

Leseprobe aus Steinebach, Schrenk, Steinebach und Brendtro, Positive Peer Culture,

ISBN 978-3-7799-3167-6

© 2018 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel

[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-3167-6)

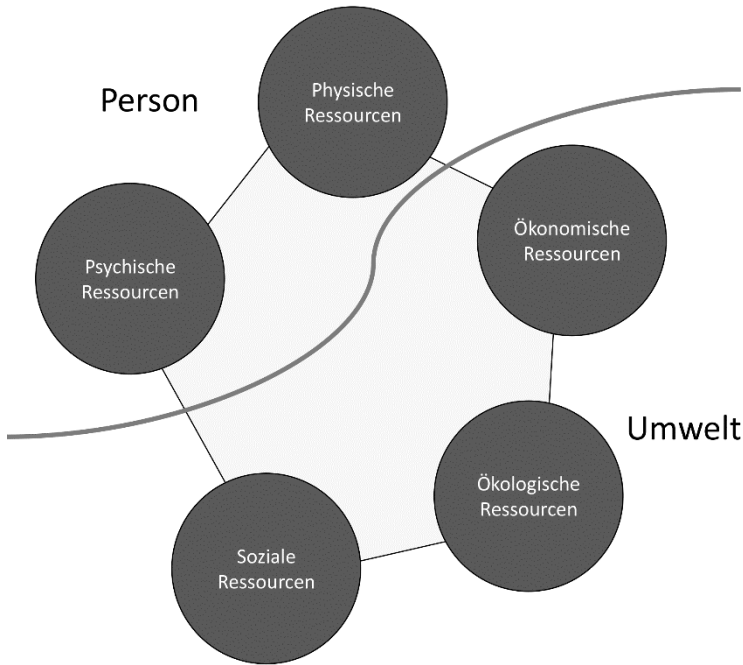
isbn=978-3-7799-3167-6

1 Jugendalter: Riskante Dynamik

An kritischen Themen, Herausforderungen und Problemen ist im Jugendalter sicher kein Mangel. Neue Kompetenzen und Fertigkeiten verweisen auf Herausforderungen, die viele Fragen aufwerfen: die körperliche Reifung, neue Freundschaften, das Nachdenken über die eigene Zukunft, eine neue Definition der Beziehung zu den Eltern, entstehende innere und äußere Konflikte durch Widersprüche zwischen den eigenen und fremden Erwartungen, der Wunsch nach größerer Freiheit, die Sorge um richtige Entscheidungen bei der Berufswahl, die Entwicklung neuer Werte, der Kampf um größere Autonomie, die Bestimmung der eigenen Sexualität, die Abgrenzung der eigenen Träume und Hoffnungen von den Wünschen der anderen, das Erleben verliebt zu sein, die Beziehung zu Gleichaltrigen, vielfältige körperliche Veränderungen, stärkere sexuelle Interessen, erste Erfahrungen mit sexueller Intimität. Über allem steht die Frage, „wer bin ich eigentlich und wer möchte ich sein?“ Die Antwort auf diese Frage verstärkt die Ablösung von den Eltern und zunehmende Selbstbestimmung. Es bildet sich der Vorsatz, nun nächste Entwicklungsschritte anzugehen, etwa die Berufsausbildung abzuschließen oder auch eine dauerhafte Partnerschaft einzugehen.

Für die Auseinandersetzung mit all diesen Themen, Herausforderungen und Aufgaben verfügen die Jugendlichen über Kompetenzen, die sie sich im Kindes- und frühen Jugendalter erworben haben. Sie definieren mehr und mehr ihre eigenen Ziele und nutzen eigene Kompetenzen und umweltseitige Ressourcen, um diese Entwicklungsaufgaben zu meistern und ihre Entwicklungsziele zu erreichen. In der Auseinandersetzung mit den Entwicklungsaufgaben erwerben die Jugendlichen weitere Fähigkeiten. Das, was die Jugendlichen erreichen wollen, definieren sie nicht alleine aus sich heraus. Erwartungen und Anforderungen werden auch von Seiten der Gesellschaft an die Jugendlichen gestellt. Elternhaus und Schule können diese Anforderungen verstärken oder abschwächen, sie können die Bewältigung dieser Aufgaben erschweren oder auch deutlich erleichtern. Grundsätzlich lassen sich so personseitige und umweltseitige Ressourcen unterscheiden (Benson 2007, Brandtstädter 2007, vgl. Abbildung 2).

Abbildung 2 Ressourcen in der Entwicklung



Zwischen den eigenen physischen und psychischen Ressourcen bestehen Wechselwirkungen, genauso wie zwischen sozialen, ökologischen und ökonomischen Ressourcen. So ist anzunehmen, dass das Leben in einem wohlhabenden Quartier auch besondere Möglichkeiten für eine aktive Freizeitgestaltung bietet. Außerdem stehen umweltseitige und personenseitige Ressourcen in Wechselwirkung, denn Möglichkeiten für Bewegung und Entspannung in einer ansprechenden Umgebung fördern auch prosoziales Verhalten und damit auch das physische und psychische Wohlbefinden (Zhang et al. 2014).

Als besondere Wegmarken erweisen sich ökologische Übergänge z. B. von der Schule in die Lehre (Bronfenbrenner 1979, 1981). So können wir davon ausgehen, dass sich in Zeiten ökologischer Übergänge das ort- und zeitspezifische, tätigkeits- und rollenabhängige Beziehungsgefüge zwischen Person und Umwelt verändert. Dies verlangt von Jugendlichen (oder von allen Menschen, die solche Übergänge durchleben), besondere Anpassungsleistungen. Positive Anpassung und die gelungene Bewältigung kann durch Fehler in der Wahrnehmung, in der Verarbeitung und Bewertung und durch fehlende Möglichkeiten in der physischen Umwelt oder durch mangelnde Unterstützung durch

die soziale Umwelt erschwert werden. Dann erleben die Jugendlichen eher Kontrollverlust durch die Belastungen, Überforderung und Ängste. Der resultierende Stress kann zu Rückzug und Depression oder auch zu Aggression führen (Calmbach et al. 2012).

So bleiben die Eltern beim Wechsel von der Schule in die Berufswelt, bei Themen wie Berufswahl, aber auch bei Problemen mit Lehrerinnen und Lehrern, bei Auseinandersetzungen mit Freundinnen und Freunden, wichtige Ansprechpartner. Aber natürlich gewinnen Gleichaltrige im Jugendalter an Bedeutung. Der Freundeskreis ist ein Übungsfeld und eine Resonanzgruppe für die eigene Identität. Zugleich bietet er wichtigen emotionalen Rückhalt (Tajfel/Turner 1986, Theorie der Sozialen Identität, vgl. auch Infobox 1).

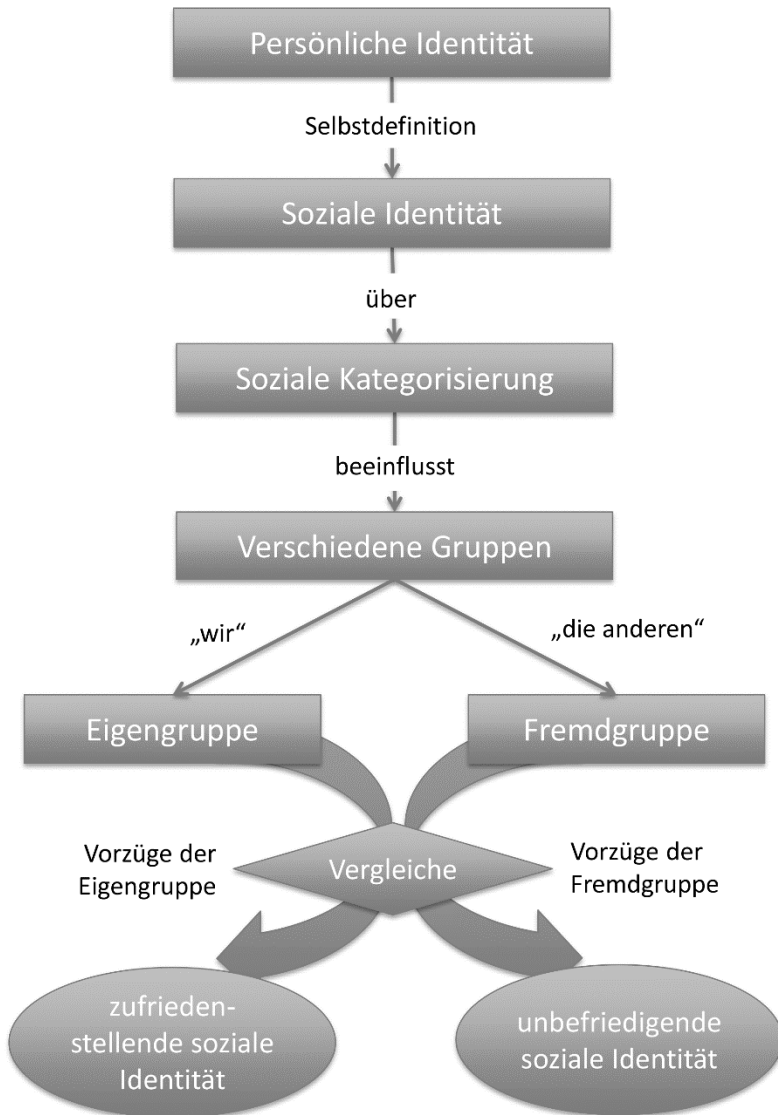
Infobox 1

Zur Theorie der Sozialen Identität von Henri Tajfel und John C. Turner (1986)

- **Soziale Kategorisierung**
Über verfügbare soziale Merkmale segmentieren Individuen ihre soziale Umwelt in unterscheidbare Kategorien oder Gruppen.
- **Soziale Identität**
Aus der Zugehörigkeit zu einer sozialen Gruppe wird das Selbst-Konzept, die Identität der Person bestimmt. Antwort auf die Frage „Wer bin ich?“. Personen streben nach einer positiven Identität.
- **Sozialer Vergleich**
Über sozialen Vergleich (Festinger, 1945) wird die Identität bewertet.
- **Soziale Distinktheit**
Die Identität kann positiv bewertet werden, wenn positive soziale Distinktheit der In-group zur Out-group erreicht wird. Streben nach sozialer Distinktheit kann zu Ethnozentrismus führen.

Auf die besondere Bedeutung der Gruppe für die Entwicklung einer positiven Identität verweist die Theorie der Sozialen Identität von Tajfel und Turner. Für die Entwicklung und den Erhalt der eigenen Identität ist die Gruppe von entscheidender Bedeutung. Gruppen werden bereits aufgrund von kleinsten Merkmalen unterschieden. Abhängig davon, ob wir Mitglied einer Gruppe sind oder nicht, unterscheiden wir im Zuge einer „sozialen Kategorisierung“ (Tajfel 1981, vgl. die folgende Abbildung vgl. Psychology Wizard o.J.) zwischen Eigen- und Fremdgruppe.

Abbildung 3 Persönliche Identität und Gruppenzugehörigkeit



Aus der Zugehörigkeit zur Eigengruppe leiten wir unsere soziale Identität ab. So werden auch neue Verhaltensweisen übernommen, wenn sie als Teil der Identität der Gruppe und damit dann auch als Teil der eigenen sozialen Identität verstanden werden. Ziel ist, eine stabile und tragfähige, positive Identität aufzubauen und zu sichern. So finden zwischen Eigen- und Fremd-

gruppe Vergleiche statt, mit dem Ziel, „selbst besser dazustehen“ (Brewer 1996). Dies führt oft zu einer Tendenz, die Fremdgruppe abzuwerten (etwa Pettigrew 1997). Es ist also darauf zu achten, dass mit den gruppenbezogenen Angeboten keine Konkurrenz zwischen Gruppen gefördert wird, sodass die Konkurrenz zu einer Abwertung der Fremdgruppe führt.

Die Gruppe selbst übt auf verschiedenen Wegen Einfluss auf den Einzelnen aus: Durch (1) Verstärkung bzw. Belohnung oder (2) normativ korrigierenden Druck, als (3) Modell über z. B. Beobachtungslernen oder (4) indem sie Optionen für Handlungen und Entwicklungen schafft und (5) direkt unpassendes Verhalten unterbindet (Brown/ Larson 2009, S. 95). Gruppen in unterschiedlichen gesellschaftlichen Kulturen unterscheiden sich jedoch in der Art, wie abweichendes Verhalten bewertet wird und welche Konsequenzen gezogen werden (Schwarz 2007).

Schon Cicero monierte wohl, dass wir viele Dinge, die wir um unserer selbst willen niemals tun würden, dann aber doch um unserer Freunde willen tun. Gruppen beeinflussen das Verhalten ihrer Mitglieder. So, als würde das Gehirn mit der Präsenz der Gruppe von Autonomie auf Anpassungsmodus schalten. Und tatsächlich wird unsere interne Kontrolle durch ein tiefes neurophysiologisches Programm der intuitiven Anpassung an die Gruppe überschrieben (Gordon et al. 2014). Dieses „Herunterschalten“ des Exekutivgehirns macht uns anfällig für Verführung oder die Ansteckung durch Gruppengefühle. Aber PPC ist nicht nur ein anderer Weg, um Jugendliche zu passiven Figuren im Spiel mächtiger Gruppenprozesse zu machen. Im Gegenteil. Das Ethos einer sorgenden Gruppe schützt ein schwieriges Gruppenmitglied sogar vor Spott und Ablehnung. So sind junge Menschen eher in der Lage, Probleme in einem Klima zu lösen, in dem alle eine eigene Stimme haben.

Jugendliches Fehlverhalten ist oft kein Alleingang, sondern eine Aufführung für Peers. Gruppendelinquenz erreicht im Alter von 16 Jahren ihre größte Ausprägung, wenn die Notwendigkeit, Peers zu beeindrucken, die Selbstregulierung übertrumpft. Schließlich sind die höheren Programme des Zentralen Nervensystems noch nicht sehr ausgereift. Junge Leute neigen dann eher dazu, andere zu imitieren, als reife, unabhängige Urteile zu fällen. Dies ist kein Problem in positiven Gruppenkulturen, die quasi Spiegelneuronen mit positiven Modellen versorgen. Aber Jugendliche, die von Erwachsenen entfremdet sind, suchen oft Peers mit ähnlichen Denkweisen, die antisoziale

Werte und Verhaltensweisen unterstützen könnten (Dodge/Dishion/ Lanford 2006).

Die umfangreichste Forschung zum Einfluss der Peers wurde von Martin Gold und Kollegen an der University of Michigan (Gold/Osgood 1992) durchgeführt. Sie untersuchten Schülerinnen und Schüler in stationären Einrichtungen und Sonderschulen für Jugendliche mit Verhaltensauffälligkeiten. In Einrichtungen, die sich durch ein respektvolles Miteinander auszeichneten, hatten die Jugendlichen positive Beziehungen zum Personal und ein Gefühl von Autonomie und Selbstbestimmung. Sie hatten den Eindruck, dass ihre Stimmen gehört wurden. Ein wichtiges Ergebnis war, dass zwei Persönlichkeitstypen unterschiedlich auf den Gruppeneinfluss in PPC-Programmen reagierten:

- „Beset Teens“ fühlten sich ohnmächtig, ängstlich und deprimiert. Die meisten hatten Beziehungstraumata erlebt, die Gefühle von Unzulänglichkeit und tiefem Misstrauen erzeugten. Sie hatten Schwierigkeiten, mit Erwachsenen oder anderen Jugendlichen zusammenzukommen. Obwohl sie von der Hilfe der Gleichaltrigen profitierten, waren ihnen enge Bindungen an Erwachsene besonders wichtig. So wollten sie ihre Selbstwirksamkeit und ihren Selbstwert stärken.
- „Buoyante Teens“ zeigten sich dagegen widerstandsfähiger und sozial kompetenter. Sie konnten Konflikte mit Erwachsenen austragen und ihr Bedürfnis nach Zugehörigkeit mit ihren Freundinnen und Freunden befriedigen. Sie konnten zu anderen Jugendlichen in Beziehung treten und eine starke Loyalität gegenüber ihren Peer-Gruppen ausbilden. Diese jungen Leute nutzten die positiven Chancen.

Traditionell strafende Erziehungshaltungen für unruhige Jugendliche retraumatisieren die Jugendlichen und verstärken die negativen Einstellungen gegenüber Erwachsenen. Die Forscher der University of Michigan fanden starke Effekte, als die Jugendlichen frei von Zwang waren. Die wirkungsvollsten Gruppen waren also diejenigen, bei denen die Mitarbeit in den Gruppen selbstbestimmt war. Diese Gruppen hatten einen guten Zusammenhalt, wie auch die Überzeugung, dass sie ihr Leben verändern können. Autonomie bedeutete nicht, die Entscheidungsfindung alleine den Jugendlichen zu überlassen, sondern hohe Erwartungen an reife und verantwortungsvolle Entscheidungen zu stellen – in der Sprache von PPC: Größe einzufordern. Im Ergebnis war es gelungen, den jungen Menschen ein Gefühl

der Freiheit von Zwang und zugleich die Kontrolle über ihr eigenes Schicksal zu geben.

PPC befähigt Jugendliche, sich stark zu fühlen. Stärke und Macht können Menschen dazu verleiten, diese Macht zu missbrauchen oder aber sie dazu bringen, sich mit Macht für andere einzusetzen. PPC mobilisiert die Macht der Jugend, anderen zu helfen. In der gesamten menschlichen Geschichte haben ethische und religiöse Ideale dazu gedient, die oft unbändige Macht zu kontrollieren. Und genauso wie unsere Gehirne über Programme verfügen, um selbstzentriert Macht zu verfolgen, sind sie auch für Mitgefühl und Fürsorge ausgelegt. Dacher Keltner (2016) stellt fest, dass Macht unweigerlich korrupt wird, wenn sie sich nicht in den Dienst für andere stellt. Seine Empfehlungen für eine positive Macht beruhen alle darauf, unsere Sorge und Hilfe für andere aus den neurophysiologisch begründeten Motiven abzuleiten:

- *Respekt.* Es gibt keine bessere Belohnung, als Menschen mit Wertschätzung zu begegnen. Indem wir einander respektieren, würdigen wir uns gegenseitig. Wer über wenig Macht verfügt, ist oft eher in der Lage, Lob durch Respekt auszudrücken, höflich zu sein und Bescheidenheit zu üben. Das sind Tugenden, die alle teilen sollten. Wir zeigen Respekt, indem wir Fragen stellen, zuhören und Interesse zeigen. Wir sprechen echte Komplimente aus, Loben mit Überzeugung und sind dankbar.
- *Empathie.* Dies beinhaltet die Fähigkeit, die Emotionen von anderen zu lesen sowie zu verstehen, was sie denken könnten. Empathie ist oft eine naheliegende Antwort auf diejenigen, für die wir uns interessieren und auf diejenigen, die wie wir sind. Die Herausforderung besteht darin, den Menschen zu helfen, sich um andere zu kümmern, die anders und sogar als fremd oder befremdend erlebt werden. Wie ein Jugendlicher im PPC-Programm einmal sagte: „Es ist schwer, die zu lieben, die andere verletzen, aber es ist unsere Aufgabe, ihnen bei ihren Problemen zu helfen.“
- *Dankbarkeit.* Die wertschätzende Anerkennung der Hilfe erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass Personen in Zukunft helfen werden. Dankbarkeit aktiviert die Belohnungs- und Sicherheitsregionen des Gehirns und beruhigt bei Stress. Dankbarkeit kann über Handlungen, über nonverbale Kommunikation und über das gesprochene Wort ausgedrückt werden.
- *Güte.* Kleine wiederkehrende Handlungen der Güte weben den Stoff aus dem soziale Gemeinschaften sind. Zum Beispiel ist das Berühren ein na-

türliches Signal, einander Unterstützung ausdrücken. Eine herzliche Umarmung führt zur Ausschüttung von Oxytocin, das Vertrauen, Kooperation und Bereitschaft zu teilen fördert. Handlungen, mit denen Freundlichkeit ausgedrückt wird, verringern Stress.

Gerne wird auf die unterschiedlichen Rollen und Positionen innerhalb einer Gruppe verwiesen, um das Verhalten einzelner zu erklären. Jene, die am Rand der Gruppe stehen, sind wohl in besonderer Weise gefordert, konformes Verhalten zu zeigen. Hier sind dann auch die Sozialisierungseffekte am größten (Conway et al. 2011). Wer am Rand steht, sollte gruppenkonformes Verhalten übernehmen, um den eigenen Status in der Gruppe zu verbessern. Die Veränderung des Status wäre dann in diesem Fall die Belohnung (Lansford et al. 2009). Entsprechend können es sich in Gruppen mit negativen Verhaltensnormen die Mitglieder im Zentrum der Gruppe eher erlauben, bestimmte z. B. aggressive Verhaltensweisen nicht zu zeigen (Bsp. Conway et al. 2011 zu Depressivität; Miller-Johnson/Costanzo 2004, zu Hollanders Verweis auf den „idiosyncrasy credit“, S. 219).

Damit wird deutlich, dass das direkte soziale Umfeld mit Familie und gleichaltrigen Freundinnen und Freunden, aber auch das weitere soziale Umfeld bis hin zu Gesellschaft und Kultur, die Jugendlichen beeinflussen (Frankenberg et al. 2013). Wir dürfen dabei aber nicht vergessen, dass auch die konkrete physikalische Umwelt einen wichtigen Beitrag zur positiven Entwicklung und zum Wohlbefinden leistet. So setzt die physikalische Umwelt eben auch Grenzen oder eröffnet Möglichkeiten, um die eigene Entwicklung positiv zu gestalten.

Mit dem Konzept der Entwicklungsaufgaben verbindet sich die Annahme, dass in der Auseinandersetzung mit diesen Aufgaben wichtige Kompetenzen erworben werden und es so den Jugendlichen leichter fällt, künftige Aufgaben zu meistern. Umgekehrt besteht die Gefahr, dass die Entwicklung dauerhaft Schaden nimmt, wenn anstehende Aufgaben nicht oder nur unvollständig bewältigt werden.

Das Jugendalter gilt als vergleichsweise sehr gesunder Lebensabschnitt. Auf der anderen Seite bestehen vielfältige Risiken, insbesondere durch unüberlegtes, unkontrolliertes Verhalten (Silbereisen/Weichold 2012). Oft genug unterstützen die gleichaltrigen Freundinnen und Freunde ein solch riskantes Verhalten. Es wird angenommen, dass die Resonanz bei den Freundinnen und Freunden

als soziale Belohnung erlebt und durch Anerkennung oder die Vermeidung von Ausgrenzung belohnt wird. (Blakemore/Mills 2014).

Als wichtige Entwicklungsaufgaben im Jugendalter nennt Hurrelmann (2012):

- (a) Intellektuelle und soziale Kompetenz,
- (b) die Entwicklung der eigenen Geschlechtsrolle und die Fähigkeit, eine Partnerschaft eingehen zu können,
- (c) die Fähigkeit zur kompetenten Nutzung des Warenmarktes,
- (d) die Entwicklung eines angemessenen Norm- und Wertesystems.

Mit der Erfüllung dieser Aufgaben können sich Jugendliche je nach Lebenssituation durchaus auch Zeit lassen. Schließlich setzt das eigentliche Erwachsenenalter recht spät ein, insbesondere wenn man an lange Ausbildungs- und Studienzeiten gebunden ist. Dies fördert dann auch in vielfältiger Weise die Abhängigkeit von den Eltern. Gerne wird deshalb auch von einer eigenen Phase des beginnenden Erwachsenenalters nach Abschluss des Jugendalters gesprochen.

Als wichtigste Aufgabe des Jugendalters gilt wohl die Entwicklung der eigenen Identität. Hier geht es um Normen und Erwartungen von außen und die Fähigkeit, sich mit einem tragfähigen Konzept von sich selbst von den Erwartungen der anderen abzugrenzen. Sind aber Selbstbewusstsein und Identität noch wenig ausgeprägt, so können Widersprüche zwischen äußeren Erwartungen und Wünschen als sehr belastend erlebt werden.

Im Entwicklungsprozess gilt es, wichtige Veränderung in die eigene Identität zu integrieren. Im Jugendalter erweisen sich gerade diese grundlegenden biologischen Veränderungen als Herausforderung. Der Beginn der Pubertät markiert in besonderer Weise den Eintritt ins Jugendalter. Hormone spielen für die vielfältigen Veränderungen in der Pubertät eine zentrale Rolle (Anderman 2012). Sie führen zu mehr Wachstum und fördern die Geschlechtsreifung. In Folge bilden sich auch die primären und sekundären Geschlechtsmerkmale weiter aus. Skelettwachstum und das wachsende Muskelgewebe werden als wichtige körperliche Veränderungen im Jugendalter gesehen. Die Wachstumshormone beeinflussen den Eiweiß- und Kohlenhydratstoffwechsel sowie den Elektrolythaushalt.