

## Inhalt

Jugendalter  
Jungsche Analyse

## Jugendalter

### Begriffsklärung:

Mit Jugendalter wird im allgemeinen der Altersbereich zwischen dem 12. und 20. Lebensjahr bezeichnet. Der Jugendliche ist der „Mensch dazwischen“, zwischen Kind und Erwachsenen, zwischen Spiel und Arbeit. Die zeitliche Festlegung des Jugendalters ist problematisch, da ab dem 18. Lebensjahr die Volljährigkeit gilt und die typischen Veränderungen des Jugendalters zeitlich nicht immer genau festzulegen sind.

Das Jugendalter besteht aus 2 Phasen. Die 1., längere Phase, ist der Übergang zwischen Kindheit und Erwachsensein. Sie wird als Pubertät (Reifealter) bezeichnet. Ihr folgt das Adoleszenzalter, das die Jugendzeit abschließt.

Zeitlich ist auch die Pubertät nur schwer einzugrenzen. Beginn, Verlauf und Ende sind individuell verschieden. Bei Mädchen kann sie bereits mit dem 10./11. Lebensjahr beginnen, bei Jungen etwa 2 Jahre später. In unserem Kulturkreis fällt die Zeit der körperlichen und die der seelisch-geistigen Reife junger Menschen immer weiter auseinander.

### Veränderungen im Pubertätsalter

#### - im körperlichen Bereich

Zunächst lösen sich die harmonischen Körperformen der späten Kindheit durch ein gesteigertes Längenwachstum der Extremitäten (Beine, Arme) auf. Der Pubertierende ist verunsichert, weil er seine Bewegungen nicht mehr so erfolgreich steuern kann. Ein großer Bewegungsdrang erfüllt ihn, aber seine Motorik ist noch unharmonisch.

Gegenüber dem Längenwachstum der Extremitäten ist das Wachstum der inneren Organe verlangsamt, was zur leichten Erregbarkeit, Ängstlichkeit und körperlicher Leistungsminderung führen kann.

Erst in der 2. Hälfte der Pubertät tritt wieder eine deutliche Harmonisierung der Körpergestalt ein.

Das Verhalten in der Auflösungsphase ist immer wieder von Wildheit und Unbeherrschtheit gekennzeichnet. Innerhalb der psychoanalytischen Theorie kündigen solche Verhaltensweisen den Durchbruch des noch nicht beherrschten Triebhaften an.

Im geschlechtlichen Bereich werden zunächst die sekundären Geschlechtsmerkmale (Körperbehaarung in den Achselhöhlen und im Genitalbereich, Entwicklung der Brustdrüsen beim Mädchen und des Kehlkopfes beim Jungen) ausgebildet. Danach tritt die eigentliche Geschlechtsreife ein.

#### - im psychischen Bereich

Der Pubertierende macht eine für ihn neue Entdeckung: seine eigene Innenwelt. Ihn wendet er sich nun verstärkt zu. Aus dem lebensbejahenden, fröhlichen Kind kann jetzt ein unruhiger, launischer junger Mensch werden, der sich gerne zurückzieht und verstärkt gefühlsbezogen reagiert.

Das Selbstwertgefühl des Heranwachsenden ist in dieser Zeit oft übersteigert und gerade darum auch wieder leichter verletzbar als früher. Das hängt mit dem zentralen Thema der Pubertät zusammen: der Suche nach der eigenen Identität: Wer bin ich? Wozu bin ich da? Wie sollte ich sein?

Der Jugendliche hat große Probleme mit seiner Selbstannahme. Er möchte kein Kind mehr sein, aber auch nicht einfach das Leben der Erwachsenen kopieren. Das Selbstwertgefühl bleibt während des ganzen Prozesses der Selbstfindung sehr labil und kann bis zum Lebensüberdruß absinken (hohe Selbstmordquote Jugendlicher!).

#### - *in den sozialen Beziehungen*

Die Suche nach Identität hat auch soziale Veränderungen zur Folge. Der Pubertierende sucht seine Identität in der Ablösung von der bisherigen Welt des Kindes aber auch in der Abgrenzung von der Welt der Erwachsenen. Damit ist der Konflikt der Generationen praktisch programmiert.

Die kritische Ablösung und Distanzierung beginnt zunächst im Elternhaus. Aber auch alle anderen von den Erwachsenen tradierten Werte und Ordnungen werden kritisch hinterfragt und abgelehnt. Da der Jugendliche noch sehr unsicher ist und noch nicht weiß, wer er ist und was er will, ist diese Abgrenzung in der Pubertät meist negativer Art. Sie äußert sich nicht selten in einer radikalen Ablehnung von allem bisherigen: Kindheit, Eltern, Glaube und Politik der Erwachsenen ...

Erst wenn die Frage nach der Identität geklärt ist, verändert sich auch wieder das Verhältnis zu den Erwachsenen. Es beginnt eine Phase der – allerdings immer noch kritischen – Anpassung.

#### *Hinweise für die Erziehung in der Pubertäts- und Adoleszenzphase*

- Der pubertierende braucht viel Verständnis für seine besondere entwicklungspsychologische Situation. Uneinsichtigkeit und Härte bewirken meist das Gegenteil. Moralische Appelle und Vorwürfe vergrößern die Kluft.
- Erwachsene sollten das sich entwickelnde Selbstbewusstsein respektieren und den jungen Menschen als eine vollwertige Persönlichkeit achten.
- Die Distanz zu den Erwachsenen ist normal. Der Jugendliche braucht aber viel Vertrauen.
- In der Beziehung zu den Erwachsenen ist das Aufeinander-Hören wichtig. Die Probleme des Jugendlichen müssen ernst genommen werden. Der Erwachsene sollte auch den Mut haben, sich der Kritik des Jugendlichen auszusetzen.
- In Konfliktsituationen sind begründete Auseinandersetzungen hilfreich.
- Erwachsene müssen bereit sein, ihre eigene Position zu beziehen und – wenn nötig – auch Widerstand zu riskieren.

- In entscheidenden Fragen braucht der Jugendliche klare Orientierungshilfen als Angebot.
- Der Pubertierende sucht, auch wenn er das nicht immer zugibt, Erwachsene, die in ihrer Lebensgestaltung ein glaubwürdiges Vorbild sind.

(Quelle: Psychologie)

## **Jungsche Analyse**

*Siehe unter Analytische Psychologie*