

---

# Jung sein in der Leistungsgesellschaft

**Zürcher Präventionstag  
Jugendliche unter Druck?  
15.3.2019  
Zürich**

Dr. med. Toni Berthel  
FMH Psychiatrie und Psychotherapie  
Präsident Eidg. Kommission für Suchtfragen EKSF



# Erwachsen werden in der Leistungsgesellschaft

**Zürcher Präventionstag  
Jugendliche unter Druck?  
15.3.2019  
Zürich**

Dr. med. Toni Berthel  
FMH Psychiatrie und Psychotherapie  
Präsident Eidg. Kommission für Suchtfragen EKSF

---

«Wenn ich die junge Generation  
anschaue, verzweifle ich an der Zukunft  
der Zivilisation.»  
(Aristoteles)

---

# Jung sein in der Leistungsgesellschaft

## Worum geht es?

- Individuum – Gesellschaft – Entwicklung
- Einige Beispiele
- Leistung – Leistungsgesellschaft
- Die Adoleszenz
  - Aufgaben der Adoleszenz
  - Die seelische Entwicklung
  - Das reifende Gehirn
  - Die peer group
- Was brauchen junge Menschen um Erwachsen zu werden?

---

# Jung sein in der Leistungsgesellschaft

- Erwachsenwerden an drei unterschiedlichen Beispielen
  - Arbeit
  - Leistungssport
  - Delinquenz

## Jung sein und Extremleistung

Anja Pärson 17 jährig im Weltcup. (7 WM-Titel, Olympiasiegerin, 2xGesamtweltcupsiegerin)  
(Zitate aus NZZ 16.2.2019)

- „Ich fühlte, dass ich an den Olympischen Spielen 2006 die ganze Nation auf meinen Schultern haben werde. Ich fühlte mich ziemlich allein mit meinen Emotionen“
- „Vom ersten Trainingstag im Sommer bis zum Weltcup-Finale im März stehst du unter Druck.“
- „Wenn du älter wirst, platzt diese Blase, **dir wird bewusst, dass eine Karriere endlich ist und du auch danach noch etwas machen musst. Du entfernst dich langsam von der Person, die du immer warst**, du willst den Erfolg nicht mehr um jeden Preis, als Athletin bricht dir ein Teilchen weg, und du bekommst es nicht mehr zurück.“
- „Ich geriet in eine mentale Krise, in der normalen Arbeitswelt würde man wohl von einem Burnout reden.“



**Extremleistung erschwert  
Identitätsbildung**

## Jung sein und Extremleistung

Lara Gut Behrami (in NZZ 14.2.2019)

- „Ich glaube es ist ganz einfach, ich habe herausgefunden, dass ich ein Mensch bin.“
- Sie wusste jederzeit, was sie tun musste: trainieren, schnell fahren, gewinnen. Aber der Mensch blieb auf der Strecke : „**ich wusste nicht, was mir abseits der Piste wirklich wichtig ist.**“
- „Aber eines ist für mich ganz klar: So wie es vorher war, geht es nicht.“



**Identität als Sportlerin**  
**Teilidentität**

---

# Erschwerte Bedingungen um Erwachsen zu werden

- z.b. Delinquenz
- Adoleszenz im Gefängnis



**Adoleszenz mit eingeschränktem  
Uebungsfeld**



- Gesellschaft (1), in der vor allem die persönlichen Leistungen (2a) des Einzelnen für seine soziale Stellung, sein Ansehen, seinen Erfolg usw. ausschlaggebend sind. (Wikipedia)
- **Leistungsgesellschaft** (engl. *achieving society, meritocracy*) ist die Modellvorstellung einer Gesellschaft, in welcher die Verteilung angestrebter Güter wie Macht, Einkommen, Prestige und Vermögen entsprechend der besonderen Leistung erfolgt, die einem jeden Gesellschaftsmitglied jeweils zugerechnet wird (Leistungsprinzip, Leistungsgerechtigkeit).<sup>[1]</sup> Im engeren Sinne ist damit eine Gesellschaft gemeint, die rechtliche Grundlagen und politische Instrumente schafft, um Lebenschancen an „Leistung“ zu binden, und die sich diskursiv darüber verständigt, was damit gemeint ist und wie es ermittelt wird.<sup>[2]</sup>



**Jede\*r ist für sein/ihr Glück selber verantwortlich**

# Vierte Industrielle Revolution

- Mit der Bezeichnung Industrie 4.0 soll das Ziel zum Ausdruck gebracht werden, eine **vierte industrielle Revolution** einzuleiten:
- Die erste industrielle Revolution bestand in der Mechanisierung mittels Wasser- und Dampfkraft; darauf folgte
- die zweite industrielle Revolution, geprägt durch Massenfertigung mit Hilfe von Fließbändern und elektrischer Energie, sowie daran anschließend
- die dritte industrielle Revolution oder digitale Revolution mit Einsatz von Elektronik und IT (v. a. die speicherprogrammierbare Steuerung) zur Automatisierung der Produktion.<sup>[5]</sup>
- Mit dem Ausdruck „4.0“ wird Bezug genommen auf die bei Software-Produkten übliche Versionsnummerierung. Bei tiefgreifenden Änderungen einer Software spricht man von einer neuen Version, wobei die erste Ziffer der Versionsnummer um Eins erhöht und gleichzeitig die zweite Ziffer auf Null zurücksetzt wird.

- Vernetzung
- Informationstransparenz
- Technische Assistenz
- Dezentrale Entscheidungen



**Anforderungen ändern sich**



# Adoleszenz als Prozess

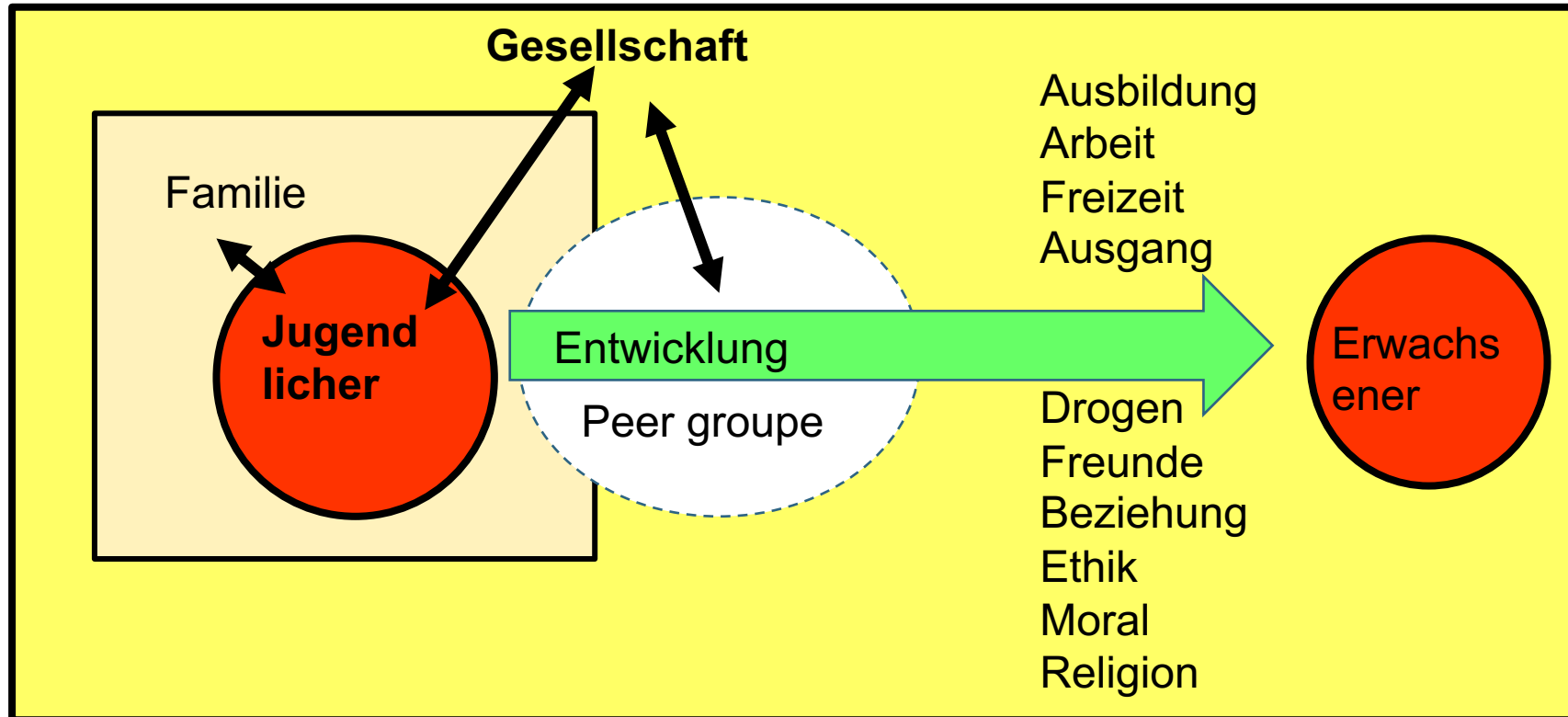
---

## Jung sein heute

### **Aufgabe des Jugendalters: Erwachsen werden!!**

- Sozialisation
- Individuation
  - Innere seelische Prozesse
  - Prozesse im jugendlichen Gehirn
  - Peer group (Gleichaltrigengruppe)
  - Übergangsrituale
  - Gesellschaftliche Prozesse

# Die adoleszentäre Entwicklung



---

# Adoleszenz

Zeitraum zwischen sexueller Reife und erwachsener Rollen- und Identitätsfindung

Seelisch-körperlich-sozialer-kultureller Wandel vom Kind zum Erwachsenen

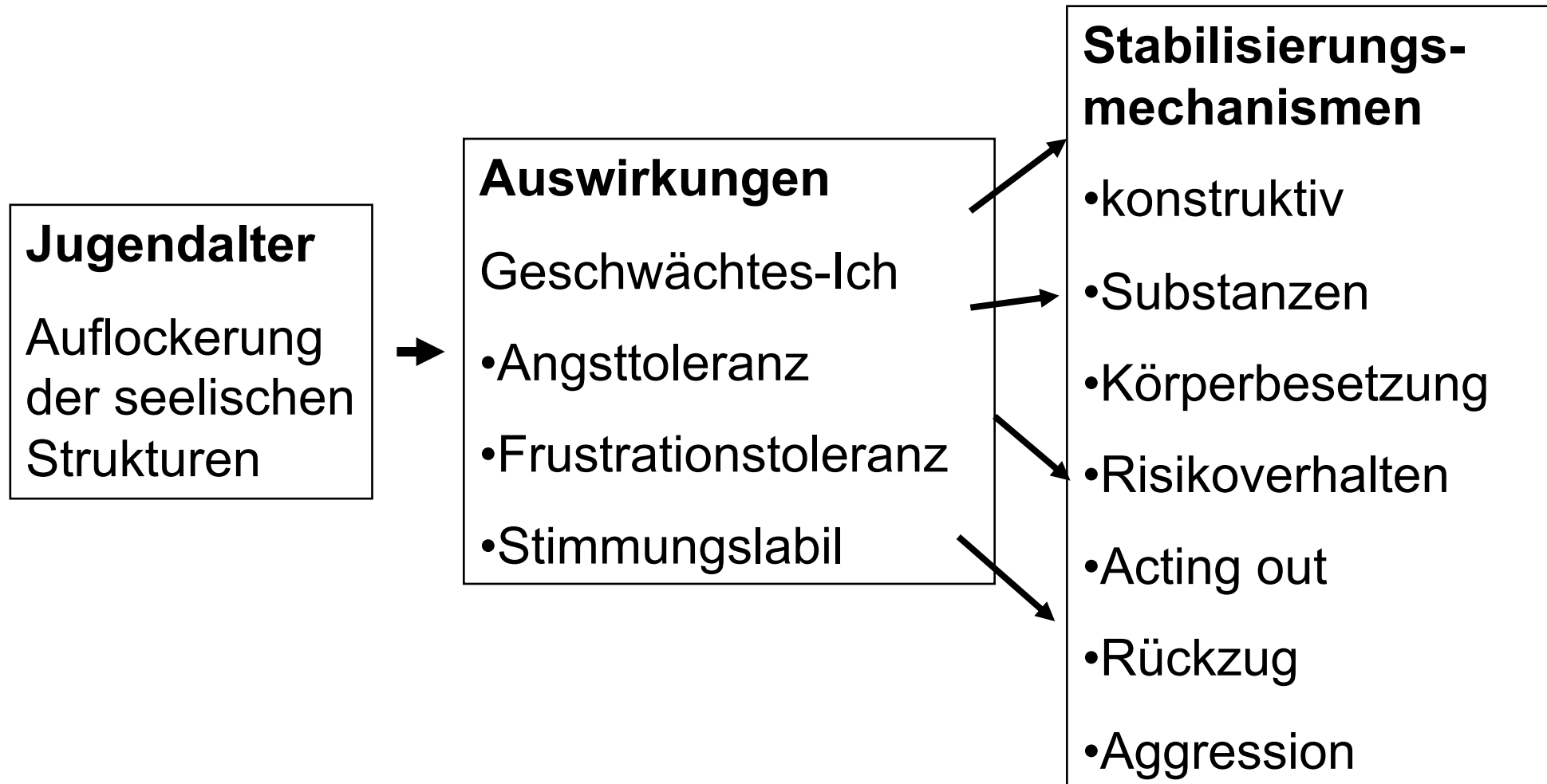
---

# Adoleszenz

## Aufgaben des Jugendalters:

- Gefühl der Ich-Identität
- Ablösung
- Eigenständige Moral
- Körperbild
- Sexuelle Identität

## Seelische Mechanismen im Jugendalter





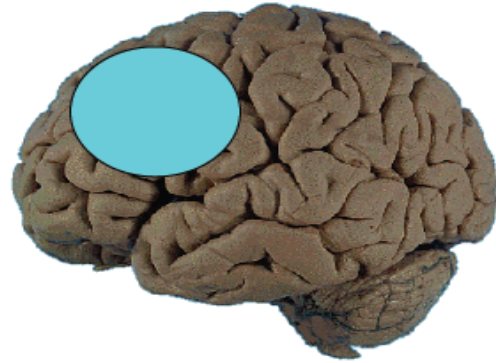


# Das reifende Gehirn

Nach Jäncke 2007



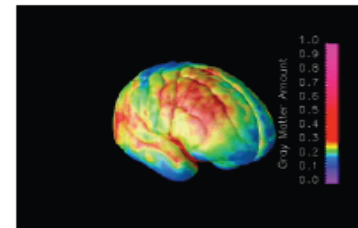
## Frontalkortex - unser Schicksal



- Frontalcortex
  - Aufnahme von Informationen
  - Abruf von Informationen
  - Handlungskontrolle
    - Disziplin
    - Motivation
    - Unterdrückung von Handlungsimpulsen

reift als letzte Hirnstruktur (20. Lebensjahr)

degeneriert als 1. Struktur bei Nichtgebrauch



---

## Neurobiologische und -psychologische Erkenntnisse

- Funktionsfähigkeit des Frontalcortex
  - Reifung verzögert
- Exekutive Funktionen
  - Abrufen von Informationen
  - Kontrolle über das Verhalten
    - Disziplin
    - Motivation
    - Handlungskontrolle
  - Kontrolle über Emotionen
  - Fähigkeit zu planen
- Die Fähigkeit situationsangepasst zu planen und zu steuern, ist in der Adoleszenz noch ungenügend ausgebildet.



**peer groups**

---

## Peer group, Gleichaltrigengruppe

### Übergangsrituale

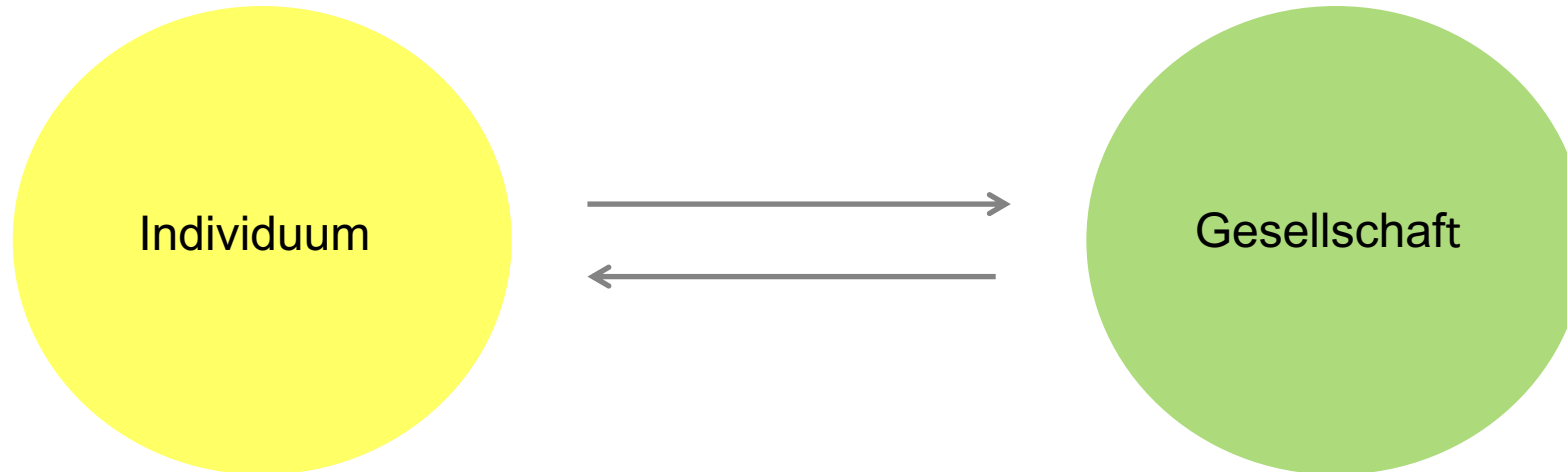
- „Sich ausprobieren und die Initiation in selbst-gestaltete soziale Kontexte, in Gleichaltrigengruppen sind wesentliche Elemente der „Übergangsarbeit“. Rauscherfahrten stellen dafür ein Vehikel dar.“ (St. Sting, 2009)
- „Gruppenbezogene Wahrheiten“, „durch Substanzen vermittelte Identitäten“ (S. Cattacin, 2009)

---

# Adoleszenz findet in der Interaktion zw. Individuum und Gesellschaft statt

## Erwachsen werden

Sozialisation und Individuation als interaktiver Prozess zwischen Individuum und Gesellschaft



### Erwachsen werden

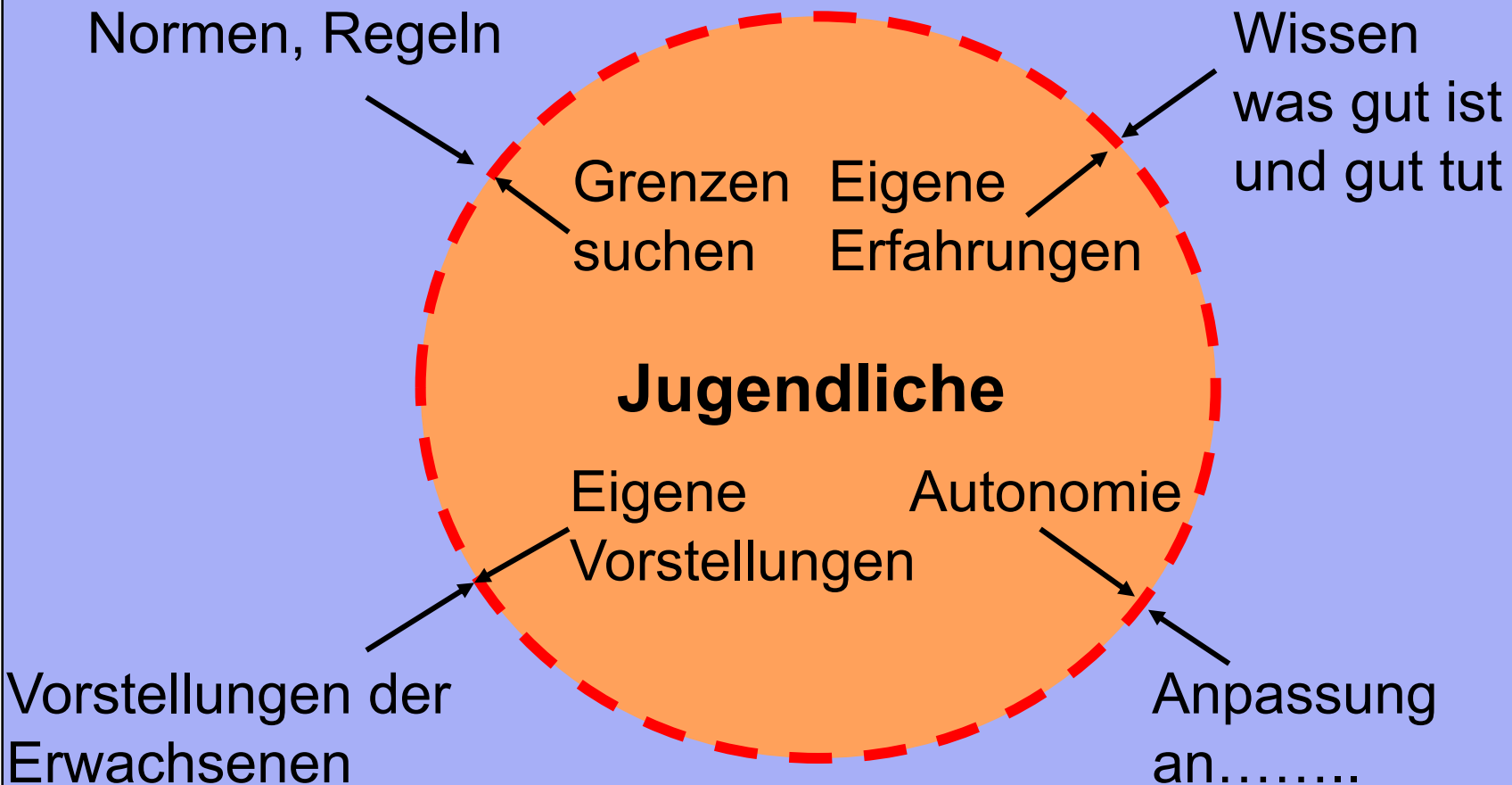
- Eine Gesellschaft braucht für ihre Weiterentwicklung die Rebellion und die Grenzüberschreitungen der Jugend
- Der Jugendliche braucht für seine Identitätsentwicklung und seine Sozialisation die Auseinandersetzung mit der Gesellschaft und ihren Instanzen. Gleichzeitig muss er Grenzen suchen um sie zu kennen.

### Veränderte gesellschaftliche Bedingungen

- Informationsgesellschaft
- 24-Stunden Gesellschaft
- Risikogesellschaft ↔ Null-Toleranz-Gesellschaft
- Sexualisierte Gesellschaft
- Migration
- Gerontisierung (Babyboomer werden «älter»)
- Primat der gesunden Lebensführung
- Ausbrennende Gesellschaft (burn out)
- Political Correctness



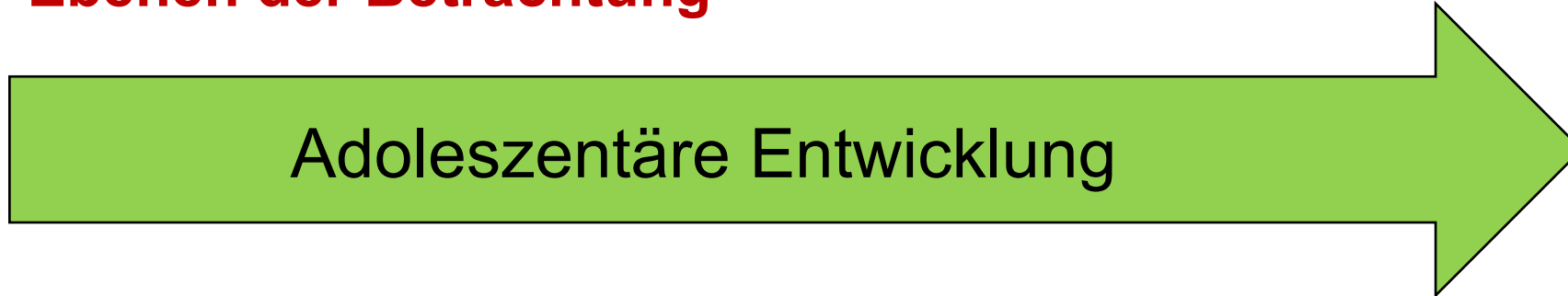
# Welt der Erwachsenen



---

Jugend heute

**Ebenen der Betrachtung**



Psychoakt.Substanzen/adoleszent. Turbulenzen

Psych.Störungen/Probleme



---

## Was müssen wir tun?

### Seelische Entwicklung steht im Zentrum

**Wir müssen die Entwicklungsphänomene, die im Jugendalter normal sind (sowohl beim Jugendlichen, wie auch bei seiner Interaktion mit der Umwelt und der Mitwelt), kennen und wir dürfen sie nicht problematisieren.**

---

Was müssen wir tun?

**Keine Pathologisierung**

**Jugendliche wollen nicht pathologisiert werden.**

---

Was müssen wir tun?

## Echte Begegnung

**Jugendliche brauchen echte und spürbare  
Begegnungen**

---

## Was müssen wir tun?

### Jugendliche brauchen Uebergangsrituale

**Sozialisation und Individuation gehen mit Übergangsritualen einher. Rauscherfahrungen sind wesentliche Elemente dieser «Übergangsarbeit». Jugendliche sind für die Entwicklung einer erwachsenen und eigenständigen Identität sowohl auf den Rausch, die Gleichaltrigengruppe wie den öffentlichen Raum angewiesen.**

---

## Was müssen wir tun?

**Der öffentliche Raum ist das Wohnzimmer und der «Showroom» der Jugendlichen**

**Jugendliche brauchen den öffentlichen Raum um sich von den Eltern abzulösen, mit Gleichaltrigen zusammen zu sein und ihre erwachsene Rolle zu finden.**

---

## Zusammenfassung

- Das Erwachsenwerden findet in einer Interaktion zwischen Jugendlichen und Gesellschaft statt.
- Gesellschaftliche Gegebenheiten beeinflussen die Symptome die wir bei Jugendlichen sehen.
- Im Zentrum der Arbeit mit Jugendlichen steht der problematische Entwicklungsprozess. Als Fachleute dürfen wir Phänomene im Jugendalter nicht zu früh pathologisieren.
- Die Gesellschaft kann die Entwicklung von ihren Kindern und Jugendlichen nicht nur an Fachleute delegieren.



---

## Was brauchen Jugendliche?

- Zukunftsaussichten/Perspektiven (Arbeit/Schule)
- Identifikation
- Auseinandersetzung
- Freiräume in denen sie sich ausprobieren können
- Herausforderungen die sie meistern können
- Übungsfelder
- Erwachsene die sich als Identifikations- und Auseinandersetzungsfiguren zur Verfügung stellen
- Vertrauen
- Und wenn nötig Unterstützung



Danke für die Aufmerksamkeit