

Riskantes Unternehmen

Von der (Un-) Möglichkeit heute erwachsen zu werden

HEINER KEUPP

Prof. Dr. Heiner Keupp lehrte bis zu seinem Ruhestand Sozial- und Gemeindepsychologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Er war Vorsitzender der Berichtskommission für den 13. Kinder- und Jugendbericht der Deutschen Bundesregierung von 2010, der sich insbesondere mit gesundheitsbezogener Prävention und Gesundheitsförderung von jungen Menschen beschäftigte. heinerkeupp@psy.lmu.de

In modernen Gesellschaften wird die Lebensgestaltung zu einem risikoreichen Unternehmen, bei dem sich das Subjekt immer weniger auf vorgegebene Normen und Modelle beziehen kann. Der tiefgreifende soziokulturelle Umbruch zeigt gerade bei Heranwachsenden seine individuelle und gesellschaftliche Kosten.

Die Lebenssituation von Jugendlichen ist heute in der sozialen Lebenswelt durch eine eigentümliche Spannung gekennzeichnet: Einerseits sind auch schon für Jugendliche die Freiheitsgrade zur Gestaltung der eigenen individuellen Lebensweise sehr hoch. Andererseits werden aber diese »Individualisierungschancen« erkaufte durch die Lockerung von sozialen und kulturellen Bindungen. Der Weg in die moderne Gesellschaft ist, so gesehen, auch ein Weg in eine zunehmende soziale und kulturelle Ungewissheit, in moralische und wertemäßige Widersprüchlichkeit und in eine erhebliche Zukunftsunsicherheit.

Wenn die aktuelle Identitätsgewinnung von Heranwachsenden zum Thema wird, ist es zunächst erforderlich, die Entwicklungsherausforderungen des Jugendalters zu thematisieren, die in einer Gesellschaft sich auflösender Normalbiographien komplexer und widersprüchlicher werden.

Jugend im Sinne des Wortes verstanden als eine eigenständige Lebensphase, welche die Heranwachsenden beider Geschlechter und aller sozialen Klassen und Milieus umfasst, ist ein historisch vergleichsweise junges Phänomen, das erst im 20. Jahrhundert seine heute vertraute Form annahm. Dabei war und ist bis in die Gegenwart hinein das Verständnis von Jugend immer auch durchzogen von sich wandelnden Erwartungen an Jugendliche und von gesellschaftlichen Normierungen einerseits und andererseits tief greifenden Umgestaltungen der Selbstwahrnehmungen und Auseinandersetzungsprozesse

aufseiten der Jugendlichen selbst, die sich nicht zuletzt auch auf die Aspekte Gesundheit und Sexualität beziehen.

Ihren Niederschlag finden die öffentlichen Erwartungen in vielfältigen Formen. Neben weithin akzeptierten Moralvorstellungen finden derartige Erwartungen ihren Niederschlag beispielsweise in den institutionellen Arrangements (z. B. im Aufbau der Lehrpläne und den schulischen Didaktiken) und den gesetzlichen Vorgaben und Verordnungen (z. B. in Bezug auf Strafmündigkeit, Geschäftsfähigkeit, Jugendschutz). Jugendlichen begegnen sie in Form konkreter, mehr oder weniger alltäglich erfahrbarer Erwartungen.

Neben den biologisch bedingten Veränderungen muss vor allem auf die sozioökonomischen und kulturellen Rahmenbedingungen und verfügbaren Ressourcen einerseits sowie die individuellen Muster der Lebensführung und der Bewältigung des Alltags andererseits hingewiesen werden. Dazu gehört es auch, mit den größeren eigenen Handlungsspielräumen und den vielfältigen neuen Eindrücken und Ausdrucksmöglichkeiten umgehen zu lernen.

Vor diesem Hintergrund spielen eigene personale Ressourcen eine bedeutende Rolle, die für das ganze Leben, vor allem aber auch für das Jugendalter bedeutsam werden. Dazu gehören einmal selbstbezogene Kontrollüberzeugungen und Selbstwirksamkeitserwartungen, die in Alltagssituationen entstehen, in denen Heranwachsende eigene Optionen entwickeln und erproben können. Sie

können auf diese Weise in ihren Lebenswelten Grundlagen für ihre Handlungsfähigkeit und ein Vertrauen in die eigene Handlungswirksamkeit erwerben.

Von einer stabilen selbstbezogenen Kontrollüberzeugung lässt sich dann sprechen, wenn die Heranwachsenden weitgehend überzeugt sind, dass eintretende Ereignisse wesentlich das Ergebnis eigenen Handelns oder zumindest durch dieses zu beeinflussen sind. Sogar in der Bewältigung enttäuschender Situationen durch eigene Aktivität oder durch den Rückgriff auf die Kompetenz von Erwachsenen entwickeln Kinder und Jugendliche Vertrauen in die eigene Person (Egle/Hoffmann 2000; Werner 2007).

Selbstwirksamkeit gilt als ein relativ stabiles Persönlichkeitsmerkmal, es umschreibt die allgemeine Überzeugung von der eigenen Kompetenz, herausfordernde Situationen aktiv und positiv zu bewältigen (Bandura 1997). Positive Selbstwirksamkeitserfahrungen erleichtern Kindern und Jugendlichen den Umgang mit potenziell belastenden Ereignissen und steuern zukünftiges Problemlöseverhalten. Positive Selbstwirksamkeitserwartungen haben darüber hinaus einen förderlichen Effekt auf die psychische Gesundheit und wirken sich auch auf die Bewältigung von (schulischen) Aufgaben positiv aus.

So orientieren sich Kinder und Jugendliche mit einer solchen Persönlichkeitstendenz an anspruchsvollen Zielen und unternehmen große Anstrengungen, um diese Ziele auch bei auftretenden Schwierigkeiten, die sie als Herausforderung für die eigene Person interpretieren, beizubehalten. Jugendliche sind nicht als passive Objekte stürmischer Entwicklungen und gesellschaftlichen Drucks zu

verstehen, sondern im Zusammenspiel mit den genannten Aspekten als aktive Akteure. Fend spricht von »Jugendlichen als Werke ihrer selbst« (2001, S. 205 ff.). Aus diesen je individuellen Gemengelage ergeben sich sehr unterschiedliche Wege durch die Jugendphase.

In einem knappen Systematisierungsversuch nennt Fend fünf Kernthemen der Adoleszenz: Selbst, Körper und Sexualität, Beziehungen zu Eltern und Peers, Leistung und Beruf sowie Kultur und Gesellschaft (Fend 2001, S. 414). Die Auseinandersetzung mit diesen Kernthemen und ihre

»Erwachsen zu werden bedeutet heute: soziale und kulturelle Ungewissheit, moralische Widersprüchlichkeit, erhebliche Zukunftsunsicherheit«

Mit dem Konzept der alterstypischen Entwicklungsaufgaben für Jugendliche in der Adoleszenz wird seit einigen Jahrzehnten versucht, die notwendige Auseinandersetzung der Heranwachsenden mit den gesellschaftlichen Erwartungen und den normierenden Bildern des Jugendalters prägnant zu bündeln. In der Fachliteratur existiert mittlerweile eine Reihe von Vorschlägen, welches denn nun die typischen Entwicklungsaufgaben des Jugendalters in der Gegenwart sind. Auch wenn sich diese im Detail und in der Sortierung unterscheiden, so lassen sich doch für die Jugendphase charakteristische Entwicklungsaufgaben ausmachen. Auf der Basis eines breiten Forschungsüberblicks unterscheidet beispielsweise Fend (2001) folgende sieben Aufgaben: den Körper bewohnen lernen, den Umgang mit Sexualität lernen, den Umbau der sozialen Beziehungen, den Umbau der Leistungsbereitschaft: Schule als Entwicklungsaufgabe, die Berufswahl, Bildung und Identitätsarbeit.

Bewältigung erfolgt in unterschiedlichen Formen, nicht selten kognitiv, immer auch emotional, häufig willentlich. Als gesundheitsrelevante Entwicklungsthemen für das Jugendalter lassen sich vor allem folgende drei Aspekte ausmachen: den Körper spüren, die Grenzen suchen, eine eigene Identität finden, den Körper spüren.

Wie wohl kaum eine andere biografische Veränderung markieren die hormonellen und körperlichen Veränderungen den Beginn der Pubertät und der Jugendphase. Dabei spielen äußerliche Veränderungen (Größenwachstum, Ausprägung der sekundären Geschlechtsmerkmale und Geschlechtsreife) ebenso eine Rolle wie komplexe psychische Dynamiken und die vielschichtigen Reaktionen der Umwelt.

Befunde aus der Neurobiologie belegen, dass Gehirnstrukturen in dieser Zeit grundlegend umgebaut und neue Lernprozesse möglich werden (vgl. Wietasch 2007). Dabei werden vor allem die äußerlich sichtbaren Veränderungen des Körpers zum Gegenstand zum Teil ängst-

Was junge Menschen lernen müssen: sich selbst kennenlernen, sich selbst organisieren können, sich selbst zuordnen wollen



Reflexive Identitätsarbeit ist für Heranwachsende eine zentrale Entwicklungsaufgabe. Sie hat als Bedingung und als Ziel die Schaffung von Lebenskohärenz.

In früheren gesellschaftlichen Epochen war die Bereitschaft zur Übernahme vorgefertigter Identitätspakete das zentrale Kriterium für Lebensbewältigung. Heute kommt es auf die individuelle Passungs- und Identitätsarbeit an, also auf die Fähigkeit zur Selbstorganisation, zum »Selbsttätigwerden« oder zur »Selbsteinbettung«.

Das Gelingen dieser Identitätsarbeit bemisst sich für das Subjekt von Innen an dem Kriterium der Authentizität und von Außen am Kriterium der Anerkennung. Die Vorstellung von Identität als einer fortschreitenden und abschließbaren Kapitalbildung wird zunehmend abgelöst durch die Idee, dass es bei Identität um immer wieder neu zu gestaltende »Projektentwürfe des eigenen Lebens« geht.

Heiner Keupp

licher eigener wie auch fremder kritischer Beobachtung und, soweit als möglich, zum Objekt von bewusster Gestaltung, zum Teil aber auch bewusster Negierung. Auch im Zusammenhang mit der sexuellen Reifung und dem wachsenden Interesse an sexueller Attraktivität gewinnen Schönheitsideale an Bedeutung ebenso wie das Interesse, »etwas aus sich zu machen«. Körperästhetik, Inszenierungen und Präsentationen beanspruchen viel Raum (vgl. Misoch 2007); das Ausprobieren der Geschlechterrollen und auch erster sexueller Annäherungen prägen den Alltag bis in die kleinsten Nischen. Körpererfahrungen und Körpererleben werden in dieser Phase in vielfältiger Form zum Ausgangs- und Bezugspunkt von Wohl- und Unwohlbefinden, von positiver Weltzuwendung wie auch von quälenden Anstrengungen, von Krisen und neuen Risiken. Dabei differieren die Muster der Körperwahrnehmung und des Umgangs mit ihm sowie das Sexualverhalten nach sozialen Lagen, kulturellen Hintergründen sowie zwischen den Geschlechtern erheblich.

Der zentrale Stellenwert, der der Körpererfahrung im Jugendalter zukommt, wird nicht zuletzt daran erkennbar, dass für nicht wenige Jugendkulturen Körperlichkeit in ihren jeweiligen Facetten das Zentrum der jeweiligen Szene und ihrer vorrangigen Freizeitbeschäftigung darstellt (Hitzler u. a. 2005; Neumann-Braun & Richard 2005). Die Identifikation von Jugendlichen mit bestimmten Jugendkulturen kann problematisch erscheinen, bedeutet aber auch die Partizipation an bestimmten Mustern der sozialen Interaktion. Die dort meist erfahrene soziale Unterstützung, Nähe und Akzeptanz in der Gruppe stellt eine wichtige Ressource für die die Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls und die soziale Kompetenz von Jugendlichen dar (Ezzell u. a. 2000).

In dieser Perspektive kann die Phase der Adoleszenz auch als zweite Chance gesehen werden, innerhalb derer frühere Kindheitserfahrungen modifiziert und korrigiert werden können (Erdheim 1983; Bloss 1973). So können beispielsweise in der frühen Kindheit entstandene Kommunikationsstörungen zwischen Eltern und ihren Kindern durch die Teilhabe an anderen kulturellen symbolischen Systemen, z. B. in der Gleichaltrigengruppe, modifiziert statt fixiert werden (vgl. Erdheim 1983).

Eine zu den Eltern und anderen wichtigen Erwachsenen komplementäre

Ressource stellen die Gleichaltrigen dar, bieten sie doch vor allem in Bezug auf die altersspezifischen Themen der Jugendlichen und die jugendtypischen Entwicklungsaufgaben eine bessere Bühne als die Erwachsenen. Gleichwohl können diese Erfahrungen eine fehlende Unterstützung durch die Eltern sowie durch externe erwachsene Bezugspersonen wie Lehrer oder Sozialpädagoginnen, die u. a. positive Rollenmodelle anbieten (Heller u. a. 1999) oder auch bei der Berufsfindung unterstützend wirken, nur bedingt kompensieren (van Aaken u. a. 1996).

Soziale Unterstützung wirkt sich körperlich und psychisch entlastend aus (van Aaken u. a. 1996), insbesondere auch bei Heranwachsenden, die eine chronische Erkrankung oder ein kritisches Lebensereignis (z. B. Erkrankung der Eltern oder Missbrauchserfahrungen) zu bewältigen haben (Ezzell u. a. 2000), und erleichtert zudem ein positives Gesundheitsverhalten (Bettge 2004). Dabei ist die Qualität von sozialer Unterstützung entscheidender als deren Quantität (Schnabel 2001).

Grenzen suchen

Es gehört zum bislang weitgehend akzeptierten Common Sense, dass Jugendliche ihre Grenzen erproben müssen. Nicht nur die körperlichen und psychischen Veränderungen, sondern auch die sich öffnenden gesellschaftlichen Spielräume sowie schließlich die Notwendigkeit, eine eigene Position in der Welt finden zu müssen, erfordern geradezu das Ausloten der eigenen individuellen sowie der gesellschaftlich gesetzten Grenzen.

»Für junge Menschen ist die Qualität sozialer Unterstützung entscheidender als deren Quantität«

Hinzu kommt, dass spät-moderne Gesellschaften mit ihren diffusen Normierungen, inneren Widersprüchen und zahlreichen Doppelbödigkeiten nicht mehr einfache Anpassungen an vorgegebene Muster der Lebensführung ermöglichen, sondern jeden Einzelnen und jede Einzelne zwingen, sich individuell ihren Weg durch die vielfältigen Optionen zu bahnen.

Das vielfältige, wenig gesundheitsförderliche Risikoverhalten, beispielsweise in Form von Extremsport, Magersucht,

Ritzen, Probieren von Drogen, Rauschtrinken (Raithel 2001), und die Bereitschaft zu extremen körperlichen Belastungen sind in diesem Sinne ebenso als Formen des Auslotens von Handlungsräumen und des Suchens nach Grenzen zu verstehen wie die vielen Formen abweichenden Handelns, sei es in Form delinquenten und strafrechtlich relevanten Handelns, sei es in Form psychopathologischer Verhaltensweisen.

Grenzen suchen bedeutet schließlich, sich im sozialen Netz zwischen Elternhaus, Schulumwelt, Peergroup und virtuellen Welten zu positionieren und die dabei jeweils gültigen Regeln akzeptieren und deren Spielräume ausloten zu lernen.

Eine eigene Identität finden

Eng mit den genannten Entwicklungsthemen ist schließlich die zentrale Herausforderung der Jugendphase zu sehen, die Entwicklung einer eigenen Identität, die mit der Beantwortung der Frage »Wer bin ich« verknüpft ist.

Damit sind für die Jugendlichen existenzielle Grund- und Sinnfragen angesprochen, die besonders in dieser Lebensphase eine zentrale Rolle spielen. Die Beschäftigung mit Religion, Transzendenz, Tod, aber auch grundlegende Erfahrungen wie Angst Bedrohung, Verzweiflung, Hoffnung und Zuversicht nehmen deshalb einen breiten Raum ein.

Die Frage nach der eigenen Identität tangiert aber auch die vielen Teilaspekte von Identität – also beispielsweise die Geschlechtsidentität (»Wer bin ich als Junge oder als Mädchen?«) – oder die verschiedenen Bezüge zur Welt und die

individuell jeweils verfügbaren und zugänglichen Wissensbestände und Kompetenzen in sachlich-dinglicher, kultureller, sozialer und subjektiver Hinsicht (Deutscher Bundestag 2005).

Gesellschaftlich wird dabei – trotz aller ungebrochen wirksamen Individualisierungs-, Pluralisierungs-, Entgrenzungs- und spätmodernen Vergesellschaftungsprozesse (Keupp u. a. 20135) – von Jugendlichen erwartet, dass sie eine im Kern relativ kohärente Identität ausbilden. Identität wird

hier verstanden als ein permanenter Aushandlungsprozess, in dem das Individuum versucht, über Handlungen und Verhalten eine Übereinstimmung zwischen der eigenen Selbstwahrnehmung und eigenen – antizipierten – Verhaltensstandards zu erreichen (»Identitätsarbeit«).

Der Begriff der Identität umfasst nicht nur Werte und Ziele sowie Vorstellungen darüber, wer man ist, sondern auch über die eigenen Fähigkeiten. Damit ist »Identität« auch für die Entwicklung des Kohärenzsinns (Antonovsky 1997) von großer Bedeutung.

»Selbstorganisation ist ohne ausreichende materielle Absicherung nicht möglich«

Zentrales Ziel des Identitätsprozesses ist das (immer wieder erneute) Erreichen eines positiven Selbstwertgefühls und einer allgemeinen Handlungsfähigkeit, die die Grundlage für die Lebensbewältigung und damit die Basis für Gesundheit bilden. Wenn es einem Jugendlichen gelingt, eigene Identitätsziele zu erreichen, etwa, indem er vorhandene Stressoren (z. B. Arbeitsplatzverlust) als Herausforderung annimmt und positiv bewältigt, dann kann Identität selbst zu einer gesundheitsförderlichen Ressource im Umgang mit Stress und Krisen werden (Höfer 2000).

Identitätsfindung als risikoreicher Prozess

Die aktuellen gesellschaftlichen Veränderungen lassen das »Aufwachsen heute« (Göppel 2007) zu einer Konstellation »riskanter Chancen« (Keupp 1988) werden. Es eröffnen sich in diesen Wandlungsprozessen durchaus neue Gestaltungsmöglichkeiten im eigenen Lebensentwurf und in der alltäglichen Lebensführung. Gleichzeitig wachsen aber auch die Risiken des Scheiterns, denn die Bedingung für eine selbstbestimmte Nutzung dieser Chancen, für die Erfahrung von Selbstwirksamkeit und Handlungsmächtigkeit, ist die Verfügung über Kompetenzen und Ressourcen, die für viele Heranwachsenden nicht erreichbar sind.

Die institutionellen Ressourcen aus den Bildungs-, Jugendhilfe- und Gesundheitssystemen sind in ihrer gegenwärtigen Gestalt nur unzureichend in der Lage, die person- und milieugebundenen Ressourcen so zu fördern und zu kompensieren,

dass von einer Ressourcengerechtigkeit gesprochen werden könnte. Insofern tragen sie ihrerseits zur Risikoerhöhung bei.

Um eine stimmige Identität auszubilden, suchen und brauchen Jugendliche Herausforderungen und Grenzen. Sie benötigen genügend soziale Lern- und Erfahrungsräume auch jenseits von Schule und Elternhaus, in denen sie zum einen den eigenen Körper und die eigene Sexualität ausprobieren und spüren können, um so zu lernen, ihren Körper anzunehmen und zu »bewohnen« (Fend 2001, S. 222 ff.), statt, wie v. a. bei Mädchen zu

beobachten, sich verstärkt (durch mediale Vorbilder) besonders mit den vermeintlich negativen Aspekten des eigenen Körpers zu beschäftigen. Hier bewusst Verschiedenheit zu akzeptieren, könnte es auch Mädchen und Jungen mit Behinderungen erleichtern, diese Aufgabe zu bewältigen.

Junge Menschen brauchen weiterhin genügend Möglichkeiten, um in ihrem Freundeskreis ihren jugendkulturellen Interessen und Praxen nachzugehen, die ihnen Abgrenzung und die Ausbildung von Eigenständigkeit ermöglichen.

Jugendliche bedürfen weiter der Unterstützung bei ihrer Auseinandersetzung mit den gesellschaftlich und medial vermittelten Botschaften des »Alles ist möglich«, denn Jugendliche in dieser Altersphase sind mit der unumgänglichen Herausforderung konfrontiert, eine für sie stimmige Balance zwischen ihren Vorstellungen und Bedürfnissen und den hierfür vorhandenen Möglichkeiten und Grenzen zu finden.

Ressourcen der Identitätsarbeit

Welche Ressourcen werden denn nun benötigt, um selbstbestimmt und selbstwirksam eigene Wege in einer so komplex gewordenen Gesellschaft gehen zu können? Ohne Anspruch auf Vollständigkeit lassen sich sieben Aspekte nennen:

1. Urvertrauen zum Leben: Für die Gewinnung von Lebensouveränität ist lebensgeschichtlich in der Startphase des Lebens ein Gefühl des Vertrauens in die Kontinuität des Lebens eine zentrale Voraussetzung, ich nenne es ein Urvertrauen zum Leben. Es ist begründet in der Er-

fahrung, dass man gewünscht ist, dass man sich auf die Personen, auf die man existentiell angewiesen ist, ohne Wenn und Aber verlassen kann. Es ist das, was die Bindungsforschung eine sichere Bindung nennt, die auch durch vorübergehende Abwesenheit von Bezugspersonen und durch Konflikte mit ihnen nicht gefährdet ist.

2. Dialektik von Bezogenheit und Autonomie: Eine Bindung, die nicht das Loslassen ermutigt, ist keine sichere Bindung, deswegen hängt eine gesunde Entwicklung an der Erfahrung der Dialektik von Bezogenheit und Autonomie. Schon Erikson hat uns aufgezeigt, dass Autonomie nur auf der Grundlage eines gefestigten Urvertrauens zu gewinnen ist. Die Psychoanalytikerin Jessica Benjamin (1993) hat in ihrem so wichtigen Buch »Die Fesseln der Liebe« deutlich gemacht, dass sich gerade im Schatten der Restbestände patriarchaler Lebensformen Frauen und Männer in je geschlechtsspezifischer Vereinseitigung dem Pol Bezogenheit oder Autonomie zuordnen und so die notwendige Dialektik zerstören. Dabei heraus kommt das Jammergeheul misslingender Beziehungen: »Du verstehst mich nicht!«

3. Entwicklung von Lebenskohärenz: Lebenskompetenz braucht einen Vorrat von »Lebenskohärenz«. Aaron Antonovsky (1997) hat in seinem salutogenetischen Modell nicht nur die individuelle identitäts- und gesundheitsbezogene Relevanz des »sense of coherence« aufgezeigt, sondern auch Vorarbeiten zu einem Familienkohärenzgefühl hinterlassen. Werte und Lebenssinn stellen Orientierungsmuster für die individuelle Lebensführung dar. Sie definieren Kriterien für wichtige und unwichtige Ziele, sie werten Handlungen und Ereignisse nach gut und böse, erlaubt und verboten. Traditionelle Kulturen lassen sich durch einen hohen Grad verbindlicher und gemeinsam geteilter Wertmaßstäbe charakterisieren. Individuelle Wertentscheidungen haben nur einen relativ geringen Spielraum. Der gesellschaftliche Weg in die Gegenwart hat zu einer starken Erosion immer schon feststehender Werte und zu einer Wertepluralisierung geführt. Dies kann als Freiheitsgewinn beschrieben werden und hat dazu geführt, dass die Subjekte der Gegenwart als »Kinder der Freiheit« charakterisiert werden. Diese werden meist so dargestellt, als hätten sie das Wertesystem der Moderne endgültig hinter sich gelassen. Es wird als »Wertekorsett«

beschrieben, von dem man sich befreit habe, und nun könnte sich jede und jeder ihren eigenen Wertcocktail zurechtmixen. Das klingt nach unbegrenzten Chancen der Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung. Aber diese Situation beschreibt keine frei wählbare Kür, sondern sie stellt eine Pflicht dar, und diese zu erfüllen, erfordert Fähigkeiten und Kompetenzen, über die längst nicht alle Menschen in der Reflexiven Moderne verfügen.

4. Schöpfung sozialer Ressourcen durch 4. Netzwerkbildung: Wenn wir die sozialen Baumeisterinnen und Baumeister unserer eigenen sozialen Lebenswelten und Netze sind, dann ist eine spezifische Beziehungs- und Verknüpfungsfähigkeit erforderlich. Nennen wir sie soziale Ressourcen. Der Bestand immer schon vorhandener sozialer Bezüge wird geringer und der Teil unseres sozialen Beziehungsnetzes, den wir uns selbst schaffen und den wir durch Eigenaktivität aufrechterhalten (müssen), wird größer. Nun zeigen die entsprechenden Studien, dass das moderne Subjekt keineswegs ein »Einsiedlerkreb« geworden ist, sondern im Durchschnitt ein größeres Netz eigeninitiiertes sozialer Beziehungen aufweist, als es seine Vorläufergenerationen hatten: Freundeskreise, Interessengemeinschaften, Nachbarschaftsaktivitäten, Vereine, Selbsthilfegruppen, Initiativen. Es zeigt sich jedoch auch, dass sozioökonomisch unterprivilegierte und gesellschaftlich marginalisierte Gruppen offensichtlich besondere Defizite aufweisen bei dieser gesellschaftlich zunehmend geforderten eigeninitiativen Beziehungsarbeit. Die sozialen Netzwerke von Arbeitern und Arbeiterinnen etwa sind in den Nachkriegsjahrzehnten immer kleiner geworden. Von den engmaschigen und solidarischen Netzwerken der Arbeiterfamilien, wie sie noch in den 1950er Jahren in einer Reihe klassischer Studien aufgezeigt wurden und in der Studentenbewegung teilweise romantisch überhöht wurden, ist nicht mehr viel übrig geblieben. Das »Eremitenklima« ist am ehesten hier zur Realität geworden. Unser »soziales Kapital«, die sozialen Ressourcen, sind ganz offensichtlich wesentlich mitbestimmt von unserem Zugang zu »ökonomischem Kapital«. Für offene, experimentelle, auf Autonomie zielende Identitätsentwürfe ist die Frage nach sozialen Beziehungsnetzen von allergrößter Bedeutung, in denen Menschen zu selbstbestimmten Identitätsmustern ermutigt werden, also sie brauchen »Kontexte

Erwachsen werden heute – sieben Thesen

Erste These: In dem gegenwärtigen gesellschaftlichen Umbruch entstehen neue Chancen für eigenwillige Identitäts- und Normalitätsentwürfe. Aber auch die Notwendigkeit individueller Passungsarbeit von inneren und äußeren Realitäten.

Zweite These: Die Leitfäden für diese Passungsarbeit können nicht mehr problemlos aus dem Vorrat an »Normalformtypisierungen« der Einfachen Moderne bezogen werden, deshalb besteht berechtigte Skepsis gegenüber den Schnittmustern früherer Generationen. Erwachsene sollte auf die Fiktion verzichten, als hätten sie diese Schnittmuster. Wenn ihnen die Funktion von Vorbildern zukommen soll, dann in ihrer Bereitschaft, Ungewissheiten zu akzeptieren und das nicht-regressive Umgehen mit ihnen vorzuleben.

Dritte These: Der Zugang zu materiellem, kulturellem, sozialem und psychischem Kapital ist eine zentrale Voraussetzung für eine selbstbestimmte Identitätsarbeit.

Vierte These: Für die alltägliche Identitätsarbeit sind Kontexte der Anerkennung unabdingbar. Damit sind die Chancen der Zugehörigkeit zu einer tragenden Gemeinschaft, zu einem sozialen Netzwerk gemeint, das schützt und die Suchbewegungen und Versuche ermutigt, eigene Möglichkeiten zu entdecken und zu realisieren.



Fünfte These: Gelingende Identitätsarbeit heißt, für sich selbst einen authentischen Lebenssinn zu finden, ein Gefühl der Kohärenz. Dieses kann man immer weniger einfach aus einem kulturellen Raum abrufen und übernehmen, sondern es muss in einem selbstreflexiven Prozess gefunden und entwickelt werden.

Sechste These: Das Kohärenzgefühl braucht einen kommunitären Rahmen, in dem Ermutigung, Realitätsprüfung, Anerkennung und Zugehörigkeit vermittelt werden. Also die Basis für das Ziel, »ohne Angst verschieden sein können«.

Siebte These: Heranwachsende brauchen gesellschaftliche Gelegenheitsstrukturen, sich als »Subjekte ihres Handelns« zu erleben und das bedeutet verbindliche Teilhabechancen, die durch eine Politik des Empowerment zu sichern sind.

Heiner Keupp

sozialer Anerkennung«. Da gerade Menschen aus sozial benachteiligten Schichten nicht nur besonders viele Belastungen zu verarbeiten haben und die dafür erforderlichen Unterstützungsressourcen in ihren Lebenswelten eher unterentwickelt sind, halte ich die gezielte professionelle und sozialstaatliche Förderung der Netzwerkbildung bei diesen Bevölkerungsgruppen für besonders relevant.

5. Materielles Kapital als Bedingung für 5. Beziehungskapital: Ein offenes Identitätsprojekt, in dem neue Lebensformen erprobt und eigener Lebenssinn entwickelt werden, bedarf materieller Ressourcen. Hier liegt das zentrale und höchst aktuelle sozial- und gesellschaftspolitische Problem. Eine Gesellschaft, die sich ideologisch, politisch und ökonomisch fast ausschließlich auf die Regulationskraft des Marktes verlässt, vertieft die gesellschaftliche Spaltung und führt auch zu einer wachsenden Ungleichheit der Chancen an Lebensgestaltung. Hier holt uns immer wieder die klassische soziale Frage ein. Die Fähigkeit zu und die Erprobung von Projekten der Selbstorganisation sind

ohne ausreichende materielle Absicherung nicht möglich. Ohne Teilhabe am gesellschaftlichen Lebensprozess in Form von sinnvoller Tätigkeit und angemessener Bezahlung wird Identitätsbildung zu einem zynischen Schwebestand, den auch ein »postmodernes Credo« nicht zu einem Reich der Freiheit aufwerten kann.

6. Demokratische Alltagskultur durch 6. Partizipation: Nicht mehr die Bereitschaft zur Übernahme von fertigen Paketen des »richtigen Lebens«, sondern die Fähigkeit zum Aushandeln ist notwendig: Wenn es in unserer Alltagswelt keine unverrückbaren, allgemein akzeptierten Normen mehr gibt, außer einigen Grundwerten, wenn wir keinen Knigge mehr haben, der uns für alle wichtigen Lebenslagen das angemessene Verhalten vorgeben kann, dann müssen wir die Regeln, Normen, Ziele und Wege beständig neu aushandeln. Das kann nicht in Gestalt von Kommandosystemen erfolgen, sondern erfordert demokratische Willensbildung, verbindliche Teilhabechancen im Alltag, in den Familien, in der Schule, Universität, in der Arbeitswelt und in Initiativ- und

Selbsthilfegruppen. Dazu gehört natürlich auch eine gehörige Portion von Konfliktfähigkeit. Die »demokratische Frage« ist durch die Etablierung des Parlamentarismus noch längst nicht abgehakt, sondern muss im Alltag verankert werden.

7. Selbstwirksamkeitserfahrungen durch Engagement: Verwirklichungschancen hängen eng mit der Idee der Zivilgesellschaft zusammen. Diese lebt von dem Vertrauen der Menschen in ihre Fähigkeiten, im wohlverstandenen Eigeninteresse gemeinsam mit anderen die Lebensbedingungen für alle zu verbessern. Zivilgesellschaftliche Kompetenz entsteht dadurch, »dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben, sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die allen ihren Bürgerinnen und Bürgern dies ermöglichen« (Ottawa Charta 1986; Trojan & Stumm 1992).

Risiko des Scheiterns

Ich sehe zwei Varianten des Scheiterns in der Bewältigung der genannten Anforderungen beim Erwachsenwerden heute: den individuellen Verzicht, sich weiterhin um eine akzeptierte Passung von Innerem und Äußerem zu bemühen.

Und die kollektive »Schiefheilung« (Freud), in der die Suche nach einem selbstreflexiven Lebenssinn zugunsten der Übernahme ideologischer Prothesen (z. B. Rassismus, esoterischer, religiöser oder politischer Fundamentalismus) aufgegeben wird. ■



Aaken, M.A.G. van/Asendorp, J.B./Wilpers, S. (1996). Das soziale Unterstützungsnetzwerk von Kindern: Strukturelle Merkmale, Grad der Unterstützung, Konflikt und Beziehungen zum Selbstwertgefühl. *Psychol. Erz. Unterr.* 43, S. 114-126.

Antonovsky, A. (1997). Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: dgvt-Verlag.

Arnett, J.J. (2002). Adolescence and emerging adulthood. A cultural approach. Upper Saddle River, N.J.: Pearson.

Arnett, J.J. (2004). Emerging adulthood. The winding road from the late teens through the twenties. Oxford: Oxford University Press.

Bandura, A. (1997). Self Efficacy: The Exercise of Control. New York, Palgrave.

Bauman, Z. (19982). Vom Pilger zum Touristen – Postmoderne Identitätsprojekte. In H. Keupp (Hg.), *Der Mensch als soziales Wesen. Sozialpsychologisches Denken im 20. Jahrhundert. Ein Lesebuch* (S. 295-300) München: Piper.

Bauman, Z. (2003). Flüchtige Moderne. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Benjamin, J. (1993). Die Fesseln der Liebe. Psychoanalyse, Feminismus und das Problem der Macht. Frankfurt am Main.

Bettge, S. (2004). Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. http://edocs.tu-berlin.de/diss/2004/bettge_susanne.pdf, 30.12.2008.

Côté, J. (2000). Arrested adulthood. The changing nature of maturity and identity. New York: New York University Press.

Côté, J.E. & Levine, C. (2002). Identity Formation, Agency, and Culture. A Socialpsychological Synthesis. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Csikszentmihalyi, M./Schneider, B. (2000). Becoming adult. New York: Basic Books.

Deutscher Bundestag (2009). Mehr Chancen für gesundes Aufwachsen. Gesundheitsbezogene Prävention und Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe. 13. Kinder- und Jugendbericht. Berlin.

Egle, U. & Hoffmann, S.-O. (2002). Pathogenese und protektive Entwicklungsfaktoren in Kindheit und Jugend. In: Egle, U./Hoffmann, S.-O./Joraschky, P. (Hg.): *Sexueller Missbrauch, Misshandlung und Vernachlässigung*. Stuttgart, S. 3-22.

Erdheim, M. (1983). Adoleszenz zwischen Familie und Kultur. Ethnopsychanalytische Überlegungen zur Funktion der Jugend in der Kultur. In: *Psychosozial*, 6, S. 104-116.

Ezzell, C., Swenson, C. & Brondino, M. (2000). The relationship of social support to physically abused children's adjustment. In: *Child Abuse and Neglect*, 24, S. 641-651.

Fend, H. (2001). Entwicklungspsychologie des Jugendalters. Ein Lehrbuch für pädagogische und psychologische Berufe. Opladen.

Furlong, A./Cartmel, F. (20072). Young people and social change. New perspectives. Maidenhead: Open University Press.

Göppel, R. (2005). Das Jugendalter. Entwicklungsaufgaben – Entwicklungskrisen – Bewältigungsformen. Stuttgart: Kohlhammer.

Göppel, R. (2007). Aufwachsen heute – Veränderungen der Kindheit – Probleme des Jugendalters. Stuttgart: Kohlhammer.

Heller, S., Larrieu, J., D'Imperio, R. & Boris, N. (1999). Research on resilience to child maltreatment: Empirical considerations. In: *Child Abuse and Neglect*, 23, S. 321-338.

Hitzler, R., Bucher, T. & Niederbacher, A. (2005). Leben in Szenen. Formen jugendlicher Vergemeinschaftung heute. Wiesbaden.

Höfer, R. (2000). Jugend, Gesundheit und Identität. Studien zum Kohärenzgefühl. Opladen: Leske + Budrich.

Horkheimer, M. & Adorno, T.W. (2015). Kulturindustrie. Aufklärung als Massenbetrug. Stuttgart: Reclam.

Keupp, H. (1988). Riskante Chancen. Das Subjekt zwischen Psychokultur und Selbstorganisation. Heidelberg: Asanger.

Keupp, H., Ahbe, T., Gmür, W. et al. (20135). Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne. Reinbek: Rowohlt.

Lanthaler, W. & Zugmann, J. (2001). Die ICH-Aktie. Mit neuem Karrieredenken zum Erfolg. Frankfurt FAZ-Verlag.

Lüders, C. (2007). Entgrenzt, individualisiert, verdichtet. Überlegungen zum Strukturwandel des Aufwachsens. In: *SOS-Dialog* 2007, S. 4-10.

Lutz, B. (1984). Der kurze Traum immerwährender Prosperität. Frankfurt am Main: Campus.

Misoch, S. (2007). Körperinszenierungen Jugendlicher im Netz: Ästhetische und schockierende Präsentationen. In: *Diskurs Kindheits- und Jugendforschung*, 2, S. 139-154.

Neumann-Braun, K. & Richard, B. (Hg.) (2005). Coolhunters. Jugendkulturen zwischen Medien und Markt. Frankfurt am Main.

Raithel, J. (Hg.) (2001). Risikoverhaltensweisen Jugendlicher. Formen, Erklärungen und Prävention. Opladen.

Schnabel, P.-E. (2001). Familie und Gesundheit: Bedingungen, Möglichkeiten und Konzepte der Gesundheitsförderung. Weinheim.

Trojan, A. & Stumm, B. (Hg.) (1992). Gesundheit fördern statt zu kontrollieren. Frankfurt am Main: Fischer.

Werner, E. E. (2007). Entwicklung zwischen Risiko und Resilienz. In: Opp, G./Fingerle, M. (Hg.): *Was Kinder stärkt: Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*. München, S. 20-31.

Wietasch, A.-K. (2007). Jugend, Körper und Emotion. Eine Schnittmenge aus neurobiologischer Sicht. In: *Diskurs Kindheits- und Jugendforschung*, 2, S. 123-137.