

Lange Reifung

Die Schutzbedürftigkeit junger Menschen wird unterschätzt

Dass 18-Jährige erwachsen sind, ist nicht nur gesetzlich festgelegt, sondern auch gesellschaftlich anerkannt. Bei genauerer Betrachtung entspricht diese Setzung immer weniger der Realität: Zu diesem Zeitpunkt sind weder Ausbildung noch Partnersuche abgeschlossen, und auch neurologisch und psychologisch stehen noch wesentliche Entwicklungsschritte bevor. Wie können Wissenschaft und Gesellschaft der Schutzbedürftigkeit junger Menschen besser Rechnung tragen?

Jianghong Li

Dass die frühe Kindheit, also die ersten fünf Lebensjahre, eine ganz entscheidende Phase der menschlichen Entwicklung ist, ist in Forschung und Politik unumstritten. Die Gesundheit und die Entwicklung während dieser Zeit bilden die Grundlage für das Lernen, die körperliche Gesundheit und das soziale und emotionale Wohlbefinden im gesamten späteren Leben. Und leider werden hier auch die Weichen für soziale und gesundheitliche Ungleichheit bis ins Erwachsenenalter, ja über Generationen hinweg, gestellt. Auch das Jugendalter ist ein wichtiges Entwicklungsstadium, in dem weitere umfangreiche neurobiologische, psychische und physische Veränderungen stattfinden – und das mit großer Dynamik. Dennoch wird dieser Phase weniger Beachtung geschenkt als der frühen Kindheit. Dabei gibt es unter Jugendlichen sehr viel mehr psychische Probleme wie Depressionen und Angstzustände, Suizidalität und Risikoverhalten (z. B. übermäßiger Konsum von Alkohol und sonstigen Drogen). Die italienische Medizinerin und Gesundheitsforscherin Benedetta Armocida konnte kürzlich mit Kolleg*innen zeigen, dass bei Jugendlichen im Alter von 10 bis 24 Jahren in den Ländern der Europäischen Union psychische Störungen so zugenommen haben,

dass sie in dieser Gruppe die häufigste gesundheitliche Belastung sind. Jugendliche stehen vor großen Herausforderungen: Sie müssen eine soziale und sexuelle Identität entwickeln, intime Beziehungen aufbauen, sind mit Gruppenzwang und den Übergängen von einer Schule zur anderen beziehungsweise von der Schule in den Beruf konfrontiert. Heranwachsende brauchen daher immer noch viel sowohl praktische (finanzielle und organisatorische) als auch emotionale Unterstützung von ihren Eltern und der Gesellschaft insgesamt.

Unsere Forschung zeigt, dass sozial unfreundliche Arbeitszeiten der Eltern (Abende, Nächte, Wochenenden) einen nachteiligen Einfluss auf das soziale und emotionale Wohlbefinden und das Risikoverhalten ihrer jugendlichen Kinder haben (sie neigen zu Depressionen und Angstzuständen, beginnen früh zu rauchen oder sexuelle Beziehungen aufzunehmen, werden eher straffällig). Wenn Eltern abends, nachts oder an Wochenenden arbeiten, ist das zwar kein direktes Maß für die soziale und emotionale Unterstützung ihrer Kinder. Feststellen lässt sich aber, dass diese Eltern weniger Zeit mit den Jugendlichen verbringen und emotional weniger verfügbar für sie sind. Das kann dazu führen,

dass sie weniger innere Verbindung mit den Heranwachsenden haben. Wir stellen fest, dass Jugendliche aus Familien mit begrenzten Ressourcen – also Familien mit niedrigem Einkommen, Alleinerziehende oder auch Familien, in denen die Eltern selbst finanziell oder beruflich unter Druck stehen oder psychische Probleme haben – besonders stark unter den Auswirkungen ungünstiger Arbeitszeiten ihrer Eltern leiden. Neue Untersuchungen zeigen, dass Menschen, die in der frühen Kindheit in einem sozioökonomisch benachteiligten oder ungünstigen familiären Umfeld lebten (wo es also zum Beispiel zu Misshandlungen kam, die Eltern sich trennten, Drogen konsumierten oder psychisch krank waren), in der Jugend kognitive, soziale und emotionale Beeinträchtigungen aufweisen. Dieser Prozess ist neurologisch zu erklären: Die kontinuierliche Entwicklung der Gehirnregionen, die für Wahrnehmung und emotionale Steuerung zuständig sind, wird durch solche Einflüsse und Umstände gestört.

Das Jugendalter wird nicht nur in seiner Bedeutung unterschätzt, auch seine Definition ist unklar. In Wissenschaft und Politik gibt es hier keinen Konsens – anders als bei der Kindheit, die ziemlich übereinstimmend als die Zeitspanne vom Säuglingsalter bis zum Alter von 10 Jahren gefasst wird. Gesetzlich liegt das Er-

„Die Verfeinerung der Gehirnstruktur erstreckt sich in das dritte Lebensjahrzehnt hinein“

wachsenalter bei 18 Jahren, was bedeutet, dass die Jugend aus der rechtlichen Perspektive mit dem 18. Lebensjahr endet. Die UN-Konvention über die Rechte des Kindes definiert Jugend als die Zeit zwischen 10 und 19 Jahren, die Weltgesundheitsorganisation schlägt die Spanne von 10 bis 20 Jahren als Definition vor. Forscher*innen und gesundheitspolitische Einrichtungen verwenden in nationalen und globalen Datensätzen ebenfalls unterschiedliche Altersgrenzen zur Definition von „Adoleszenz“: Einige verwenden die Altersgruppen 11 bis 15, 13 bis 15 oder 13 bis 17, andere fassen ältere Jugendliche mit Erwachsenen zusammen und kommen auf Gruppen wie „15 bis 49 Jahre“ oder „ab 18 Jahren“. Keine dieser Definitionen ist angemessen, weil sie die kontinuierliche neurologische, physiologisch-psychologische



Jianghong Li ist wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Forschungsgruppe der Präsidentin. Sie erforscht soziale, wirtschaftliche und kulturelle Determinanten der Gesundheit und Entwicklung von Kindern. jianghong.li@wzb.eu

Foto: © WZB/David Ausserhofer, alle Rechte vorbehalten.

und soziale Entwicklung nicht erfassen, die das Jugendalter auszeichnet. Die australische Medizinerin Susan M. Sawyer und ihr Team schlagen als führende Expert*innen auf dem Gebiet der Gesundheit und der Entwicklung von Jugendlichen eine neue Definition der Jugend vor, die beim Alter von 10 bis 24 Jahren liegt. Mit ihr sei es möglich, die biologischen, sozialen und emotionalen Veränderungen während dieser kritischen Entwicklungsphase vollständig zu berücksichtigen.

Dieser neuen Definition liegen zwei Überlegungen zugrunde. Erstens ist, biologisch gesehen, das Alter von 10 Jahren der Beginn der pubertären Reifung, die bei Mädchen im Alter von 12 bis 13 Jahren und bei Jungen zwei Jahre später ihren Höhepunkt erreicht. Weniger bekannt ist, dass sich dieses Wachstum bis weit in das dritte Lebensjahrzehnt hinein fortsetzt. Sawyer und Kolleg*innen weisen darauf hin, dass das Gehirnvolumen und die Spezialisierung der Gehirnfunktionen zwar in der mittleren Kindheit, also im Alter von 8 bis 10 Jahren, das Niveau von Erwachsenen erreichen. Die Verfeinerung der Gehirnstruktur und die Ausdifferenzierung der Funktionen erstrecken sich aber in das dritte Lebensjahrzehnt hinein. Konkret geht es um Funktionen wie die komplexe kognitive Verarbeitung und die sozio-emotionale Regulierung, die beide die Entscheidungsfindung, Beziehungen zu Gleichaltrigen und das soziale und emotionale Wohlbefinden beeinflussen. Während die Reifung des logischen Denkens im Alter von etwa 16 Jahren als abgeschlossen angesehen wird, reifen die exekutiven Funktio-

Ein Junge wandert durch einen ausgetrockneten Salzsee im kalifornischen Tal des Todes.
Foto: © Andreas Muhs/OSTKREUZ, alle Rechte vorbehalten.



nen von Kontrolle und sozio-emotionaler Steuerung noch mindestens weitere 10 Jahre.

Zweitens war das Ende der Jugend in der Vergangenheit gesetzt als Übergang in Erwachsenen-Rollen durch den Beginn von Ehe und Elternschaft oder die Aufnahme einer Erwerbstätigkeit. Diese Übergänge haben sich aber insbesondere in Ländern mit hohem und mittlerem Einkommen erheblich verzögert. Zum Beispiel ist das Alter der ersten Eheschließung von Anfang 20 auf Mitte oder sogar Ende 20 bis Anfang 30 gestiegen, insbesondere für Männer. Dahinter stehen Fortschritte in Methoden der Empfängnisverhütung, die Ausweitung der akademischen Bildung auf ein größeres Segment der männlichen wie weiblichen jungen Bevölkerung und veränderte soziale Normen in Bezug auf die Ehe. All diese Veränderungen sind Chancen und Herausforderungen zugleich: Einerseits gibt es für junge Menschen immer mehr Optionen einer höheren Bildung in verschiedenen, flexiblen Formen und mit immer mehr Fächern und Spezialisierungen. Auch die Beschäftigungsmöglichkeiten sind durch den technologischen Wandel und die Globalisierung vielfältiger geworden. Andererseits ist der Arbeitsmarkt in der neuen Wirtschaft zunehmend

wettbewerbsorientiert, er fordert höhere oder komplexere Fähigkeiten und oft lange Arbeitszeiten für eine sichere und gut bezahlte Beschäftigung. Dies macht es für Menschen in den Zwanzigern schwierig, volle wirtschaftliche Unabhängigkeit zu erlangen. Auch das Aufkommen von sozialen Medien und neuen Informationstechnologien bringt sowohl Vorteile als auch Risiken für Heranwachsende und junge Menschen mit sich. Die übermäßige Nutzung

„Die neuen Informations- technologien bringen Vorteile und Risiken für Heranwachsende“

von sozialen Medien und digitalen Bildschirmen schadet der körperlichen und psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, deren kognitive und sozial-emotionale Entwicklung noch nicht abgeschlossen ist.

Die vorgeschlagene Neudefinition des Jugendalters auf die Jahre 10 bis 24 trägt der bis in dieses Alter fortgesetzten neurologischen, bio-

logischen und sozialen Entwicklung des Menschen Rechnung. Sie ist evidenzbasiert und sollte in der zukünftigen Forschung verwendet werden. Diese Definition hat auch wichtige Auswirkungen auf Gesetze und Richtlinien. Die geltende gesetzliche Definition des Erwachsenseins gibt jungen Menschen ab 18 einen Anspruch auf volle Teilhabe am politischen, sozialen und wirtschaftlichen Leben. Diese Definition scheint willkürlich – sie entspricht, wie gezeigt, nicht dem Stand der Forschung. Sie ist überdies widersprüchlich: Aus der mit 18 Jahren eben nicht abgeschlossenen Reifung folgt eine hohe Schutzbedürftigkeit in dieser wichtigen Entwicklungsphase. Das gesetzliche Mindestalter für Alkoholkonsum liegt in den meisten Ländern aber sogar unter 18 Jahren, und für den Tabakkonsum gibt es gar keine gesetzlichen Altersbeschränkungen. Beide Arten von Substanzen sind jedoch schädlich für die neurologische Reifung von Jugendlichen. Im Gegensatz dazu sind Jugendliche unter 18 Jahren weder wahlberechtigt, noch werden sie bei der Evaluation von Schul- und Lernsystemen, die doch ihren Bildungserfolg direkt beeinflussen,

nach ihren Bedürfnissen und Vorschlägen gefragt. Wie oben erwähnt, sind Jugendliche mit 16 Jahren vollkommen in der Lage, logisch zu denken. Daher wäre es sinnvoll, das gesetzliche Wahlalter auf 16 Jahre herabzusetzen und ihnen die volle Teilnahme an Schulevaluationen zu ermöglichen. Ein weiteres Beispiel für die begrenzte Sinnhaftigkeit der Volljährigkeit mit 18 ist die Sexarbeit: Die Legalisierung der Prostitution ab 18 in vielen Ländern setzt entwicklungsbedingt unreife Jugendliche einem hohen Risiko der Ausbeutung aus.

Ich hoffe, dass eine neue Definition von „Jugend“, die das Alter von 10 bis 24 Jahren umfasst, ein Umdenken in Gang bringt, wenn es um Gesetze, Richtlinien und Dienstleistungen zum Wohle von Jugendlichen geht. Ich hoffe, dass daraus Veränderungen zum Guten entstehen. Solche Veränderungen sollten zwei Ziele verfolgen: Sie sollten Jugendlichen das Recht auf politische, wirtschaftliche und bürgerliche Teilhabe garantieren und gleichzeitig ihre weitere Entwicklung nähren und fördern.

Literatur

Armocida, Benedetta/Monasta, Lorenzo/Sawyer, Susan M. et al.: „Burden of Non-Communicable Diseases among Adolescents Aged 10-24 Years in the EU, 1990-2019: A Systematic Analysis of the Global Burden of Diseases Study 2019“. In: *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2022, Jg. 6, H. 6, S. 367-383.

Li, Jianghong/Johnson, Sarah E./Han, Wen-Jui/Andrews, Sonia/Kendall, Garth/Strazdins, Lyndall/Dockery, Alfred: „Parents' Nonstandard Work and Child Wellbeing: A Critical Review of the Literature“. In: *Journal of Primary Prevention*, 2014, Jg. 35, H. 1, S. 53-73. DOI: 10.1007/s10935-013-0318-z.

Li, Jianghong/Mattes, Eugen/McMurray, Anne/Hertzman, Clyde/Stanley, Fiona: „Social Determinants of Child Health and Wellbeing“. In: *Health Sociology Review*, 2009, Jg. 18, H. 1, S. 3-11.

Keating, Daniel P./Hertzman, Clyde: *Developmental Health and the Wealth of Nations*. New York: Guildford Press 1999.

Sawyer, Susan M./Azzopardi, Peter S./Wickremarathne, Dakshitha/Patton, George C.: „The Age of Adolescence“. In: *The Lancet Child and Adolescent Health*, 2018, Jg. 2, H. 3, S. 223-228. DOI: 10.1016/S2352-4642(18)30022-1.