zwischen Anteilnahme und notwendiger Distanz zu finden, ist eine ständige Herausforderung. Zu große Nähe des\*der Therapeut\*in kann ängstigend und grenzüberschreitend wirken. Zu starke psychoanalytische „Abstinenzhaltungen“ hingegen stoßen Adoleszente leicht ab, diese wollen sich ernstgenommen und vom Gegenüber beantwortet fühlen.

Egal, ob man beratend, therapeutisch oder sozialarbeiterisch mit Jugendlichen arbeitet, in einer psychiatrischen Klinik oder der Heimbetreuung – ausgesprochen wichtig ist die gegenseitige Rückenstärkung im eigenen Team sowie die vertrauensvolle Kooperation mit anderen Fachkolleg\*innen. Als ebenso hilfreich wie notwendig erweist sich dabei stets auch die professionelle und zuverlässige Supervision. Sämtliche Konflikte und Schwierigkeiten, sämtliche Übertragungs- und Gegenübertragungsthemen im Umgang mit Adoleszenten spiegeln sich erfahrungsgemäß in der Teamdynamik wider. Offene oder verdeckte Konflikte zwischen Vorgesetzten und Mitarbeiter\*innen, älteren und jüngeren Teammitgliedern, Männern und Frauen sowie Angehörigen unterschiedlicher Berufs- und Gehaltsgruppen rufen leicht unterschwellige Spannungen hervor. Insbesondere unterschiedliche Ansichten bei Fragen, welches die richtige Methode beim Umgang mit schwierigen Jugendlichen ist, wer sich am besten in die Betreffenden einfühlt, welche Grenzen gesetzt werden müssen, führen leicht zu kränkenden Auseinandersetzungen. Im Extremfall wächst eine toxische Teamatmosphäre aus Misstrauen, wechselseitiger Beschämung und ödipaler Konkurrenz. Es kommt zu Spaltungen innerhalb des Teams oder auch zu Frontstellungen gegenüber dem\*der Supervisor\*in. Hier immer wieder eine haltende und vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, die Aufmerksamkeit auf die gemeinsame Aufgabenstellung zurückzulenken, ist grundsätzliche Herausforderung jeder gelungenen Supervision.

## 11. Fazit und Ausblick

Wie der menschliche Lebenszyklus, wie das Jugendalter in einer von künstlicher Intelligenz und Robotern beherrschten Welt der Zukunft aussehen wird, ist gänzlich ungewiss. Der sich zuspitzende globale Konflikt zwischen demokratischen Ordnungen und autoritären Regimen, die fatale Uneinigkeit der Mächtigen bezüglich drängendster Menschheitsprobleme – die heutige Weltlage ist explosiv, und alles andere als auf weitere schwere Krisen gefasst zu sein, wäre blauäugig. Es gilt weiter, demokratische Werte zu verteidigen, Toleranz, Vernunft, Mitmenschlichkeit und Versöhnungsbereitschaft zu stärken – auch und vor allem im Umgang mit jungen Menschen. Und angesichts der Kaskade von schlechten Nachrichten und pessimistischen Zeitdiagnosen ist es vielleicht auch Aufgabe der helfenden und heilenden Berufe, trotz allem immer wieder Mut zu machen, auf das Positive, Gelungene, Zukunftsweisende hinzuweisen.

Zu allen Zeiten war es Unsitte zum Teil auch großer Denker\*innen, gesellschaftliche Missstände und den Niedergang von Kultur an der angeblichen Verderbtheit und Orientierungslosigkeit der Jugend festzumachen. Nicht selten schwang dabei auch ein Stück Neid auf die Unbeschwertheit eines Lebensabschnitts mit, den man persönlich nicht mehr zurückzuholen vermochte. Adoleszente verkörpern heute eine Vielfalt von Lebensweisen, verbinden originell die neuen technischen und virtuellen Welten mit lokalen Traditionen, schaffen einflussreiche Netzwerke der Unterstützung. Vielleicht entsteht hier eine weltbürgerliche Gesinnung, die das Zusammenwachsen der Menschheit weiter vorantreibt, sich auch von den autoritären Regimen und Gottesstaaten dieser Welt auf Dauer nicht mehr unterdrücken lässt. Trauen wir jungen Menschen zu, dass sie neue, andere Wege finden, mit dem großen Weltproblemen fertig zu werden, vielleicht sogar bessere als die unsrigen. Und unterstützen wir sie dabei nach besten Kräften!

## Literatur

- Altmeyer, Martin (2019): Ich werde gesehen, also bin ich. Psychodynamik kompakt. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Arnett, Jeffrey Jensen (2004): Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties. Oxford: Oxford University Press.
- Auchter, Thomas (2016): Das Selbst und das Fremde. Zur Psychoanalyse von Fremdenfeindlichkeit und Fundamentalismus. In: Psyche – Z Psychoanal 70, S. 856-880.

- Balzer, Werner (2004): Lust am Nichtdenken? Zum Verhältnis von Erregung und Bedeutung in beschleunigten und in begrenzten Lebenswelten. In: *Psyche – Z Psychoanal* 70, S. 399-416.
- Blos, Peter (1973): *Adoleszenz*, Stuttgart: Klett.
- Bohleber, Werner (1996): *Adoleszenz und Identität*, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bohleber, Werner (2009): *Psychoanalyse und Religion: Facetten eines nicht unproblematischen Verhältnisses*. In: *Psyche – Z Psychoanal* 64, S. 813-821.
- Burchartz, Arne (2021): *Psychodynamische Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Bröckling, Ulrich (2007): *Das unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Chasseguet-Smirgel, Janine (1981): *Das Ichideal*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Conzen, Peter (2005): *Fanatismus. Psychoanalyse eines unheimlichen Phänomens*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Conzen, Peter (2017): *Die bedrängte Seele. Identitätsprobleme in Zeiten der Verunsicherung*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Conzen, Peter (2020): *Glaube braucht Nähe und Vertrauen*. In: Mertes, Barbara & Michael (Hrsg.): *Von der Volkskirche zur Sekte? Warum die Idee vom Gesundshrumpfen falsch ist*. Paderborn: Bonifatius Verlag, S. 87-99.
- Conzen, Peter (2024): *Identitätsprobleme und verletzte Schamgefühle*. In: *Forum der Psychoanalyse* Ausgabe 2, S. 205-218.
- Dornes, Martin (2012): *Die Modernisierung der Seele. Kind – Familie – Gesellschaft*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Döser, Johannes (2019): *Transitional object. Eine (kultur-)psychoanalytische Recherche über den kindlichen Gebrauch des Smartphones*. In: *Psyche Z Psychoanal* 73, 673-697.
- Dörre, Robert (2022): *Mediale Entwürfe des Selbst*. Marburg: Büchner-Verlag.
- Ehrenberg, Alan (2004): *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*. Frankfurt am Main & New York: Campus
- Erikson, Erik Homburger (1981a): *Identität und Lebenszyklus. Drei Aufsätze*, 7. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Erikson, Erik Homburger (198b): *Jugend und Krise. Die Psychodynamik im sozialen Wandel*. Stuttgart: Klett Cotta.
- Flaake, Karin (2019): *Die Jugendlichen und ihr Verhältnis zum Körper*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Feuling, Martin (2021): *Gegen den Strom. Psychoanalytische Sozialarbeit in der Kinder- und Jugendhilfe*. In: *Psyche Z Psychoanal* 75, S. 902-934.
- Filipp, Sigrun-Heide & Aymanns, Peter (2010): *Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fonagy, Peter & Luyten, Patrick (2011): *Die entwicklungspsychologischen Wurzeln der Borderline-Persönlichkeitsstörung in Kindheit und Adoleszenz*, in: *Psyche – Z Psychoanal* 65, S. 900-952.
- Freud, Sigmund (1905): *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*. In: *GW* 5, S. 1-119.

- Gaunt, Ruth (2008): Maternal gatekeeping: Antecedents and consequences. In: Journal of Family Issues 29, S. 373-395.
- Göppel, Rolf (2019): Das Jugendalter: Theorien, Perspektiven, Deutungsmuster. Stuttgart: Kohlhammer.
- Heenen-Wolff, Susann (2021): Geschlechtliche Identifizierung und „Transidentität“. Metapsychologische Beitrag zur Genese des geschlechtlichen Ichs. In: Psyche Z Psychoanal 75, S. 377-400.
- Hirsch, Matthias (2010): Körperdissoziation als Traumafolge. In: Psyche – Z Psychoanal 64, S. 193-211.
- Kernberg, Otto F. (1983): Borderline-Störungen und pathologischer Narzissmus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Kernberg, Otto F. (1998): Liebesbeziehungen. Normalität und Pathologie. Stuttgart: Klett Cotta.
- Keupp, Heiner u. a. (1999): Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- King, Vera (2018): Geteilte Aufmerksamkeit. Kultureller Wandel und psychische Entwicklung in Zeiten der Digitalisierung. In: Psyche – Z Psychoanal 72, S. 640–665.
- Klein, Melanie (1972): Das Seelenleben des Kleinkindes und andere Beiträge zur Psychoanalyse. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Kohut, Heinz (1979): Die Heilung des Selbst. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Laufer, Moses & Laufer, M. Egle (1989): Adoleszenz und Entwicklungskrise. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Marcia, James (1989): Identity diffusion differentiated. In: Luszcz, Mary A. & Nettrelbeck, Ted (Hrsg.): Psychological development across the life-span. North-Holland: Elsevier, S. 289-293.
- Noack, Peter; Kracke, Bärbel & Weichold, Karina (2024): Entwicklungspsychologie der Jugend und des jungen Erwachsenenalters. Stuttgart: Kohlhammer.
- Petry, Jörg (2010): Dysfunktionaler und pathologischer PC- und Internet-Gebrauch. Göttingen: Hogrefe.
- Seiffge-Krenke, Inge (2012): Therapieziel Identität. Veränderte Beziehungen, Krankheitsbilder und Therapie. Stuttgart: Klett Cotta.
- Seiffge-Krenke Inge (2021): Die Jugendlichen und ihre Suche nach dem neuen Ich, 2. Auflage. Stuttgart: Kohlhammer.
- Sennett, Richard (2010): Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus, 8. Auflage. Berlin: Berlin-Verlag.
- Sigusch, Volker (1998): Die neosexuelle Revolution. Über gesellschaftliche Transformationen der Sexualität in den letzten Jahrzehnten. In: Psyche – Z Psychoanal 52, S. 1192-1234.
- Stierlin, Helm (1982): Delegation und Familie. Beiträge zum Heidelberger familiendynamischen Konzept. Frankfurt am M: Suhrkamp.
- Streeck-Fischer, Annette (2021): Jugendliche zwischen Krise und Störung. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Wendt, Eva-Verena (2019): Die Jugendlichen und ihr Umgang mit Sexualität, Liebe und Partnerschaft. Stuttgart: Kohlhammer.
- Witte, Julian; Zeitler, Alena; Hasemann, Lena & Diekmannshemke, Jana (2023): DAK-Kinder- und Jugendreport 2023. Gesundheit und Gesundheitsvorsorge während und nach der Pandemie. Datenzeitraum: 2017–2022. Herausgeber: DAK-Gesundheit. Bielefeld.