

Risikoverhalten in der Jugend

Karina Weichold

Friedrich-Schiller-Universität Jena

Fachtag „Fußball (m)eine Sucht? Substanzkonsum, Rausch & Ekstase in Fußballfanszenen“, Köln, 15.08.2023

Normative Entwicklung im Jugendalter

Alterstypische Herausforderungen

Alterstypische Herausforderungen

Entwicklungsaufgaben des Jugendalters

Identitätsentwicklung

Anpassung an den sich verändernden Körper (Pubertät)

Aufbau von Freundschaften

Aufnahme intimer Beziehungen

Individuation von den Eltern

Lebensgestaltung

Eigenes Wertesystem entwickeln

Erlernen von Kulturtechniken wie dem verantwortungsvollen Umgang mit legalen psychoaktiven Substanzen



Konstantin

- Größer werden ist ungewohnt, man spürt es auch, weniger bei den Anderen, sondern eher nur bei sich. Ich frage mich dann: Bin das nur ich, oder machen das auch die Anderen durch? Man fragt sich auch bei anderen: Wie weit ist es denn bei denen schon?



Leonard

- Ich bin ablenkbar. Ich habe immer noch dieses Kindsein, was ich ja auch am besten behalten soll, aber das ist nicht mehr das Einzige. Ich denke jetzt auch normal. Ich sehe jetzt Sachen auch von der anderen Perspektive, denke logisch nach, ob ich Sachen jetzt z.B. wirklich brauche, ob ich sie benutzen werde, ob ich bei Einkäufen wirklich das brauche, ob es das Geld wert ist, oder ob man es einfach lieber lassen sollte.



Elias

- Mittlerweile spielen meine Eltern keine so wichtige Rolle mehr in meinem Leben, wie früher. Ich habe ja jetzt auch viel weniger mit ihnen zu tun – als Kind haben wir viel gespielt und meine Eltern haben mich beschäftigt und erzogen. Jetzt wohnen wir eher in der selben Wohnung, sie kümmern sich um alles, aber die Beziehung ist heute auf jeden Fall anders als früher... Freunde sind mir sehr wichtig gerade.



Alterstypische Herausforderungen

Entwicklungsaufgaben des Jugendalters

Identitätsentwicklung

Anpassung an den sich verändernden Körper (Pubertät)

Aufbau von Freundschaften

Aufnahme intimer Beziehungen

Individuation von den Eltern

Lebensgestaltung

Eigenes Wertesystem entwickeln

Erlernen von Kulturtechniken wie dem verantwortungsvollen Umgang mit legalen psychoaktiven Substanzen



Gebrauch vs. Missbrauch

Erlernen eines verantwortungsvollen Konsums als eine Entwicklungsaufgabe des Jugendalters

vs.

Aspekt psychosozialer Fehlanpassung bzw. Problemverhalten, das es zu verhindern gilt

„Alkohol und Zigaretten zu probieren, gehört zum Erwachsenwerden dazu“

Gebrauch (Franzkowiak, 1999)

- Wissen über Wirkungsweise und Folgen von Substanzkonsum (SK)
- Kritische Einstellung gegenüber SK
- Verzicht auf härtere Substanzen und in bestimmten Situationen

Missbrauch (Newcomb & Bentler, 1989)

- Abträgliche physiologische / psychologische Effekte
- Ungenügender Entwicklungsstand
- Lebensumstände beeinträchtigt
- Schädigende Folgen für Personen und Sachen

„... aber: zu viel und zu häufig tut Jugendlichen nicht gut“

Substanzkonsum

- Europaweit ist der Konsum von Alkohol und Zigaretten zurückgegangen
- Partielle **Substitution**: Anstiege im illegalen Drogenkonsum, E-Zigaretten und Shisha
- Verringerte persönliche Face-to-Face Interaktionen als Resultat wachsender Digitalisierung, weniger häufige Situationen, die mit Substanzkonsum verbunden sind
- Jugend- **und Subkultur als spezifische Arenen für Substanzkonsum und riskantes Verhalten**

Allgemeine sowie
zielgruppenspezifische Prävention

Entwicklungsmodelle

für Risikoverhalten wie Substanzkonsum im Jugendalter

Allgemeine Prinzipien zur Entstehung „jugendtypischer“ Probleme

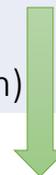
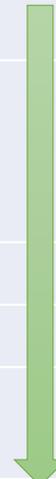
- Die große **Mehrheit der Jugendlichen zeigt kein Problemverhalten**
- Wenn Probleme auftreten, reflektieren diese **meist transitorisches Experimentieren**, das nur zum Teil an den typischen biologischen Veränderungen (z.B. Hormone) selbst liegt, und mehr an sozialen und psychologischen Faktoren
- In den meisten Fällen setzen sich die Probleme nicht bis ins Erwachsenenalter fort
- Für diejenigen Jugendlichen mit **schwereren Formen** von Problemverhalten liegen die **Ursachen nicht in der Jugend an sich, sondern in der Kindheit** - hier besteht eine hohe Kontinuität des Problemverhaltens bis ins Erwachsenenalter

Lösung von Entwicklungsaufgaben

Substanzkonsum kann die Lösung von jugendtypischen Entwicklungsaufgaben unterstützen oder bei der Bewältigung von Entwicklungsstress genutzt werden

Entwicklungsaufgaben

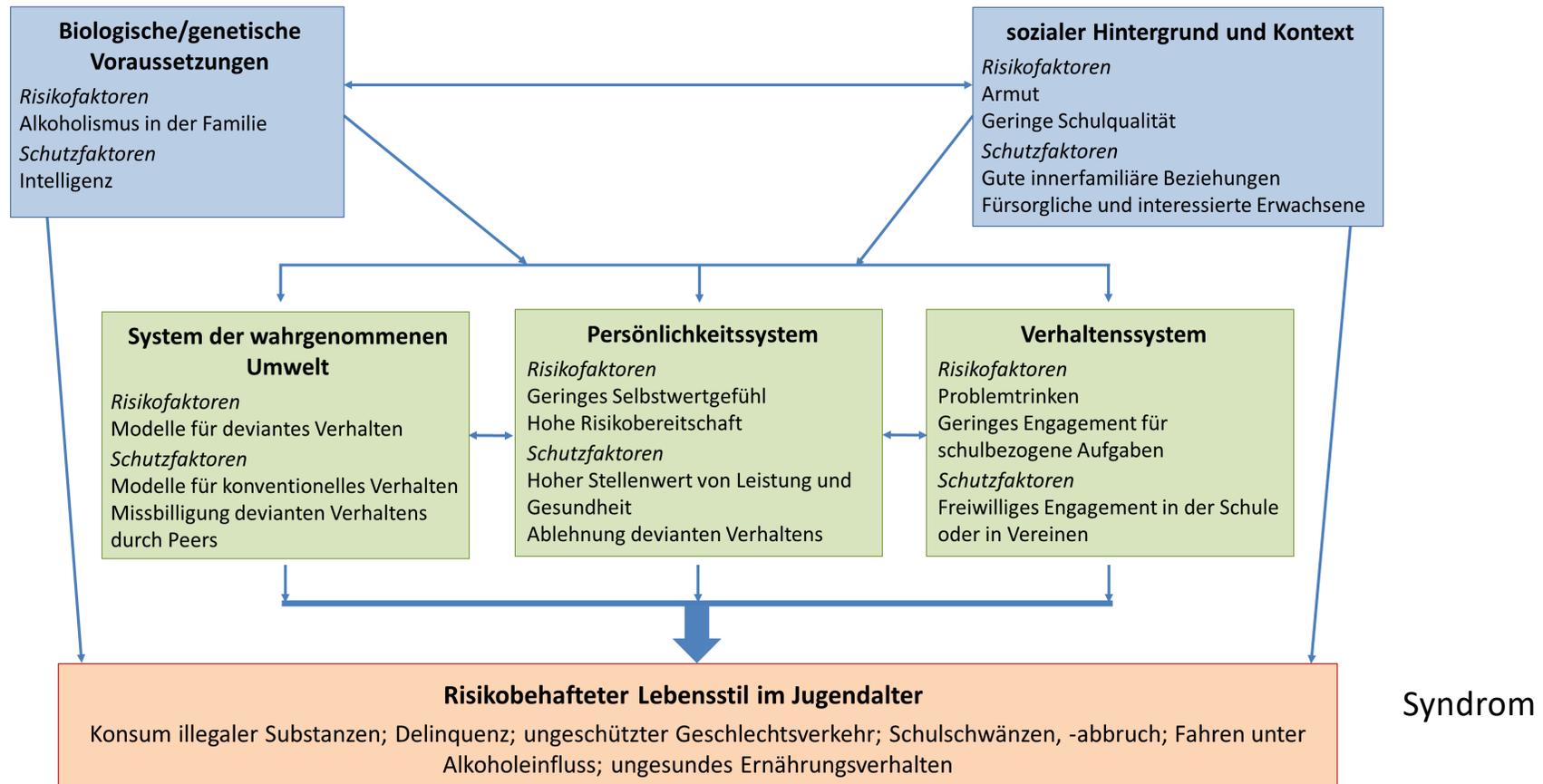
Entwicklungsaufgaben	Mögliche Funktionen des Substanzkonsums (Bsp.)
<i>Identität</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdruck persönlichen Stils
<i>Aufbau von Freundschaften; Aufnahme intimer Beziehungen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Erleichterung des Zugangs zu Peergruppen • Kontaktaufnahme mit potentiellen romantischen Partner*innen
<i>Individuation von den Eltern</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Unabhängigkeit von Eltern demonstrieren
<i>Lebensgestaltung</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Spaß haben und Genießen
<i>eigenes Wertesystem entwickeln</i>	<ul style="list-style-type: none"> • gewollte Normverletzung
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <i>Katalysatormodell: Unterstützung der Lösung von Entwicklungsaufgaben</i> </div>	
Entwicklungsprobleme	<ul style="list-style-type: none"> • Kompensation von Fehlschlägen • Stress- und Gefühlsbewältigung (Notfallreaktion)
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <i>Überforderungsmodell: Bewältigung von Entwicklungsstress</i> </div>	



Problemverhalten-Theorie

Persönliche und kontextuelle Einflüsse führen (in Interaktion) zur Problemverhalten wie Substanzkonsum

Problemverhalten - Theorie



Neuronale Veränderungen

Im frühen und mittleren Jugendalter suchen Menschen den „Kick“ (im Kontext von Peers) und sind von psychoaktiven Substanzen neuronal besonders beeinflussbar



100 Milliarden Nervenzellen

100 Billionen Schaltstellen zwischen den Neuronen (Synapsen)

In den ersten 10 Jahren besitzt man doppelt so viele Synapsen wie ein Erwachsener!

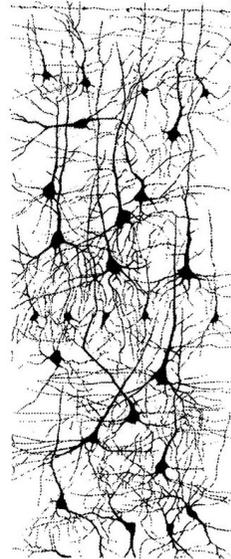
0M



1M



6M



2J



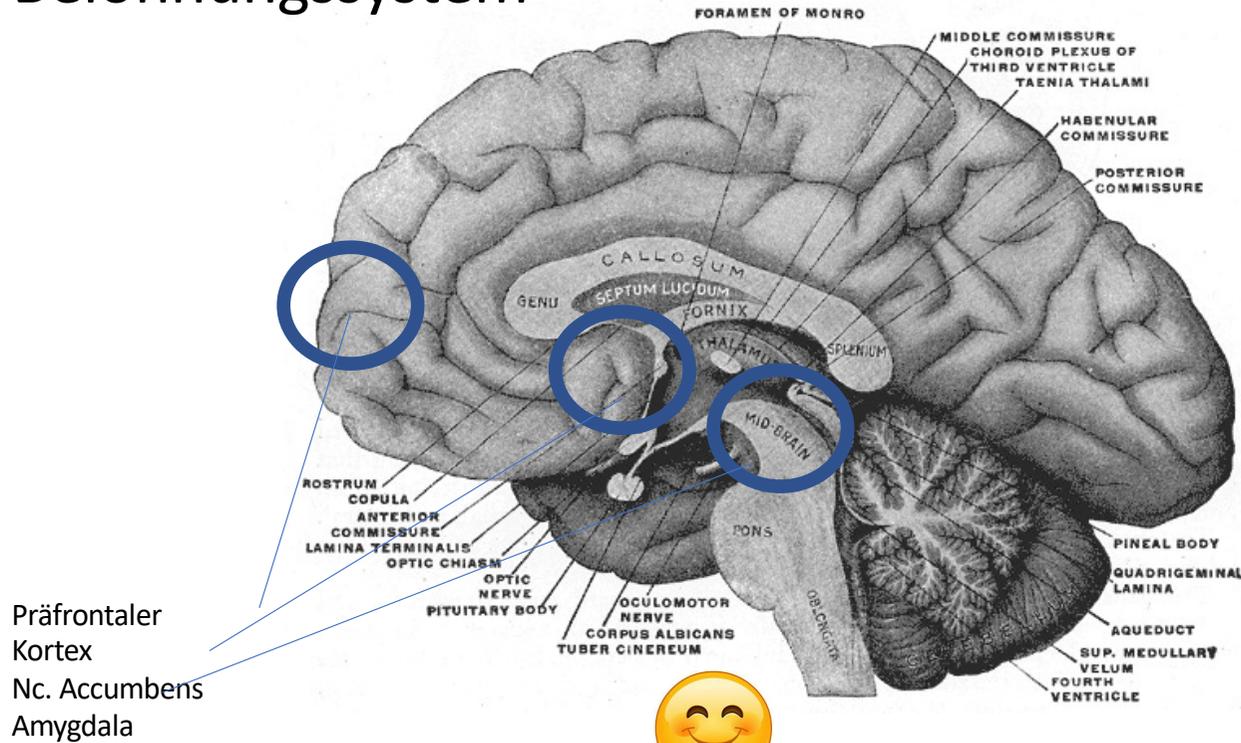
6J



14J



Belohnungssystem



Aktive Suche nach dem Kick und positiven Emotionen sind besonders ausgeprägt

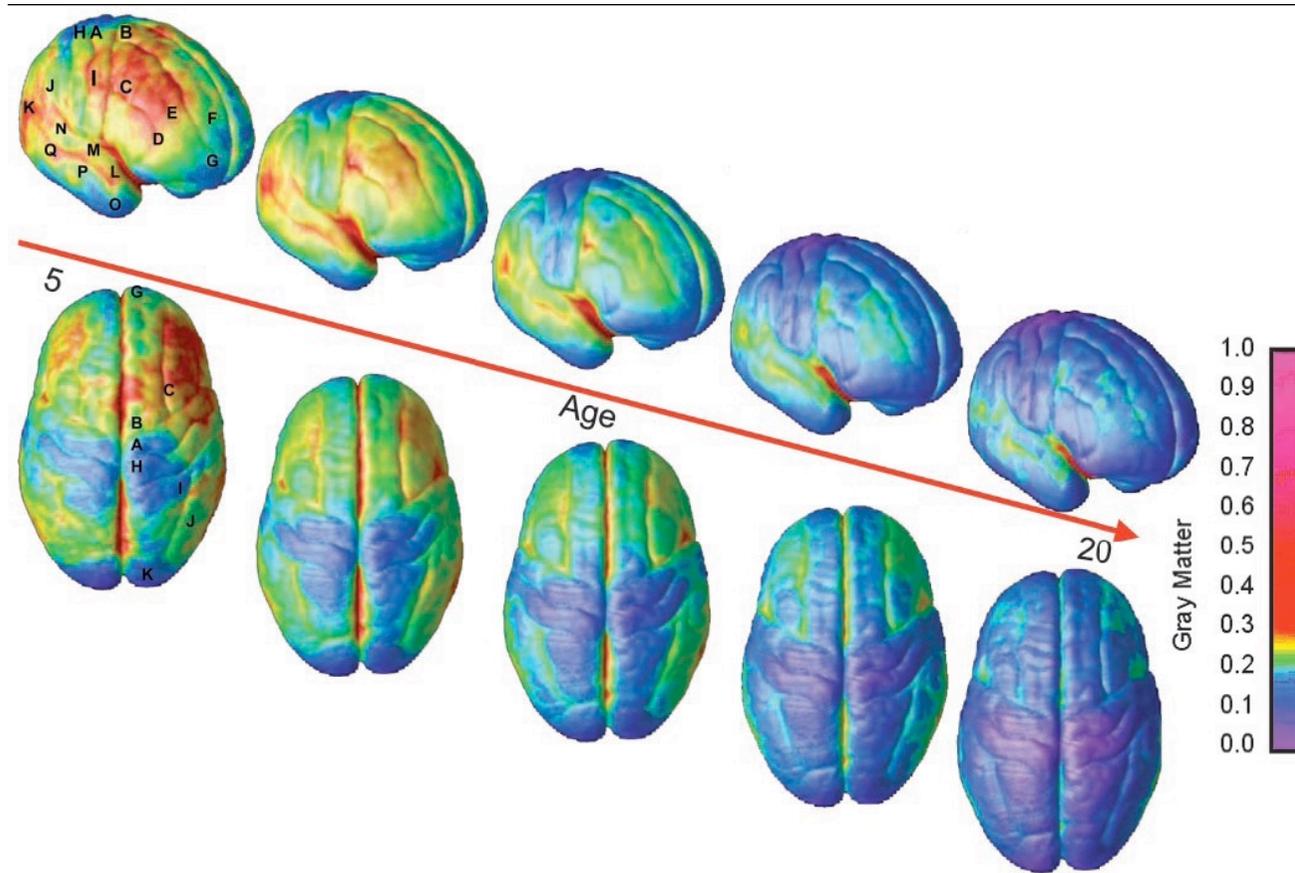


FEEL HAPPY! DOPAMIN





Will ich sofort!



Präfrontaler Kortex =
 Steuerungs- und
 Kontrollzentrum des
 Gehirns reift besonders
 spät!

(... und meine Freunde machen wahrscheinlich auch keine Hausaufgaben)

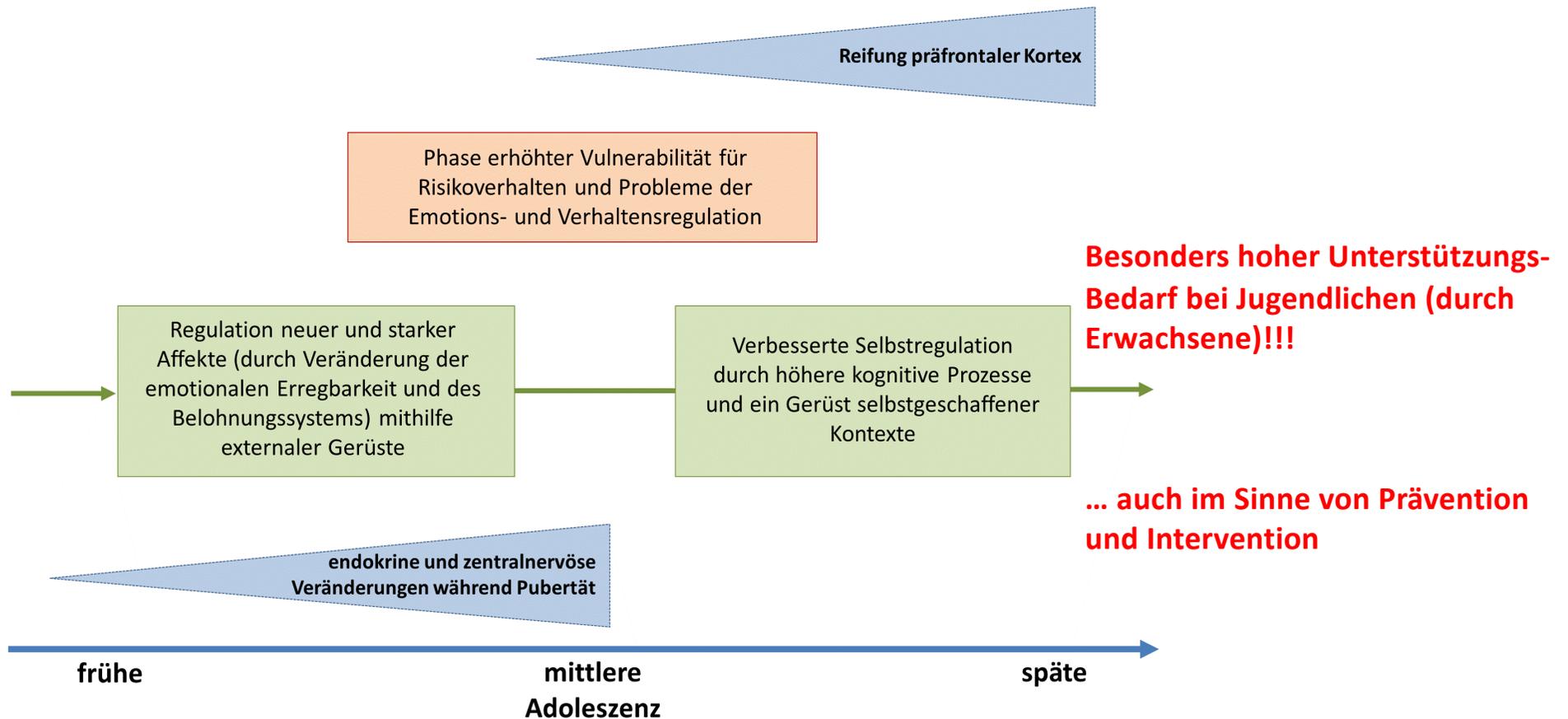


OMG!
Das dauert ja noch ewig...
Keine Lust auf
Hausaufgaben...!

Fokus liegt auf
kurzfristiger Befriedigung
von Impulsen



Entwicklungsmodelle – Selbstregulation



Gehirnentwicklung x Substanzkonsum = Vulnerabilität

- Jungdliches Gehirn = besonders **empfindlich** für Erfahrungen und den Einfluss von psychoaktiven Substanzen, interagiert mit dem dopaminergen System, das positive Emotionen induziert
- Wirkung bei Jugendlichen anders: **später Folgen bemerkbar**, wie torkeln, geringerer Hangover, **positive Effekte werden unter Drogen intensiver wahrgenommen und negativen eingeschränkter**
- Cannabis: Defizite in exekutiven Funktionen, Aufmerksamkeit, Konzentration, **Auffälligkeiten in Struktur und Funktion des Gehirns als Folge**, z.B. präfrontaler Kortex + Risiko für Schizophrenie, Depression und Suizid erhöht
- **Konsumumstände im Zusammenhang mit Peers** (Mädchen: eher romantische Partner) **wirken begünstigend**, besonders, wenn sie selbst psychoaktive Substanzen konsumieren, dies befürworten oder nur tolerieren → schon allein eine imaginierte Anwesenheit von Peers befördert riskantere Entscheidungen

Fokus Freizeitkontext

Jugendliche konsumieren vorrangig im Freizeit- und Peerkontext psychoaktive Substanzen oder zeigen hier Risikoverhalten

Entwicklungsfördernde Freizeitkontexte

- Erlebnisorientiert, Challenge → **Kick** (adaptive Form der Suche nach Risiko und aufregenden Erlebnissen)
- Aber: (unbeaufsichtigte) Gruppensituationen, in denen alle (viele) jungen Menschen Verhaltensprobleme zeigen, ist kontraproduktiv → **gegenseitige Verstärkungsprozesse, Eskalationen**
- Alternativen:
 - Kompetenzförderung, um aktiv und selbstsicher Angebote im Peerkontext ablehnen zu können, z.B. gesamte Klassen im Schulkontext (Lebenskompetenzenprogramm IPSY)
 - Freizeitaktivitäten: strukturiert, angeleitet durch Erwachsene, intrinsisch motiviert
 - Sport als im allgemeinen mit positiven Folgen für die jugendliche Entwicklung konnotierter Kontext → Jedoch nur, wenn allgemeine (Lebens)Kompetenzen hier erlernt werden können, das soziale Umfeld unterstützend wirkt, Trainer selbst kompetent sind

Take Home Messages

- Risikoverhalten wie Substanzkonsum kann von jungen Menschen zur Lösung von Entwicklungsaufgaben genutzt werden
- In der Mehrheit ist dies transitorisch
- Für eine Minderheit jedoch sind eine hohe Kontinuität über den Lebenslauf und ein syndromales Auftreten verschiedener Problemverhaltensweisen typisch
- Zur Erklärung spielen individuelle (wie neuronale, verhaltensrelevante Besonderheiten) und kontextuelle Einflüsse (besonders im Bereich Peerkontext und Freizeit) eine große Rolle und führen zu einer entwicklungstypischen Vulnerabilität für Risikoverhalten und Substanzkonsum
- Prävention sollte sich auf allgemeine Kompetenzförderung und Unterstützung durch Erwachsene (universell) sowie Beratung und Intervention für spezifische(subkulturelle) Zielgruppen mit besonderem Risiko (selektiv) beziehen



Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

Haben Sie Fragen?

Möchten Sie zum Thema weiterlesen?

