

# **Digitales Brandenburg**

**hosted by Universitätsbibliothek Potsdam**

## **Jugendliche in der Epoche gesellschaftlicher Veränderungen**

**Kirsch, Bärbel**

**Potsdam, 2000**

1. Problemerleben und Coping in der Adoleszenz (Kirsch, B./ Wagner, Ch.)

**urn:nbn:de:kobv:517-vlib-4686**

## 1. Problemerleben und Coping in der Adoleszenz

Das Jugendalter ist eine Zeit, in der Belastungen gehäuft auftreten und in ihrer Wirkung kumulieren können. Die Verarbeitung der körperlichen Veränderungen zu Beginn der Pubertät, Schulwechsel und Schulabschluß, erste Liebesbeziehungen und die Ablösung vom Elternhaus, die Planung der Zukunft und die Entscheidung über den eigenen Lebensstil sind oft parallel zu meistern und können die adaptiven Ressourcen der Jugendlichen überfordern. Dem trägt die Belastungsforschung im Jugendalter Rechnung und fragt einerseits nach den Stressoren, mit denen Jugendliche in ihrer Entwicklung konfrontiert werden und andererseits nach jugendspezifischen Bewältigungsformen, die trotz vermehrter Anforderungen eine gesunde Entwicklung ermöglichen bzw. andererseits eine spezifische Vulnerabilität von Jugendlichen begründen.

Die Belastungsforschung im Jugendalter hat sich nach Seiffge-Krenke (1984, 1987, 1995) vor allen Dingen auf zwei Typen von Stressoren konzentriert: die nicht-normativen Stressoren oder kritischen Lebensereignisse wie beispielsweise der Tod eines Elternteils, die Scheidung der Eltern oder eine chronische Krankheit, die relativ selten auftreten, durch die Jugendlichen wenig kontrollierbar sind und hoch belastend wirken und andererseits die normativen Stressoren oder alltäglichen Probleme, die viele Jugendliche betreffen (Hauser & Bowlds 1990) und die besonders dann belastend sind, wenn sie gehäuft auftreten.

Bei der Klassifikation von Stressoren im Kindes- und Jugendalter unterscheidet Compas (1987) zwischen akuten und chronischen Reizen, die als Anforderung wirken und eine adaptive Reaktion verlangen. Akute Belastungen können Ereignisse sein, die mit jugendspezifischen Übergängen verbunden sind wie die erste Verabredung oder die erste Menstruation, ferner negative Ereignisse wie ein Krankenhausaufenthalt oder der Verlust eines Freundes, aber auch alltägliche Schwierigkeiten wie Schulprobleme. Neben den akuten Belastungen gibt es chronische wie beispielsweise die mütterliche Depression, die eigene Behinderung, eine chronische Krankheit wie auch belastende Umweltbedingungen, wie beispielsweise Deprivation oder soziale Benachteiligung. Die Ereignisliste von Compas ist die einzige, die kritische Lebensereignisse und alltägliche Stressoren verbindet. Sie erwies sich bei 12-20jährigen Jugendlichen mit den Event-Parametern Erwünschtheit, Wirkung und Kausalität als relevant.

Seiffge-Krenke (1984, 1995) entwickelte eine eigene Klassifikation alltäglicher Stressoren von Jugendlichen im Alter von 12-18 Jahren, die sich mehr an Entwicklungsaufgaben des Jugendalters orientierte. Für sieben Lebensbereiche (Selbst, Gleichaltrige, heterosexuelle Beziehungen, Eltern, Schule, Freizeit und Zukunft) werden Probleme, Sorgen oder Befürchtungen angesprochen, für die entweder der Grad des Zutreffens (Seiffge-Krenke 1984) oder der Grad der Belastung (Seiffge-Krenke 1995) einzuschätzen war.

In einer repräsentativen Studie an über 3000 Jugendlichen aus verschiedenen europäischen Ländern hat Seiffge-Krenke (1994,1995) das Ausmaß alltäglicher Belastungen untersucht. Sie fand große Übereinstimmungen zwischen den Einschätzungen der Jugendlichen unterschiedlicher Kulturen hinsichtlich der Bedeutung der einzelnen Stressoren, was ihrer Meinung nach auf eine Universalität in der Wahrnehmung alltäglicher Stressoren in westlichen Kulturen hinweist. So nahmen zukunftsbezogene Sorgen, wie die Sorge um den zukünftigen Arbeitsplatz oder die Zerstörung der natürlichen Umwelt, einen vorderen Rangplatz ein. Auch Probleme mit der Schule sowie mit sich selbst waren für die

Jugendlichen ziemlich belastend. Weniger belastend waren Probleme mit Gleichaltrigen, aus heterosexuellen Beziehungen resultierende Probleme oder auch Probleme mit den Eltern und der Freizeit.

Die alltäglichen Stressoren variierten in ihrer Bedeutung und in der belastenden Wirkung ebenso wie die kritischen Ereignisse alters- und geschlechtsspezifisch. Weibliche Jugendliche nahmen dieselben normativen Forderungen und Ereignisse gegenüber den männlichen Jugendlichen als belastender wahr. Sie waren auch durch interpersonelle Probleme mehr gestreßt als männliche Jugendliche, welche andererseits durch Leistungsanforderungen und Zukunftsprobleme mehr belastet waren (Seiffge-Krenke 1990, 1995, Groer et al. 1992, Hendricks 1980 & Parks 1977).

In unterschiedlichen Altersstufen haben unterschiedliche Stressoren Priorität. Bei den 14jährigen sind es die familialen Stressoren, bei den 15-17jährigen die Probleme mit Gleichaltrigen und bei den 18-20jährigen die Probleme mit den Schulabschlüssen sowie mit der Entscheidung über den Beruf (Compas et al. 1989, Seiffge-Krenke 1984, 1995, Boekaerts 1996). Dies kann damit zusammenhängen, daß in den unterschiedlichen Altersstufen unterschiedliche Entwicklungsaufgaben Priorität haben (Havighurst 1948, Dreher & Dreher 1985).

Es gibt keine vergleichbare Studie mit Jugendlichen in der DDR, die gezeigt hätte, welches die alltäglichen Stressoren bei diesen Jugendlichen waren, und wie groß das Ausmaß der Belastung war. Lediglich zum Auftreten kritischer Ereignisse, wie die Scheidung der Eltern, lagen vergleichbare Zahlen vor, die eine höhere Belastung der ostdeutschen Jugendlichen belegen (Nauck 1995). Aus retrospektiven Analysen (Friedrich und Förster 1994, Wagner & Sydow 1996) kann man jedoch zu dem Schluß gelangen, daß einige der Stressoren, die für westdeutsche und westeuropäische Jugendliche große Bedeutung hatten, für die Jugendlichen in der DDR weniger wichtig waren. So hatten die meisten Jugendlichen eine sichere Zukunftsperspektive und waren auch nicht durch schulische Leistungsanforderungen besonders belastet. Auch die Auseinandersetzung mit der eigenen Person, die Entscheidung über Werte und Lebensziele, die Entwicklung eines eigenen Lebensstils waren nur für eine Minderheit erstrebenswert und möglicherweise belastend. Für diese Jugendlichen konnten auch die permanenten Bevormundungen, Unterforderungen und Einschränkungen der persönlichen Freiheit eine Quelle von Belastungen gewesen sein.

Mit der deutschen Vereinigung veränderten sich die Lebens- und Entwicklungsbedingungen, aber auch die Entwicklungsanforderungen für die ostdeutschen Jugendlichen. Neben den altersgemäßen Veränderungen waren die makrosozialen Veränderungen sowie die in den für Jugendliche relevanten Kontexten Schule, Familie und Peergroup zu verarbeiten (vgl. Wagner und Sydow 1994). Es war zu erwarten, daß die Vielzahl der Veränderungen, die geringe Kontrollierbarkeit und die schwer abschätzbaren Folgen der Ereignisse zu einer vermehrten Problemwahrnehmung und erhöhten Belastung bei den ostdeutschen Jugendlichen führen würden. Besonders belastet sollten nach Elder (1974) und Conger et al. (1994) die jüngeren Jugendlichen sein. Auch war zu erwarten, daß Jugendliche, die in ihrer bisherigen Entwicklung vermehrt mit kritischen Lebensereignisse konfrontiert waren, Probleme in höherem Maße wahrnahmen als Jugendliche, die solche Ereignisse seltener erlebten (Rutter 1979).

Die Frage, wie mit den Stressoren umgegangen wird, läßt sich mit den neueren Ergebnissen der Bewältigungsforschung beantworten. Unter dem Begriff des Coping werden Aktivitäten des Individuums verstanden, die externalen oder internalen Forderungen, die als potentielle Bedrohung, Verletzung oder Leid wahrgenommen werden können, zu meistern, zu tolerieren oder zu minimieren (Lazarus & Folkman 1984, Folkman & Lazarus 1985).

Über die Stellung des Coping im Prozeß der Selbstregulation werden unterschiedliche Auffassungen vertreten. Aspinwall und Taylor (1997) differenzieren zwischen dem Coping belastender Lebensereignisse, dem antizipatorischen Coping hinsichtlich der belastenden Konsequenzen eines bevorstehenden Ereignisses und dem proaktiven Coping. Letzteres umfaßt die Prozesse, mit denen Individuen potentielle Stressoren antizipieren oder entdecken, und Handlungen, ihr Auftreten zu verhindern oder ihre Wirkung zu dämpfen. Die bisherige Copingforschung habe sich nach Auffassung der Autoren primär mit Anstrengungen befaßt, Probleme zu lösen oder emotionale Reaktionen zu regulieren, wenn belastende Ereignisse wie schwere Krankheiten, finanzielle Belastungen, Nichtbestehen von Prüfungen u.a.m. bereits eingetreten sind. Für den Erhalt von Gesundheit und Wohlbefinden sei es aber noch wichtiger, negative Ereignisse, mögliche Bedrohungen und Belastungen vorherzusehen und durch entsprechende Aktivitäten zu verhindern. Proaktives Coping ist daher immer aktives Coping. Es schließt die Akkumulation von Ressourcen, die Erkennung potentieller Stressoren und ihre Bewertung, Copingaktivitäten wie die Handlungsplanung sowie die Suche nach Informationen und schließlich die Initiierung und Nutzung von Feedback über die Wirkung der Copingaktivitäten ein.

Verbunden mit der unterschiedlichen Funktionsbestimmung des Coping im Prozeß der Selbstregulation werden auch unterschiedliche Auffassungen zu den Bewältigungsdimensionen vertreten. Einige Ansätze nehmen eine zweidimensionale, andere eine mehrdimensionale Struktur an.

Compas et al. (1988) sowie Lazarus und Folkman (1984) differenzieren zwischen problemorientiertem und emotionsorientiertem Coping. Problemorientiertes Coping ist darauf gerichtet, Probleme zu lösen bzw. das Niveau der Streßwirkung zu verändern. Emotionsorientiertes Coping versucht dagegen, den emotionalen Disstress, der mit einer Problemsituation verbunden ist, zu reduzieren.

Ein anderer Ansatz (Billings & Moos 1981, Ebata & Moos 1991) unterscheidet zwischen aktivem Coping (active approach) und passivem Coping (avoidance approach). Aktives Coping ist auf das Problem gerichtet und kann sowohl kognitive Reflexion als auch Verhalten umfassen, welches versucht, die Problemsituation zu verstehen und den Stressor zu verändern. Passive oder meidende Reaktionen auf eine Problemsituation enthalten kognitive oder Verhaltensanstrengungen, nicht über die Problemsituation oder ihre Konsequenzen nachzudenken bzw. sie zu akzeptieren und zu resignieren. Spannungen, die der Stressor erzeugt, werden offen gezeigt und abreagiert.

Seiffge-Krenke (1989, 1995) unterscheidet auf Grund ihrer Studien an verschiedenen europäischen Stichproben drei Copingdimensionen: "Aktive Bewältigung unter Nutzung sozialer Ressourcen", "Internale Bewältigung" und "Rückzug oder Problemmeidung". Aktive Bewältigung unter Nutzung sozialer Ressourcen schließt Gespräche wie auch problemlösendes Handeln mit Eltern und Freunden sowie die Inanspruchnahme von Institutionen ein. Internale Bewältigung umfaßt kognitive Reflexionen, die sowohl eine Problemlösung wie auch eine Umbewertung der Situation, das Finden von Kompromissen wie auch das Akzeptieren der Situation einschließen. Davon abgegrenzt beinhaltet die

Problemmeidung sowohl das Zeigen und Abreagieren von Spannungen, die Ablenkung von der Streßsituation, die Verdrängung sowie die Dämpfung von emotionalen Disstress.

Ayers et al. (1996) differenzieren auf Grund ihrer Studien mit Schülern im mittleren Schulalter zwischen vier Copingdimensionen: Aktive Bewältigung, Ablenkung, Meidung und Suche nach Unterstützung. Aktive Bewältigungsstrategien sind Anstrengungen, die auf das Verstehen der Problemsituation, die Umstrukturierung der Problemsituation, die kognitive Entscheidungsfindung wie auch direktes Problemlösen gerichtet sind. Dagegen umfassen Ablenkungsstrategien sowohl Ablenkungshandlungen wie auch die physische Regulierung von Emotionen. Problemmeidende Strategien sind einerseits solche der kognitiven Meidung und andererseits auch Meidungshandlungen. Schließlich sind die Strategien der Suche nach Unterstützung darauf gerichtet, problemorientierte Unterstützung (Informationen, Handlungen) wie auch emotionale Unterstützung zu erhalten.

Die Entscheidung darüber, welche Copingdimensionen für das Jugendalter angemessen sind und wie sie zu operationalisieren sind, ist beim gegenwärtigen Stand der Forschung schwierig. Zwei Dimensionen erscheinen als zu wenig, um Beziehungen zwischen Coping und Maßen der Adaptation aufzudecken (Ayers et al. 1996, Aspinwall und Taylor 1997). Ein multidimensionaler Ansatz der Dimensionierung von Copingstrategien, der mittels konfirmatorischer Faktorenanalysen empirisch geprüft wurde, erscheint sinnvoller. Dieser ermöglicht es auch, Beziehungen zwischen Coping und Maßen der Adaptation auf eine konsistente Weise aufzudecken.

Coping wird einerseits situationsspezifisch (Band & Weisz 1988, Lazarus und Folkman 1984, Seiffge-Krenke 1989, Brodzinsky et al. 1992, Ebata & Moos 1991, Frydenberg & Lewis 1996) und andererseits durch Aggregation über verschiedene Stressoren erfaßt (Epstein 1983). Lediglich in einer Studie (Carver et al. 1989) wurden direkte Vergleiche zwischen Copingstilen und situationsspezifischem Coping angestellt. Die Ergebnisse (mittlere Korrelationen um .29) bestätigten die Relationen zwischen stabilen dispositionalen Variablen und Coping in spezifischen Situationen (Kliwer 1991, Terry 1994).

Ayers et al. (1996) konnten in ihrer Studie die gleichen Copingdimensionen sowohl für situationsspezifisches Coping als auch situationsübergreifend nachweisen. Für die Erfassung von Copingstrategien im Jugendalter scheint es sinnvoll zu sein, für unterschiedliche Typen relevanter Problemsituationen, z.B. Leistungssituationen, soziale Konflikte u.a.m. Copingstrategien zu erfragen. Über die Aggregation der gewählten Copingstrategien in den unterschiedlichen Situationen können dann Copingstile erfaßt und diese in Relation zu Maßen der Adaptation (Gesundheit, Wohlbefinden) gesetzt werden.

Untersuchungen zur Ausprägung von Copingstrategien und Copingstilen im Jugendalter, zu Alters- und Geschlechtsunterschieden sowie zu den Veränderungen des Copings mit dem Alter sind bisher selten durchgeführt worden. Seiffge-Krenke (1995) verglich 12-18jährige Schüler hinsichtlich der Ausprägung der drei Copingdimensionen "Bewältigung unter Nutzung sozialer Ressourcen", "Internale Bewältigung" und "Problemmeidung". Sie fand, daß weibliche Jugendliche aktiver und stärker bemüht waren, Probleme zu lösen. Sie nutzten dafür häufiger als männliche Jugendliche die soziale Interaktion und neigten auch stärker zur Kompromißbildung. Gleichzeitig war auch das Rückzugsverhalten der weiblichen Jugendlichen stärker als das der männlichen ausgeprägt, so daß ihr Coping mehr durch Ambivalenz gekennzeichnet war als das der männlichen Jugendlichen. Jüngere Jugendliche wählten häufiger als ältere problemmeidende Strategien. Mit dem Alter wurden internale Strategien häufiger gewählt, während Strategien der Bewältigung unter Nutzung sozialer

Ressourcen mit dem Alter abnehmen. Über die Ausprägung von Copingstrategien bei Jugendlichen in der DDR ist wenig bekannt. Vergleichsuntersuchungen von westdeutschen und ostdeutschen Jugendlichen wurden ebenfalls nicht durchgeführt.

Die Wahrnehmung von Stressoren und ihre Bewältigung werden wesentlich durch die personalen und sozialen Ressourcen der Individuen modifiziert.

In der Adoleszenz gehört das Selbstkonzept zu den veränderungsintensivsten personalen Ressourcen. Die körperliche Entwicklung und die mit ihr verbundenen psychischen Veränderungen (Kracke & Silbereisen 1994), aber auch die Bewältigung von Leistungsanforderungen in der Schule und der Freizeit, die Kontakte zu Gleichaltrigen und die Aufnahme sexueller Beziehungen sind Quellen der Veränderung selbstbezogener Meinungen.

Darüber, wie das Selbstkonzept theoretisch zu beschreiben und empirisch zu erfassen ist, gibt es unterschiedliche Auffassungen. Campbell et al. (1996) unterscheiden zwischen einer kognitiven Komponente (z.B. Eigenschaften, physische Merkmale, Rollen, Werte und Ziele) und einer evaluativen Komponente, zu der beispielsweise das Selbstwertgefühl gehört. Fernerhin grenzen sie strukturelle Merkmale des Selbstkonzeptes wie die Selbstkonzeptklarheit und die Komplexität des Selbstkonzeptes (Linville 1987) ab, welche ihrer Auffassung nach die Reife der selbstbezogenen Meinungen zum Ausdruck bringen. Die verschiedenen Komponenten des Selbstkonzeptes können bereichsspezifisch sein oder auch generalisierende Selbsteinschätzungen reflektieren. So können sich das Selbstwertgefühl und die Kompetenzerwartung auf spezifische Leistungen wie Mathematik oder Deutsch beziehen oder auch die kognitive Leistungsfähigkeit allgemein betreffen. Die Fragebogen zur Erfassung des Selbstkonzeptes (Marsh 1986, Deusinger 1986, O'Brien & Epstein 1988) legen die Annahme zugrunde, daß das Selbstkonzept ein hierarchisch strukturiertes, mehrgliedriges Konzept ist (Shavelson et al. 1976).

Zur Erklärung von Unterschieden im Selbstkonzept Jugendlicher werden die Faktoren Alter, Geschlecht und Sozialisationskontext herangezogen. So zeigen verschiedene Studien, daß sich die älteren Jugendlichen mehr kognitive und soziale Kompetenz zuschreiben als die jüngeren. Weibliche Jugendliche schätzen ihren Selbstwert und die eigene Wirksamkeit geringer ein als männliche Jugendliche. Gymnasiasten beurteilen ihre Kompetenz höher als Gesamtschüler. Sie verfügen auch über einen höheren Selbstwert und höhere Wirksamkeitserwartungen als Gesamtschüler. Auch die familialen Sozialisationsbedingungen können den Selbstwert der Jugendlichen beeinflussen. So zeigte Walper (1992), daß Jugendliche, deren Eltern geschieden waren, stärker als Jugendliche, die mit den leiblichen Eltern zusammenlebten, zu Selbstabwertungen neigten.

Mit dem Alter verändert sich das Selbstkonzept der Jugendlichen. Die zunehmende kognitive und soziale Kompetenz kann sich in einer Zunahme des Selbstwertes und der Wirksamkeitserwartungen, aber auch in einer Zunahme der Verhaltenssicherheit sowie der Kontakt- und Umgangsfähigkeit widerspiegeln. Andererseits können auch gegenläufige Veränderungen eintreten, die auf eine Verunsicherung der Jugendlichen hinweisen.

Die körperlichen Veränderungen zu Beginn der Adoleszenz können beispielsweise zu Veränderungen des Selbstkonzeptes führen. Ries (1988) konnte belegen, daß seit den 80er Jahren speziell bei weiblichen Jugendlichen im Alter von 13 Jahren die negativen Beurteilungen des eigenen Aussehens gegenüber den positiven überwogen. Eine solche Verunsicherung bezüglich des Aussehens und eine mit dem Aussehen verbundene niedrige

Wirksamkeitserwartung (Grob, Flammer & Neuwischwader 1992) kann den Selbstwert und die Selbstwirksamkeit speziell der weiblichen Jugendlichen beeinträchtigen.

Schließlich können auch Veränderungen in den schulischen Lernbedingungen und Leistungserfahrungen Anlaß für Veränderungen des Selbstwertes und der Wirksamkeitserwartungen sein. So zeigten Roeder und Baumert (1994), daß die Einführung des nach Leistungen strukturierten Schulsystems in Ostdeutschland zunächst zu einer Verunsicherung der Schüler, zu einer Abnahme der Wirksamkeitserwartungen führten. Da speziell bei den ostdeutschen Jugendlichen der Selbstwert an die realen Schulleistungen gekoppelt war (Hannover 1995, Oettingen et al. 1994), konnte bei einer Zunahme von negativen Leistungsrückmeldungen als Folge der veränderten Leistungsbewertung eine Verringerung des Selbstwertes und der Wirksamkeitserwartungen angenommen werden.

Der Zusammenhang zwischen der Ausprägung des Selbstkonzeptes und der Problembelastung und -bewältigung bei Jugendlichen wurde vielfach untersucht (Seiffge-Krenke 1987, 1995, Bosma & Jackson 1990, Jerusalem & Schwarzer 1989). Danach sind Jugendliche mit einem hohen Selbstkonzept weniger durch Probleme belastet und wählen häufiger aktive Bewältigungsstrategien als Jugendliche mit niedrigem Selbstkonzept. Die Frage, in welchem Grade das Selbstkonzept durch Copingerfahrungen beeinflusst wird, kann gegenwärtig nicht beantwortet werden. Hierzu bedarf es längsschnittlicher Analysen.

Zusammenfassend ist festzustellen, daß unter stabilen Umweltbedingungen das Jugendalter ohne größere Krisen verläuft und durch eine erfolgreiche Adaptation gekennzeichnet ist. Die Mehrzahl der Heranwachsenden ist auf altersgemäße Entwicklungsaufgaben fokussiert (Havighurst 1948; Dreher & Dreher 1985) und bewältigt diese. Entwicklungsaufgaben stellen den organisatorischen und strukturellen Rahmen für die Transaktion des Selbst mit dem Kontext dar.

Verändert sich der Kontext, wie dies in Ostdeutschland infolge der Vereinigung der beiden deutschen Staaten oder auch in Osteuropa der Fall war, so sind Anforderungen an das Selbst und die Selbstregulation neu zu definieren, Entwicklungserfordernisse auszumachen und Entwicklungspotenziale zu erschließen. Die Auseinandersetzung mit den veränderten Entwicklungsanforderungen und -bedingungen kann die Jugendlichen belasten, da diese von besonderer Relevanz sind und ihre adaptiven Ressourcen berühren (Lazarus et al. 1974).

Entsprechend einem transaktionalen Copingkonzept (Lazarus & Folkman 1984; Seiffge-Krenke 1996) variiert die individuelle Bewertung von Stressoren in Abhängigkeit von den personalen und sozialen Ressourcen und führt zu unterschiedlichen Bewältigungsmechanismen. Copingerfahrungen wirken wiederum zurück auf die Streßwahrnehmung.

Mit dem Alter kann sich die Bewertung von Stressoren verändern. Die verschiedenen Entwicklungsanforderungen sind für Jugendliche unterschiedlichen Alters nicht gleichermaßen bedeutsam. Andererseits entwickeln sich auch die kognitiven und sozialen Kompetenzen sowie die Fähigkeit zur Selbstregulation.