



Hochschule Neubrandenburg  
University of Applied Sciences

## **Lebensphase Jugend**

Besonderheiten und Herausforderungen  
bei der Beratung von Jugendlichen



Quelle: [http://www.elternwissen.com/fileadmin/content/magazin/erziehung/erziehungstipps/aggressives\\_verhalten\\_in\\_der\\_pubertaet.jpg](http://www.elternwissen.com/fileadmin/content/magazin/erziehung/erziehungstipps/aggressives_verhalten_in_der_pubertaet.jpg)

### **Master-Arbeit**

urn:nbn:de:gbv:519-thesis2013-0501-6

vorgelegt von

Kathleen Kruse

Master-Studiengang: Beratung

WS 2013/2014

Hauptprüfer: Profn. Dr. phil. habil. Barbara Bräutigam

Zweitprüfer: Prof. Dr. Matthias Müller

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung .....</b>	<b>1</b>
<b>1 Begriffsbestimmung der Jugendberatung .....</b>	<b>2</b>
<b>2 Die Lebensphase Jugend – Der Jugendliche im Fokus .....</b>	<b>4</b>
2.1 Die Pubertät .....	5
2.1.1 Körperliche und hormonelle Entwicklung .....	5
2.1.2 Identitätsbildung .....	7
2.1.3 Die Beziehung von Jugendlichen zu ihren Eltern und Freunden .....	10
2.2 Vergesellschaftungsformen von Jugendlichen .....	12
2.3 Schutzmaßnahmen und Entlastungsreaktionen von Jugendlichen .....	14
2.4 Entwicklungsprobleme und Problemverhalten im Jugendalter .....	16
2.4.1 Alkohol und Drogen .....	17
2.4.2 Depression und Selbstmord .....	17
2.4.3 Selbstverletzungen .....	18
2.5 Widerstand gegen Hilfeformen .....	19
2.6 Sinus-Studie U18: Lebensweltmodelle von Jugendlichen .....	22
<b>3 Anforderungen an die Jugendberatung / an den     Jugendberater.....</b>	<b>27</b>
3.1 Aufgaben und Ziele der Jugendberatung .....	27
3.2 Fachspezifische Anforderungen an den Jugendberater .....	28
3.2.1 Zielgruppenorientierung.....	28
3.2.2 Lebensweltorientierung.....	29
3.2.3 Ressourcenorientierung.....	30
3.3 Persönliche Anforderungen an den Jugendberater .....	31
3.4 Kommunikative Anforderungen an den Jugendberater.....	34
3.4.1 Die klientenzentrierte Gesprächsführung .....	35
3.5 Anforderungen an das Setting von Jugendberatungsstellen .....	39
<b>4 Chancen und Risiken von Jugendberatungsstellen.....</b>	<b>41</b>
4.1 Formen der Jugendberatung .....	41
4.1.1 Funktionale Jugendberatung .....	41
4.1.2 Institutionelle Jugendberatung .....	41

4.1.3	Mediale Jugendberatung .....	43
4.2	Funktionale Jugendberatung am Beispiel der Jugendberatung in der Offenen Jugendarbeit .....	44
<b>5</b>	<b>Zusammenfassung.....</b>	<b>48</b>
<b>6</b>	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>50</b>
<b>7</b>	<b>Eidesstattliche Erklärung.....</b>	<b>53</b>

Im Folgenden wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit im Text die männliche Schreibweise gewählt, jedoch beziehen sich die Angaben sowohl auf das männliche als auch auf das weibliche Geschlecht.

## Einleitung

In einer Gesellschaft, deren Struktur sich ständig ausdifferenziert und deren Wissen stetig wächst, ist der Bedarf an Orientierung und Hilfe sprunghaft gewachsen. Auch dadurch, dass Lebens- und Wertorientierungen heute brüchig geworden sind und die Menschen zunehmend selbst die Formen ihres Zusammenlebens wählen, ist ein großer Orientierungsbedarf vorhanden. Für diesen neuen Bedarf an Orientierung, Wissen, Handlungs- und Entscheidungsbedürfnis ist die Institution der Beratung zuständig.

Dieser Orientierungsbedarf durch Beratung ergibt sich jedoch nicht nur für Erwachsene, sondern gleichermaßen auch für Jugendliche. Aus der zunehmenden Orientierungslosigkeit der Erwachsenen wird zudem ein vermehrter professioneller Beratungsbedarf für Jugendliche ersichtlich, da die Erwachsenen, besonders die Eltern, die notwendigen und geforderten Orientierungshilfen, die Jugendliche zur Bewältigung ihrer Entwicklungsaufgaben benötigen, nicht mehr erbringen können (vgl. Hurrelmann 1995, S. 40).

Ich arbeite als Jugend(sozial)arbeiterin im Jugendzentrum Burg Stargard und neben zahlreichen weiteren Schwerpunkten ist auch die Jugendberatung ein wichtiger Arbeitsschwerpunkt meiner Tätigkeit. In meiner täglichen Arbeit mit den Jugendlichen ist es jedoch ganz offensichtlich, dass die Beratung für Jugendliche nicht gleichzusetzen ist mit der Beratung für Erwachsene, und so gerate ich in der Praxis mit Jugendlichen in gewissen Situationen an meine Grenzen.

Bisher hatte ich jedoch wenig Gelegenheit, mich intensiver und speziell mit der Jugendberatung zu beschäftigen. Insofern gilt es meinem persönlichen Interesse, der Frage nachzugehen, was die besonderen Merkmale der Jugendberatung sind und welche Anforderungen an die Jugendberatung und speziell an mich, an den Berater, gestellt werden, um Jugendliche erfolgreich zu beraten.

Diese Fragen werden Gegenstand meiner Abhandlung sein. Dazu werde ich als Erstes auf den Begriff der Jugendberatung genauer eingehen und anschließend die Lebensphase von Jugendlichen sowie ihre Lebenswelt genauer beleuchten. In Anlehnung daran werde ich mich dann den speziellen Anforderungen an die Jugendberatung und den Jugendberater widmen. Um zum einen die Anforderungen an die Jugendberatung / an den Jugendberater genauer zu verdeutlichen und zum anderen aufzuzeigen, wie erfolgreich die Jugendberatung in der Praxis wirklich ist, sollen zum Abschluss dieser Arbeit die verschiedenen vorfindbaren Formen von

Jugendberatungsstellen skizziert und speziell am Beispiel der Jugendberatung im Rahmen der Offenen Jugendarbeit verdeutlicht werden.

## **1 Begriffsbestimmung der Jugendberatung**

Die Jugendberatung gilt als eine spezifische Form der Beratung und hinsichtlich dessen lässt sich der Begriff der Jugendberatung zunächst einmal in Anlehnung an den allgemeinen Beratungsbegriff betrachten.

Die Beratung ist in psychosozialen, sozialen sowie gesundheitsberuflichen, psychologischen und pädagogischen Arbeitsbereichen eingebettet (vgl. Engel/Nestmann/Sickendiek 2007, S. 34). Durch diese Berührungen der Beratung mit den unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen ist keine einheitliche Form ersichtlich und so wird Beratung wie auch die Jugendberatung auf sehr unterschiedliche Weise wahrgenommen (vgl. von der Haar 2004, S. 1). Vor diesem Hintergrund ist es schwierig, eine eindeutige Definition darüber zu geben, was Beratung bzw. Jugendberatung eigentlich ist. Und so sind auch in der Literatur verschiedene Ausführungen darüber zu finden, die sich zum einen auf den Beratungsprozess, andererseits auf die Rolle des Beraters oder auf die Beziehung zwischen Berater und Ratsuchenden beziehen.

Georg Diedrich gibt in seinem Buch „Allgemeine Beratungspsychologie“ eine sehr ausführliche Definition von Beratung:

„Beratung ist in ihrem Kern jene Form einer interventiven und präventiven helfenden Beziehung, in der ein Berater mittels sprachlicher Kommunikation und auf der Grundlage anregender und stützender Methoden innerhalb eines vergleichsweise kurzen Zeitraumes versucht, bei einem desorientierten, inadäquat belasteten oder entlasteten Klienten einen auf kognitiv-emotionale Einsicht fundierten Lernprozeß in Gang zu bringen, in dessen Verlauf seine Selbsthilfebereitschaft, seine Selbststeuerungsfähigkeit und seine Handlungskompetenz verbessert werden können“ (Diedrich 1983, S. 2).

Demnach ist Beratung eine eingreifende, aber auch eine informative Form der Hilfe. Der Berater sollte Kenntnisse über verschiedene Methoden besitzen, die den Ratsuchenden dazu anregen, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Die neu gewonnene Einsicht des Ratsuchenden sollte dann durch den Berater bestär-

kt werden, um somit die Motivation des Ratsuchenden, etwas verändern zu wollen, zu unterstützen (Beratung als Form der Hilfe zur Selbsthilfe).

Den Ausgangspunkt für eine gelungene Beratung sieht Diedrich also in einem umfangreichen Wissen des Beraters über Methoden der Beratung. Engel, Nestmann und Sickendiek sind jedoch der Auffassung, dass es nicht ausreicht, dass der Berater ein breites Repertoire an Basiswissen wie beispielsweise Methodenkenntnisse (aber auch Kenntnisse über Kommunikations-, Handlungs- oder Veränderungsmodelle) besitzt, sondern er muss zudem auch über ein fachspezifisches Wissen verfügen (vgl. Engel/Nestmann/Sickendiek 2007, S. 35) – ein Fachwissen, das an das jeweilige Beratungsfeld angelehnt ist und den Ratsuchenden in seiner Lebenswelt betrachtet:

„Sowohl das einzelne professionelle Beratungsgespräch wie auch der sich über mehrere Kontakte hinziehende Beratungsprozess verlangen aber fachliche Kompetenzen bezogen auf die jeweilige Fragestellung, die Klientinnen und Klienten vorbringen. Professionelle Berater und Beraterinnen müssen also über Fachwissen verfügen. Dieses Wissen wird in der Erziehungsberatung anders aussehen als in der Organisationsberatung, in der Drogenberatung anders als in der schulpsychologischen Beratung oder der Berufsberatung“ (ebd., S. 34f.).

Dieses Fachwissen bezieht sich beispielsweise aber auch auf das Faktenwissen zur jeweiligen Problemlage, auf Kausalmodelle oder auf gesetzliche Grundlagen etc. (vgl. ebd., S. 35).

Engel et al. sehen diese Koppelung von arbeitsfeldspezifischem Fachwissen einerseits und feldunabhängigem Basiswissen andererseits als Grundvoraussetzung einer professionellen Beratung:

„Berater und Beraterinnen benötigen eine handlungsfeldspezifische Wissensbasis und eine feldunspezifische Kompetenzbasis und erst wenn beide vorhanden sind und zusammenwirken, sind zwei notwendige Grundvoraussetzungen professioneller Beratung erfüllt“ (ebd.).

Speziell auf den Bereich der Jugendberatung bezogen bedeutet das, dass der Jugendberater neben dem Basiswissen über ein Fachwissen verfügen muss, das unter anderem die Zielgruppe Jugend berücksichtigt und somit den Jugendlichen in seinem lebensweltlichen Kontext sieht und versteht.

Auch Cornelia Hofmann betont, dass sich die Jugendberatung der Besonderheiten ihrer Zielgruppe bewusst sein muss und dass sich die besonderen Merkmale der Jugendberatung aus der Lebensphase herleiten, die die Zielgruppe Jugend ge-

rade durchläuft (vgl. Hofmann 1990, S. 121, 123). Calmbach, Borchard und Thomas bringen diesen Sachverhalt auf den Punkt:

„Wer Jugendliche erreichen, begleiten und bewegen möchte, muss verstehen, was Jugendliche bewegt“ (Calmbach/Borchard/Thomas 2013, S. 37).

Aus diesem Grund soll im Folgenden die Lebensphase Jugend ausführlich beleuchtet werden.

## **2 Die Lebensphase Jugend – Der Jugendliche im Fokus**

Die Lebensphase Jugend bezeichnet einen eigenständigen Lebensabschnitt, der zwischen der Kindheitsphase und dem Erwachsenenalter eingebettet ist. Vor diesem Hintergrund ist die Jugendphase aus soziologischer Sicht einerseits durch noch unselbstständige und kindheitsgemäße, andererseits aber auch schon durch selbstständige und erwachsenengemäße Handlungsanforderungen gekennzeichnet. Aber erst wenn ein zumindest weitreichender Grad von Autonomie und eigenverantwortliches Handeln von Jugendlichen erreicht ist, ist auch ein Austritt aus dieser Phase ersichtlich. Hurrelmann weist zudem darauf hin, dass der Austritt vorherrschend auch durch gesellschaftliche Vorgaben bestimmt ist, wie z.B. durch die Übernahme der Berufsrolle oder durch Heirat bzw. durch das Eingehen einer festen Partnerbeziehung. Der Austritt und der Eintritt der Lebensphase Jugend können also nicht an ein bestimmtes Datum im Lebensalter festgemacht werden (vgl. Hurrelmann 1995, S. 32ff.). In Anlehnung an den Begriff der Adoleszenz wird jedoch von einer Dauer der Jugendphase von etwa dem 12. bis ungefähr dem 25. Lebensjahr gesprochen (vgl. Delfos 2011, S. 23).

„Es gibt im Lebenszyklus keine Phase, die Menschen in so heftige Wachstumsprozesse treibt, wie die Jugendzeit“ (Bopp 1988, zitiert nach Haupt/Thiemann 1995, S. 211), so der Jugendtherapeut Jörg Bopp. Er verweist damit darauf, dass innerhalb der Jugendphase die Jugendlichen mit verschiedenen Entwicklungsaufgaben und Entwicklungsprozessen konfrontiert sind, die mit verschiedenen Anforderungen, Spannungen und Krisen einhergehen (vgl. Haupt/Thiemann 1995, S. 212). Um jedoch einen weitreichenden Grad von Autonomie und eigenverantwortliches Handeln und somit das Erwachsenenalter zu erreichen, müssen die verschiedenen Entwicklungsaufgaben und Entwicklungsprozesse (und die damit verbundenen Anforderungen, Spannungen und Krisen) von Jugendlichen erfolgreich

bewältigt werden (vgl. Hurrelmann 1995, S. 34f.). Welche Entwicklungsaufgaben bzw. Entwicklungsprozesse das im Einzelnen sind und wie diese von Jugendlichen bewältigt werden, wird unter anderem in diesem Kapitel näher erläutert.

## **2.1 Die Pubertät**

Die Pubertät setzt mit hormonellen und körperlichen Veränderungen ein und bezeichnet eine Phase innerhalb der Adoleszenz zwischen dem zwölften und achtzehnten Lebensjahr. Bei Mädchen hingegen beginnt dieser Prozess meist schon im Alter zwischen zehn und elf Jahren. Der Pubertät geht die Vorpubertät voraus. Die Vorpubertät bezeichnet die Zeit, in der die Kinder den Übergang von der Grundschule zur weiterführenden Schule durchlaufen, und meint die körperliche Ankündigung des biologischen Erwachsenseins. Die Pubertät hingegen ist die Phase des psychischen Erwachsenwerdens (vgl. Delfos 2011, S. 23f.). Im Folgenden sollen einige zentrale Themen der Pubertät genauer betrachtet werden.

### **2.1.1 Körperliche und hormonelle Entwicklung**

Die hormonelle und körperliche Entwicklung bezieht sich auf die Entwicklung von Geschlechtsmerkmalen von Jungen und Mädchen, die recht unterschiedlich beginnen und in verschiedenem Tempo ablaufen können (vgl. Langer/Langer 2005, S. 13).

Die Reihenfolge der Entwicklung von Geschlechtsmerkmalen ist bei den Jungen relativ konstant. Zuerst wachsen die Hoden und der Hodensack. Danach bildet sich die Schambehaarung aus. Etwa ein Jahr später, im Alter von ca. dreizehn Jahren, erfolgen das Peniswachstum und ein Wachstumsschub, der zu einem starken Anstieg von Gewicht und Größe führt. Zu dieser Zeit bekommen die Jungen meist auch ihren ersten Samenerguss (Ejakulation), wobei ein Erguss ohne Samen (Emission) schon viel früher stattfinden kann. Die Bart- und Achselbehaarung setzt meist erst spät in der Pubertät ein (vgl. Delfos 2011, S. 30). Ein weiteres markantes Merkmal bei Jungen ist der Stimmbruch, zu dem es durch die Vergrößerung des Kehlkopfs und der Stimmbänder kommt (vgl. Langer/Langer 2005, S. 15).



Bei den Mädchen ist die Reihenfolge der Entwicklung recht unterschiedlich. Meist beginnt erst das Brustwachstum, bevor der Wachstumsschub einsetzt. Die erste Menstruation bekommen Mädchen zwischen dem dreizehnten und fünfzehnten Lebensjahr. Danach dauert es ca. noch ein bis zwei Jahre bis die Mädchen geschlechtsreif sind (vgl. Delfos 2011, S.30).

Weitere körperliche Entwicklungsmerkmale bei Jungen und Mädchen betreffen die vermehrte Talgproduktion der Haut, wodurch es zu Pusteln und Pickeln kommen kann, sowie die Ausbildung eines individuellen Körpergeruchs durch die vermehrte Zunahme an Duftdrüsen in der Haut (vor allem in den Achselhöhlen und an den Schamhaaren) (vgl. Langer/Langer 2005, S. 14).

Die Jungen sind etwa mit sechzehn Jahren biologisch erwachsen, die Mädchen meist schon mit fünfzehn Jahren. Verschiebungen dieses Alters können mit kulturellen Faktoren zusammenhängen. Besonders die Ernährung spielt dabei eine Rolle. So besteht nach Kaplowitz et al. (2001) beispielsweise bei Übergewicht ein höheres Risiko auf ein verfrühtes Einsetzen der Menstruation. Aber auch die sexuellen Reize durch Medien können zu früheren Experimenten führen, wodurch eine vorzeitige Hormonproduktion angeregt wird (vgl. Delfos 2011, S. 29).

Die körperliche Entwicklung erfolgt aufgrund eines vielfältigen Wirkungs- und Bedingungsgeflechtes. Bedeutend für die hormonelle Steuerung der sexuellen Reifung ist die Hypophyse, eine Drüse im Gehirn. Dort werden Hormone freigesetzt, die andere Drüsen und Zellschichten im Körper stimulieren, weitere Hormone zu produzieren, die die Keimdrüsen der Jungen, die Hoden, und die Keimdrüsen der Mädchen, die Eierstöcke, aktivieren. In den Hoden wird vor allem das männliche Geschlechtshormon Testosteron gebildet. Testosteron beeinflusst unter anderem das Muskelwachstum und ist somit vor allem an der Ausgestaltung der männlichen Körperform und Geschlechtsmerkmale beteiligt. In den Eierstöcken werden überwiegend die weiblichen Geschlechtshormone, die Östrogene und Gestagene, produziert (vgl. Langer/Langer 2005, S. 15f.). Sie regeln unter anderem die Menstruation, die Fettentwicklung und das Knochenwachstum (vgl. Delfos 2011, S. 31) und sind somit maßgeblich an der Ausgestaltung der weiblichen Körperformen und Geschlechtsmerkmale beteiligt. Die Sexualhormone wirken vielfältig auf das Gehirn zurück und aktivieren bestimmte Hirnbereiche. Das wiederum trägt zu unterschiedlichen Stimmungslagen von Jungen und Mädchen bei, z.B. vor Glück jauchzend, betrübt, lustvoll, niedergeschlagen oder wagemutig. Ein hoher

Östrogen-Spiegel hebt bei Mädchen/Frauen häufig die Stimmung, während ein geringer Östrogen-Spiegel zu depressiven Verstimmungen führen kann. Bei Jungen/Männern führt ein hoher Testosteron-Spiegel zu erhöhter Aktivität und auch zu allgemeiner Aggressivität (vgl. Langer/Langer 2005, S. 16). In der Pubertät stellen aber auch Konflikte mit der sozialen Umgebung (von der sich Jugendliche versuchen zu lösen) eine Quelle der Aggression dar (vgl. Delfos 2011, S. 32).

### **2.1.2 Identitätsbildung**

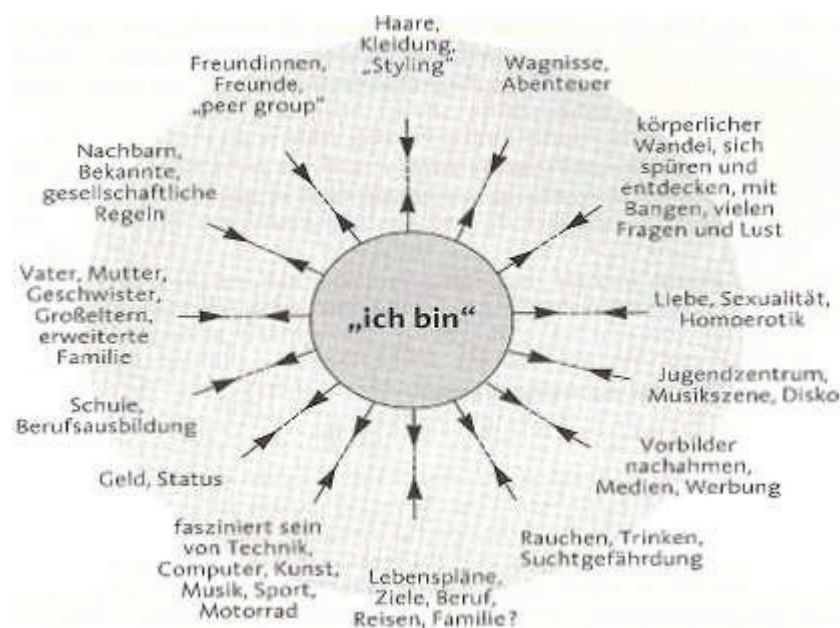
Die Bildung einer Identität ist für Jugendliche eine wichtige Entwicklungsaufgabe innerhalb der Pubertät. Martine F. Delfos teilt die Identitätsbildung in zwei Ebenen auf: die *soziale Identität* und die *psychische Identität* (vgl. Delfos 2011, S. 60).

Die Suche nach der *sozialen Identität* steht vor allem in der Vorpubertät im Mittelpunkt. Dabei verschafft sich der Vorpubertierende vor allem mit Hilfe von Freunden, aber auch Eltern und Lehrern etc. eine Vorstellung davon, wie er von anderen erfahren wird. Es ist ihm besonders wichtig, eine positive soziale Identität aufzubauen, also positiv von anderen erlebt zu werden. Dafür entwickelt der Vorpubertierende persönliche, aber auch unpersönliche Interessen, die dazu dienen, in der Gruppe akzeptiert zu werden. Er will sich dadurch in der Gruppe interessant machen, indem er sich profiliert und selbst etwas unternimmt. Das Sammeln und Austauschen von Fußballbildern oder Aufklebern beispielsweise entspricht dem Bedürfnis des Vorpubertierenden, sein persönliches Interesse auszudrücken und sich gleichzeitig anderen Gleichgesinnten anzuschließen (vgl. ebd., S. 60f.).

Die Entwicklung einer *psychischen Identität* steht vor allem in der Pubertät im Vordergrund. Dabei geht es um die Erforschung der eigenen tiefsten Beweg- und Seinsgründe. Diese Erforschung kann sehr schmerzhaft sein, denn die Jugendlichen stoßen zu dieser Zeit häufig auch auf unverarbeitete Ereignisse und Traumata sowie auf Themen, die vorher nicht so wichtig schienen, die nun aber zu Albträumen und Krisen führen können. Wurde jedoch zuvor eine positive soziale Identität aufgebaut, indem sich der Jugendliche von seiner Umgebung getragen weiß, die ihm positiv gegenübersteht, verläuft diese Erforschung meist ohne allzu viele Probleme. Die aufgebaute positive soziale Identität dient dabei als eine Art Fangnetz für unangenehme Entdeckungen, die der Jugendliche über sich selbst macht. Die psychische Identität ist sehr vielschichtig und beinhaltet unter anderem

auch die sexuelle Identität (wie Jugendliche sich selbst sexuell erfahren: homo-sexuell, heterosexuell, bisexuell, transsexuell), die kulturelle Identität (welcher Kultur sich Jugendliche zugehörig fühlen und welche Erwartungen diese an sie stellen), die intellektuelle Identität (wie Jugendliche sich vom Intellekt erfahren) und die spirituelle Identität (zu welchen religiösen und spirituellen Strömungen sich Jugendliche zählen) (vgl. Delfos 2011, S. 61f.).

Den Ausgangspunkt der Persönlichkeitsentwicklung sehen Langer und Langer in den Impulsen des Erkundens und Erfahrungen-Sammelns, die sich schon von klein auf entwickeln. Kinder und Jugendliche brauchen zahlreiche Wahrnehmungen, Erfahrungen und Bewertungen aus ihrem Empfinden sowie aus ihrer sich entwickelnden Urteilskraft, um davon abzuleiten, wie sie werden wollen (vgl. Langer/Langer 2005, S. 17). Dementsprechend sind auch die Felder des Erkunden-Wollens und Erfahrungen-Sammelns von Jugendlichen zahlreich. Langer und Langer geben dazu eine Auswahl, die sich folgendermaßen darstellt:



**Abb. 1:** Das Rad des Erkundens und des Sich-Ausrichtens im Spannungsfeld von Wollen, Sollen und Werden (Quelle: Langer/Langer 2005, S. 20)

Im Mittelpunkt des Rads des Erkundens und Sich-Ausrichtens steht der Jugendliche mit seinen erkundenden Impulsen. Ausgehend davon, sind Themen und Inhalte des Erkundens und Erfahrung-Sammelns dargestellt, die von außen zahlreiche Anregungen, Angebote, Anforderungen und Erfahrungsmöglichkeiten an den Jugendlichen herantragen. Jugendliche befinden sich somit in einem Spannungsfeld von wollen – ausgehend von ihren Erkundungsimpulsen –, sollen und werden

– ausgehend von zahlreichen Anregungen und Angeboten von außen (vgl. Langer/Langer 2005, S. 19).

Um den verschiedenen Impulsen und Anforderungen gerecht zu werden, reagieren besonders Jugendliche sehr komplementär. Dabei richten sie ihre Aufmerksamkeit auf die Erwartungen und Bewertungen ihrer Umgebung und die eigenen Impulse, Wünsche, Empfindungen und Strebungen werden zurückgestellt. Langer und Langer geben dazu ein Beispiel, welches dieses Verhalten von Jugendlichen verdeutlicht:

„Jan, 12 Jahre, wird von seinen Freunden zum Grillen am See abgeholt. Er hat eine sehr warmherzige und nahe Beziehung zu seiner Mutter. Kurz vor der verabredeten Abholzeit verabschiedet er sich von ihr mit einer liebevollen beidseitigen Umarmung und guten Wünschen für die nächsten Stunden. Dann stehen die Freunde vor der Tür. Jan ergreift seine Tasche mit den Grill-Utensilien und verabschiedet sich ein zweites Mal, dieses Mal ohne Blickkontakt und betont kurz. Das Wort „Tschüs“ genügt und ist in der Abwendung im Weggehen kaum zu vernehmen. ... Nebenbei bemerkt: Die Freunde verabschieden sich auch von Jans Mutter. Sie sind viel freundlicher, nehmen Blickkontakt auf, lächeln und finden höfliche Worte“ (ebd., S. 21).

In diesem Beispiel ist die zweite Verabschiedung von Jan nicht an seine Mutter gerichtet, sondern sie impliziert eher ein Signal an seine Freunde: „Guckt wie unabhängig und selbstständig ich schon bin!“, womit Jan Ansehen bei seinen Freunden erreichen möchte. Doch mit diesem Verhalten erreicht Jan kein „echtes“, sondern, wenn überhaupt, nur ein virtuelles und abstraktes Ansehen bei seinen Freunden (vgl. ebd., S. 22).

Komplementäre Verhaltensweisen sind auf Dauer für Jugendliche sehr anstrengend, da sie zwischenmenschliche Beziehungen und Kontakte verhindern können, durch das Fehlen von ernstgemeintem Ansehen und Respekt. Dadurch fehlt ihnen auch das Gefühl, anderen etwas zu bedeuten und somit auch sich selbst etwas zu bedeuten, wodurch sich Gefühle der Leere, der Anspannung und der Unzufriedenheit einstellen können (vgl. ebd., S. 22). Weiterführend bedeutet das, dass komplementäre Verhaltensweisen eine negative soziale Identität fördern können. Unter Umständen kann dies wiederum dazu führen, dass Jugendliche beispielsweise bei der Erforschung der eigenen Identität eben nicht auf das so dringend benötigte „Fangnetz“ aus der Umgebung zurückgreifen können und somit zusätz-

lichen Spannungen ausgesetzt sind, zusätzlich z.B. zum Spannungsfeld von Wollen, Sollen und Werden.

Dadurch und in Verbindung mit weiteren Bedingungen können ernstzunehmende Probleme im Verhalten von Jugendlichen begünstigt werden (auf die genauer in Kapitel 2.4 eingegangen wird) (vgl. Langer/Langer 2005, S. 24). Für eine Entwicklung zu persönlicher Kompetenz und innerer Stärke ist es daher wichtig, dass sich komplementäre Verhaltensweisen von Jugendlichen in Grenzen halten bzw. begrenzt werden (vgl. ebd., S. 22).

### **2.1.3 Die Beziehung von Jugendlichen zu ihren Eltern und Freunden**

Während der Adoleszenz, im Zuge der Identitätsbildung, entsteht häufig ein Spannungsfeld zwischen Jugendlichen und ihren Eltern. Dieses Spannungsfeld wird in dem Individuationsprozess anhand von vier Phasen nach Josselson ersichtlich:

1. **Phase der Differenzierung:** Unterschied zwischen den Eltern betonen (frühe Adoleszenz, zwischen 12 und 14 Jahren)
2. **Phase der Ausführung:** Ausprobieren, keine Gefahr sehen, mehr auf Gleichaltrige hören als auf Erwachsene (zwischen 14 und 16 Jahren)
3. **Phase der Annäherung:** Die Angst vor vollständiger Loslösung lässt wieder zur Basis zurückkehren (Mitte der Adoleszenz)
4. **Phase der Festigung:** Erwerb einer eigenen Identität (Ende der Adoleszenz) (vgl. Delfos 2011, S. 63f.)

In der ersten Phase, der Differenzierung, geht es Jugendlichen vor allem darum, die Unterschiede zu ihren Eltern zu betonen. So kommt es beispielsweise häufig vor, dass Jugendliche Angebote seitens der Eltern ablehnen, mit der Begründung, sich nicht mit ihnen blamieren zu wollen. Die tatsächliche Botschaft lautet aber eigentlich: *Ich bin anders als meine Eltern und sie brauchen nicht länger für mich zu sorgen, das muss ich selbst tun* (vgl. ebd.).

In der Phase der Ausführung zeigen Jugendliche häufig einen plötzlichen Übergang zu risikofreudigem Verhalten und wollen nicht mehr auf ihre Eltern hören. Zu dieser Zeit wird deshalb der Kontakt zu Gleichaltrigen ausgesprochen wichtig. Haben Jugendliche zuvor eine unzureichende soziale Identität aufgebaut und somit keine echten Freunde, ist diese Phase besonders risikoreich, da sie dann Gefahr laufen, sich Risikogruppen anzuschließen. Ein weiteres markantes Zeichen dieser Phase ist, dass die Jugendlichen ihren Eltern zunehmend aus dem Weg

gehen. Deshalb ist es besonders für Eltern wichtig, diese Phase als Entwicklungsphase zu verstehen und somit den Abstand, den der Jugendliche wünscht, zu respektieren, gleichzeitig aber auch für den Jugendlichen da zu sein, wenn er ein Bedürfnis danach hat. Ein solches Verhalten seitens der Eltern würde dazu beitragen, dass Jugendliche innerhalb sicherer Grenzen mit ihrer Selbstständigkeit experimentieren können. Eine nachdrückliche Steuerung durch die Eltern hingegen würde zu einer Gegenaktion der Jugendlichen führen, wodurch die Situation eskalieren kann (vgl. Delfos 2011, S. 64f.).

In der dritten Phase, der Annäherung, suchen Jugendliche nun wieder den Kontakt zu ihren Eltern. Das hängt unter anderem damit zusammen, dass die Jugendlichen in dieser Phase zu der Erkenntnis kommen (durch das vorherige Experimentieren), dass die Gesellschaft nicht so einfach aufgebaut ist und sie nicht so unabhängig sein können, wie sie es gedacht haben. Deshalb suchen sie nun wieder die Nähe zu ihren Eltern, mit einer neuen Wertschätzung für sie. Dazu müssen die Eltern diese Phase erkennen und dem Jugendlichen einen Raum der Rückkehr anbieten. Das ist besonders für diejenigen Eltern schwierig, die sich durch die zweite Phase, die der Ausführung, sehr verletzt fühlten und sich nun in der Phase der Annäherung von ihrem Kind ausgenutzt vorkommen. Deshalb ist es auch an dieser Stelle notwendig, dass Eltern diese Phase als eine Entwicklungsphase betrachten (vgl. ebd., S. 66).

In der vierten Phase, der Festigung, erwirbt der Jugendliche eine eigene Identität. Indem der Adoleszent eigene Vorstellungen verfeinert, erweitert er seine Entscheidungsmöglichkeiten und kann somit eigene Beschlüsse fassen (vgl. ebd., S. 67).

Das Spannungsfeld zwischen Jugendlichen und ihren Eltern und die damit häufig verbundenen Konflikte zwischen ihnen entstehen also dadurch, dass Jugendliche ihre Angelegenheiten zunehmend eigenverantwortlich regeln wollen, während Eltern sich für ihre Kinder verantwortlich fühlen und die Kontrolle langsamer abgeben wollen, als die Jugendlichen es von ihnen fordern. Eine balancierte Beziehung seitens der Eltern, von enger Verbundenheit einerseits, die es den Jugendlichen gleichzeitig aber auch ermöglicht, eine eigenständige Position einzunehmen, ist die beste Voraussetzung für die freie Entfaltung der Jugendlichen zu einer eigenständigen Person sowie um tiefgreifende Konflikte zwischen Jugendlichen und ihren Eltern zu vermeiden (vgl. Pikowsky/Hofer 1995, S. 127f.).



Dieses Spannungsfeld wird aber nicht nur in der Beziehung von Jugendlichen und ihren Eltern deutlich, sondern zeigt sich auch in der Beziehung zu anderen Erwachsenen, z.B. in der Schule – in der Beziehung von Jugendlichen und Lehrern. Um Abstand zu Erwachsenen um sie herum zu schaffen, suchen Jugendliche vermehrt den Kontakt zu Gleichaltrigen. Dieser Kontakt ist für die Heranwachsenden sehr wichtig, denn neben dem Teilen und Austauschen von gemeinsamen Interessen geht es in der Beziehung zu Gleichaltrigen vor allem auch darum, Rollen, die zum Erwachsensein gehören, sowie geschlechtsspezifische Rollen einzuüben. Außerdem fangen Gleichaltrige sich gegenseitig auf und bieten Unterstützung und Solidarität (vgl. Delfos 2011, S. 72f.).

Aus der Sicht von Jugendlichen geben zwar auch Eltern Hilfe und Unterstützung in Hinblick auf eine erfolgreiche Bewältigung von Problemen, jedoch unterscheidet sich die Interaktion zwischen Jugendlichen und Eltern von der der Jugendlichen und gleichaltrigen Freunden. Die Interaktion der Eltern-Kind-Beziehung ist vor allem dadurch gekennzeichnet, dass sich Eltern in ihren Äußerungen positionieren, den Jugendlichen viel erklären und sie in Interaktionszwänge einbinden. Die Interaktionen mit den Eltern weisen also deutlich asymmetrische Züge auf, wobei die Jugendlichen lernen auf eine überlegene Position zu reagieren und diese zu hinterfragen. Die Interaktionen zwischen gleichaltrigen Freunden hingegen weisen bei der Suche nach einer Lösung symmetrische Züge auf. Zudem versuchen Freunde verstärkt die Position des anderen zu verstehen. Die Jugendlichen lernen somit in der Interaktion mit Freunden, ihre eigene Position zu mäßigen und Argumente von Freunden zu akzeptieren. Zusammenfassend heißt das, dass Jugendliche sowohl in der Beziehung zu ihren Eltern als auch in der Beziehung zu gleichaltrigen Freunden zugrundeliegende Regeln und Verpflichtungen der Beziehung sowie Interaktionsmuster lernen, die für die Entwicklung der Jugendlichen förderliche Eigenschaften beinhalten (vgl. Pikowsky/Hofer 1995, S. 129f.).

## **2.2 Vergesellschaftungsformen von Jugendlichen**

Die gesellschaftliche Integration von Jugendlichen ist auch heute noch vor allem durch den Eintritt in den Arbeitsmarkt bestimmt. Jedoch wird die Integration für einen Großteil der Jugendlichen durch den Strukturwandel der Arbeitergesellschaft, hinsichtlich der Digitalisierung und der damit einhergehenden Konkurrenz

um knapper werdende Arbeitsplätze, gefährdet. Somit ist auch das Jugendmodell „Integration durch Separation“, welches im Zuge der Industrialisierung entstand (und worauf sich auch heute noch Beratungsansätze für Jugendliche beziehen), für einen zunehmenden Teil der Jugendlichen nicht mehr gültig (vgl. Reutlinger 2007, S. 273), denn in diesem Modell wird die Jugendphase als abgeschlossene Lebensphase und somit als eine Vorbereitung auf das Erwachsenenleben gesehen, dessen Abschluss unter anderem durch den Eintritt in die Berufswelt definiert ist (vgl. ebd., S. 272). Doch viele Jugendliche werden durch den Strukturwandel der Arbeitsgesellschaft überhaupt nicht benötigt. Vor diesem Hintergrund sind Jugendliche einem ständig anhaltenden Mithaltdruck sowie Gefühlen der Überflüssigkeit ausgesetzt und befinden sich in einem zunehmenden Spannungsfeld von gesellschaftlich vorgegebenen Zielen und den individuellen Möglichkeiten, diese zu erreichen. Diese Spannung müssen die Jugendlichen neben den „normalen“ Entwicklungsaufgaben, individuell in ihren Biographien, bewältigen. Die Bewältigungsproblematik besteht jedoch darin, dass die Jugendlichen einen eigenen Sinn herstellen müssen, innerhalb einer Gesellschaft, in der es keinen Sinn, keine Richtung sowie keinen Zusammenhang und keine zeitliche Beständigkeit zu geben scheint. Somit besteht die Bewältigungsproblematik im System selbst, was die Sinnfindung für Jugendliche fast unmöglich macht. Deshalb kann es auf der Handlungsebene von Jugendlichen daher zu Dysfunktionalität / abweichendem Verhalten kommen, welches sogar dauerhaft anhalten kann und Ausdruck „unsichtbarer Bewältigungskarten“ von Jugendlichen ist (vgl. ebd., S. 273f.).

Aufgrund dieser gesellschaftlichen Bedingungen betont Reutlinger, dass eine zunehmende Spaltung der Gesellschaft in „Modernisierungsgewinner“ und „Modernisierungsverlierer“ zu beobachten ist. Den „Modernisierungsgewinnern“ gelingt es, sich an den gesellschaftlichen Zielen zu orientieren, denn bei einem Misserfolg werden sie durch den ökonomischen und familiären Hintergrund aufgefangen. Durch diese Ressourcen an Sicherheiten stehen ihnen viele Möglichkeiten zur Verfügung, die für sie weniger „Risiko“ als „Chancen“ bedeuten, und so erreichen sie mit großer Wahrscheinlichkeit die gesellschaftlichen Vorgaben, wie z.B. die Integration über Erwerbsarbeit. Die „Modernisierungsverlierer“ hingegen verfügen nicht über diese Ressourcen und somit erfahren sie bei einem Misserfolg auch keinen notwendigen Halt. Vielmehr werden sie auf sich selbst zurückgewor-



fen und es schwindet die Wahrscheinlichkeit, in die Gesellschaft durch Erwerbsarbeit integriert zu werden (vgl. Reutlinger 2007, S. 274f.).

Darüber hinaus beschreibt Reutlinger weiter, dass der Strukturwandel der Arbeitsgesellschaft zu einer „Entstrukturierung“ des Generationsverhältnisses geführt hat, besonders für die erwachsene Generation. Damit weist er darauf hin, dass Erwachsene in Konkurrenz zu Jugendlichen getreten sind und Jugendliche auch vor diesem Hintergrund in einen zusätzlichen Stress und Mithaltdruck verfallen können (vgl. ebd., S. 275).

## **2.3 Schutzmaßnahmen und Entlastungsreaktionen von Jugendlichen**

Durch die vorangegangenen Ausführungen und in Anlehnung an das Rad des Erkundens und Sich-Ausrichtens nach Langer und Langer (siehe Kapitel 2.1.2, Abb.1) wird deutlich, dass Jugendliche auf ihrem Weg zur Entwicklung einer eigenen Identität zahlreichen Impulsen und Anforderungen ausgesetzt sind, wodurch sich Belastungen sowie Schwierigkeiten innerhalb der Lebenswelt von Heranwachsenden ergeben. Erschwerend hinzu kommt, dass auch der eigene Körper in dieser Phase nicht als verlässlich wahrgenommen wird, aufgrund der schnellen körperlichen Entwicklung, mit ungewohnten Empfindungen für die Jugendlichen. In ihrer Ratlosigkeit suchen Jugendliche deshalb oft nach Trost aus ihrem Umfeld, wobei sie jedoch nicht immer auf das von ihnen gewünschte Verständnis stoßen. Häufig sind sie sogar mit Widerstand oder gar Herabwürdigungen konfrontiert (vgl. Langer/Langer 2005, S. 25). Dies zeigt sich auch in dem folgenden Beispiel aus dem Tagebuch einer Dreizehnjährigen:

„Bei all diesem Weinen denkt X (ein wahnsinniger Egotripper und Ekelpaket von einem Lehrer), dass ich das tue, um immer ein irres Drama draus zu machen, und dass ich mich anstelle. Dieser enorm irritierende Typ weiß nicht, wie ich mich fühle! Ich weiß es doch selbst nicht!“ (Delfos 2011, S. 211).

Das Gefühl der Ablehnung und des Zurückgewiesen-Werdens ist für Jugendliche und nicht nur für Jugendliche, aber für sie in besonderem Maße, sehr schwer zu ertragen. Um solche negativen Erlebnisse zu umgehen, werden schützende Lebensausrichtungen und Verhaltensweisen gewählt, die Ausdruck von nicht erfüllten Lebenswerten sind. Eine häufige Schutzmaßnahme von Jugendlichen ist es, die Erkundungs- und Ausrichtungsimpulse einzuschränken, bis hin, dass sie sich

nur noch einer bestimmten Beschäftigung zuwenden. Beispielsweise spielen Jungen dann übermäßig viel Computer oder Mädchen schminken sich stundenlang. Bei einer einseitigen Lebensausrichtung besteht jedoch die Gefahr, dass diese für die betroffenen Jugendlichen zur Sucht wird, da sie dies als angenehm und seelisch heilend empfinden. Andere Bereiche hingegen werden als belästigend wahrgenommen und total vernachlässigt (vgl. Langer/Langer 2005, S. 27ff.).

Bei schwerwiegenden Bedrohungen der persönlichen Lebenswerte kann es zu Entlastungsreaktionen kommen, die sich auf vielfältige Weise äußern können (vgl. ebd., S. 30). Langer und Langer beschreiben dazu in Anlehnung an die Familientherapeutin Virginia Satir sechs Entlastungsreaktionen, die häufig bei Jugendlichen zu beobachten sind:

**Entlastung durch Angreifen, Beschimpfen und Gewalttätigwerden:** Bei dieser Form der Entlastung wird versucht, der Bedrohung durch angreifende, abwertende oder gar gewalttätige Verhaltensweisen entgegenzuwirken (vgl. ebd., S. 30).

**Entlastung durch Abhängigkeit:** Jugendliche, denen eine echte Bezugsperson fehlt, mit der sie in Situationen der Unsicherheit ihre Ängste, Sorgen oder auch Fragen und Ziele besprechen können, sind besonders anfällig dafür, von einer Clique bzw. von deren Anführern abhängig zu werden. Geraten sie dabei beispielsweise an eine Clique, die zu Gewalttätigkeiten aufruft, besteht die Gefahr, dass die Jugendlichen diesem Aufruf folgen und sich sehr brutal zeigen, aus Angst, diese Bezugsperson zu verlieren (vgl. ebd., S. 31).

**Entlastung durch Ausweichen und Ablenkung:** Diese Entlastung zeigt sich, wenn sich Jugendliche nicht lange und vertieft mit einer Sache beschäftigen können. Durch diese Verhaltensweise versuchen Jugendliche sich der eigenen Lebensrealität so weit zu entziehen, dass es für sie nicht mehr so schmerzvoll ist, nicht das zu bekommen, was sie sich eigentlich wünschen (vgl. ebd., S. 31).

**Entlastung durch Streben nach Dominanz und Vollkommenheit:** Durch moderne Kleidung sowie technische Ausstattung oder besondere Kenntnisse im Bereich der Musik, der Computer- oder Jugendszene wird versucht, Ansehen und Bewunderung zu erreichen. Fehlt dazu das notwendige Geld oder die speziellen Kenntnisse, kann sich das Verhalten auch durch Lügen, Übertreibungen oder durch Angeberei äußern (vgl. ebd., S. 32).

**Entlastung durch rationale Ausrichtung:** Eine weitere Form von Entlastungsreaktionen äußert sich durch eine intellektuelle Sichtweise, in der alles nachweis-

bar, herleitend und durch Definitionen reglementiert ist. Dieses Verhalten ist Ausdruck fehlender Geborgenheit und der Versuch, eine relative Sicherheit zu erwerben. Jedoch kann eine derartige Spezialisierung auf ein Gebiet häufig auch zur Einsamkeit führen, da es kaum ein Gegenüber gibt, das diesen Wissensstand erwidern kann (vgl. Langer/Langer 2005, S. 32).

**Entlastung durch Rückzug und Verstummen:** Diese Reaktion wird vor allem dadurch sichtbar, dass die Betroffenen sehr anteilslos am Leben wirken. Es ist eine Art stummes Erdulden, ganz nach dem Motto: „Hoffentlich ist alles bald überstanden!“. Von den Erwachsenen wird dieses Verhalten oftmals gar nicht wahrgenommen, da sie es als brav interpretieren. Jugendliche erhalten dadurch auch wenig Hilfsangebote und die Folge kann eine psychosomatische Störung sein (vgl. ebd., S. 32).

Die beschriebenen Entlastungsreaktionen bringen zwar für die betroffenen Jugendlichen kurzfristig gesehen ein Befreiungserleben mit sich, aber langfristig betrachtet wird das Erleben von Druck und Bedrohung noch erhöht und es können sich daraus sogar Krankheitsbilder entwickeln. Deshalb ist es besonders wichtig, die Lebensbezüge wiederherzustellen, um dadurch auf Dauer Entlastung zu erfahren und wieder an Lebenswerte anzuknüpfen (vgl. ebd., S. 30).

## **2.4 Entwicklungsprobleme und Problemverhalten im Jugendalter**

Aufgrund der Missachtung von essentiellen Bedürfnissen der Jugendlichen nach Anerkennung, Zuwendung, Sicherheit und Sinnerfüllung kann es häufig zu sozialen und psychischen Überlastungen kommen, die sich, wie aufgezeigt wurde, durch verschiedene Schutz- bzw. Entlastungsreaktionen von Jugendlichen ausdrücken können. In Verbindung mit weiteren Bedingungen wie genetischer Veranlagung und ernsthaften Umgebungsfaktoren wie traumatischen Erlebnissen, Scheidung der Eltern oder auch einem Mangel an sozialen Kontakten zu Gleichaltrigen kann dies zu Entwicklungsproblemen und Problemverhalten von Jugendlichen führen (vgl. Delfos 2011, S. 119; Hurrelmann 1995, S. 39). Im Folgenden sollen daher einige Auffälligkeiten genauer betrachtet werden.

### **2.4.1 Alkohol und Drogen**

Innerhalb der Jugendzeit ist das Bedürfnis nach Erkundungen bei Jugendlichen sehr ausgeprägt und kann den Konsum von Alkohol und Drogen bedingen. Jugendliche wollen dadurch mit Gleichaltrigen mithalten oder gegen ihre Eltern rebellieren. Aber auch Probleme in der Schule, die sich durch schlechte Schulnoten äußern können, können zum Alkohol- und Drogenkonsum führen. Beim Alkoholkonsum kommt es häufig sogar vor, dass sich Jugendliche am Trinkverhalten ihrer Eltern orientieren und dieses übernehmen. Cannabis zählt zu den am häufigsten konsumierten illegalen Drogen in Deutschland. Das Rauchen der Cannabisblüte (Marihuana) hat eine entspannende und dämpfende Wirkung und kann deshalb zu einem Mittel gegen (Hyper-)Aktivität für Jugendliche während der Pubertät werden. Neben der Gefahr einer Abhängigkeit sind die Langzeitfolgen des Alkohol- und Drogenkonsums für die Gesundheit fatal. Besonders bei „härteren“ Drogen wie beispielsweise dem Konsum von Ecstasy-Tabletten werden auch kurzfristige Folgen wie Depression oder Aggressivität ersichtlich (vgl. Delfos 2011, S.132ff.). Diese kurzfristigen Folgen werden jedoch häufig von Jugendlichen unterschätzt, wie das folgende Beispiel verdeutlicht:

„Willem freute sich auf seine Wochenenden, dann erst lebte er richtig auf. Er ging aus, schluckte eine Pille oder rauchte ein paar Joints und fühlte sich supergut. Die Woche taugte nichts. Schon dienstags fühlte er sich wieder wertlos. Spätestens im Physikunterricht sackte er wie ein Sandsack zusammen. Was für ein erbärmlicher Lehrer und was für ein nutzloses Fach, was hatte er später davon?“ (ebd., S. 137).

### **2.4.2 Depression und Selbstmord**

Depressionen kommen im Jugendalter relativ häufig vor. Das hängt vor allem mit der hormonellen Veränderung zusammen und damit, dass Jugendliche während dieser Zeit in ihre eigene Psyche eintauchen. Dabei sind Depressionen nicht zu verwechseln mit Traurigkeit oder Kummer. Kummer ist eine normale Reaktion auf das eigene starke Reflektieren. Erst wenn Kummer und Traurigkeit strukturell werden und Jugendliche sich nicht aus eigenen Kräften davon befreien können, besteht ein Risiko für eine Depression. Eine Depression kann auch durch ein eingreifendes Erlebnis ausgelöst werden, wie beispielsweise den Verlust eines geliebten Menschen oder aufgrund von familiären Problemen. Depressionen sind häufig mit Angst verbunden, wobei endogene (bedingt durch Veranlagung) und exogene Faktoren (bedingt durch die Umgebung) mit hineinspielen. Angst und Depres-

sionen haben dann meist auch Auswirkungen auf den Körper und gehen mit vielen psychosomatischen Beschwerden einher, wie Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Nervosität sowie Nahrungs- und Essstörungen oder Schwächezuständen. Diese Zustände sind auf Dauer unerträglich und wenn dann kein anderer Ausweg mehr gesehen wird, kann eine Depression sogar zum Selbstmord führen (vgl. Delfos 2011, S. 137ff.).

Selbstmordgedanken sind altersbedingt bei Jugendlichen nicht unüblich, aufgrund der Auseinandersetzung mit sich selbst und dem Leben allgemein. Fast jeder hatte schon mal Selbstmordgedanken, jedoch führen sie nicht zwingend zum Selbstmordversuch. Es kann davon ausgegangen werden, dass keiner tot sein möchte, und somit handelt es sich auch nicht um eine Sehnsucht nach dem Tod. Den Betroffenen geht es eher darum, die Situation, in der sie sich befinden, zu beenden, da sie keine andere Lösung mehr sehen (vgl. ebd., S. 140). „Er trifft keine Entscheidung gegen das Leben, sondern gegen einen Aspekt des Lebens, der ein spezifisches Gefühl verursacht“ (ebd., S. 141). Deshalb sind Jugendberater auch dazu angehalten, nicht das Leben anzupreisen, denn es ist ja keine Entscheidung gegen das Leben, sondern es gilt herauszufinden, welche Aspekte des Lebens dieses spezifische Gefühl verursachen, welches zu den Selbstmordgedanken führt (vgl. ebd., S. 141).

### **2.4.3 Selbstverletzungen**

Selbstverletzungen sind neben einer psychischen Erkrankung meist Ausdruck einer jugendlichen Krise während der Pubertät, die sich durch „Ritzen“, „Schnip-peln“ oder das Sich-Hinzufügen von Brandwunden äußern kann (vgl. Langer/Langer 2005, S. 44):

„Ich habe mein spitzes Messer in eine Kerze gehalten. Das heiße Messer schneidet ja nicht; das brennt in die Haut rein. Wenn die Wunden heilen überziehen sie sich mit einer weißen Haut. Sieht richtig eklig aus. Die löst sich dann ab und dann siehst Du den ‚Sabber‘ darunter. Das sieht wirklich schrecklich aus. Es ist in der Situation ja auch egal, ob ich mir das antue oder nicht; ich bin ja eh nicht wichtig“ (ebd., S. 45).

Das Beispiel verdeutlicht, dass das Hinzufügen von Schmerzen ein Ausdruck von mangelndem Selbstwertgefühl von Jugendlichen sein kann. Häufig liegt die Ursache aber darin begründet, dass Jugendliche in ihrem Bedürfnis, eine eigene Identität aufzubauen, gehindert werden. Dies ist beispielsweise dann der Fall, wenn

Jugendliche nur nach den Wertvorstellungen ihrer Eltern handeln dürfen (vgl. Langer/Langer 2005, S. 45). Durch die Selbstverletzungen können Jugendliche sich dann selbst wieder spüren und die entstandenen Narben symbolisieren dabei eine eigene Identität: „Das ist ein Stück von mir! Das habe nur ich, niemand anderes!“ (ebd., S. 45). Schmerzen können von Jugendlichen aber auch als ein realer Halt empfunden werden, die unerträglichen Spannungen vermindern, wie es beispielsweise aufgrund einer unverarbeiteten Trennung der Eltern der Fall sein kann. Um Selbstverletzungen entgegenzuwirken, ist es wichtig, das Gespräch mit dem Betroffenen zu suchen, in dem eine Person interessiert und wertschätzend präsent ist. Wenn dann die Selbstverletzungen nicht Ausdruck einer psychischen Erkrankung sind, ist nach einiger Zeit eine wesentliche Verbesserung zu erkennen (vgl. ebd., S. 45f.).

Alle beschriebenen Auffälligkeiten sollten stets ernst genommen werden, da sie Ausdruck für Stress, für Überlastung der Fertigkeiten und Fähigkeiten sowie eine Überlastung, mit sich selbst und mit der Umwelt in Balance zu kommen, signalisieren (vgl. Hurrelmann 1995, S. 39).

## **2.5 Widerstand gegen Hilfeformen**

„Die Mutter hielt es einfach nicht mehr aus, einerseits zu wissen, dass Eva sich an beiden Unterschenkeln Schnittwunden zufügte, und andererseits mit niemanden darüber reden zu können. Als sie am Vormittag die Wäsche zum Waschen sortierte, hatte sie wieder blutige Pyjamahosen gefunden. ... »Aber wenn ich Eva direkt darauf anspreche, so reagiert sie aggressiv und bestraft mich dann damit, dass sie tagelang kaum mit mir spricht und sich im Zimmer verschanzt!« ... In der Beratungsstelle habe man ihr dringend eine Therapie empfohlen, doch Eva weigere sich hinzugehen“ (Liechti 2010, S. 15f.).

Das Fallbeispiel verweist darauf hin, dass sogar selbstverletzendes Verhalten mit schwerwiegendem Ausmaß von Jugendlichen nicht zwangsläufig bedeutet, dass sie professionelle Hilfe wünschen oder dass jemand, wie die Mutter im Fallbeispiel, durch hilfreiches Einschreiten etwas erreichen könnte. „Gerade jene, die am meisten gefährdet sind, neigen am wenigsten dazu, Hilfe zu suchen“ (ebd., S. 15). Neben der Ablehnung von Hilfe streiten Jugendliche häufig auch ab, dass etwas nicht stimmt, sie zeigen sich arrogant, cool oder gleichgültig (vgl. Liechti 2010, S. 15). Hawton, Rodham und Evans nennen auf der Grundlage anonymer Selbstbe-

schreibungen von Jugendlichen fünf Gründe, weshalb Jugendliche keine Hilfe aufsuchen:

- Weil sie keine Hilfe wollen
- Sie sind der Meinung, dass sie keine Hilfe brauchen und allein besser mit ihren Problemen fertigwerden, als wenn ihnen jemand hilft
- Jugendliche haben nicht das Gefühl, dass ihre Probleme wichtig genug sind
- Sie schämen sich
- Jugendliche glauben nicht, dass ihnen irgendjemand helfen kann (vgl. Liechti 2010, S. 16)

Wenn Jugendliche dann doch den Weg zur Beratung einschlagen, kommt es häufig vor, dass auch Jugendberater in ihrer täglichen Arbeit mit Widerständen von Jugendlichen konfrontiert sind, die sich auf eine Änderung ihrer Lebenssituation beziehen – insbesondere dann, wenn Jugendliche beispielsweise von Angehörigen des sozialen Netzwerkes dazu gezwungen werden (vgl. Kähler/ Zobrist 2013, S. 50). Kanfer et al. (2006) geben eine Definition von Widerstand, die sich zwar auf die Interaktionen zwischen Klient und Therapeut bezieht, die jedoch auch für die Beratung wirksam ist. Sie bezeichnen den Widerstand als

„eine breite Palette von Klienten-Verhaltensweisen, die im Zuge der therapeutischen Interaktionen auftreten und verhindern, dass bestimmte – zwischen Klienten und Therapeuten vereinbarte – Veränderungsziele erreicht werden. Therapeuten sprechen meist dann von Widerstand, wenn Klienten nicht das tun, was sie von Ihnen erwarten“ (Kanfer et al. 2006 zitiert nach Kähler/Zobrist 2013, S. 55).

Die Ausführungen zum Widerstand gelten jedoch nicht nur für Jugendliche, sondern auch für Erwachsene, denn die Reaktanztheorie nach Brehm und Brehm geht davon aus, „dass Menschen sich gegen Einschränkungen ihrer Entscheidungsspielräume auflehnen“ (Kähler 2013, S. 50) und darauf mit Reaktanzverhalten, das sich durch Formen des Widerstandes äußert, reagieren. Reaktanz ist somit „eine normale Reaktion auf die Drohung von Verlust von Freiheit, die für das Individuum als wertvoll erfahren wird“ (Hesser 2001 zitiert nach Kähler/Zobrist 2013, S. 50). Kähler und Zobrist betonen jedoch, dass nur von Reaktanz gesprochen werden kann, wenn eine von außen vorgenommene Einschränkung der Autonomie von Menschen stattfindet, die von den betreffenden Personen auch als solche empfunden wird. Diese Einschränkung wird bereits bei einer vermeintlich harmlosen Variante wie dem Besuch einer Lehrveranstaltung im Studium oder aber auch beim Schreiben dieser Masterarbeit ersichtlich (vgl. ebd. S. 51). Der



negative Anreiz (Pushfaktor, vgl. Kähler/Zobrist 2013, S. 51) beim Schreiben dieser Arbeit ist, dass ich laut Prüfungsordnung 50 Seiten schreiben muss, und dies in einer gewissen Frist, ansonsten falle ich durch und es besteht die Gefahr, dass ich das Studium nicht erfolgreich beende. Der positive Anreiz ist jedoch (Pullfaktor, vgl. ebd. S. 51), dass ich nach erfolgreichem Schreiben den Master-Studienabschluss erlange. Und je anspruchsvoller ich das Schreiben einzelner Kapitel dieser Arbeit als solches auch empfinde, desto mehr werden Formen des Widerstandes bei mir ersichtlich. Eine Form des Widerstandes äußert sich bei mir z.B. darin, dass ich mich die ganze Zeit ablenke. So 'schrubbe' ich ständig (vermehrt als sonst) meine Wohnung, statt mich dem Schreiben meiner Masterarbeit zu widmen. Wenn ich mich dann anschließend darüber ärgere, dass ich ja wieder nicht zum Schreiben gekommen bin, rede ich mir ein, dass es ja daran lag, dass die Wohnung so dreckig war.

Auf der Grundlage einer Erkundungsstudie von 2005 geben auch Kähler und Zobrist einige Formen von Widerstand an, die von Fachkräften häufig bei Klienten mit vorliegender Reaktanz zu beobachten sind, z.B.:

- Missverstehen bzw. Nichteinhalten von Vereinbarungen
- Eskalieren von Problemen in anderen Bereichen
- Resignation
- Einbeziehen anderer, um von sich abzulenken
- Der Fachkraft Kompetenz absprechen und Zweifel an Sinn und Zweck zu bedenken geben (vgl. Kähler/Zobrist 2013, S. 52)

Die Gründe für den Widerstand sehen Kanfer et al. in den klientspezifischen Eigenschaften, wie z.B. in den lebensgeschichtlichen Erfahrungen, Autonomiebedürfnissen oder in der fehlenden Motivation (vgl. ebd., S. 55).

Conen weist zudem darauf hin, dass in Widerstandsverhaltensweisen der Klienten folgende versteckte Botschaften ersichtlich werden:

- Sie dienen dem Gefühl der Selbstachtung
- Sie dienen dazu dem Umfeld Grenzen zu setzen
- Zudem dienen sie dem Schutz vor möglicherweise wiederholten Enttäuschungen
- Sie verdeutlichen, eigene Vorstellungen der Problemlösung umzusetzen
- Sie beinhalten Stärke und Entschlossenheit, die die Klienten auch in anderen Bereichen entwickeln könnten (vgl. ebd., S. 56).

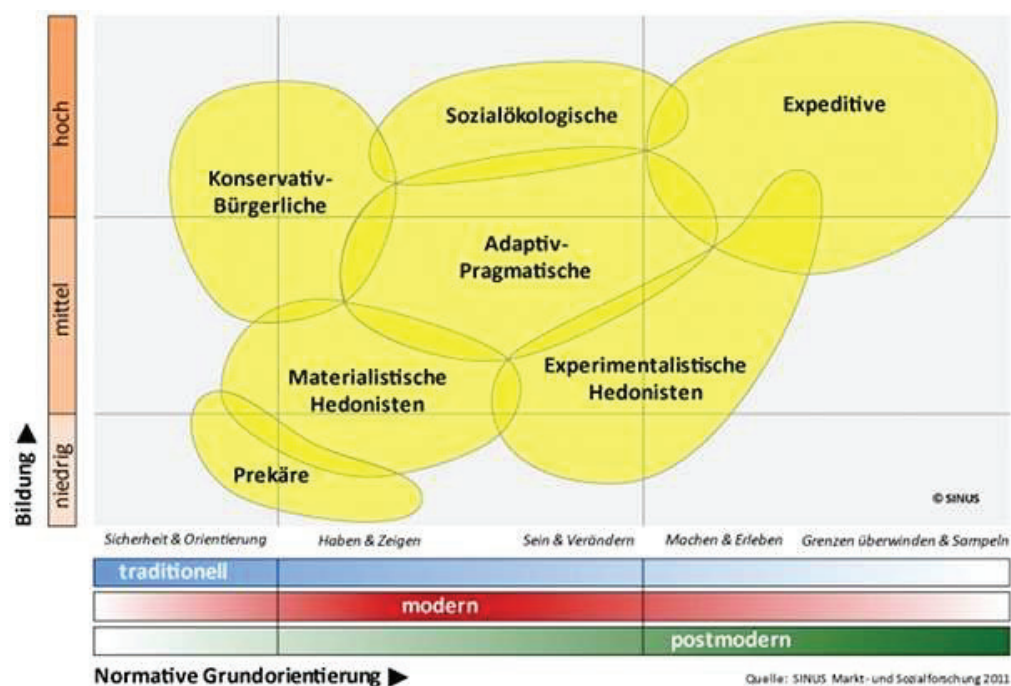


Besonders in den letzten beiden Punkten wird ersichtlich, dass Widerstand auch als eine Ressource begriffen werden kann (vgl. Kähler/Zobrist 2013, S. 55).

In diesem Zusammenhang betonen Kähler und Zobrist, dass die Fachkräfte stets dazu angehalten sind, auf das Widerstandsverhalten von Klienten zu reagieren und nicht darauf zu warten, dass es sich von selbst ergibt. Die wichtigste Grundregel dabei lautet jedoch, Widerstand nicht mit Widerstand zu begegnen, sondern der Berater muss die Gefühle, die Wahrnehmungen sowie die Aussagen des Klienten verstehen und reflektieren. Darüber hinaus soll der Berater gemeinsam mit dem Klienten die Funktion des Widerstandes erkunden (vgl. ebd., S. 56f.).

## 2.6 Sinus-Studie U18: Lebensweltmodelle von Jugendlichen

Die Sinus-Jugendstudie „Wie ticken Jugendliche 2012?“ wurde von Calmbach, Borchard und Thomas in einem Buch veröffentlicht und beschreibt eindrucksvoll, was Jugendliche im Alter von vierzehn bis siebzehn Jahren in Deutschland miteinander verbindet und voneinander trennt. Dazu haben Forscher des Sinus-Instituts 72 Interviews mit Jugendlichen aus verschiedenen Städten geführt und im Vorfeld der Interviews schriftliche Fragen zum Leben von Jugendlichen gestellt (vgl. Calmbach/Borchard/Thomas 2013, S. 37f.). Im Ergebnis entstand ein Lebensweltmodell, das die verschiedenen Lebenswelten von Jugendlichen darstellt:



**Abb. 2:** Sinus-Lebensweltmodell u18. Lebenswelten der 14- bis 17-Jährigen in Deutschland (Quelle: URL 1)

Die Darstellung zeigt ein zweidimensionales Achsensystem. Die vertikale Achse verdeutlicht den Bildungsgrad und die horizontale Achse die normative Grundorientierung. Allgemein lässt sich aus der horizontalen Achse entnehmen, dass sich Jugendliche anhand von drei normativen Grundorientierungen beschreiben lassen: traditionell – modern – postmodern. Die traditionelle Grundorientierung beinhaltet Werte, die sich an „Sicherheit und Orientierung“ ausrichten. Die moderne Grundorientierung umfasst Werte, die auf „Haben und Zeigen“ ebenso auf „Sein und Veränderung“ zielen. Und die postmoderne Grundorientierung schließt Wertedimensionen von „Machen und Erleben“ sowie „Grenzen überwinden“ mit ein. Ebenso werden aus der Darstellung sieben Lebensweltmodelle von Jugendlichen ersichtlich. Dabei wurden Jugendliche zusammengefasst, die sich in ihrer Vorstellung vom Leben, in ihren Werten und ihrer grundsätzlichen Lebenseinstellung sowie Lebensweise und in ihrer Bildung ähnlich sind (vgl. Calmbach/Borchard/Thomas 2013, S. 38ff.).

Zum Abschluss dieses Kapitels werden im Folgenden kurz die sieben Lebensweltmodelle von Jugendlichen der Sinus-Jugendstudie 2012 vorgestellt. Sie verdeutlichen die Alltagswelt von Jugendlichen sowie ihre unterschiedlichen Lebensauffassungen und Lebensweisen. Zusammenfassend veranschaulichen sie, dass die Lebenswelt von Jugendlichen sehr facettenreich ist und Jugendliche auf sehr unterschiedlicher Weise *ticken*.

**Konservativ-Bürgerliche:** Diese Jugendlichen können als familien- und heimatorientierte Bodenständige mit Traditionsbewusstsein und einer ausgeprägten Verantwortungsmoral beschrieben werden. Sie halten an der bewährten gesellschaftlichen Ordnung fest und betonen somit auch eher die Selbstdisziplinierung als die Selbstentfaltung. Ihre Konsumneigung und Lifestyle-Affinität ist sehr gering und deshalb profilieren sie sich auch nicht über Äußerlichkeiten. Die Jugendlichen selbst beschreiben sich als unauffällig, sozial, häuslich und heimatverbunden. Sie versuchen möglichst schnell einen sicheren und anerkannten Platz in der Erwachsenenwelt zu finden (vgl. URL 2, S. 15). Diese Jugendlichen haben eine genaue Vorstellung von ihrer Zukunft, wobei sie Ehe und Familie als Grundpfeiler der Gesellschaft ansehen:

„Ich habe eine ganz genaue Vorstellung. Ich möchte eine Familie haben, mit zwei, drei Kindern, in einer Wohnung oder einem Haus leben. Und ich möchte studieren, möchte einen sicheren Job kriegen und ein Leben führen, das mir Sicherheit und Geborgenheit gibt (w, 17)“ (ebd., S. 13).

**Prekäre:** Dies sind die um Orientierung und Teilhabe bemühten Jugendlichen mit schwierigen Startvoraussetzungen infolge ihres meist bildungsfernen Elternhauses oder der häufigen Erwerbslosigkeit ihrer Eltern. Für die soziale Stellung ihrer Eltern schämen sie sich oft und viele bemühen sich deshalb, ihre eigene Situation zu verbessern. Dabei nehmen sie die Gesellschaft als unfair und ungerecht wahr, weil sie nur geringe Aufstiegsperspektiven sehen, woraus die Jugendlichen ableiten, dass sich Leistung nicht lohnt (vgl. URL 2, S. 16). In diesem Zusammenhang kann es auch vorkommen, dass einige Jugendliche durch gewaltsame Auseinandersetzungen, delinquentes Verhalten oder andere Vorfälle auffallen, um somit auf andere Weise ein gewisses Maß an Anerkennung zu garantieren (vgl. Calmbach/Borchard/Thomas 2013, S. 52). In ihren Zukunftsvorstellungen wird deutlich, dass sie nicht zur sozialen Unterschicht gehören wollen:

„Also ich möchte nicht in Armut leben. Auch nicht von Hartz IV – auf keinen Fall (w, 15)“ (URL 2, S. 13).

**Materialistische Hedonisten:** Die Jugendlichen mit diesem Profil sind sehr konsum- und markenorientiert, weil sie dadurch Anerkennung in ihren Peer-Kontexten finden. Kontroll- und Autoritätswerte lehnen sie strikt ab. Stattdessen sind ihnen beispielsweise Harmonie, Zusammenhalt, Hilfsbereitschaft und Ehrlichkeit wichtig. Der Lebensstil dieser Jugendlichen ist sehr komplementär, da sie einerseits Vandalismus, Aggressivität, illegale Drogen und sinnlosen Alkoholkonsum ablehnen, andererseits gehört das exzessive Feiern zu ihrem freiheitlichen Lebensstil (vgl. ebd., S. 17). Hinsichtlich ihrer Zukunft ist den Jugendlichen besonders wichtig, unabhängig von ihren Eltern zu sein und möglichst schnell ihr eigenes Geld zu verdienen:

„Ich habe immer gemeint, dass ich nicht auf den Taschen von meinen Eltern sitzen will. Ich schau, dass ich ganz schnell fertig bin, und dass ich mein eigenes Geld verdiene (w, 16)“ (ebd., S. 13).

**Experimentalistische Hedonisten:** Diese spaß- und szeneorientierten Jugendlichen legen ihren Fokus auf das Leben im Hier und Jetzt. Sie wollen ihr Leben genießen, Grenzen austesten und sich selbst entfalten. Dabei wirken sie sehr kreativ, originell und möchten mit ihrer Werthaltung bewusst gegen typisch bürgerliche Werte provozieren. Sie distanzieren sich also von der klassischen Hochkultur und finden ihren Platz oft in Jugendszenen, die Club-, Konzert- und Festivalkulturen lieben (vgl. ebd., S. 18). Dieser Lebensstil „im Leben von Hier und Jetzt“ spiegelt sich auch in ihren Zukunftsvorstellungen wider:

„Das entscheide ich dann irgendwie spontan, wenn ich aus der Schule komme und noch mal 'ne Nacht drüber schlafe und denk: Mmh, was könntest du jetzt machen? (w, 16)“ (URL 2, S. 13).

**Adaptiv-Pragmatische:** Dies sind leistungs- und familienorientierte Jugendliche mit einer hohen Anpassungs- und Kompromissbereitschaft. Diese Jugendlichen wollen im Leben viel erreichen und setzen sich deshalb Ziele, die sie konsequent, fleißig und selbstständig verfolgen. Dabei streben sie jedoch nicht nach übermäßigem Luxus, sondern sie versuchen eher ihren Platz in der Mitte der Gesellschaft zu finden. In ihrer Freizeit nehmen sie am liebsten Unterhaltungs-, Erlebnis- und Entspannungsangebote wahr (vgl. ebd., S. 19). Auch in ihren Zukunftsvorstellungen wird das Streben nach einer bürgerlichen „Normalbiografie“ deutlich:

„Ich möchte auf jeden Fall eine Familie haben und einen Job, der mir Spaß macht und wo ich auch von Leben kann – also eigentlich so das simple Bild (m, 15)“ (ebd., S. 13).

**Sozialökologische:** Bezeichnet die Lebenswelt, in der Jugendliche sehr am Gemeinwohl orientiert sind, mit einer sozialkritischen Grundhaltung und einer Offenheit für alternative Lebensentwürfe. Die Wertvorstellungen dieser Jugendlichen betonen Demokratie, Gerechtigkeit, Umweltschutz und Nachhaltigkeit. Von diesen Wertvorstellungen möchten sie auch andere überzeugen. Von materialistischen Werten distanzieren sie sich komplett und kritisieren die Überfluggesellschaft (vgl. ebd., S. 20). Hinsichtlich ihrer Zukunft ist diesen Jugendlichen wichtig, ihr Leben zu erleben. Die Familienplanung steht dabei zunächst im Hintergrund:

„Familie später. Jetzt kommt noch ein Kapitel mit zu viel Ungenauigkeiten: Reisen, Leben im Wohnwagen (m, 17)“ (ebd., S. 13).

**Expeditive:** Diese Jugendlichen lassen sich als sehr erfolgs- und lifestyleorientiert beschreiben, wobei sie immer auf der Suche nach neuen Grenzen und ungewöhnlichen Erfahrungen sind. Sie streben also nach einer Balance zwischen Selbstverwirklichung und Pflicht- bzw. Leistungswerten. Diese Jugendlichen sind sehr flexibel, mobil und pragmatisch. Sie selbst bezeichnen sich als interessant, einzigartig, sprachgewandt und stilsicher, wodurch sie sich von der Masse abheben möchten. Auf der Suche nach vielfältigen Erfahrungsräumen sind sie häufig dort anzutreffen, wo auch andere Leute spannend und anders sind, wie z.B. im Theater, in Galerien und angesagten Locations (vgl. ebd., S. 21). In ihren Zukunftsvorstellungen konzentrieren sich diese Jugendlichen ganz auf ihre Karriere und auf das Ziel, einen gehobenen Lebensstandard zu erreichen:

„Ich möchte einen gehobenen Lebensstandard besitzen und mich voll und ganz auf meine Karriere konzentrieren (m, 17)“ (URL 2, S. 13).

In den vorangegangenen Ausführungen dieses Kapitels ist ersichtlich geworden, dass Jugendliche eine Reihe von Entwicklungsaufgaben bzw. Entwicklungsprozesse wie Separations- und Individuationsprozesse (sich loslösen, selbst jemand werden), gleichzeitig aber auch Integrationsprozesse (hinsichtlich der Gesellschaft) und biologische Entwicklungsprozesse (Pubertät, Geschlechtsreife) zu bewältigen haben (vgl. Hurrelmann 1995, S. 34). Die Erfüllung dieser Entwicklungsaufgaben bzw. -prozesse wird durch den Strukturwandel der Jugendphase, der sich aus den gesellschaftlichen Veränderungen ergibt, und durch die objektive Verschlechterung der Lebensbedingungen zunehmend erschwert. Die gesellschaftlichen Widersprüche und die individualisierten Sozialisationsverläufe sowie die Bewältigung der verschiedenen Entwicklungsaufgaben und -prozesse führen auf Seiten der Jugendlichen häufig zu Unsicherheiten sowie Desorientierungen, die sich auch in devianten Formen der Problemverarbeitung ausdrücken können. Zudem können diese Unsicherheiten, Selbstzweifel, aber auch Schuld- und Schamgefühle etc. häufig dazu führen, dass Jugendliche große Hemmungen haben, sich rat- und hilfesuchend an einen Erwachsenen zu wenden, vor allem dann, wenn dieser einer Institution angehört (vgl. Hofmann 1990, S. 122f.). Werden sie gar zu einer Beratung gezwungen, ist mit besonders starken Widerständen von Jugendlichen zu rechnen.

Zudem ist aber auch ersichtlich geworden, dass günstige Lebensumstände und Unterstützungsangebote eine erfolgreiche Bewältigung der Entwicklungsaufgaben fördern können (vgl. ebd., S. 123).

Der Einblick in die verschiedenen Lebensweltmodelle von Jugendlichen der Sinus-Studie 2012 verdeutlicht, wie Jugendliche ihren Alltag erleben und lassen erahnen, wie die verschiedenen Entwicklungsaufgaben und -prozesse von Jugendlichen bereits bewältigt wurden, aber auch noch bewältigt werden (müssen).

### **3 Anforderungen an die Jugendberatung / an den Jugendberater**

Ob Beratung erfolgreich ist, zeigt sich letztendlich erst, „wenn BeraterInnen verfolgen können, dass Ratsuchende mit Hilfe der gemeinsamen Gespräche über die Situation und Veränderungs-/Verbesserungsmöglichkeiten zur Erleichterung, Bewältigung oder gar Lösung ihrer Probleme gelangt sind“ (von der Haar 2004, S. 5). Zudem betont Elke von der Haar, dass der Beratungserfolg dabei von drei verschiedenen Faktoren beeinflusst wird: zum einen von den Bedingungen, Problemstellungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten des Ratsuchenden und zum anderen von den institutionellen Rahmenbedingungen der jeweiligen Beratungsstelle (z.B. Zugang und Erreichbarkeit, personale und fachliche Möglichkeiten, räumliche Bedingungen, Anonymität etc.). Ein dritter und wesentlicher Faktor für eine erfolgreiche Beratung ist die fachliche sowie persönliche und kommunikative Kompetenz des *Beraters* (vgl. ebd., S. 5f.).

Hinsichtlich der Beratung für Jugendliche sind diese Faktoren vor dem Hintergrund der bereits ausführlich beschriebenen Lebensphase Jugend zu sehen. So betont Hofmann, dass sich die Jugendberatung in ihren Zielsetzungen, Aufgaben und Rahmenbedingungen auf die Charakteristika der Lebensphase Jugend ausrichten muss, wodurch zugleich auch spezifische Anforderungen an den Jugendberater gestellt werden, um eine erfolgreiche Beratung für Jugendliche zu ermöglichen (vgl. Hofmann 1990, 121).

Diesen Ausführungen ist zu entnehmen, dass sich aus den Besonderheiten der Lebensphase Jugend vielfältige Anforderungen für die Jugendberatung allgemein, aber auch speziell für den Jugendberater ableiten lassen. Wie diese Anforderungen vor dem Hintergrund der Lebensphase Jugend für die Jugendberatung und für den Jugendberater genau aussehen, wird im Folgenden thematisiert.

#### **3.1 Aufgaben und Ziele der Jugendberatung**

Jugendberater haben die Aufgabe, die spezifischen Fragen und Probleme von Jugendlichen in den Mittelpunkt zu stellen und fall-, entwicklungs- sowie situationsangemessene Hilfen anzubieten. Primär wird dabei das Ziel verfolgt, den Jugendlichen durch Hilfe zur Selbsthilfe handlungsfähig zu machen, d.h. Jugendliche

zu unterstützen, gegenwärtige, aber auch zukünftige Konflikte besser bewältigen zu können (Handlungsfähigkeit wird als Ergebnis der Faktoren Selbstwert, soziale Anerkennung und im Sinne von „etwas bewirken zu können“ definiert, vgl. Reutlinger 2007, S. 275). Beziehen sich dabei die Probleme von Jugendlichen auf die gesellschaftliche Integration, hat Beratung die Aufgabe, umfangreiche Informationen zu bieten, um somit die Entscheidungsfähigkeit des Jugendlichen zu stärken. Bei Problemen, die die Persönlichkeit des Jugendlichen betreffen (Orientierungslosigkeit, Empfindsamkeit, Aggressivität etc.), muss der orientierende Aspekt der Beratung im Vordergrund stehen, wobei die Unterstützung auf die emotionale und soziale Stabilität sowie auf die Konfliktverarbeitung abzielt. Beziehen sich die Probleme auf die Ich-Entwicklung und die Identitätsfindung, muss sich Beratung auch als Lebenshilfe verstehen. Die Aufgaben der Jugendberatung „Information“, „Orientierung“ und „Lebenshilfe“ sind in der Praxis aufgrund der vielfältigen Problemdimensionen der Ratsuchenden jedoch nicht getrennt voneinander zu betrachten, sondern vermischen sich. Hofmann betont zudem, dass Jugendberatung neben dem individuellen Aspekt auch die Aufgabe hat, den Jugendlichen aufzuzeigen, dass ihre Probleme auch im Zusammenhang gesellschaftlicher Ursachen zu sehen sind (vgl. Hofmann 1990, S. 125f.).

### **3.2 Fachspezifische Anforderungen an den Jugendberater**

Die fachspezifischen Anforderungen an den Jugendberater sind zugleich Ausdruck spezifischer Merkmale der Jugendberatung. Im Folgenden soll auf einige wesentliche Aspekte genauer eingegangen werden.

#### **3.2.1 Zielgruppenorientierung**

Wie bereits bei der Begriffsbestimmung der Jugendberatung angemerkt wurde, betont auch Hofmann, dass sich der Jugendberater der Besonderheiten seiner Zielgruppe hinsichtlich der beschriebenen Entwicklungsaufgaben und Entwicklungsprozesse, die Jugendliche zu bewältigen haben, aber auch bezüglich der heutigen Vergesellschaftungsformen von Jugendlichen, die die Erfüllung der Entwicklungsaufgaben zunehmend erschweren, stets bewusst sein muss und sie berücksichtigen sollte. Wie aufgezeigt, können die damit verbundenen Unsicherheiten, Selbstzweifel, aber auch Schuld- und Schamgefühle häufig dazu führen, dass



Jugendliche große Hemmungen haben, sich rat- und hilfesuchend an Erwachsene zu wenden (siehe auch Kapitel 2.5). Zudem haben Jugendliche häufig Schwierigkeiten, ihre Probleme zu benennen und zu artikulieren. Nicht zuletzt müssen sich Jugendberater bewusst machen, dass das Aufsuchen von Hilfen den Selbstständigkeits- und Ablösungsbedürfnissen der Jugendlichen widerspricht (vgl. Hofmann 1990, S. 122ff.). Deshalb sind Jugendberater stets dazu angehalten sich aus ihren Einrichtungen zu lösen und den Jugendlichen innerhalb deren Freizeitbereiches zu begegnen. Denn aufgrund der großen Hemmschwelle von Jugendlichen ist es Aufgabe des Jugendberaters, auf sie zuzugehen und sie zu motivieren (vgl. ebd., S. 129). Nur so können Jugendberater auf dem aktuellen Stand der individuellen Lebens- und Problembereiche von Jugendlichen sein und bleiben. Lassen sich Jugendliche auf Hilfen ein, muss sich der Jugendberater darauf einstellen, dass Jugendliche nicht selten erwarten, dass der Berater stellvertretend für sie eine Lösung bereithält und ihre Probleme löst (vgl. ebd., S. 124). Darüber hinaus müssen Jugendberater aufgrund der vielfältigen Problemdimensionen über ein breit gefächertes Grundwissen verfügen, welches weit über die beraterischen Kompetenzen hinausgeht. So werden Jugendberater beispielsweise mit Rechtsfragen aus verschiedenen Gebieten, mit sozialpolitischen Themen wie der Arbeitslosenproblematik oder Fragen über bestimmte Sachgebiete wie Berufsmöglichkeiten, Drogen und Sucht konfrontiert (vgl. ebd., S. 129).

Alle diese zielgruppenspezifischen Faktoren muss der Jugendberater stets bedenken und berücksichtigen, wenn er Jugendliche erreichen und sie in geeigneter Form bei ihren Problemen unterstützen möchte.

### **3.2.2 Lebensweltorientierung**

In den Ausführungen zu den beschriebenen Vergesellschaftungsformen von Jugendlichen ist deutlich geworden, dass Jugendliche in ihrem Alltag mit gesellschaftlichen Widersprüchen konfrontiert sind, die sie ebenfalls bewältigen müssen: „In der Arbeit des Alltags geht es immer auch um die Bewältigung der in den Gesellschaftsstrukturen liegenden Vorgaben“ (Thiersch 2007, S. 701). In diesem Zusammenhang sind die dargestellten vielfältigen Lebensweltmodelle von Jugendlichen unter anderem auch Ausdruck der gesellschaftlichen Verhältnisse und verdeutlichen die individuellen lebensweltlichen Bewältigungsmuster von Jugendlichen (vgl. ebd., S. 701). Im Sinne des Konzeptes der „lebensweltorientierten



sozialen Beratung“ nach Thiersch muss der Jugendberater dementsprechend einen differenzierten Blick auf die individuelle Lebenswelt und den Alltag der Jugendlichen haben. Genauer muss er den Jugendlichen in dessen subjektiven Deutungsmustern sowie Lern-, Bildungs- und Bewältigungsaufgaben sehen und ihn hinsichtlich seiner Bewältigungsstärken bzw. -schwächen verstehen. Diesen individualisierten und unterschiedlich entworfenen Lebensläufen und -entwürfen muss der Jugendberater stets mit Respekt begegnen (vgl. Thiersch 2007, S. 701f.). Darüber hinaus sollte er die in der Lebenswelt der Ratsuchenden wichtigen Menschen und Ressourcen berücksichtigen und einbeziehen (vgl. ebd., S. 705).

### **3.2.3 Ressourcenorientierung**

Eine weitere Anforderung an den Jugendberater stellt die eben angedeutete Ressourcenorientierung dar, die bei der Arbeit mit Jugendlichen stets im Vordergrund stehen muss. Für Nestmann ist die Ressourcenorientierung deshalb von zentraler Bedeutung, weil eine einseitige Defizitorientierung den positiven Blick auf die Heranwachsenden und ihre Lebenslagen versperrt. Eine Ressourcenorientierung hingegen knüpft an die Stärken sowie Wachstums- und Entwicklungspotenziale der Ratsuchenden an und fördert somit Ressourcen der Bewältigung und Entfaltung (vgl. Reutlinger 2007, S. 271). Zudem liegt die Chance einer ressourcenorientierten Perspektive darin, dass sie notwendige Defizit- und Störungsanalysen erweitern und ergänzen kann, wie die folgenden Fragen implizieren:

„Wo liegen potenziell ausgleichende, bewältigungsförderliche, kompensative, Gegengewicht schaffende Ressourcen neben diagnostizierten Defiziten und Fehlern? Wo stecken in Risiken, Belastungen, Krisen und Verlusten selbst bisher nicht erkannte Ressourcen von Menschen und von ihren sozialen, institutionellen und ökologischen Umwelten? Stellen z.B. Krisen auch wertvolle Erfahrungsmöglichkeiten bereit?“ (Nestmann 2007, S. 731).

Die zentrale Grundannahme, die allen Ressourcenmodellen zugrunde liegt, formuliert Nestmann folgendermaßen:

„Unsere Lebensführung, unsere Alltagsgestaltung, unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit, unsere Erfolge und Misserfolge in der Bewältigung von Anforderungen, Problemen und Krisen sind abhängig von Ressourcen. Sie beruhen auf der Verfügbarkeit und dem erfolgreichen Einsatz von Personen- und Umweltressourcen“ (ebd., S. 728).

Dieser Beschreibung ist zu entnehmen, dass alle wesentlichen Aspekte unserer Lebensgestaltung zum einen von den Personenressourcen (betreffen die Personenmerkmale wie z.B. Selbstwert, soziale Kompetenz und Bewältigungsoptimismus) und zum anderen von den Umweltressourcen (z.B. Geld, Wissen, aber auch Dinge aus unserer materiellen Umwelt wie Transportmittel, Kleidung etc.) abhängig sind (vgl. Nestmann 2007, S. 728).

Kommen die Menschen dann zur Beratung, kann der Berater davon ausgehen, dass alle Menschen bereits vor der Beratung zumindest versucht haben, ihre Personen- und Umweltressourcen einzusetzen (vgl. ebd., S. 731). In einem gemeinsamen Prozess der Orientierung, Planung, Entscheidung und Handlung muss dann versucht werden, die verschiedenen Personen- und Umweltressourcen zu entdecken, zu erhalten, zu fördern, zu entwickeln und aufeinander zu beziehen (vgl. ebd., S. 733). Vor dem Hintergrund der Entwicklung von Ressourcen muss zudem beachtet werden, dass die Personen- und Umweltressourcen einander bedingen, wie Nestmann zutreffend beschreibt:

„Hierbei ist davon auszugehen, dass zur Entwicklung persönlicher Ressourcen immer ein bestimmter Grundbestandteil von Kontextressourcen vorhanden sein muss, und umgekehrt, dass zu einer Weiterentwicklung von Umweltressourcen immer ein bestimmtes Level an persönlichen Ressourcen vorliegen bzw. entwickelt werden muss“ (ebd., S. 733).

### **3.3 Persönliche Anforderungen an den Jugendberater**

Vor dem Hintergrund, dass Jugendliche sehr sensibel und anspruchsvoll sind, betont Thiersch, dass neben den verschiedenen Ansätzen und Methoden der Beratung auch der Person des Beraters eine zentrale Rolle für eine erfolgreiche Beratung für Jugendliche zukommt (vgl. Thiersch 2007, S. 706). Babara Bräutigam sieht die Auseinandersetzung mit den Anforderungen an die Beraterpersönlichkeit sogar als eine gewisse Grundvoraussetzung, um mit Jugendlichen sinnvoll und gut zu arbeiten. Sie betont unter anderem das, was sich auch in den Ausführungen zur Lebensweltorientierung herauskristallisiert hat und an dieser Stelle noch einmal hervorgehoben werden soll: den notwendigen Respekt und darüber hinaus die Neugier für fremde Lebenswelten und Lebenskulturen. Zudem bedarf es eines höflichen, aber zugleich auf Distanz bedachten Umgangs mit Jugendlichen. Angelehnt an Guggenbühl weist Bräutigam damit darauf hin, dass ein

übertriebenes Verständnis nicht notwendig ist. Ganz im Gegenteil, Jugendliche empfinden dieses „demonstrative Verständnis“ für ihre Lebensphase sogar eher als entwürdigend. Des Weiteren betont sie in ihrem Beitrag, angelehnt an Schmeck und Schlüter-Müller, dass sich Jugendberater darauf einstellen müssen, stetig an der Behandlungsmotivation von Heranwachsenden zu arbeiten. Diese können Jugendberater fördern, indem sie den Jugendlichen Verfügbarkeit und Verlässlichkeit signalisieren, ohne dabei konkret etwas von ihnen zu erwarten (vgl. Bräutigam 2011, S. 123f.).

Auch Hofmann beschäftigt sich mit den persönlichen Anforderungen des Jugendberaters und äußert sich dazu folgendermaßen:

„Der ‚ideale‘ Berater besitzt Offenheit und Sensibilität für die Probleme und Notlagen anderer sowie eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit und Lebenserfahrung“ (Hofmann 1990, S. 117).

Weiterführend weist Hofmann darauf hin, dass der Jugendberater die Probleme von Jugendlichen häufig erahnen muss, da Jugendliche oft Schwierigkeiten haben, ihre Probleme zu benennen und zu artikulieren, und auch deshalb ein hohes Maß an Sensibilität, Einfühlungsvermögen, aber auch Taktgefühl und Geduld erforderlich ist (vgl. ebd., S. 117, 127). Darüber hinaus muss sich der Jugendberater als Anwalt des Jugendlichen verstehen, wobei er versuchen muss, zwischen den Bedürfnissen des Ratsuchenden, dessen Selbstverwirklichungsabsichten und den gesellschaftlichen Anforderungen zu vermitteln. Auch muss er einen geeigneten Weg zwischen seinem subjektiven Verständnis, dem Selbstkonzept des Jugendlichen und seinen pädagogisch-psychologischen Erkenntnissen über Jugendliche und ihre Probleme finden. Jugendberater müssen zudem von ihren eigenen sowie allgemeingültigen Normen Abstand nehmen und auf das (sich im Aufbau befindliche) Werte- und Normensystem der Heranwachsenden eingehen können und dabei die Anschauungen und Gefühle der Jugendlichen wahrnehmen. Eine weitere wichtige Anforderung bezieht sich auf die Beziehung zwischen Jugendberater und Jugendlichen. Es sollte eine gewisse Balance zwischen Vertrauen und Distanz gewahrt werden, damit später ein eventuell schmerzhafter Ablösungsprozess für den Jugendlichen vermieden wird. Im Gegensatz zur Beratung von Erwachsenen muss der Jugendberater auch sein Anspruchsniveau zurückstellen, da Jugendliche weniger einen Beratungsexperten fordern als einen erwachsenen Menschen, mit dem sie sich über alltägliche Dinge austauschen können (vgl. ebd., S. 128). Eine weitere wichtige Aufgabe des Jugendberaters stellt

die Selbstreflexion dar. Dabei sollte er stets seine Tätigkeit im Rahmen der gesellschaftlichen Situation von Jugendlichen sowie sein eigenes sozialpädagogisches Rollen- und Funktionsverständnis reflektieren (vgl. Hofmann 1990, S. 127f.). Neben der Selbstevaluation betont Bräutigam angelehnt an Dieter Bürgin, dass die Jugendberater dazu angehalten sind, sich mit ihrer eigenen Geschichte, ihrer eigenen Adoleszenz auseinanderzusetzen. Dieser Sachverhalt ist deshalb so wichtig, da Jugendberater mit wechselnden Idealisierungen und Entidealisierungen seitens der Jugendlichen rechnen müssen, sobald die Jugendlichen dem Berater eine höhere Bedeutsamkeit in ihrem Leben zukommen lassen. Dazu bedarf es eines hohen Maßes an persönlicher Standfestigkeit und eines Gefühls für die eigene Verletzbarkeit. Durch die Erinnerungen an die eigene Adoleszenz können die Jugendberater einen lebendigen Bezug zu dieser Lebensphase herstellen und darüber hinaus wird es Jugendberatern so ermöglicht, sich nicht zu sehr mit den Ratsuchenden zu identifizieren und sich somit nicht auf „Kämpfe“ einzulassen, die mit ihnen persönlich nichts zu tun haben (vgl. Bräutigam 2011, S. 124).

Weiterführend zu den persönlichen Anforderungen an den Jugendberater gibt Elke von der Haar weitere Sachverhalte zu bedenken. Jugendberater sollen:

- ein gut entwickeltes Selbstwertgefühl haben und ihre eigenen Stärken sowie Schwächen kennen, ohne dabei das Bedürfnis zu haben, andere herabzusetzen oder sich ihnen überlegen zu fühlen
- stets dazu bereit sein, sich persönlich sowie fachlich weiterzuentwickeln
- ein positives Menschenbild haben, das von der Lernfähigkeit und Veränderungsmöglichkeit des anderen ausgeht
- einen Beratungsstil haben, der Ausdruck ihrer Persönlichkeit ist
- eine persönlichkeitsfördernde Beziehung eingehen und den Ratsuchenden als Vorbild dienen
- Interesse und Freude an ihrer Tätigkeit zeigen
- bereit sein Risiken einzugehen und somit auch Fehler riskieren und diese gegebenenfalls zugeben können (vgl. von der Haar 2004, S. 6)

Als Ergänzung zu Punkt eins beinhalten die Kenntnisse über die eigenen Schwächen aber auch, seine fachlichen Grenzen, seine Grenzen innerhalb seines Tätigkeitsfeldes zu kennen. Luisa Lindenthal beispielsweise, verweist auf die Fähigkeit des Beraters zur Kooperation hin. In diesem Sinn sollen Jugendberater mit allen Personen und Institutionen zusammenarbeiten, die ihren Klienten neben der Bera-

tung ergänzende Hilfen anbieten können (vgl. Lindenthal 2002, S. 14). Die gemeinsame Zusammenarbeit mit anderen Institutionen und Personen ist aus meiner Sicht von zentraler Bedeutung, da sie die professionelle Arbeit des Jugendberaters und somit auch die Hilfe für den Jugendlichen verbessern und ergänzen kann. Jedoch betont Lindenthal, angelehnt an die Ausführungen von Hurrelmann (1995), dass Jugendliche möglichst ohne komplizierte Verweisungssysteme in den Beratungsprozess mit einbezogen werden sollten. Falls aus fachlichen Gründen doch an einen anderen verwiesen werden muss, sollte der ursprüngliche Berater trotzdem stets weiter als Ansprechpartner fungieren (vgl. ebd., S. 16).

Nach den vielfältigen Ausführungen möchte ich diesen Abschnitt mit einem Zitat von Bachmair abschließen, welches neben dem Sachverhalt der „erweiterten Selbstreflexion“ (in Bezug auf die Reflexion der eigenen Adoleszenz) auf die aus meiner Sicht wesentlichen Aspekte persönlicher Anforderungen des Jugendberaters hinweist:

„Die Persönlichkeit des Beraters, sein Menschenbild, die Beziehung zwischen Beratern und Klienten, sowie die ständige kritische Reflexion der Beraterrolle bilden den Rahmen und die Grundlage für den eigentlichen Beratungsprozeß“ (Bachmair et al. 1985 zitiert nach Hofmann 1990, S. 117).

### **3.4 Kommunikative Anforderungen an den Jugendberater**

Die kommunikative Kompetenz des Jugendberaters bezieht sich auf die Methodenvielfalt der Gesprächsführung. Aus der Literatur geht hervor, dass sich für eine erfolgreiche Beratung von Jugendlichen verschiedene Methoden und Konzepte eignen bzw. sich verschiedene Methoden und Konzepte ergänzen können.

Als eine entsprechende Methode für die Beratung von Jugendlichen ist beispielsweise die „Motivierende Gesprächsführung“ zu nennen. Die Kerngedanken dieses Ansatzes wurden 1991 von William R. Miller und Stephan Rollnick entwickelt und beziehen sich auf die Motivation und auf das Überwinden von Widerstand gegenüber Veränderungen (vgl. Naar-King/Suarez 2012, S. 20f.). Gerade vor dem Hintergrund der einzigartigen Herausforderungen, aber auch Möglichkeiten in der Adoleszenz, mit den Entwicklungsprozessen des Erwachsenwerdens, werden die Motivationen, Entscheidungen und Ziele von Heranwachsenden beeinflusst (vgl. ebd., S. 29). Die „Motivierende Gesprächsführung“ kann den Jugendlichen dabei

helfen, „konfliktreiches Verhalten zu verändern, und neue, konstruktive Verhaltensmuster für die persönliche Weiterentwicklung zu erarbeiten, die mit den individuellen Zielen und Werten im Einklang stehen“ (Naar-King/Suarez 2012, S. 18). Somit ist die „Motivierende Gesprächsführung“ besonders dann geeignet, „[w]enn die Jugendlichen oder jungen Erwachsenen wenig Motivation zeigen, unschlüssig sind, ob sie sich für die Behandlung engagieren sollen, oder Schwierigkeiten haben, ihr Verhalten zu verändern“ (ebd., S. 23).

Im Rahmen dieser Arbeit soll und kann jedoch nicht auf konkrete Methoden der Gesprächsführung eingegangen werden. Stattdessen möchte ich an dieser Stelle auf die klientenzentrierte Gesprächsführung verweisen. Sie wird zwar häufig unter den Methoden der Gesprächsführung geführt, jedoch betont Carl Rogers selbst (als Begründer des klientenzentrierten Ansatzes), dass dieser Ansatz eher an bestimmte Grundhaltungen des Beraters appelliert, die durch weitere Methoden und Techniken ergänzt werden sollen (vgl. Rogers Juni 1983, S. 34). Heute ist der klientenzentrierte Ansatz sehr verbreitet und hat in allen Bereichen zwischenmenschlicher Beziehungen Anwendung gefunden (vgl. Rogers Sep. 1983, S. 17). Insofern kann der klientenzentrierte Ansatz als eine Grundmethode der Gesprächsführung bezeichnet werden (und nicht nur für die Beratung von Jugendlichen), die zum Teil weiterentwickelt in vielen Methoden eingebettet ist, wie z.B. auch in der motivierenden Gesprächsführung. Vor diesem Hintergrund halte ich es für notwendig, zumindest einen Grundriss dieses Ansatzes zu skizzieren.

### **3.4.1 Die klientenzentrierte Gesprächsführung**

Der klientenzentrierte Ansatz wurde ab 1942 von dem amerikanischen Psychologen Carl R. Rogers entwickelt und ab 1956 von dem Hamburger Psychologen Reinhard Tausch und seiner Frau Anne-Marie Tausch in Deutschland als „Gesprächspsychotherapie“ eingeführt (vgl. Weinberger 1998, S. 29). Der Ansatz dieser Beratung kann das Individuum lehren, den geistigen und emotionellen Habitus anzunehmen, und es dazu befähigen, die eigenen Probleme selbst zu lösen. Dabei ist der Berater unterstützend tätig, indem er versucht, die Entwicklung einer neuen Einstellung bei dem Individuum zu erzielen. Carl Rogers' Grundgedanke dabei ist, dass jeder Mensch ein Wachstumspotenzial besitzt, das in der Beziehung zu einer Einzelperson (wie zum Beispiel zu einem Berater) freigesetzt werden kann (vgl. Rogers Sep. 1983, S. 17).

Den Ausgangspunkt dieses Ansatzes bilden die theoretischen Grundkonzepte der Aktualisierungstendenz (Tendenz zur Entfaltung aller Kräfte), des Selbstkonzepts (das Bild, das jeder von sich selbst hat), des Erlebens (Prozess, der alles umfasst, was im Inneren des Organismus vorgeht) und der Inkongruenz (Diskrepanz zwischen dem Erleben und dem bewussten Selbstkonzept). Das Ziel in einer Beratung ist es, die Aktualisierungstendenz eines Klienten zu wecken und zu fördern. Das Selbstkonzept und das Erleben des Menschen sollen miteinander in Einklang gebracht und Inkongruenzen damit beseitigt werden (vgl. Rogers Sep. 1983, S. 41ff.).

Damit es überhaupt zu einer Weiterentwicklung und Reifung der Persönlichkeit kommen kann, muss der Berater bestimmte Voraussetzungen in seiner Haltung und in seinen Handlungen erfüllen. Rogers beschreibt dazu drei **Basisvariablen**: Echtheit / Kongruenz, positive Wertschätzung / Akzeptanz und einführendes Verstehen / Empathie, die im Weiteren näher erläutert werden (vgl. URL 3, S. 4).

**Echtheit / Kongruenz:** Die Echtheit des Beraters ist die wichtigste Variable für einen positiven Verlauf der klientenzentrierten Gesprächsführung. Sie ist Voraussetzung dafür, dass positive Wertschätzung und einführendes Verstehen in der Beziehung zum Klienten überhaupt zum Ausdruck kommen können (vgl. ebd., S. 5). Der theoretische Ausdruck dafür ist Kongruenz. Damit ist gemeint, dass der Berater in der Beziehung zum Klienten er selbst ist und sich nicht hinter einer Fassade oder Maske verstecken soll. Der Berater ist also transparent für den Klienten und lebt offen seine Gefühle und Einstellungen im jeweiligen Augenblick aus. Dabei stimmen das innere Denken und Fühlen mit den äußeren Handlungen überein. Echt sein, so wie es hier dargestellt wird, kann nicht einfach gelernt werden, es ist eher eine grundlegende Einstellung des Beraters, die sich durch persönliche Weiterentwicklung und dadurch, sich selbst kennenzulernen, erwerben lässt. Rogers betont, dass damit nicht gemeint ist, dass der Berater mit jeder Regung, die ihm durch den Sinn geht, herausplatzen soll. Er soll den Klienten auch nicht mit seinen Problemen oder Empfindungen belasten. Er soll lediglich durch seine Gefühle etwas von seiner Person zeigen und der Versuchung widerstehen, sich hinter einer professionellen Maske zu verbergen (vgl. Weinberger 1998, S. 39ff.). Wenn der Klient spürt, dass ihm der Berater als Person auf gleicher Ebene gegenübertritt, ist die Chance groß, dass er sich öffnet und Vertrauen fasst. Gleichzeitig wird der Klient dazu angeregt, auch offen und echt zu sein (vgl. URL 3, S. 5).



Der Berater sollte sich an einige Verhaltensweisen halten, in denen sich Echtheit ausdrückt:

- er sollte im Gespräch mit dem Klienten Ich-Botschaften verwenden
- bei der Übermittlung von Botschaften die Motive offenlegen
- er sollte spontanes und freies Kommunikationsverhalten zulassen
- und er sollte eigene Betroffenheit und eigene Grenzen deutlich zeigen (vgl. URL 3, S. 5)

**Positive Wertschätzung / Akzeptanz:** Die positive Wertschätzung ist eine weitere notwendige Bedingung für eine konstruktive Veränderung des Klienten. Hierbei wird der Klient vom Berater so akzeptiert, wie er ist, als eigenständige Person mit ihren Fehlern und Schwächen. Es darf keine Rolle spielen, was der Klient äußert oder wie er sich gibt. Das bedeutet aber nicht, dass der Berater dem Klienten in allem, was dieser sagt, zustimmen muss. Er kann inhaltlich mit seinem Klienten anderer Meinung sein, doch muss der Klient spüren, dass die Beziehung zwischen ihm und dem Berater nicht beeinträchtigt wird. Der Klient muss die „innere Beteiligung“ des Beraters emotional erfassen können. Diese erkennt der Klient anhand der Stimme, der Mimik, Gestik und Körperhaltung. Die positive Wertschätzung ist deshalb so wichtig, weil Rogers davon ausgeht, dass das bedingungslose Akzeptieren ein Grundbedürfnis von jedem Menschen ist. Außerdem wird der Klient schrittweise zu einer größeren Selbstachtung geführt und kann durch den Abbau von Angst und Verteidigungsverhalten offen über seine Gefühle sprechen (vgl. Weinberger 1998, S. 45f.). Auch hier sollte sich der Berater an einige Verhaltensweisen halten, in denen sich positive Wertschätzung und Akzeptanz ausdrücken:

- er sollte offen und geduldig zuhören
- Interesse an den Einstellungen und Meinungen des Klienten haben
- Respekt davor haben, dass der Klient sich entschieden hat, sich mit seinem Anliegen zu öffnen
- der Berater sollte sich mit seinen eigenen Einstellungen und Meinungen zurückhalten und negativ wertende Kommentare vermeiden
- den Klienten in der Annahme seines So-Seins stärken (vgl. URL 3, S. 6)

**Einführendes Verstehen / Empathie:** Im Sinne des einführenden Verstehens versucht der Berater die Gefühle und Empfindungen des Klienten zu verstehen und dem Klienten das Verstandene mitzuteilen. Dabei werden nicht nur Emotionen



aufgegriffen, die der Klient explizit nennt, sondern auch Empfindungen, die er vielleicht nur andeutet und noch nicht in Worte fassen kann. Dadurch, dass der Klient seine Empfindungen aus dem Mund des Beraters hört, nimmt er diese Empfindungen aus einer gewissen Distanz wahr und es wird ihm ermöglicht, gewisse Einstellungen und Werthaltungen in Frage zu stellen (ähnlich wie jemand, der seine Empfindungen in einem Tagebuch niederschreibt). Durch das Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte wird der Klient dazu angeregt, sich mit seiner emotionalen Gefühlswelt auseinanderzusetzen. Durch Abwägen, Differenzieren und Konkretisieren seiner Ziele und Wünsche wird er schrittweise zu einer Klärung seines Problems herangeführt (Selbstexploration des Klienten). Es ist zu beachten, dass der Berater seine Äußerungen nie als Feststellung ausspricht, sondern diese eher fragend bzw. offenlassend formuliert. So kann der Klient selbst entscheiden, ob die Äußerungen des Beraters auf seine Empfindungen zutreffen oder nicht (vgl. Weinberger 1998, S. 56f.).

Es gibt Verhaltensweisen, in denen sich einführendes Verstehen und Empathie ausdrücken und an die sich der Berater halten sollte:

- er sollte sich auf die Gefühlsäußerungen des Klienten konzentrieren
- nonverbale Mitteilungen (des Klienten) einbeziehen
- er sollte betonen, dass seine Rückkopplungen nur Versuche sind, die Gefühle des Klienten zu verstehen
- mitteilen, was die Gefühle des Klienten in ihm selber auslösen
- und er sollte die Gefühle des Klienten verbalisieren (vgl. URL 3, S. 7)

Damit der Berater jedoch die emotionalen Empfindungen des Klienten aufnehmen kann, muss der Berater akustisch auf den emotionalen Inhalt achten. Damit weist Weinberger auf die Grundbedingung jedes Gespräch hin: „das aufmerksame Zuhören“. In diesem Sinn ist der Berater auch dazu angehalten, auf immer wiederkehrende Worte, Sätze oder auf einen eventuell sichtbaren roten Faden zu achten. Daneben muss er auch den Tonfall, das Sprechtempo und die Sprechpausen registrieren. Gleichzeitig muss der Berater auf die Mimik und Gestik des Klienten achten, um festzustellen, ob das verbale Verhalten des Klienten (z.B. stockendes Sprechen) durch nichtverbale Signale (z.B. unruhiges Hin- und Herrutschen auf dem Stuhl) ergänzt wird. Dadurch kann der Berater eindeutige Informationen, aber auch widersprüchliche Informationen über das Empfinden des Klienten erhalten. Ein Beispiel für widersprüchliches Verhalten wäre, wenn der Klient davon spricht,

dass ihn ein Vorfall verletzt hat (verbale Signale), den Berater dabei aber lächelnd anschaut (nonverbale Signale). In einem solchen Fall sollte der Berater die Diskrepanz aufgreifen, um herauszufinden, welches emotionale Empfinden der Klient wirklich hat (vgl. Weinberger 1998, S. 54f.).

Köllner betont, dass die drei Basisvariablen eng zusammen gehören und deshalb vom Berater gleichzeitig und gleich stark angeboten werden sollen. Diesen Sachverhalt beschreibt Köllner mit einer Metapher, die dies sehr zutreffend darstellt: Mit der Beziehung der drei Basisvariablen zueinander verhält es sich genauso wie mit einem Tisch mit drei Beinen. Alle drei Beine müssen gleich lang oder gleich stark sein, ansonsten steht der Tisch schräg und kann umkippen. Für den Berater ist es somit sehr wichtig, dass er die drei Basisvariablen gleichzeitig und gleich stark anbietet, denn nur so erzeugt er für sich und für seinen Klienten eine optimale Basis (vgl. Köllner 1996, S. 30).

### **3.5 Anforderungen an das Setting von Jugendberatungsstellen**

Betrachtet man neben dem professionellen Beratungsgespräch die Situation einer Beratung, die in die alltäglichen Lebensbezüge eingebettet ist, wie sie beispielsweise zwischen Schulkameraden auf dem Pausenhof oder aber auch zwischen Müttern im Wartezimmer einer Kinderarztpraxis stattfinden, ist diese Situation vor allem dadurch gekennzeichnet, dass sich die Beteiligten mehr oder weniger gut kennen und die gleichen Alltagssituationen teilen. Unter solchen Bedingungen wird es ermöglicht, sich Rat zu suchen oder auch zu geben, vorausgesetzt die Kommunikationssituation ist einigermaßen geschützt, d.h., es gibt keine Störungen und es befinden sich auch keine ungewollten Zuhörer in der Nähe (vgl. Großmaß 2007, S. 487). Die Situation eines professionellen Beratungsgesprächs stellt sich hingegen anders dar, sie muss gestaltet werden, wie Ruth Großmaß' Ausführungen zu entnehmen ist:

„Die Beteiligten sind sich nicht aus Alltagsvollzügen vertraut, Kompetenz muss ausgewiesen, Ungestörtheit hergestellt und der Übergang vom höflich-distanzierten Umgang, wie er in öffentlichen Räumen üblich ist, zu einem Beratungsgespräch, in dem auch Persönliches verhandelt werden kann, muss gestaltet werden“ (Großmaß 2007, S. 487).

Neben den aufgeführten Anforderungen an den Jugendberater bedarf es also auch eines jugendgerechten Settings sowie bestimmter Maximen, um den Bera-

tungserfolg von Grund auf positiv zu beeinflussen, worauf Luisa Lindenthal zutreffend hinweist. So müssen Jugendberatungen grundsätzlich kostenlos, vertraulich und auf Wunsch anonym sein. Eine weitere elementare Bedingung ist die Niederschwelligkeit, die einen freien Zugang zur Beratungsstelle impliziert, ohne formelle Voraussetzung (vgl. Lindenthal 2002, S. 15). Im Sinne des Konzeptes lebensweltorientierter sozialer Beratung betont Thiersch, dass mit Niederschwelligkeit auch die notwendige Präsenz in der Lebenswelt (im Stadtteil, in der Region, im sozialen Brennpunkt) gemeint ist (vgl. Thiersch 2007, S. 702). Durch die Niederschwelligkeit von Jugendberatungseinrichtungen werden die Schwellenängste von Jugendlichen abgebaut und darüber hinaus wird es ihnen ermöglicht, einen unmittelbaren Zugang zu ermitteln (vgl. Lindenthal 2002, S. 15).

In Bezug auf den Erstkontakt mit Ratsuchenden betont Ruth Großmaß dass auch die Lage und die Räumlichkeiten der Einrichtung eine zentrale Rolle spielen, damit die Zielgruppe erreicht und das offene Angebot angenommen wird. Denn für den Ratsuchenden ist auch immer die Gesamtdarstellung der jeweiligen Beratungsstelle bedeutsam, und der Ort, aber auch die Art, wie eine Beratungsstelle eingerichtet ist, beeinflusst das Image des Beratungsangebotes (vgl. Großmaß 2007, S. 488, 491). Wo und wie eine Beratungsstelle einzurichten ist, lässt sich nicht allgemein definieren, da dies orts- und zielgruppenorientiert berücksichtigt werden muss (vgl. ebd., S. 492). Im Sinne der Zielgruppe Jugend empfiehlt Luisa Lindenthal, die Jugendlichen in einer offenen, lebendigen Atmosphäre zu empfangen (vgl. Lindenthal 2002, S. 15). Ruth Großmaß gibt in diesem Zusammenhang weitere Anregungen, die sich jedoch nicht nur explizit auf die Zielgruppe von Jugendlichen beziehen. Sie weist unter anderem darauf hin, dass die Beratungsstelle entsprechend ihrer Zielgruppe geographisch günstig liegen sollte und gut zu erkennen sein muss. Zudem sollte darauf geachtet werden, dass den Ratsuchenden ein unauffälliger Zugang ermöglicht wird und sie sich somit nicht gleich als Klient geoutet fühlen. Außerdem sollte ein eigener Raum zur Verfügung stehen, der den Ratsuchenden signalisiert, dass Persönliches geschützt besprochen wird (vgl. Großmaß 2007, S. 492f.).

## **4 Chancen und Risiken von Jugendberatungsstellen**

Inwieweit die Bedürfnisse und Interessen von Jugendlichen im Rahmen der Anforderungen an das Setting von Jugendberatungsstellen in der Praxis wirklich Berücksichtigung finden und wodurch die Vor- und Nachteile von den unterschiedlichen Jugendberatungsstellen ersichtlich werden, wird im Folgenden fokussiert.

### **4.1 Formen der Jugendberatung**

Die Jugendberatung ist als solche häufig keine spezifisch vorfindbare Institution mit einheitlicher Form. Somit ist auch das Handlungsfeld der Jugendberatung sehr umfangreich (vgl. von der Haar 2004, S. 1). Cornelia Hofmann beschreibt in ihrem Buch „Jugendberatung in der Bundesrepublik Deutschland“ zwei Grundformen der Jugendberatung, die sich bei grober Betrachtung herauskristallisieren: die funktionale und die institutionelle Jugendberatung (vgl. Hofmann 1990, S. 121).

#### **4.1.1 Funktionale Jugendberatung**

Die funktionale Jugendberatung wird mehr oder weniger bewusst von Personen ausgeübt, die täglich mit Jugendlichen arbeiten. Dabei ist die Beratung auf das Aufgaben- oder Zuständigkeitsfeld begrenzt. So stehen beispielsweise Lehrer in der Schule täglich Beratungsaufgaben verschiedenster Dimensionen gegenüber. Auch im Bereich der Offenen Jugendarbeit sind funktionale Beratungsprozesse ersichtlich, z.B. im Jugendzentrum/Jugendclub. Dabei ist die Jugendberatung in pädagogische Aktionen integriert und auch wenn sie einen institutionellen Hintergrund hat, ist sie nicht als Beratungsinstitution definiert. Durch diese besonderen Strukturmerkmale und durch die Offenheit der Situation werden gute Chancen gesehen, wirksame Beratungsprozesse zu bewirken (vgl. Hofmann 1990, S. 121).

#### **4.1.2 Institutionelle Jugendberatung**

Diese Form der Jugendberatung erfordert vom Berater spezielle Fachkenntnisse und darüber hinaus häufig auch eine Zusammenarbeit mit mehreren Fachrichtungen. In Anlehnung an die Ausführungen von Cornelia Hofmann (1990, S. 121) zu dieser Form der Jugendberatung und in Verbindung mit den Schilderungen von Elke von der Haar (2004, S. 1f.) lässt sich die institutionelle Jugendberatung in zwei Unterformen unterteilen: die *integrierte* und *selbstständige* Jugendberatung.

Die *integrierte Jugendberatung* richtet sich vorrangig nicht nur an Jugendliche. Die Erziehungsberatungsstellen beispielsweise nehmen überwiegend Kinder und die gesamte Familie in ihren Blick (vgl. Hofmann 1990, S. 121f.). Schon Hornstein (1977) weist darauf hin, dass „eine Einrichtung wie die Erziehungsberatungsstellen mit ihrer starken Ausrichtung auf Probleme der Kindererziehung und mit ihrer starken Betonung der Elternrolle kaum geeignet [sei], die Aufgaben einer Jugendberatung ... zu übernehmen“ (Hornstein zitiert nach Lindenthal 2002, S. 16). Zudem zeigt Luisa Lindenthal auf, dass die Jugendberatung gesetzlich nicht nach § 28 SGB VIII der Erziehungsberatung zugeordnet ist, sondern der Jugendberatung nach § 11 Abs. 3 SGB VIII. Aus ihrer Sicht ist dies kann Zufall, denn es muss beachtet werden, dass sich die Jugendlichen vor dem Hintergrund der Entwicklungsphase „Jugend“ außerhalb von familiären Kontexten zu verselbstständigen versuchen (vgl. Lindenthal 2002, S. 11). Auch in anderen institutionellen Beratungsstellen wie der Drogen- und Suchtberatung oder der Sexualberatung wird nicht explizit Jugendberatung betrieben. Sie stehen allen Altersgruppen offen und somit werden auch hier die spezifischen Bedürfnisse und Bedarfe von Jugendlichen nicht in adäquater Weise berücksichtigt (vgl. Hofmann 1990, S. 122).

Die *eigenständige Jugendberatung* bezeichnet eigens für Jugendliche gegründete Einrichtungen, die psychosoziale Hilfe bei Problemen und Konfliktsituationen für Jugendliche bieten (vgl. ebd., S. 122). Dabei stehen die Jugendlichen selbst und ihre Probleme im Vordergrund und die Jugendlichen bekommen die Möglichkeit, sich unabhängig von ihren Eltern beraten zu lassen (vgl. ebd., S. 168). Durch die besonderen Probleme von Jugendlichen sind diese Beratungsstellen häufig auf bestimmte Inhalte spezialisiert, wie z.B. Arbeitslosigkeit oder die Zielgruppe Mädchen (vgl. ebd., S. 122). Insofern scheint eigenständigen Jugendberatungsstellen eine große Bedeutung in Hinblick auf eine erfolgreiche Jugendberatung zuzukommen. Leider sind solche Beratungsstellen in der Praxis wenig präsent und viel zu wenig anzutreffen.

Über diese beiden Grundformen hinaus gibt es weitere Mischformen wie z.B. die Angliederung eines Beratungsdienstes an ein Jugendfreizeitheim (vgl. Hofmann 1990, S. 122). Zudem existieren Formen, die sich nach dem Medium, über das die Beratung stattfindet, unterscheiden lassen, wie die Telefonseelsorge oder die Onlineberatung (vgl. URL 4). Deshalb soll diese Form im Folgenden als *mediale Jugendberatung* bezeichnet und ebenfalls kurz skizziert werden.

#### **4.1.3 Mediale Jugendberatung**

Die Onlineberatung (wie z.B. die eMail-Beratung oder die Chatberatung) ist im Gegensatz zur telefonischen Beratung ein relativ neu erschlossenes Feld in der Sozialen Arbeit. Ihre Angebote sind sehr vielfältig und richten sich unter anderem an verschiedene Alters- und Zielgruppen (vgl. Hinrichs 2008, S. 9).

Die zwischenmenschlichen Kontakte über das Internet und über das Telefon bieten den Vorteil, dass diese weitgehend anonym und somit als sehr niederschwellig zu betrachten sind, wobei die Onlineberatung besonders niederschwellig ist, da die Stimme der Ratsuchenden nicht gehört werden kann. Dies birgt jedoch den Nachteil in sich, dass dadurch der Berater auch nicht weiß, ob der Ratsuchende beispielsweise lacht oder weint (vgl. ebd., S. 47):

„Gefühle, ja die gesamte emotionale Lage und deren Entwicklung sind nur schwer mitzuerleben. Sicherlich kann man viel ‚zwischen den Zeilen lesen‘, was nach unserer Erfahrung auch erstaunlich gut geht, aber es ist dennoch notwendig viel mehr als bei jeder anderen Art der Kommunikation, die Gefühle in Worte zu kleiden, um sie so nicht nur ausdrücklich zu machen, sondern um sie überhaupt erst zu vermitteln“ (Christel zitiert nach Hinrichs 2008, S. 52).

Im Gegensatz zu anderen Formen der Beratung müssen bei der Onlineberatung also die Emotionen mehr als sonst benannt und beschrieben werden, wodurch viele Verunsicherungen und Missverständnisse entstehen können. Aber auch bei der telefonischen Beratung sind die Informationen, die der Berater durch den Ratsuchenden mitgeteilt bekommt, aufgrund der fehlenden Körpersprache eingeschränkt (vgl. Hinrichs 2008, S. 47).

Christian Hinrichs betont jedoch, dass durch die Online- und telefonische Beratung Klienten erreicht werden können, die nicht durch herkömmliche Beratung erreicht werden, wie z.B. Ratsuchende, die eine gewisse Distanz wahren möchten, Ratsuchende, in deren näherem Umfeld keine Beratungsstelle angegliedert ist, oder auch Ratsuchende, die wegen einer körperlichen Behinderung eingeschränkt sind und deshalb herkömmliche Beratungsstellen nicht nutzen können (vgl. ebd., S. 42). Besonders für Gehörlose oder Schwerhörige scheint das Angebot der Onlineberatung wie geschaffen zu sein, da für diesen Personenkreis kein vergleichbares Beratungsangebot vorhanden ist (vgl. ebd., S. 48).

Aus den vorangegangenen Ausführungen der unterschiedlichen Formen der Jugendberatung und ihrer Chancen und Risiken, erfolgreiche Beratungsprozesse zu initiieren, lässt sich vermuten und ist teilweise auch deutlich geworden, dass jedes

Beratungsfeld aufgrund seines Settings eigene Anforderungen an den Jugendberater stellt. Im Rahmen dieser Arbeit kann indes nicht auf alle Formen der Jugendberatung und die jeweiligen vielfältigen Jugendberatungsstellen genauer eingegangen werden. Jedoch scheint der funktionalen Jugendberatung wegen ihrer besonderen Strukturmerkmale und ihrer hohen Niederschwelligkeit eine besondere Chance zugesprochen, erfolgreiche Beratungsprozesse zu bewirken. Bettmer (2001) räumt der Jugendberatung im Rahmen der offenen Jugendberatung sogar eine größere Chance ein als den institutionell eigenständigen Jugendberatungsstellen, da die Jugendlichen beispielsweise in einem Jugendhaus auf bereits bestehende Beziehungen zurückgreifen können (vgl. Lindenthal 2002, S. 17) und dadurch möglicherweise weniger Angst vor der Ungewissheit haben, was sie wohl erwartet.

Deshalb werde ich im Folgenden am Beispiel der Jugendberatung im Rahmen der Offenen Jugendarbeit diese Form genauer beleuchten und zudem aufzeigen, welche spezifischen Anforderungen in diesem Feld der Jugendberatung an den Jugendberater gestellt werden.

## **4.2 Funktionale Jugendberatung am Beispiel der Jugendberatung in der Offenen Jugendarbeit**

Die Offene Jugendarbeit wird als eine von drei Formen der Jugendarbeit in § 11 Abs. 2 Satz 2 SGB VIII genannt. Die Offene Jugendarbeit ist, wie der Name schon sagt, durch die Offenheit des Zugangs, des Inhalts und der weltanschaulichen Basis des Angebots charakterisiert. Zugleich ist es ihr eigener Anspruch, prinzipiell für alle Jugendliche zugänglich zu sein (vgl. Bernzen 2013, S. 620). Ihre Angebote werden von öffentlichen sowie unterschiedlichen freien Trägern der Jugendhilfe organisiert. Dabei können sie zum einen in Gesamtangebote integriert sein oder aber sie sind eigenständig aufgestellt, in sogenannte „Häusern der Jugend“ oder „Häusern der offenen Tür“. Sie richten sich an junge Menschen, einschließlich Kinder, und legen ihr Augenmerk besonders auf die Befähigung zur Selbstgestaltung, die gesellschaftliche Mitverantwortung sowie auf das soziale Engagement (vgl. Bernzen 2013, S. 618ff.). Unter § 11 Abs. 3 SGB VIII werden thematische Schwerpunkte der Jugendarbeit genannt, worunter auch die Jugendberatung aufgeführt ist:



„Zu den Schwerpunkten der Jugendarbeit gehören:

1. außerschulische Jugendbildung mit allgemeiner, politischer, sozialer, gesundheitlicher, kultureller, naturkundlicher und technischer Bildung,
2. Jugendarbeit in Sport, Spiel und Geselligkeit,
3. arbeitswelt-, schul- und familienbezogene Jugendarbeit,
4. internationale Jugendarbeit,
5. Kinder und Jugenderholung,
6. Jugendberatung.“

Diese gesetzlich geregelten thematischen Schwerpunkte der Jugendarbeit können auch als thematische Schwerpunkte der Offenen Jugendarbeit betrachtet werden (vgl. Bernzen 2013, S. 624). Das Angebot „Sport, Spiel und Geselligkeit“ beinhaltet zugleich die wichtigste Methode der Jugendarbeit: die Bildung von Gruppen junger Menschen (vgl. ebd., S. 621). Die Jugendberatung findet regelmäßig parallel neben anderen Angeboten der Jugendarbeit statt und wird von dem Berater realisiert, der auch die anderen Angebote umsetzt (vgl. ebd., S. 624).

Franz Bettmer und Benedikt Sturzenhecker weisen darauf hin, dass die Bedingungen der Offenen Jugendarbeit im Gegensatz zu institutionalisierten Beratungsangeboten zwar eine wesentlich geringere Zugangsschwelle bieten, jedoch werden Hemmschwellen ersichtlich, die sich im Setting der Offenen Jugendarbeit ergeben. Zudem betonen sie, dass die Beratungstätigkeiten zwar aufgrund des offenen Zugangs zum Alltag in der Offenen Jugendarbeit gehören, im Sinne einer Verstetigung und Vertiefung einer Beratungsbeziehung könne es jedoch zu Problemen kommen (vgl. Bettmer/Sturzenhecker 2013, S. 421).

Wie bereits angedeutet, ist für die Offene Jugendarbeit charakteristisch, dass sie sich auf Interaktionen zwischen Jugendlichen bezieht. Das schließt die Einzelfallarbeit mit Jugendlichen nicht aus; wenn es jedoch um die Bearbeitung individueller Probleme geht, kann diese in ein Spannungsverhältnis zu der Arbeit mit Gruppen geraten. Zwar könnten Probleme, die Anlass zu Beratung geben, mit Hilfe einer Gruppenarbeit im Rahmen einer *gemeinsamen Praxis*<sup>1</sup> bearbeitet werden, allerdings könnten die Probleme aufgrund der Vielzahl von individuellen Beratungsanlässen in diesem Rahmen nicht vollständig und angemessen aufgegriffen werden (vgl. Bettmer/Sturzenhecker 2013, S. 421ff.). Zudem gehen Bettmer und Sturzenhecker von der grundlegenden These aus, dass Jugendliche den Anspruch haben,

---

<sup>1</sup> Mit gemeinsamer Praxis ist die Gesamtheit aller Beziehungen in der jeweiligen Einrichtung der offenen Jugendarbeit gemeint (vgl. Bettmer/Sturzenhecker 2013, S. 422).

eine individuelle Souveränität aufrechtzuerhalten. Offene Jugendarbeit und Beratungssituationen bieten jedoch jeweils unterschiedliche und nicht unbedingt kompatible Möglichkeiten, diesem Anspruch von Jugendlichen gerecht zu werden (vgl. Bettmer/Sturzenhecker 2013, S. 421), wie das folgende Zitat zutreffend beschreibt:

„In der individuellen Beratung muss dagegen relativ offen gelassen werden, welche Generalisierungen des individuellen Problems zu welchem Zeitpunkt des Beratungsprozesses erreicht werden können. Souveränität wird damit sehr viel stärker ‚zur Disposition gestellt‘. Sie erscheint hier eher als ein Zustand, der verloren ist und erst wieder hergestellt werden muss, während sie in der gemeinsamen Praxis als ein verfügbarer Zustand erscheint, den es zu festigen und auszubauen gilt“ (ebd., S. 423).

Daraus schlussfolgern Bettmer und Sturzenhecker, dass sich Jugendliche vor allem für eine individuelle Beratung entscheiden, wenn sie in der gemeinsamen Praxis Souveränitätsverluste befürchten. Eine Parallelität von gemeinsamer Praxis und individueller Beratung birgt jedoch die Gefahr, dass die individuelle Beratungsbeziehung von außen, durch andere Jugendliche, und somit auch der Souveränitätsverlust des Jugendlichen für andere sichtbar wird, wodurch es zu einem vorzeitigen Abbruch der individuellen Beratung kommen kann. Auch empirische Untersuchungen zeigen, dass sich Jugendliche besonders bei wiederholten Beratungssituationen der Beobachtung entziehen wollen und deshalb lieber nach Möglichkeiten außerhalb der alltäglichen Vollzüge in der Offenen Jugendarbeit suchen. Außerdem möchten Jugendliche ihren Freiraum schützen und wollen häufig auch nicht, dass die Fachkräfte „alles“ über sie wissen. Einerseits sehen die Jugendlichen zwar eine Fachkraft, die mit ihren Lebenswelten vertraut ist, als hilfreich an, jedoch wollen Jugendliche die Kontrolle darüber haben, inwieweit dieses Wissen im sozialen Raum der Offenen Jugendarbeit ausgebaut und verfügbar wird (vgl. ebd., S. 423f.). Zudem erfordern Beratungsbeziehungen Vertrauen, das an konkrete Personen gebunden ist und ein hohes Maß an Verbindlichkeit benötigt. Aufgrund der Tatsache, dass die Fachkräfte in der Offenen Jugendarbeit auch weitere unverhofft anfallende Aufgaben zu realisieren haben, ist eine Gewährleistung der persönlichen Verfügbarkeit der beratenden Fachkraft jedoch nicht immer gegeben. Dieser Sachverhalt ist besonders dann sehr problematisch, wenn eine krisenhafte Zuspitzung des Problems von Jugendlichen eine persönliche Verfügbarkeit der

beraterischen Fachkraft im besonderen Maße erfordert (vgl. Bettmer/Sturzenhecker 2013, S. 424).

Zusammenfassend ist also festzuhalten, dass trotz hoher Niederschwelligkeit eine umfangreiche und tiefgreifende individuelle Beratung in der Offenen Jugendarbeit eher schwierig zu verorten ist. Dies ist vor allem darauf zurückzuführen, dass die Jugendberatung parallel zu anderen Schwerpunkten der Offenen Jugendarbeit realisiert werden muss. Deshalb weist Bettmer darauf hin, dass sich das Beratungshandeln in der Offenen Jugendarbeit eher auf leichtere Probleme von Jugendlichen bezieht (vgl. Lindenthal 2002, S. 18).

Ich bin selbst beruflich im Bereich der Offenen Jugendarbeit tätig und kann den vorangegangenen Ausführungen von Bettmer und Sturzenhecker nur zustimmen, auch wenn sie mir bis dato nicht direkt bewusst waren. Für eine tiefgreifende individuelle Beratung sehe ich zudem die Schwierigkeit der (mangelhaften) personellen Ausstattung. Ich bin hauptamtlich und Vollzeit in einem Jugendzentrum beschäftigt. Außer mir arbeiten dort noch zwei weitere Mitarbeiterinnen, eine Mitarbeiterin über die Bürgerarbeit (30 Stunden wöchentlich) und eine weitere Mitarbeiterin über den Bundesfreiwilligendienst (20 Stunden wöchentlich). Die Mitarbeiterinnen sind jedoch nicht pädagogisch ausgebildet und bringen im Regelfall keine Erfahrungen im Bereich der Offenen Jugendarbeit mit. Unter anderem kommt es deshalb häufig zu kritischen Situationen zwischen ihnen und den Jugendlichen, die einer Schlichtung bedürfen und häufig auch weitere Probleme mit sich ziehen. Erschwerend hinzu kommt, dass die Mitarbeiter häufig wechseln, da ihre Verträge nur befristet sind und dann auslaufen (meist nach einem Jahr). Das wiederum führt zum Beziehungsabbruch zu den Jugendlichen und teilweise ist deshalb zu erkennen, dass sich die Jugendlichen nur noch schwer auf ein Vertrauensverhältnis einlassen, was jedoch eine Grundlage darstellt, um Jugendliche überhaupt beraten zu können. Da ich als persönliche Ansprechpartnerin für die Mitarbeiterinnen fungiere, ergeben sich für mich neben den Schwerpunkten der Offenen Jugendarbeit auch noch weitere Aufgaben, die sich vor allem in Schreibtischarbeiten begründen, wie z.B. das Schreiben monatlicher Arbeitspläne und Arbeitszeugnisse sowie das Organisieren von Weiterbildungen, wöchentlichen Mitarbeitergesprächen, Abrechnungen und vieles mehr. Durch die zusätzlichen Aufgaben ist es mir nicht immer möglich, den Jugendlichen eine stetige Präsenz zu signalisieren und auf ihre Bedürfnisse sofort zu reagieren. Die personelle Ausstattung ist

also nicht zufriedenstellend, und soviel ich weiß, sieht es auch in vielen anderen Jugendzentren personell nicht anders aus und schon deshalb ist eine qualitative Jugendberatung in der Offenen Jugendarbeit schwierig zu verorten. Vor diesem Hintergrund sehe ich die Chance dieser Form der Beratung in diesem Rahmen vor allem darin, den Jugendlichen eine Orientierungshilfe zu geben, damit sie ihren Alltag besser bewältigen können. Aus einer fernerer Perspektive betrachte ich diese Form der Beratung auch als eine präventive Maßnahme, denn durch die Beratung bei Alltagsproblemen kann tiefgreifenden Problemen oder gar pathologischen Krankheitsbildern vorgebeugt werden.

Bettmer und Sturzenhecker geben darüber hinaus Anmerkungen, wie eine individuelle Jugendberatung innerhalb einer Einrichtung erfolgreich sein kann. Zum einen sollte ein Rückzugsraum zur Verfügung stehen, der für Zweiergespräche genutzt werden kann (vgl. Bettmer/Sturzenhecker 2013, S. 424). Zudem sollten individuelle Beratungen beispielsweise außerhalb der Öffnungszeiten oder an einem anderen Ort realisiert werden, damit sich Jugendliche der Beobachtung und der sozialen Kontrolle durch ihre Peers entziehen können (vgl. ebd., S. 423). Wie sich gezeigt hat, müssen auch ausreichende personelle Kapazitäten berücksichtigt werden, um der Forderung nach Verbindlichkeit und persönlicher Verfügbarkeit nachzukommen (vgl. ebd., S. 424). Diese Ausführung erinnert stark an das Beispiel der oben aufgeführten Mischform von Jugendberatung: die Angliederung eines Beratungsdienstes an ein Jugendfreizeitheim. Insofern scheint den Mischformen von Jugendberatungen eine zentrale und bedeutende Rolle zuzukommen, um Jugendlichen eine erfolgreiche Beratung zu ermöglichen.

## **5 Zusammenfassung**

Die Jugendberatung ist eine spezifische Form der Beratung. Ihre besonderen Merkmale ergeben sich aus der Zielgruppe und der Lebensphase „Jugend“. Aus diesem Sachverhalt lässt sich eine erste und wichtige Anforderung für die Jugendberater ableiten: Wollen Berater als Jugendberater tätig sein, müssen sie zunächst die Lebenswelt von Jugendlichen genauer beleuchten.

Betrachtet man dann den Jugendlichen und seine Lebensphase, in der er sich befindet, genauer, wird deutlich, dass Jugendliche eine Reihe von Entwicklungsaufgaben zu bewältigen haben, die Einfluss auf die Gefühlswelt von Jugendlichen

nehmen und die durch die heutigen Gesellschaftsformen von Jugendlichen zunehmend erschwert werden. Aufgrund dieser Besonderheiten wird ersichtlich, dass es nicht nur ausreicht, die Lebenswelt von Jugendlichen genauer zu betrachten, sondern diese muss auch in der Beratung mit Jugendlichen Berücksichtigung finden, wenn Jugendliche erfolgreich beraten werden sollen. So muss sich die Jugendberatung in ihrer Zielsetzung sowie ihren Aufgaben und Rahmenbedingungen danach ausrichten. Darüber hinaus werden aber auch weitere, spezielle Anforderungen an den Jugendberater gestellt, die sich in der fachlichen, persönlichen und kommunikativen Kompetenz des Jugendberaters begründen. So muss sich der Jugendberater neben der Zielgruppe und der Lebenswelt auch an den Ressourcen der Jugendlichen orientieren und diese stets im Blick haben. Zudem muss er sich mit der Beraterpersönlichkeit auseinandersetzen und über eine Vielzahl von Methoden der Beratung verfügen, die für die Jugendberatung geeignet sind. Dabei ist der klientenzentrierte Ansatz nach Carl R. Rogers mit den Basisvariablen Kongruenz, Empathie und positive Wertschätzung als Grundvoraussetzung für die verschiedenen Methoden der Jugendberatung zu betrachten, da dieser Ansatz in zahlreiche Methoden der Beratung eingebettet ist. Zugleich unterstreichen die Basisvariablen die Notwendigkeit, den Jugendlichen und seine Lebenswelt differenziert in den Blick zu nehmen, denn ohne die Lebenswelt von Jugendlichen genauer zu betrachten, wird es dem Jugendberater wohl kaum möglich, unverfälscht zu sein sowie ein echtes Verständnis und eine akzeptierende Einstellung gegenüber Jugendlichen zu haben.

Betrachtet man die verschiedenen vorfindbaren Formen der Jugendberatung in der Praxis, wird ersichtlich, dass die unterschiedlichen Rahmenbedingungen die Interessen und Bedürfnisse der Jugendlichen nur teilweise berücksichtigen und zudem weitere Anforderungen an den Jugendberater stellen. Die Jugendberatung im Rahmen der Offenen Jugendarbeit beispielsweise ermöglicht zwar aufgrund ihres offenen Zugangs einen guten Rahmen für Beratungstätigkeiten, jedoch kann die Jugendberatung als einer von mehreren Schwerpunkten der Offenen Jugendarbeit nicht umfangreich realisiert werden und so können nur kleinere Probleme von Jugendlichen Gegenstand der Beratung sein.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, genauso vielfältig wie die Lebensphase Jugend selbst ist, genauso vielfältig sind auch die Anforderungen an die Jugendberatung und den Jugendberater.

## 6 Literaturverzeichnis

**Bettmer, Franz / Sturzenhecker, Benedikt:** Einzelarbeit und Beratung. In: Deinet, Ulrich / Sturzenhecker, Benedikt (Hrsg.): Handbuch Offene Kinder- und Jugendarbeit. 4. Aufl. Wiesbaden 2013, S. 421-425.

**Bernzen, Christian:** Rechtliche Grundlagen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit im Bundes- und Landesrecht. In: Deinet, Ulrich / Sturzenhecker, Benedikt (Hrsg.): Handbuch Offene Kinder- und Jugendarbeit. 4. Aufl. Wiesbaden 2013, S. 617-628.

**Bräutigam, Barbara:** „Mal ist es ein Scheißleben und mal ganz cool“. Psychotherapie und Beratung mit Jugendlichen. In: Psychologie und Gesellschaftskritik. 35 (2011), H. 2/11, S. 113-131.

**Calmbach, Marc / Borchard, Inga / Thomas, Peter Martin:** Wie ticken Jugendliche? Lebenswelten der 14- bis 17-Jährigen in Deutschland 2012. In: Thomas, Peter Martin / Calmbach, Marc (Hrsg.): Jugendliche Lebenswelten. Perspektiven für Politik, Pädagogik und Gesellschaft. Berlin, Heidelberg 2013, S. 37-78.

**Delfos, Martine F.:** Wie meinst du das? Gesprächsführung mit Jugendlichen. 4. Aufl. Weinheim, Basel 2011.

**Diedrich, Georg:** Allgemeine Beratungspsychologie. Eine Einführung in die psychologische Theorie und Praxis der Beratung. Göttingen, Toronto, Zürich 1983.

**Engel, Frank / Nestmann, Frank / Sickendiek, Ursel:** „Beratung“ – Ein Selbstverständnis in Bewegung. In: Nestmann, Frank / Engel, Frank / Sickendiek, Ursel (Hrsg.): Das Handbuch der Beratung. Band 1: Disziplinen und Zugänge. 2. Aufl. Tübingen 2007, S. 33-44.

**Großmaß, Ruth:** Beratungsräume und Beratungssettings. In: Nestmann, Frank / Engel, Frank / Sickendiek, Ursel (Hrsg.): Das Handbuch der Beratung. Band 1: Disziplinen und Zugänge. 2. Aufl. Tübingen 2007, S. 487-496.

**Haar, Elke von der:** Jugendberatung. Leitfaden für die Praxis in der Jugendarbeit, Ausbildung und Schule. München, Unterschleißheim 2004.

**Haupt, Dagmar / Thiemann, Gerhard:** Erziehung(sberatung)? Nein danke! In: Hundsalz, Andreas / Klug, Peter-Hans / Schilling, Herbert (Hrsg.): Beratung für Ju-

gendliche. Lebenswelten, Problemfelder, Beratungskonzepte. Weinheim, München 1995, S. 211-221.

**Hinrichs, Christian:** Onlineberatung. Einführung zu einem neu erschlossenen Feld der Sozialen Arbeit. 3. Aufl. Berlin 2008.

**Hofmann, Cornelia:** Jugendberatung in der Bundesrepublik Deutschland. Situationsanalysen – Alternative Konzepte – Modellvorstellungen. Bad Heilbrunn/Obb. 1990.

**Hurrelmann, Klaus:** Lebensphase Jugend. Chancen und Risiken für eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung. In: Hundsalz, Andreas / Klug, Peter-Hans / Schilling, Herbert (Hrsg.): Beratung für Jugendliche. Lebenswelten, Problemfelder, Beratungskonzepte. Weinheim, München 1995, S. 31-46.

**Kähler, Harro Dietrich / Zobrist, Patrick:** Soziale Arbeit in Zwangskontexten. Wie unerwünschte Hilfe erfolgreich sein kann. München 2013.

**Köllner, Erhard:** Beratung in der sozialen Arbeit. Übungsbuch zur Klientenzentrierten Gesprächsführung. Stuttgart, Berlin, Köln 1996.

**Langer, Inghard / Langer, Stefan:** Jugendliche begleiten und beraten. München 2005.

**Liechti, Jürg:** Dann komm ich halt, sag aber nichts. Motivierung Jugendlicher in Therapie und Beratung. 2. Aufl. Heidelberg 2010.

**Lindenthal, Luisa:** Jugend braucht Beratung – aber wie? Die Jugendberatung Freiburg e.V. hat ein eigenes Profil entwickelt. In: Unsere Jugend – Die Zeitschrift für Studium und Praxis der Sozialpädagogik. 54 (2002), H. 1, S. 10-23.

**Naar-King, Sylvia / Suarez, Mariann (Hrsg.):** Motivierende Gesprächsführung mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Weinheim, Basel 2012.

**Nestmann, Frank:** Ressourcenorientierte Beratung. In: Nestmann, Frank / Engel, Frank / Sickendiek, Ursel (Hrsg.): Das Handbuch der Beratung. Band 2: Ansätze, Methoden und Felder. 2. Aufl. Tübingen 2007, S. 725-735.

**Pikowsky, Birgit / Hofer, Manfred:** Streitkultur von und mit Jugendlichen. In: Hundsalz, Andreas / Klug, Peter-Hans / Schilling, Herbert (Hrsg.): Beratung für Ju-



gendliche. Lebenswelten, Problemfelder, Beratungskonzepte. Weinheim, München 1995, S. 127-142.

**Reutlinger, Christian:** Beratung für Jugendliche. In: Nestmann, Frank / Engel, Frank / Sickendiek, Ursel (Hrsg.): Das Handbuch der Beratung. Band 1: Disziplinen und Zugänge. 2. Aufl. Tübingen 2007, S. 269-279.

**Rogers, Carl R.:** Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie. Client-Centered Therapy. Frankfurt am Main, Juni 1983.

**Rogers, Carl R.:** Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie. Frankfurt am Main, September 1983.

**Thiersch, Hans:** Lebensweltorientierte Soziale Beratung. In: Nestmann, Frank / Engel, Frank / Sickendiek, Ursel (Hrsg.): Das Handbuch der Beratung. Band 2: Ansätze, Methoden und Felder. 2. Aufl. Tübingen 2007, S. 699-709.

**Weinberger, Sabine:** Klientenzentrierte Gesprächsführung. Eine Lern- und Praxisanleitung für helfende Berufe. 8. Aufl. Weinheim, Basel 1998.

**URL 1:**

[http://www.jugendhilfeportal.de/fileadmin/public/Galeriebilder/Sinus\\_Grafik\\_Jugendliche\\_Lebenswelten\\_2012.png](http://www.jugendhilfeportal.de/fileadmin/public/Galeriebilder/Sinus_Grafik_Jugendliche_Lebenswelten_2012.png) [Stand 12.08.2013]

**URL 2:**

[http://wiki.dpjw.org/sowa/sites/default/files/Sinusstudie\\_Ergebnisse.pdf](http://wiki.dpjw.org/sowa/sites/default/files/Sinusstudie_Ergebnisse.pdf)  
[Stand 12.08.2013]

**URL 3:**

[https://www.fh-muenster.de/fb12/downloads/intranet/poser/Lerneinheit\\_klientenzentrierte\\_Gespr\\_\\_chsf\\_\\_hrung.pdf](https://www.fh-muenster.de/fb12/downloads/intranet/poser/Lerneinheit_klientenzentrierte_Gespr__chsf__hrung.pdf) [Stand 23.09.2013]

**URL 4:** <http://de.wikipedia.org/wiki/Beratung> [Stand 26.08.2013]

## **7 Eidesstattliche Erklärung**

Hiermit erkläre ich an Eides Statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und nur unter Verwendung der angegebenen Literatur angefertigt habe. Alle Stellen, die ich wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Arbeiten entnommen habe, sind als solche kenntlich gemacht.

Neubrandenburg, den 17.12.2013

Name: Kathleen Kruse

Unterschrift: