

# Pubertät und Jugendalter bei Adoptivkindern

## Zusammenfassung des Referats vom 30.10.2010, gehalten vor der 42. MV des SAEV in Horw bei Luzern

*Adoptierte Jugendliche* werden während Pubertät und Jugendalter nicht nur mit den üblichen Übergangs-Phänomenen, sondern mit *zusätzlichen Herausforderungen* konfrontiert: Ihre biografische Situation und damit zusammenhängend die Identitätsfindung ist komplexer, die emotionale Reife von spät Adoptierten manchmal verzögert, und die Loslösung ist wegen der frühen Bindungswechsel stärker von Angst besetzt. Auch die schulische Situation ist wegen Reifungsverzögerungen oder Teilleistungsproblemen nicht selten herausfordernder, und der Berufswahlprozess in unserer leistungsorientierten Gesellschaft erweist sich daher als anspruchsvoller.

Während Pubertät und Jugendalter sind junge Menschen zudem mit vielen körperlichen Veränderungen konfrontiert: nebst dem Wachstumsschub regt die starke hormonelle Umstellung auch die Weiterentwicklung des Frontalhirns an, welches verantwortlich ist für die Fähigkeit unpassendes Verhalten zu unterdrücken, für Planungsfunktionen und die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen, Informationen im Kopf zu behalten sowie zwei Dinge gleichzeitig tun zu können. Wenn Jugendliche in ihrem Alltag neben den oben beschriebenen Themen auch Mühe mit solchen Fähigkeiten bekunden, ist auch an diese vorübergehende „Baustelle im Gehirn“ zu denken.

Adoptierte und ihre nahen Bezugspersonen haben damit eine *hoch komplexe Übergangssituation* zu bewältigen. Auf der anderen Seite aber sind heutige Adoptiveltern auch im Vorteil: Sie sind im Durchschnitt schon etwas älter und lebenserfahrener, wurden meist gut auf ihre Elternschaft und die Herausforderungen vorbereitet und können die Elternrolle bewusster angehen. Viele Adoptiveltern können zudem auf gute finanzielle, räumliche und soziale Ressourcen zurück greifen.

In traditionellen Gesellschaften wurde – und wird - dieser herausfordernde Übergang vom Kind zum Erwachsenen durch *Rituale* definiert und unterstützt. Rituale helfen einer

betroffenen Gemeinschaft, einer Übergangssituation klare Konturen zu geben, begleitende starke Emotionen zuzulassen und einzubinden, Vergangenheit und Zukunft zu verbinden und - in diesem Fall - die Rechte und Pflichten von jungen Menschen zu regeln. In unserer Kultur fehlen solche gesellschaftlichen Regulierungen des Statusübergangs weitgehend: die Jugendphase ist unbestimmt, lang anhaltend und sehr individuell geprägt.

Wichtig ist jedoch: Pubertät und Jugendalter und die damit zusammenhängenden familiären Umgangsformen und Prozesse finden auf dem Boden der früheren Erziehungs- und Beziehungserfahrungen statt. Gut gelegte Grundlagen und Gewohnheiten im täglichen Miteinander (z.B. ein respektvoller Umgang, altersangepasstes Einbeziehen in Hausarbeiten, die Eltern als bewährtes Team etc.) bilden erleichternde Rahmenbedingungen für den Umgang mit möglichen Stürmen während der Jugendphase.

Heute werden beim Thema Jugend mehr die *psychischen Prozesse thematisiert*: die Herausforderung im Umgang mit dem sich rasch verändernden Körper, oft einhergehend mit einem Gefühl des plötzlichen Verlusts der Kindheit, die Identitätssuche, die Belastungsbewältigung in Schule und Beruf sowie der Umgang mit der oft noch langen finanziellen Abhängigkeit von den Eltern.

Während dem Jugendalter verändern sich die *Beziehungen innerhalb einer Familie*: Fürsorge und Wechselseitigkeit stehen nicht mehr im Vordergrund. Die Jugendlichen beschäftigen sich in dieser Phase vermehrt mit sich selbst, sie ziehen sich gerne zurück, sind überempfindlich, kritisierend, stellen gesellschaftliche Regeln und Werte in Frage, interessieren sich mehr für die Gleichaltrigen, für Sex, Drogen, laute Musik oder Alkohol etc. Zwischen Eltern und Jugendlichen kann es zuweilen zu schmerzlichen und heftigen Diskussionen um neue Beziehungsformen kommen. Die Identifikation mit den Eltern wird gelockert, was von den jungen Menschen einerseits als eine Befreiung, andererseits auch als ein Verlust an Orientierung erlebt werden kann und auf beiden Seiten Angst auszulösen vermag. Die biologischen Eltern werden von den Adoptierten womöglich idealisiert, was für die Adoptiveltern, die sich jahrelang um die Kinder gekümmert und gesorgt haben, kränkend sein kann. Ein neues Gleichgewicht muss

gefunden werden, und das Gelingen ist von vielen Faktoren abhängig. Die Eltern müssen das emotionale Auf und Ab sowie ambivalente Gefühle auf Seiten der Jugendlichen ertragen können. Dabei empfiehlt sich eine elterliche Präsenz ohne Aufdrängen (wie ein Programm im „Standby-Modus“), Geduld im Umgang mit Stimmungsschwankungen, eine offene Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Lebensstilen und Modellen sowie mit den Schattenseiten der eigenen Biografie.

Liegen bei dem adoptierten Kind *frühe Traumatisierungen* vor, können trotz einer relativ problemlosen und ruhigen Kindheit im Jugendalter diese unerledigten Verletzungen während dem Jugendalter aus der Verdrängung hervorkommen, was manchmal intensive Dynamik oder „laute Symptome“ hervorrufen kann. In solchen Situationen scheint die bisherige Entwicklung manchmal plötzlich in Frage gestellt. Adoptiveltern und das weitere Umfeld in Schule und Beruf sind dann sehr verunsichert und gefordert. Hier ist eine fachliche Begleitung angezeigt, um den Jugendlichen eine Aufarbeitung ihrer frühen Traumata zu ermöglichen und die Familie vor Ausstossungstendenzen zu schützen.

Bei jugendlichen Adoptierten ringt das zunehmende Bewusstsein über den vielleicht quälenden unsicheren Ursprung mit ihrem altersgemässen Wunsch nach Gleichheit mit den Gleichaltrigen. Die wichtige Entwicklungsaufgabe der *Identitätsfindung* erweist sich bei Adoptierten durch die doppelte Elternschaft als komplexer. Die Jugendlichen beschäftigen sich mit den Fragen: Warum wurde ich weggegeben? Von wem habe ich was geerbt? Wer bin ich und was will ich, in dieser Gesellschaft, als sexueller Mensch, im Beruf? Damit zusammenhängend können Ängste bei der Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie, Stimmungsschwankungen und das Leiden an der eigenen Person sehr ausgeprägt sein. Doch die Klarheit über die eigene Geschichte, auch wenn sie noch so hart ist, erleichtert die Identitätsbildung und das Finden eines Platzes in unserer Gesellschaft, schreibt die Psychotherapeutin Anne Schobert-Knoll aus Tübingen. Eine Suche nach den Wurzeln und die Auseinandersetzung damit seien aber meist erst möglich, wenn Verstrickungen innerhalb der Adoptivfamilie bearbeitet sind. Oft haben die Jugendlichen Angst, die Adoptiveltern mit der Herkunftssuche zu kränken, sie fühlen sich alleine mit ihrer Geschichte und dem damit zusammenhängenden Schmerz. Adoptiveltern wiederum machen sich häufig Sorgen, die Auseinandersetzung

mit ihrer Herkunft könnte die Jugendlichen zu sehr belasten. Die Gründe und Ursachen der Freigabe zur Adoption zu kennen kann jedoch auch versöhnend wirken und das Selbstwertgefühl stärken. Da die Identitätsfindung nicht denkbar ist ohne die Beziehung zu nahestehenden Anderen, ist es zentral, die jungen Menschen in diesem Prozess zu begleiten, sich als Bezugspersonen mit ihnen offen darüber auseinanderzusetzen und – falls sie es wünschen – bei der Suche nach leiblichen Angehörigen, auf die sie ab 18 Jahren ein Recht haben, zu unterstützen. In diesem Zusammenhang ist es wichtig zu erwähnen, dass die biologischen Eltern meistens keine Gefahr für die bestehenden Beziehungen darstellen.

Nur wer seine Wurzeln kennt, kann seine Flügel ausbreiten. Vera King (Soziologin und Professorin in Hamburg) schreibt im Jahre 2004 in ihrem Buch zum Thema „Die Entstehung des Neuen in der Adoleszenz“, dass Jugendliche für eine gelingende Individuation auch einen psychosozialen Möglichkeitsraum brauchen, d.h. *Experimentierfelder* mit Spiel und Risiko, in denen sie Grenzen austesten und überschreiten sowie ihre eigenen kreativen Potenziale erproben können. Weiter betont sie, dass die Selbstfindung in der Masse gelinge, wie es Jugendliche ertragen können, in ein Anerkennungs-vakuum einzutreten und die damit verbundenen Schmerz-, Einsamkeits- und Verlusterlebnisse auszuhalten, um dann diese Erfahrung auch produktiv zu nutzen.

Eine *riskante Entwicklung im Jugendalter* kann sich daran zeigen, dass die Spielräume zur Verarbeitung der anstehenden Themen zu gering sind. Gründe dafür können sein, dass die Jugendlichen selber über zu wenig Ressourcen angesichts der erforderlichen Prozesse verfügen, dass die Eltern nicht ausreichend Entwicklungsraum zulassen können oder wegen eigenen Problemen (Paarkonflikte, Arbeitslosigkeit, Krankheit etc.) keinen sicheren Boden für Experimente bieten. Hinweise auf riskante Entwicklungen zeigen sich z.B. in Überanpassung und Bravheit, ausgeprägtem Selbstbezug (Narzissmus), hoher Sensibilität/Verletzlichkeit, im Hingezogen sein zu Bandenleben, Kriminalität, zu religiösen Sekten und Aussteigern, aber auch in starkem Rückzug, Depressivität und Perspektivlosigkeit bis hin zur Selbstmordneigung.

Die während der Jugendzeit wichtige Auseinandersetzung mit Trennung, Trauer, Abschied und Neufindung/Neuschöpfung kann von Aggressionen begleitet werden. Aggression als Kraft kann helfen, sich von etwas zu distanzieren, sich weiter zu bewegen und Neues zu entwickeln. Aggressiv gehemmte Menschen haben es oft schwerer, sich von den Eltern und ihrem Hintergrund zu distanzieren, ohne in die Flucht gehen zu müssen. Flucht und räumliche Distanz sind jedoch keine Garantie für die Entwicklung innerer Unabhängigkeit und Eigenständigkeit.

Wie kann eine Adoptivfamilie die Jugendzeit ihres Kindes konstruktiv (über)leben? Dazu gehört - leichter gesagt als getan: zur eigenen Unvollkommenheit zu stehen, Provokationen nicht persönlich zu nehmen, Konflikten nicht aus dem Weg zu gehen sondern Diskussionen zuzulassen (auch wenn die Meinungen weit auseinander gehen), die Beziehung zum Jugendlichen im Streit nicht abbrechen zu lassen sondern im Gespräch zu bleiben ohne Vorträge und Moralpredigten zu halten.

Weiter kann es während der Jugendphase hilfreich sein, an gut etablierten Familienregeln und Ritualen festzuhalten, sich mit anderen (Adoptiv-) Familien über die Erfahrungen und Vorgehensweisen auszutauschen, offen zu sein für andere unterstützende Bezugs- oder Fachpersonen und bei Problemen das Gespräch mit Lehrpersonen und Ausbildnern zu suchen.

Die *Ablösung von den Eltern* braucht auch immer die *Ablösung der Eltern*, schreibt Vera King. Adoptiveltern, deren Kinderwunsch vielleicht über Jahre unerfüllt blieb, die daraufhin eine intensiv gelebte Familienphase erlebt haben, sind aufgefordert, sich während der Jugendzeit ihrer Kinder dem eigenen Älterwerden zu stellen, sich mit der Begrenztheit der eigenen Lebensentwürfe und mit den eigenen ungelebten Möglichkeiten auseinanderzusetzen und ebenfalls eine neue Perspektive zu entwickeln.

Zürich, den 16.01.2011

Dr. phil. Andrea Schedle, Fachpsychologin für Psychotherapie, Vorstandsmitglied der Schweizerischen Fachstelle für Adoption [www.andreaschedle.ch](http://www.andreaschedle.ch)