

Doppelt herausgefordert: Psychisch kranke junge Menschen auf dem Weg ins Erwachsenenleben

Ulrike M. E. Schulze, Jörg M. Fegert

Zusammenfassung

Dieser Beitrag beleuchtet die Schwierigkeiten und Herausforderungen, mit denen junge Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen im Übergang zwischen den Hilfe- und Versorgungssystemen für Jugendliche und Erwachsene konfrontiert sind. Diese Lebensphase der Transition ist gekennzeichnet von schlecht strukturierten und wenig ausgereiften Hilfsangeboten und damit einhergehenden negativen Auswirkungen auf den Krankheitsverlauf bis hin zu Behandlungsabbrüchen sowie auf die gesellschaftliche Integration und die Teilhabechancen der Betroffenen.

Im Anschluss an die Darstellung verschiedener Problembereiche im Übergang zwischen den Systemen sollen Ansätze einer konstruktiven Veränderung beleuchtet werden.

Schlagwörter: Emerging Adulthood, psychische Erkrankung, Transition

Double challenge: mentally ill young people on their way into adult life

Abstract

This contribution attempts to provide a synoptic insight into the interplay between growing up and psychiatric illness in the – often fragmentary – transition between care systems. In addition to possible discontinuation of treatment and negative effects on the course of the illness and various aspects of life, affected young people are confronted with a hitherto poorly developed or structured offer of help in this doubly burdensome life situation.

Starting with the presentation of various problem areas in the transition between the systems, approaches to a constructive change are explored.

Keywords: emerging adulthood, mental illness, transition

1 Einleitung

Das Erwachsenwerden wird in vielen Gesellschaften als Phase des Übergangs oft auch als schwierige Lebensspanne wahrgenommen. Die These von der Pubertät und Adoleszenz als Krisenphase wird jedoch durch repräsentative Studien zur Psychopathologie in der Adoleszenz seit vielen Jahren hinterfragt (*Streeck-Fischer* u.a. 2009). Nichtsdestoweniger

handelt es sich um eine für jeden jungen Menschen schwierige Zeit, deren Dauer sich in den letzten Jahren deutlich ausgedehnt hat; für Jugendliche, die an einer psychischen Erkrankung leiden, stellt dieser Lebensabschnitt in jedem Falle eine doppelte Herausforderung dar. Innere Unsicherheit und ein oftmals vorhandenes Reifungsdefizit aufgrund der krankheitsbedingten Belastung treffen auf sich teilweise massiv verändernde äußere Rahmenbedingungen, wenn ein Übergang im Rahmen der komplementären und psychiatrischen Versorgungslandschaft bewältigt werden muss.

Als protektive Faktoren auf diesem Weg können Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, soziale Fähigkeiten, Familienbeziehungen und Freundschaften genannt werden. Sind diese nicht ausreichend vorhanden und/oder nehmen die Probleme überhand, ist es nicht unwahrscheinlich, dass ein Suizidversuch zur vermeintlichen Lösung letzterer in Betracht gezogen wird (*Pereira* u.a. 2018).

Nachfolgend sollen die Herausforderungen psychisch kranker junger Menschen näher dargestellt und Stolperstellen in der Versorgungslandschaft im Rahmen von Übergängen skizziert werden. Darüber hinaus möchte die vorliegende Arbeit Ansätze zu einer konstruktiven Veränderung der Situation aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchten.

2 Transition und Emerging Adulthood

2.1 Transition: Definition

Der Begriff der *Transition* ist vielschichtig und muss jeweils im Kontext definiert werden. Entwicklungspsychologisch handelt es sich um „bedeutende Übergänge im Leben eines Menschen, die von diesem bewältigt werden müssen“ (*Stangl* 2020). Dies kann sich z.B. auf wichtige Entwicklungsschritte wie den Eintritt in den Kindergarten, ins Schulalter und die Ablösung vom Elternhaus beziehen.

Aus *psychiatrischer Perspektive* beschreibt Transition zum einen Übergänge wie die Entwicklung von Symptomen im Verlauf hin zu einem Störungsbild, z.B. der Schizophrenie (*Rietschel* u.a. 2017). Zum anderen – und im deutschsprachigen Raum wesentlich gebräuchlicher – ist der Übergang junger Menschen vom kinder- und jugendpsychiatrischen bzw. psychotherapeutischen Versorgungssystem mit den komplementären Hilfsangeboten in die Strukturen für Erwachsene gemeint.

2.2 Altersspannen

In diesem Zusammenhang häufig genannte, neue Begrifflichkeiten (und jeweils zugehörige Altersspannen) wie „Transitionsalter“ (16 bis 24 Jahre) (*Fegert* u.a. 2017), der von *Arnett* geprägte Begriff der „*Emerging Adulthood*“ (18-25 bzw. 30 Jahre; *Arnett* 2000) sowie die Umschreibung von „Odysseusjahren“ (18-30 Jahre; *Koch* 2016) verdeutlichen auch auf der Definitionsebene die Komplexität und Dauer der zu beschreibenden Entwicklungsphase, in der eine klar abgrenzbare Zuordnung der Betroffenen zu Jugendlichen oder Erwachsenen nicht mehr möglich ist (*Seiffge-Krenke* 2015).