

1 Problemverhaltensweisen und Risikoverhalten im Jugendalter – Ein Überblick

Herbert Scheithauer, Tobias Hayer und Kay Niebank

1994 wurde in der New York Times unter dem Titel „The History of a Hoax“ ein Artikel von Barry O’Neill veröffentlicht. Darin präsentierte er zwei Listen mit den jeweils als am bedenklichsten angesehenen Verhaltensweisen an öffentlichen Schulen aus den 40er- und 80er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts. In den 1940er-Jahren bestanden die Probleme, geordnet nach Schwere, im Reden, Kaugummikauen, Lärm, Herumrennen in den Fluren, Nicht-in-der-Schlange-Stehen, Tragen unangemessener Kleidung und darin, Papier nicht in den Papierkorb zu werfen. Die Probleme vier Jahrzehnte später waren: Drogen- und Alkoholmissbrauch, Schwangerschaft, Suizid, Vergewaltigung, Raub und Körperverletzung. Die fehlende Übereinstimmung in Hinblick auf den Inhalt und die Schwere der Verhaltensprobleme ist beeindruckend. Als noch beeindruckender erweist sich der Umstand, dass beide Listen nicht das Ergebnis von Forschungsbemühungen waren, sondern die Schöpfung eines Geschäftsmanns aus Fort Worth, der damit seinen persönlichen Angriff gegen die öffentliche Bildung führte. Beide Listen waren lediglich Sammlungen von Eindrücken, die über die Jahre ein politisches Eigenleben entfalteten, wie O’Neill aufdecken konnte.

1.1 Einleitung

Zunehmend kann man den Medien entnehmen, dass Lehrer über Disziplinprobleme, Verhaltensauffälligkeiten und gewalttäiges Verhalten ihrer Schüler klagen oder dass die „Jugend an sich“ perspektivlos sei. Was dabei als „Problemverhalten“ wahrgenommen wird, erweist sich oftmals, wie in unserem Beispiel im obigen Kasten, als subjektive Einschätzung, d. h. es liegen der Beurteilung zuweilen normative Vorstellungen zugrunde, die durch gesellschaftliche Veränderungen variieren können. Ein aktuelles Beispiel stellt die so genannte „Body-Modification“ dar, also beispielsweise Tattoos, Brandings oder Piercings (Kasten, 2006). Häufig lassen sich Jugendliche diese Formen der „Body-Modification“ ohne Kenntnis bzw. Erlaubnis der Eltern machen (Benjamins et al., 2006), wobei sich Tattoos und Piercings vor allem in der Altersgruppe der (weiblichen) 14- bis 24-Jährigen besonderer Beliebtheit erfreuen (Stirna, Hinz & Brähler, 2006). Entgegen der Annahme, es handele sich vorwiegend um eine Modeerscheinung, ergaben die Auswertungen der Befragungen in der Studie von Stirna et al. (2006), dass Tattoos und Piercings sowohl mit psychischen Auffälligkeiten und bestimmten Temperamentseigenschaften korrelieren.

ren als auch mit negativ wahrgenommenen Lebensbedingungen sowie reduzierter sozialer Integration im Zusammenhang stehen.

Grundsätzlich sind in Anlehnung an Jessor (1987) jene Verhaltensweisen als Problemverhaltensweisen zu bezeichnen, die von der sozialen/gesellschaftlichen und/oder gesetzlichen Norm einer Gesellschaft abweichen sowie von den Autoritäten in einer Gesellschaft missbilligt werden und in der Regel mit sozialen Sanktionen einhergehen, wie zum Beispiel milden Formen von Tadel bis hin zu sozialer Zurückweisung oder sogar Haftstrafen in Folge strafrechtlicher Verfolgung (vgl. Boyer, 2006; Raithel, 2004). Weiterhin stellt sich aus entwicklungswissenschaftlicher Perspektive die Frage, ob das jeweilige Problemverhalten mit Entwicklungsgefährdungen verknüpft ist, die es nicht mehr zulassen, darin lediglich von einer „subjektiven Norm abweichendes Verhalten“ zu sehen. Aktuell umfassen Problemverhaltensweisen im Jugendalter Verhaltensweisen wie Rauchen, (regelmäßiger) Alkoholkonsum, Konsum illegaler Drogen, frühzeitiges Sexualverhalten, Fahren unter Substanzeinwirkung, Schulschwänzen, Probleme im Schul- und im familiären Umfeld, gewalttätige Handlungen sowie Delinquenz. Diese Problemverhaltensweisen werden mitunter auch als Risikoverhaltensweisen bezeichnet, so dass sich gesundheitliches, delinquentes sowie finanzielles Risikoverhalten differenzieren lassen. Nach Raithel (2004) sollte zudem bei Risikoverhaltensweisen im Jugendalter nach der risikospezifischen Konnotation bzw. nach der Qualität des Risikos unterschieden werden:

- substanzmittelbezogene Risikoverhaltensweisen („risk behavior“);
- risikokonnotative Aktivitäten (z. B. Mutproben) („risk-taking behavior“).

Unglücklicherweise wird in der Literatur zum einen oftmals keine genaue Differenzierung zwischen einzelnen Risikoverhaltensweisen vorgenommen; zum anderen kommt es zur Verwendung der jeweiligen Begriffe mit zum Teil erheblich voneinander abweichenden Bedeutungsgehalten.

Unabhängig von definitorischen Gesichtspunkten sind Jugendliche in allen Kategorien von Risikoverhaltensweisen überrepräsentiert (Raithel, 2004), d. h., Risikoverhaltensweisen treten in der Adoleszenz mit höherer Intensität auf oder sie weisen sogar ihren Höhepunkt in dieser Entwicklungsphase. Zur Erklärung dieses Phänomens liegt inzwischen eine Vielzahl unterschiedlicher Ansätze vor, bei denen üblicherweise zwischen Ansätzen unterschieden wird, die Risikoverhalten betrachten a) als ein erlerntes Verhalten, b) als Ausdruck bestimmter Persönlichkeitsmerkmale oder c) als entwicklungsrelevantes Phänomen.

Die Diskussion um Risikoverhaltensweisen findet dabei vor dem Hintergrund unterschiedlicher wissenschaftlicher Disziplinen statt, wie zum Beispiel der Klinischen Psychologie und Psychiatrie sowie der Entwicklungspsychopathologie (z. B. Störungen des Sozialverhaltens, externalisierendes Verhalten, Delinquenz, aggressiv-dissoziales Verhalten; vgl. Scheithauer & Petermann, 2004), aber auch der Kriminologie (z. B. normbrechendes Verhalten, Kriminalität, dissoziales Verhalten), denen jeweils eine andere Forschungsperspektive zugrunde liegt.

1.2 Erklärungsansätze

Das Jugendalter markiert den Übergang von der späten Kindheit zum frühen Erwachsenenalter. Es ist geprägt durch tiefgreifende Wandlungen, die sich auf körperlicher Ebene in der hormonellen und physischen Entwicklung als Ausdruck der sexuellen Reifung äußern und in den Beginn der reproduktiven Lebensspanne münden. Auf psychosozialer Ebene geht das Jugendalter mit der zunehmenden Fähigkeit einher, abstrakte Kategorien zu verstehen und über sich selbst nachzudenken sowie an zunehmend komplexeren Gruppeninteraktionen teilzunehmen, was sich in der Umgestaltung sozialer Beziehungen äußert. Diese signifikanten Veränderungen werden in den folgenden Abschnitten in einen Zusammenhang mit dem Auftreten von Problemverhaltensweisen bzw. Risikoverhalten im Jugendalter gebracht.

1.2.1 Entwicklungsaufgaben

Jeder Mensch muss sich im Verlaufe seines Lebens mit (gesellschaftlichen) Anforderungen und Veränderungen auseinandersetzen. Im Idealfall gelingt uns die Bewältigung dieser Entwicklungsanforderungen, weil wir über eine gefestigte Identität verfügen und in unserer persönlichen Entwicklung die notwendigen Voraussetzungen erworben haben. Nach Fend (1991) bezieht sich „Identität [...] auf klar beschriebene Selbstdefinitionen, die jene Ziele, Werte und Überzeugungen enthält, die eine Person für sich als wichtig erachtet und denen sie sich verpflichtet fühlt“ (S. 16). Der Prozess der Überzeugungsfindung verläuft bei Jugendlichen sehr unterschiedlich und kann problemlos oder krisenhaft verlaufen. Die Identitätsfindung setzt aber in jedem Fall eine intensive Interaktion zwischen Jugendlichem und seiner Umwelt voraus.

Jugendliche sehen sich mit einer Vielzahl an Entwicklungsanforderungen konfrontiert – zu denen auch das Streben nach vermehrter Autonomie, die Übernahme von Verantwortung und die Herausbildung einer eigenen Identität zählen. Aufgrund sehr heterogener Entwicklungsverläufe während ihrer Kindheit gehen Jugendliche mit sehr unterschiedlichen Voraussetzungen in Anforderungssituationen. Zudem kann aus den überdurchschnittlichen Belastungen, die diese Lebensphase mitbringt, sowie aus möglicherweise unzureichenden Bewältigungskompetenzen, auch als Folge von Orientierungskrisen (z. B. Identitätssuche, Lebensperspektivensuche) jugendspezifisches Risikoverhalten resultieren (vgl. Raithel, 2004).

Als Entwicklungsaufgaben (Havighurst, 1982) werden Anforderungen bezeichnet, die sich in bestimmten Lebensperioden stellen. Sie ergeben sich beispielsweise als Folge der psychosozialen Entwicklung bzw. körperlichen Reifung, die zu neuen kulturellen und gesellschaftlichen Erwartungen oder aber persönlichen Zielsetzungen führen. Die erfolgreiche Bewältigung ist Grundlage einer positiven Entwicklung und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass zukünftige Entwicklungsaufgaben ebenfalls erfolgreich bewältigt werden. Schwierigkeiten beim Bewältigen von Entwicklungsaufgaben hingegen erhöhen die Wahrscheinlichkeit für eine weitere fehlangepasste Entwicklung. Zu den Entwicklungsaufgaben des Jugendalters zählen auch der Umgang mit den körperlichen Veränderungen, die sich mit dem Einsetzen der Pubertät einstellen, sowie der Umgang mit dem veränderten Körperbild. Dies kann ge- oder

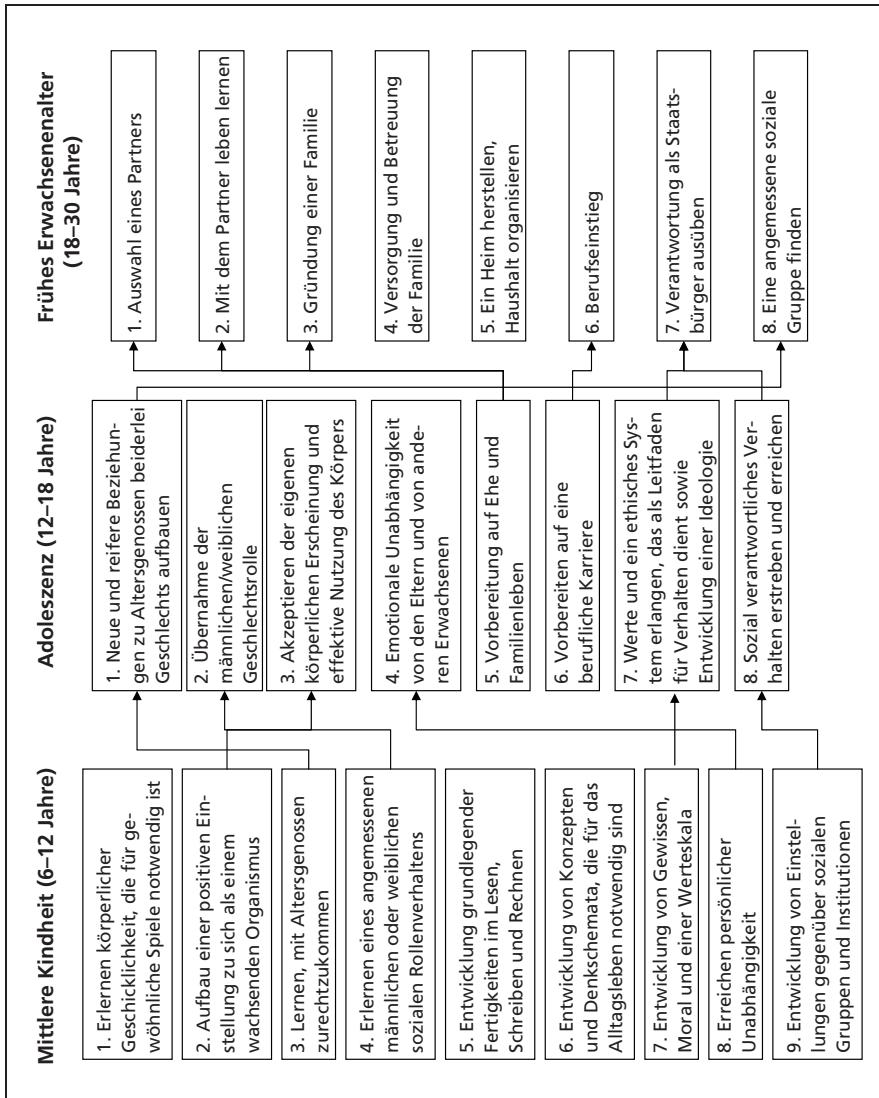


Abb. 1.1: Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz nach Havighurst – unter besonderer Berücksichtigung des Übergangs zwischen Kindheit und frühem Erwachsenenalter (Dreher & Dreher, 1985, S. 59; entnommen aus Oerter & Dreher, 1995, S. 328)

misslingen und in Folge zu Gesundheitsrisiken und psychischen Störungen führen (s. z. B. Kap. 9, 12, 13 und 15). Abbildung 1.1 fasst wesentliche Entwicklungsaufgaben im Jugendalter zusammen.

Risikoverhaltensweisen können sich jedoch nicht nur aus Problemen bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben ergeben, sondern sie können auch eine wichtige

Funktion in der psychosozialen Entwicklung von Jugendlichen einnehmen (s. auch **Kasten 1.1**; vgl. Raithel, 2004), indem sie die Jugendlichen darin unterstützen, wichtige Entwicklungsaufgaben zu lösen, etwa den Zugang zu Peergruppen zu ermöglichen, Beziehungen zu Gleichaltrigen aufzubauen und deren Anerkennung zu erwerben. Zuweilen gehen Autoren davon aus, dass Risikoverhaltensweisen zum „normalen“ Heranwachsen dazugehören (Baumrind, 1987). Somit sind Risikoverhaltensweisen unter Umständen als Ausdruck entwicklungsangemessenen Verhaltens anzusehen (vgl. Hurrelmann & Richter, 2006). Weiterhin ist zu beachten, dass einige Risikoverhaltensweisen eher mit negativen Konsequenzen verbunden sein können als andere (Maggs et al., 1997). Substanzmissbrauch (vgl. Kap. 9) oder problematischem Glücksspielverhalten (vgl. Kap. 10) lassen sich demnach auch folgende Funktionen zuschreiben:

- Beziehungsaufbau und -erhalt, Stabilisierung der Position in einer Peergruppe, Ausdruck der Identifikation mit einer jugendlichen Subkultur.
- Demonstratives Zurschaustellen einer Haltung gegen Konventionen und Normen, Gegensatz zu Lebensroutinen.
- Unabhängigkeitsgefühl erzeugen und (vermeintlichen) Erwachsenenstatus demonstrieren.
- Freude am Ausprobieren und Grenztesten.
- Frustrationen, Ängste etc. kompensieren.

Kasten 1.1: Geschlechterspezifische Bedeutung von Risikoverhaltensweisen

Grundsätzlich lassen sich Geschlechtereffekte ermitteln, d. h. männliche Jugendliche zeigen signifikant häufiger Risikoverhalten als weibliche Jugendliche (Duberstein Lindberg et al., 2000; Greene et al., 2000; Greene et al., 1996). Kolip (2002) fasst ausgewählte Befunde wie folgt zusammen:

- Jungen und Mädchen haben sich in der Häufigkeit des Tabakrauchens in den letzten Jahren mehr und mehr angeglichen, allerdings zeigen sich qualitative Unterschiede (Jungen rauchen mehr Zigaretten und zudem häufiger „harte“ Tabakprodukte, z. B. filterlose Zigaretten).
- Auch beim Alkoholkonsum gibt es kaum Unterschiede, wobei Jungen andere Getränke zu sich nehmen (Bier und Spirituosen gegenüber Wein und Sekt etc.). Jungen konsumieren auch häufiger und größere Mengen an Alkohol.
- Illegale Drogen werden häufiger von Jungen genommen.
- Jungen weisen eine erhöhte Unfallhäufigkeit und ein riskanteres Verhalten im Straßenverkehr auf.
- Mädchen sind hingegen in ernährungsrelevanten Bereichen häufiger von gesundheitsgefährdenden Verhaltensweisen betroffen (z. B. Essstörungen).

Diese Befunde gehen in einem bestimmten Maße einher mit Erkenntnissen zu voneinander abgrenzbaren Entwicklungspfaden aggressiv-dissozialen Verhaltens. In diesem Sinne sind ein auf das Jugendalter begrenztes dissoziales Verhalten und ein begrenzter Substanzmissbrauch („adolescence-limited“) zu unterscheiden von anhaltendem aggressiv-dissozialem Verhalten, das bereits im frühen Kindesalter seinen Anfang nahm („life course-persistent“) (Moffitt, 1993; vgl. Scheithauer & Petermann, 2004; Kap. 7 explizit zu mädchen spezifischer Aggression bzw. Gewalt). Letzteres stellt eine risikoerhöhende Bedingung für einen anhaltend negativen Ent-

wicklungsverlauf dar, während im Fall des auf das Jugendalter begrenzten Typus ohne massive psychosoziale Beeinträchtigungen und ohne Kompetenzdefizite das negative Verhalten in der Regel mit Eintritt in das Erwachsenenalter (z. B. Eintritt ins Berufsleben, Eingehen fester Partnerschaft, Elternschaft) wieder abgelegt wird. Ist die Risikokumulation hingegen hoch und können risikomildernde Bedingungen dies nicht ausgleichen, droht die Gefahr einer anhaltenden Belastung durch Alkohol- und Substanzkonsum. Moffitt (1993) schätzt, dass 10 % der Bevölkerung eine nicht nur auf das Jugendalter beschränkte Problematik bei Alkohol- und Drogenmissbrauch aufweisen. Weiterführend stellt sich in diesem Kontext die Frage, ob ein optimaler Entwicklungsverlauf wahrscheinlich ist, wenn keine Problemverhaltensweisen vorliegen (s. Kasten 1.2).

Kasten 1.2: Optimale Entwicklung, wenn keinerlei Problemverhaltensweisen gezeigt werden?

Sollten Jugendliche frei von allen Risikoverhaltensweisen aufwachsen, um eine weitgehend positive Entwicklung zu durchlaufen? Dieser Frage gingen Shedler und Block (1990) in ihrem groß angelegten Längsschnittprojekt nach. Sie erfassten die Häufigkeit von Substanzgebrauch und -missbrauch in ihrer Stichprobe von 18-Jährigen, die seit dem dritten Lebensjahr wiederholt untersucht worden waren. Shedler und Block nahmen eine Einteilung in drei Gruppen vor: „Abstinent“ (29 % der Teilnehmer), die nie Erfahrungen mit illegalen Drogen gemacht hatten, „Experimentierer“ (36 %), die Marihuana wenige Male probiert hatten, und die „häufigen Anwender“ (20 %), die berichteten, Marihuana mindestens einmal pro Woche geraucht und mindestens mit einer anderen Droge Erfahrungen gemacht zu haben. Die Gruppen unterschieden sich hinsichtlich mehrerer psychischer Merkmale: Die Abstinenten waren übermäßig kontrolliert, sozial isoliert, verfügten über geringe soziale Fertigkeiten und neigten als Kinder dazu, ängstlich und gehemmt zu sein. Die häufigen Anwender waren zurückgezogen, problembelastet, bedrückt, zeigten antisoziales Verhalten und wurden als unsichere, unglückliche Kinder beschrieben. Im Vergleich zu diesen beiden Gruppen waren die Experimentierer sozial kompetenter, fröhlicher, tatkräftiger, verfügten über höhere Selbstzufriedenheit und galten in ihrer Kindheit als aufgeschlossener, wärmer und stressresistenter. Sie wiesen größere soziale Fertigkeiten auf als die anderen Gruppen. Ein moderates Maß an Risikobereitschaft könnte demnach im Jugendalter als normativ und mit einigen positiven psychischen Merkmalen verbunden angesehen werden, wenngleich der Beleg für diese Hypothese in Form von weiterführenden Längsschnittstudien bis ins Erwachsenenalter hinein noch aussteht.

1.2.2 Gehirnentwicklung

Der Grund dafür, dass Jugendliche vermehrt Risiken eingehen, neue Erfahrungen suchen, bei dem Versuch versagen, unangemessene Reaktionen zu bezähmen, und auf andere Art zu Entscheidungen gelangen als Erwachsene, kann darin begründet liegen, dass ihre Gehirnentwicklung große Veränderungen durchläuft. Lange Zeit konnten Unterschiede im Gehirn Jugendlicher beispielsweise im Vergleich zu Erwachsenen oder Kindern nur in Post-Mortem-Studien festgestellt werden. Mit Hilfe bildgebender Verfahren, wie der Magnetresonanztomographie (MRT), ist es aber inzwischen möglich, Veränderungen und Reifungsprozesse im Gehirn von Jugendlichen sichtbar zu machen, wobei man einerseits Veränderungen in den grundlegenden Strukturen des Gehirns, andererseits Funktionen der einzelnen Gehirnbereiche

herausarbeiten kann. Trotz großer interindividueller Unterschiede (d. h., man kann nicht aus dem Gehirnbild eines Jugendlichen beispielsweise auf dessen Alter schließen), zeigen sich gewisse gleichbleibende Muster in der Gehirnreifung von Jugendlichen (z. B. stetige Zunahme der grauen Substanz im Kindes- mit folgender Abnahme im Jugendalter, Reifung präfrontalkortikaler Strukturen und Funktionen). Dabei konnte auch festgestellt werden, dass die Entwicklung des menschlichen Gehirns länger andauert, als bisher angenommen. In einer Studie des amerikanischen „National Institute of Mental Health“ wurden 2 000 Teilnehmer vom dritten Lebensjahr an alle zwei Jahre einem Gehirnscan (MRT) unterzogen (Giedd et al., 1999). Bilder belegen eine Zunahme der grauen Substanz in der Kindheit, die im frühen Erwachsenenalter wieder zurückgeht. Die Wachstumswelle im Gehirn verläuft dabei – bezogen auf die im Gehirn lokalisierten Areale – von „hinten“ nach „vorn“. Trotz dieser Befunde steckt die empirische Erforschung der Interaktion zwischen der neuronalen und kognitiven Entwicklung aber noch in den Anfängen.

Vor allem zwei Veränderungen finden im Gehirn vor und nach der Pubertät statt (Blakemore & Choudhury, 2006): a) Die Myelinschicht um die Nervenzellen, die die Übertragungsgeschwindigkeit der Nervenimpulse erhöht, bildet sich im Frontalkortex bis ins Jugendalter hinein aus, während sie für die sensorischen und motorischen Nervenbahnen schon vorher abgeschlossen ist. Dadurch soll sich die Übertragungsgeschwindigkeit für neuronale Informationen im Frontalkortex während Kindheit und Jugendalter ständig erhöhen; b) Veränderung der Synapsendichte im Präfrontalkortex: Während der postnatalen Entwicklung bildet das Gehirn so viele Synapsen aus (Synaptogenese), dass die Synapsendichte die im Erwachsenengehirn übersteigt. Dieser Prozess kann mehrere Monate andauern, bevor sich eine Phase anschließt, in der Synapsen zurückgebildet werden („Pruning“). Dabei werden häufig genutzte Verbindungen verstärkt und selten genutzte „gestutzt“. Während Synaptogenese und Pruning in den sensorischen Bereichen des Gehirns relativ früh abgeschlossen sind, findet die Ausbildung der Synapsen im Präfrontalkortex offenbar mit Beginn der Pubertät statt. Die anschließende Auflösung und Neuorganisation synaptischer Verbindungen ist grundlegend für die „Feinabstimmung“ des funktionalen Netzes, das das Gehirngewebe darstellt, und sorgt dafür, dass die verbleibenden synaptischen Verbindungen effizienter arbeiten. Die Zunahme synaptischer Verbindungen spiegelt sich zumindest teilweise im Zuwachs der grauen Substanz des Gehirns wider. In den Studien von Giedd et al. (1999) konnte im Frontallappen und im Parietallappen eine Zunahme der grauen Substanz nachgewiesen werden, die bei Jungen ihren Höhepunkt mit zwölf Jahren, bei Mädchen mit elf bzw. zehn Jahren erreichte und im Jugendalter wieder zurückging. Damit durchlaufen gerade die Gehirnregionen, die mit sozialen Kognitionen verknüpft sind, etwa mit dem Einsetzen der Pubertät sehr ausgeprägte und andauernde Veränderungen (vgl. Choudhury, Blakemore & Charman, 2006).

Es gilt zu beachten, dass der vorgegebene Verlauf der neuronalen Reifung keineswegs mit einem strikten „Fahrplan“ für die kognitive Entwicklung im Jugendalter gleichzusetzen ist. Gerade die Phase des Prunings, also die Rückbildung ungenutzter synaptischer Verbindungen und die Stärkung aktiver Verknüpfungen, ist auf möglichst viele Umwelteinflüsse angewiesen, damit sich das Gehirn besser auf die Bewältigung komplexer Situationen einstellen kann. Dennoch werden die im Folgenden diskutierten kognitiven Fehleinschätzungen, Emotions- und Verhaltensregulationsbefunde in einem Zusammenhang mit den hier skizzierten Befunden zur Gehirnreifung gesehen.

1.2.3 Die kognitive Ebene

Das Jugendalter ist der Lebensabschnitt mit der größten Häufung von Verhaltensweisen, die eine mögliche Bedrohung für sich und andere darstellen. Gegenüber Kindern haben Jugendliche eine mehrfach erhöhte Sterblichkeitsrate, unter anderem weil sie mehr Risiken eingehen. Ihre Art, Entscheidungen zu treffen, könnte ein Grund dafür sein. Sofern Risikoverhalten ein entwicklungsrelevantes Phänomen repräsentiert, ist davon auszugehen, dass es sich um das Resultat einer (kognitiven) Unreife handelt, d. h., Jugendliche sind nicht immer in der Lage, die mit ihrem Verhalten einhergehenden Risiken und mögliche negative Folgen richtig einzuschätzen (vgl. Greene et al., 2000). Sie treffen ihre Entscheidungen also auf einer anderen Grundlage als Erwachsene.

Gerrard und Mitarbeiter (Gerrard, Gibbons & Reis-Bergan, 2000; Gerrard et al., 2002) fanden heraus, dass es sich nicht um bewusste Entscheidungen handelt, wenn Jugendliche Alkohol und Drogen konsumieren oder riskantes Sexualverhalten zeigen, sondern vielmehr um ein unkontrolliertes, impulsives Verhalten. In ihrer Entscheidungsfindung stützen sich Menschen im Allgemeinen auf zwei Arten der Informationsverarbeitung: a) auf Reflexion und die daraus resultierende Absicht, ein Verhalten zu zeigen, und b) auf Intuition, die zu Offenheit für ein Verhalten führt. Beide Strategien sind bei Jugendlichen gleichermaßen aktiv, jedoch entscheiden situative Faktoren darüber, ob sie eher die eine oder die andere Strategie einschlagen. Zudem spielen auch individuelle Merkmale eine Rolle, wenn Menschen eine bestimmte Strategie bevorzugen. Bisher – so Gerrard et al. (2000; 2002) – wurden Jugendlichen in ihren Verhaltensweisen eher Entscheidungen zugesprochen, die auf Reflexion basieren. Neuere Studien belegen jedoch, dass das Verhalten von Jugendlichen weniger auf reflektierten Entscheidungsprozessen beruht, sondern oftmals aus Intuition heraus, impulsiv und spontan entsteht. Hierbei erweisen sich oftmals Merkmale im sozialen Umfeld, zum Beispiel im Freundes- oder Peerkontext, als richtungweisend. Die Erfahrungen, die die Jugendlichen dann in Folge erstmaligen Risikoverhaltens machen (z. B. keine negativen Konsequenzen, Verstärkung durch Gleichaltrige), beeinflusst schließlich das zukünftige Verhalten. Shapiro et al. (1998) konnten allerdings in einer Studie mit weiblichen Collegestudenten ermitteln, dass Risikoverhaltensweisen nicht nur plan- und ziellos auftreten, sondern vielmehr die Jugendlichen auch ein solches Verhalten bewusst wählen, um beispielsweise Stress zu reduzieren oder gegen Gefühle der Einsamkeit vorzugehen.

Von Boyer (2006), Schwarzer, Jerusalem und Weber (2002) sowie Seiffge-Krenke (1994) werden in diesem Zusammenhang einige Phänomene (Fehleinschätzungen) zusammengefasst, die direkt mit dem Gesundheitsverhalten von Jugendlichen – und im Weiteren mit Risikoverhaltensweisen – verknüpft sind:

- Im Vergleich zu Erwachsenen haben Jugendliche nur ein wenig ausgeprägtes Bewusstsein für Gesundheit und Krankheit sowie für Risikoeinschätzungen.
- Aufgrund ihres Egozentrismus nehmen Jugendliche ihr objektiv als gesundheitsgefährdend einzustufendes Verhalten nicht als die eigene Gesundheit gefährdend wahr. Diese Fehl wahrnehmung geht einher mit einer Unterschätzung von Risiken in der Außenwelt.

- Der Egozentrismus führt zudem dazu, dass Jugendliche von sich auf andere schließen und somit die Anzahl der Gleichaltrigen überschätzen, die ähnliche Verhaltensweisen zeigen, wie sie selbst.
- Auch wenn Jugendliche diese Gefahren realistisch einschätzen können, beziehen sie die Gefahr und das Risiko nicht auf sich selbst.
- Jugendliche erleben sich als einzigartig und neigen zur Überschätzung ihrer Fähigkeiten, sie halten sich für „unverwundbar“.
- Sie führen sich einerseits wie vor einem Publikum auf, haben aber andererseits das Gefühl, als könnte niemand verstehen, was sie fühlen.
- Jugendkulturen und die in der eigenen Peergruppe geltenden Normen üben Druck auf Entscheidungen und Verhaltensweisen von Jugendlichen aus (Konformität mit Peernormen).
- Zudem führen kollektiv von Gruppen getroffene Entscheidungen, die tendenziell risikanter ausfallen, zu einer erhöhten Risikobereitschaft.

1.2.4 Selbstregulation und Selbstkontrolle

Studien belegen, dass grundlegende Selbstregulationsstrategien oder auch Emotionsregulationsstrategien und Strategien der Verhaltenshemmung (vgl. Boyer, 2006) dafür verantwortlich sind, ob Jugendliche Risikoverhaltensweisen zeigen. Demzufolge werden wichtige Selbstkontrollfertigkeiten im frühen Kindesalter entwickelt, zum größten Teil als Resultat der Sozialisation innerhalb der Familie und Schule. Erweisen sich diese Sozialisationsprozesse als mangelhaft, lernen Kinder nicht, ihr Verhalten effektiv zu regulieren, was zu geringer Selbstkontrolle, „Kurzsichtigkeit“, riskantem Verhalten, Impulsivität etc. und einer mangelnden Fähigkeit führt, die (langfristigen) Konsequenzen des eigenen Verhaltens angemessen einzuschätzen. Weiterhin zeigen sich riskante Verhaltensweisen, wie der übermäßige Konsum von Alkohol, das so genannte „Binge Drinking“ oder das problematische Glücksspielverhalten in Folge des Versuchs, negative Stimmungen, Probleme oder andere negative Affekte mit Hilfe der Substanzen bzw. des Glücksspiels zu „bearbeiten“ (im Sinne einer negativen Problemlöse- und Emotionsregulationsstrategie; Cox et al., 2006; vgl. Kap. 9 und Kap. 10). In diesem Zusammenhang scheinen auch bestimmte Persönlichkeitsmerkmale von Relevanz zu sein (s. Kasten 1.3).

Kasten 1.3: Temperament, Persönlichkeit und Risikoverhaltensweisen

Das „Sensation Seeking“ stellt eine Verhaltensdisposition dar, „die durch ein individuell variiertes Bedürfnis (Motiv) und Streben nach neuen, abwechslungsreichen, komplexen und intensiven Sinneseindrücken und Erfahrungen gekennzeichnet ist“ (Raithel, 2004, S. 127). Demnach gehen Personen, die dieses Temperamentsmerkmal besonders hoch ausgeprägt aufweisen, vermehrt Risiken ein, da sie auf der „Suche nach einem Kick“ sind. Besonders zum Zusammenhang von risikoreichen Sportarten und hohen Ausprägungen im Bereich „Sensation Seeking“ liegen einheitliche Befunde vor (zusammenfassend Trimpop, Kerr & Kirkcaldy, 1999). Zuckerman (1994) stellte erhöhte Werte im „Sensation Seeking“ zwischen dem neunten und 14. Lebensjahr fest, mit einem Höhepunkt im späten Jugendalter und einem darauf folgenden Rückgang.

1.2.5 Die Rolle der Familie

Zurückgehend auf psychoanalytische Theorien wird zuweilen immer noch davon ausgegangen, dass das Jugendalter eine Entwicklungsphase der „Unruhe“, eine „stürmische“, „stressreiche“ Lebensphase darstellt (vgl. Darstellung in Rutter, 2007). Auch wenn das Jugendalter eine Vielzahl an Entwicklungsanforderungen mit sich bringt, scheint diese Entwicklungsphase für viele Jugendliche nicht zwangsläufig mit vermehrten Spannungen aufgrund von Ablösungsprozessen von den Eltern einherzugehen – allenfalls tun sich Eltern mit den anstehenden Ablösungsversuchen ihrer Kinder schwer. Dies ist jedoch nur dann der Fall, wenn bereits psychische Auffälligkeiten oder andere familiäre Problemlagen vorlagen (Rutter, 2007). Nach Baumrind (1991) lassen sich drei Formen der Eltern-Kind-Beziehung im Jugendalter unterscheiden:

- *Klassische Beziehung*: Der Jugendliche beginnt, sich emotional von seinen Eltern zu lösen, und macht entscheidende Schritte in Richtung Identitätsbildung.
- *Sichtweise der Umbruchtendenz*: Der Jugendliche weist den Meinungen der Peergruppe zunehmend mehr Bedeutung zu als der Meinung seiner Eltern. Diese Umbruchtendenz geht unter Umständen einher mit Substanzkonsum, verfrühtem Sexualverhalten, abfallenden Schulleistungen. Für die Eltern besteht die Schwierigkeit abzuwägen, dem Jugendlichen Freiheiten und Autonomie zuzugestehen oder Kontrolle auszuüben.
- *Sichtweise der Interdependenz*: Die Familie versucht, die wechselseitige Balance herzustellen zwischen selbstständigem Handeln und Kommunikation, Trennung und Bindung, Konflikt und Harmonie.

Ary et al. (1999) konnten in einer Längsschnittstudie zum Auftreten von Problemverhaltensweisen belegen, dass in Familien mit einem hohen Ausmaß an familiären Konflikten mit höherer Wahrscheinlichkeit eine negativere Eltern-Kind-Interaktion zu beobachten ist. Diese familiären Hintergründe wiederum stehen in einem Zusammenhang mit einem geringeren elterlichen Beaufsichtigungsverhalten und mit Beziehungen zu Peers mit abweichendem Verhalten ein Jahr später, die als wesentliche Prädiktoren für eine Reihe von Problemverhaltensweisen nach weiteren zwei Jahren gesehen werden können (vgl. Flannery, Williams & Vaszonyi, 1999). Insgesamt verdeutlichen Theorien und empirische Befunde zur Entwicklung im Jugendalter, dass Eltern und das familiäre Umfeld eine wichtige Rolle für die angepasste, normale Entwicklung von Jugendlichen einnehmen (zusammenfassend Han & Waldvogel, 2007; vgl. Boyer, 2006):

- Jugendliche, die häufig Zeit mit ihren Eltern verbringen und zu ihnen eine enge Beziehung haben, weisen eine angepasste Entwicklung auf.
- Gleiches gilt für Jugendliche, wenn sie in Familien aufwachsen, in denen ihre Eltern über ihre Aktivitäten Bescheid wissen und ihre Aktivitäten kontrollieren.
- Je häufiger Jugendliche ohne Aufsicht ihrer Eltern Zeit verbringen (alleine oder mit der Peergruppe), umso wahrscheinlicher ist die Ausübung von Risikoverhaltensweisen.