

Junge Erwachsene zwischen Autonomie und Nachreifung

Marianne Gaiselmann

BWF – Betreutes Wohnen in Familien

Elisabeth Schweyer

JuMeGa – Junge Menschen in Gastfamilien

Junge Erwachsene zwischen Autonomie und Nachreifung



Ablauf

- Erwachsen werden ist schwer (biologische Aspekte)
- Lebenswelt heutiger Heranwachsender
- Bewältigung der Entwicklungsaufgaben und psychische Erkrankung
- Anwendung in der Praxis, Fallbeispiel und Diskussion
- Welche Herausforderungen sind zu meistern, damit BWF bei jungen Menschen gelingen kann?

Erwachsen werden ist schwer - biologische Aspekte

(vgl. Herpertz-Dahlmann et al. 2013)



- Körperliche Veränderungen
- Reorganisationsprozesse des Gehirns
- Ungleichgewicht zwischen früh reifenden, den Affekt beeinflussenden Hirnarealen und sich später entwickelnden kognitiven, kontrollierenden Arealen
- Erhöhte Vulnerabilität
- Erhöhtes Risiko für Störungen

Zur Lebenswelt heutiger Heranwachsender

(vgl. Huck 2015, Nuber 2001, Lenzer 2003)



- Vielfalt an Lebensmöglichkeiten, gleichzeitig Diskrepanz zwischen dem, was möglich erscheint, und den tatsächlichen Möglichkeiten des Einzelnen
→ Frustration
- Lebensplanung und Orientierung schwierig. Wegfall allgemeingültiger Vorstellungen. Es ist unklar, was „den Erwachsenen“ charakterisiert.
- Früher „lineares Modell“ (Schule, Lehre/ Studium, Beruf, Heirat, Familie), heute „zyklisches Modell“ (permanente Veränderung, lebenslanges Lernen, flexibel bleiben, sich täglich neu entwerfen).

(Vgl. Hudson, in Nuber und Lenzer)

Zur Lebenswelt heutiger Heranwachsender

(vgl. Huck 2015, Nuber 2001, Lenzer 2003)



- Frühere Generationen können nicht mehr vermitteln, was zum Erwachsensein dazugehört.
→ Überforderung und Unsicherheit
- Einerseits nach wie vor Ideal, mit 18 erwachsen zu sein (Freiheit, Autonomie), andererseits Angst davor. Viele junge Menschen sind noch nicht bereit sich der Herausforderung erwachsen zu sein zu stellen.
- Nur 25 % der 18-30 Jährigen bezeichnen sich selbst als Erwachsen. (Vgl. Arnett, in Huck 2015)

Konzept des „Emerging Adulthood“

(nach Jeffrey Arnett, in Huck 2015)



Bedeutung: Sich entwickelndes Erwachsensein

Arnett versteht unter „Emerging Adulthood“ eine eigenständige Phase (18-25 J.) zwischen Jugend und Erwachsensein, in der sich vor allem der wirtschaftliche Wandel widerspiegelt.

- Höhere Ausbildungsanforderungen der Wirtschaft führen zu längeren Ausbildungszeiten.
- Regelmäßiges Sexualeben verlangt keine Heirat mehr, ungewollte Schwangerschaft lässt sich verhüten und führt nicht mehr zu Zwangsehen.
- Heirat gilt nicht länger als Kriterium für Erwachsensein

Kennzeichen des Emerging Adulthood,

- Noch unvollständige Verantwortungsübernahme, „in-between-Sein“
- Ausprobieren verschiedener Lebensstile
- Identitätsfindung: wer und was will ich sein?
- Fokus auf sich selbst, ohne Zwänge von Ehe und Kindern
- Glauben an Möglichkeiten und neue Chancen

Zusammenfassung

- Erwachsen werden bedeutet Reifung auf unterschiedlichen Ebenen.
Komplexer Prozess, der Zeit braucht.
- Biologische Reife früher abgeschlossen als emotionale und mentale Reife.
- Kein eindeutiges Ende, da Wegfall objektiver Marker (Berufseintritt, Heirat).
- Letztendlich zeigt sich der Grad der Entwicklung in der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben, einhergehend mit Reifeentwicklung und Identitätsbildung.

Entwicklungsaufgaben

- Das Konzept der altersspezifischen Entwicklungsaufgaben beschreibt das Aufeinandertreffen von innerer Entwicklung (biologische, kognitive und psychische Veränderungen) und äußeren Anforderungen (z.B. der Gesellschaft).
- **Aktiver Prozess:** der junge Mensch ist aktiv beteiligt und reift in diesem Prozess durch die Konfrontation und Begleitung von Eltern, Peers, Lehrenden, usw.

Entwicklungsaufgaben

- Robert James Havighurst (1900-1991)
Konzept der altersspezifischen
Entwicklungsaufgaben
- Er geht davon aus, dass es innerhalb der Lebensspanne Zeiträume gibt, die für das Erledigen bestimmter Aufgaben am geeignetsten sind (sensitive Perioden).
- **Werden Entwicklungsaufgaben erfolgreich bewältigt, erhöht sich die Zufriedenheit und das Wohlbefinden des Menschen.**

Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz

Als **Adoleszenz** (lateinisch *adolescere* „heranwachsen“) wird in der Entwicklung des Menschen der Zeitraum von der späten Kindheit über die Pubertät bis hin zum vollen Erwachsensein bezeichnet.

Die Adoleszenz-Phase geht über das Jugendalter hinaus und reicht bis ins junge Erwachsenenalter.

Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz

Jugendalter (14-18) (nach Fend 2001)

- ❖ Den Körper bewohnen lernen (Schönheitsideale, Bewertung der pubertärer Veränderungen)
- ❖ Den Umgang mit Sexualität lernen (sich ausprobieren, neue Dimension von Liebe und Hass, Verantwortlicher Umgang)
- ❖ Umbau sozialer Beziehungen (Distanzierung von den Eltern, Peergruppe wird sehr wichtig)
- ❖ Schule / Beruf / Bildung (Umbau der Leistungsbereitschaft, Berufswunsch, kritische Auseinandersetzung mit den kulturellen Traditionen)
- ❖ Identitätsarbeit (Bewusstsein für die eigenen Besonderheiten, eigene Biographie bewusst gestalten)

Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz

Junges Erwachsenenalter (18-30 Jahre) (nach Oerter /Montada 2008)

- ❖ Ablösung von der Herkunftsfamilie (Autonomie, Selbstverantwortung, Nebeneinander von alten und neuen Lebensvollzügen in materieller Unselbständigkeit)
- ❖ Berufsausbildung und Berufseintritt (wird in Abhängigkeit von Herkunfts-, Persönlichkeits- und Arbeitsmarktmerkmalen getroffen)
- ❖ Partnerwahl (Ähnlichkeiten, Status und physische Attraktivität scheinen eine tragende Rolle für das Gelingen von Partnerschaft zu spielen, später konstruktive Abstimmung und Aushandlung)
- ❖ Kinderwunsch und Elternschaft (große Mehrheiten beider Geschlechter hegen Kinderwunsch, oft rational nicht begründbar)

Abgeschlossene Reifeentwicklung (vgl. Huck 2015)



- Angemessene Beziehungsgestaltung + Nähe-Distanz-Regulierung
- Angemessener Umgang mit Affekten und Selbstkontrolle
- Selbstreflektion und Entwicklung von antizipativem Denken
- Balance zwischen Abhängigkeit und Selbständigkeit
- Beachtung von Gemeinschaftswerten

Studie: Wie erleben und bewältigen junge psychisch kranke Menschen ihre Entwicklungsaufgaben? (Kirsten Stelling et.al. 2008)



Interviewstudie:

- Welche Entwicklungsprobleme nehmen sie wahr?
- Welche Form der prof. Unterstützung wird benötigt?

TeilnehmerInnen:

- 16 TN aus stationären und komplementären Einrichtungen , zwischen 18-25 Jahren
- ca. 3-6 in stat. psychiatrischer Behandlung gewesen

Ergebnisse der Studie

Familienbeziehungen:

Schwierig, beeinträchtigt,

Autonomie versus elterliche Verantwortungsübernahme/ Unterstützung

Auszug aus der elterl. Whg. ist entscheidender Entwicklungsschritt

Dennoch: Wunsch nach betreuten Wohnformen

Peergroup-Kontakte:

- TN wünschen sich „ganz normale“ Freundschaften, verlässliche Beziehungen und Aktivitäten in einer Clique.
- Es ist ihnen bewusst, dass die Krankheit ein Handicap ist, deshalb große Unsicherheit im Kontakt, Rückzug, Leiden unter soz. Isolation.
- Ablehnend gegenüber Kontakten zu anderen Kranken, aber auch, verstanden werden von anderen Kranken durch ähnliche Erlebnisse.

Ergebnisse der Studie

Partnerschaft und Elternschaft:

- Zum Befragungszeitpunkt: 2 TN haben eine feste Beziehung, mehrere hatten noch nie eine feste Paarbeziehung.
- Obwohl sich die meisten TN prinzipiell einen festen Partner wünschten, sahen sich die meisten nicht in der Lage eine normale Paarbeziehung zu führen.
- Partnerschaft wurde zu einem späteren Zeitpunkt für möglich gehalten. > nachrangig zu anderen Entwicklungsaufgaben
- Kinderwunsch wurde prinzipiell geäußert, Selbsteinschätzung war, der Verantwortung einer Elternschaft nicht gewachsen zu sein.

Ergebnisse der Studie

Ausbildung und Beruf

- Zentrales Entwicklungsthema
- Auf Grund unklarer beruflicher Situationen leben TN in prekären finanziellen Verhältnissen
- Notwendigkeit prof. Unterstützung zur Bewältigung einer Ausbildung und um finanziell unabhängig zu werden.
- Beschützter Rahmen unabdingbar

Was bedeutet das für unsere Arbeit im BWF?



Fallbeispiel: Frau K., 26 Jahre alt

BWF seit 4 Jahren, im Anschluss an stat. JH (Jugenddorf), ausschlaggebend für Zuordnung zur Gastfamilie war Nähe zur Mutter

Diagnosen:
abhängige Persönlichkeitsstörung, Störung des Sozialverhaltens u. der Emotionen, Teilleistungs- und Entwicklungsstörungen, post-hämorrhagischer Makrozephalus

2 Klinikaufenthalte: 6 Mon. KJPsych., mit 17 erneut Klinik

Soziale Kontakte:
Kontaktpause zu Mutter, großer Beziehungswunsch, wenige echte Freundschaften

Beruflicher Werdegang:
Sonderschule, Reha-Ausbildung Hauswirtschaft, Wunsch in einer Wäscherei zu arbeiten, verschiedene Praktika, Maßnahme Unterstützte Beschäftigung, Übernahme in Arbeitsverhältnis zu 50 % in HW Pflegeheim, Überforderung, nach kurzer Zeit Wechsel in WfbM, seit 2,5 J. Arbeit in Küche WfbM

Aktuelle Schwierigkeiten:

- Hassliebe zur Mutter
- Unzufriedenheit mit beruflicher Situation, will Arbeitsstelle wechseln
- ständig wechselnde Partner
- sehr unausgeglichen und launisch

Ergebnisse der Fallarbeit in der Gruppe

Welche Entwicklungsaufgaben konnten noch nicht erfolgreich bewältigt werden?
 Was bedeutet dies für die aktuelle Sit. der Klientin?

- Distanzierung von Mutter konnte noch nicht erlebt werden
- Nähe - Distanz-Regulierung
Identitätsfindung
- Familie muss erst erlebt werden vor Distanzierung
- fehlende tragfähige peer-Kontakte
- Herkunftsfamilie im Blick behalten "Befriedung"
- Identitätsarbeit
Visionen entwickeln
- Freizeitbereich ausbauen
- Biografiearbeit
Rolle d. Großeltern

In welcher Form können wir (Fachkräfte) oder unsere Gastfamilien mit unserem Wissen um Lebenswelt und Entwicklungsaufgaben die Klientin unterstützen?

- Kritisch betrachten "liebvolle" Gastfamilie
- Erklären welche Chancen nie bestanden haben
Anerkennen der bisherigen Entw.
- Sicherheit gewährleisten
experimentieren ermöglichen
- Gastfamilie muss loslassen
Können, Autonomie betonen, unterstützen
- Gespräche, ermutigen
Erfolgreich gemeinsam zu reflektieren
Vertrauen
- Prozesse bewusst anregen, zum "richtigen" Zeitpunkt
- Aus dem Bauch raus reagieren
off die beste Note
- Zeit lassen
Kleine Schritte
- Flexibel als Mitarbeiter/in mit Klient/in arbeiten

Welche Herausforderungen sind zu meistern, damit BWF bei jungen Menschen gelingen kann?

Herausforderungen an uns als Fachkräfte

- Fokus auf Autonomieentwicklung, keine „Beelterung“.
- Auswahl der Familien danach ausrichten. Welche Familie klammert zu sehr?
- Aufgabenstellung mit Familien kommunizieren, über Werte der Familie sprechen
- Entwicklung findet immer statt. Optimistisch bleiben.
- Mehr Zeit eingestehen für Entwicklungsschritte. Wie kann man Schritte verkleinern?
- Gastfamilie und Umfeld unterstützen, damit auch diese Zeit und Geduld aufbringen.
- Konzept anpassen, strukturell absichern, andere Wege der fachlichen Begleitung nötig
- Pädagogische Methoden anwenden (Modelle der Selbstwirksamkeit)
- Zugang zu den jungen Menschen schaffen, Zugang zu ihren Welten
- Freizeitpädagogischen Bereich ausbauen (wird oft vernachlässigt)

Herausforderungen an die Gastfamilien

- Es geht nicht um Nacherziehung, sondern darum, Raum zu geben für Entwicklung.
- Familie muss Spannungsfeld zwischen Autonomiebestreben und Hilfebedarf aushalten können.
- Offenheit für weitere Entwicklung, BWF als Phase, in der sich herauskristallisiert, wohin es geht.
- Den jungen Menschen dabei begleiten, Akzeptanz für die eigenen Grenzen und Einschränkungen zu entwickeln.
- Kontakte zu Gleichaltrigen ermöglichen.

Die Herausforderungen an die Hilfesysteme



- Gute Vernetzung zwischen Jugendhilfe und Eingliederungshilfe
- Verselbständigungsmöglichkeiten
- Verhandlungsspielräume nutzen
- Altersgrenzen des SGB VIII nutzen
- Berücksichtigung der besonderen Probleme von jungen Erwachsenen in der Eingliederungshilfe (z. B. andere Vergütung)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

**Marianne Gaiselmann, Elisabeth Schweyer,
VSP - Verein für Sozialpsychiatrie e.V.**

Literatur:

- ❖ Eveline Crone (2011). Das pubertierende Gehirn.
- ❖ Fend, Helmut (2005). Entwicklungspsychologie des Jugendalters.
- ❖ Herpertz-Dahlmann, Beate; Bühren, Katharina; Remschmidt, Helmut (2013). Erwachsen werden ist schwer: Psychische Störungen in der Adoleszenz. Dt. Ärzteblatt Jg. 111/1
- ❖ Huck, Wilfried (2015). Wahnsinnig jung.
- ❖ Lenzer, Kathrin (2003). Erwachsen auf Probe. rp-online 10.6.2003
- ❖ Nuber, Ursula (2001). Die schwierige Kunst, ein Erwachsener zu sein. Psychologie heute Jg. 28/4
- ❖ Oerter/Montada (Hrsg.) (2008). Entwicklungspsychologie.
- ❖ Rosenbauer, Nicole; Schiller, Ulli (2016). Jugendhilfe für junge Volljährige – Einblicke in die Praxis des §41 SGB VIII. Jugendsozialarbeit aktuell
- ❖ Stelling K et. Al. (2009). Entwicklungsprobleme bei jungen Erwachsenen mit einer psychischen Erkrankung: Ergebnisse einer qualitativen Interviewstudie. Psychiatrische Praxis 36; 119-124.