

Jugendsexualität aus psychodynamischer Sicht

Prof. Dr. Urszula Martyniuk

Online Ringvorlesung
„Sexualität und Soziale Arbeit:
Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis“

7.11.2022

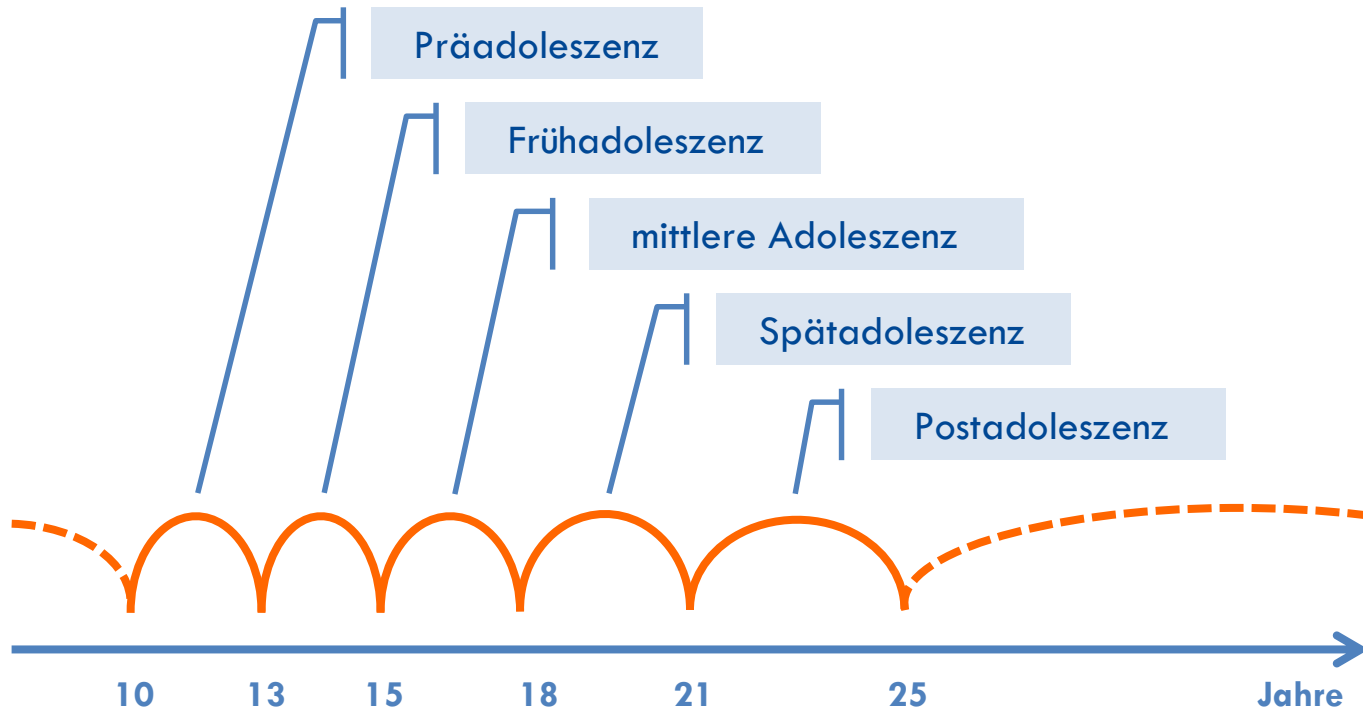


Lebensphase Jugend

Begriffe

- Pubertät – Prozess der physischen Veränderungen
- **Adoleszenz** – die psychischen Reaktionen auf die körperlichen Veränderungen

Adoleszenz als Altersspanne



Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz

- Ablösung von der Herkunftsfamilie
- Individuation und Selbstfindung
- Umstrukturierung sozialer Beziehungen
- Entwicklung einer eigenen Privatsphäre
- Lebensplanung
- Entwicklung eines eigenen Wertesystems
- Auseinandersetzung mit der eigenen und der Sexualität anderer

Sexuelle Sozialisation

Ein **Prozess**, in dem „sich Menschen zu **sexuell empfindenden und handelnden** Persönlichkeiten entwickeln:

im Verlauf ihrer **Biographie**, in der produktiven Aneignung ihres Lebens, in **Interaktion und Auseinandersetzung** mit Anderen, sowie durch die Teilhabe an und die Gestaltung von **Bedeutungssystemen und Praktiken**, die in ihrer **Kultur** als sexuell definiert werden.“

(Stein-Hilbers, 2000, S. 9)

Entwicklungsaufgaben in Bezug auf Sexualität

- Auseinandersetzung mit der individuellen körperlichen Erscheinung
- Erkundung der eigenen Begehrensstruktur
- Aufnahme intimer Beziehungen
- eigene Positionierung zwischen den jeweiligen Weiblichkeits- und Männlichkeitskonstrukten einer Kultur bzw. Gesellschaft

(Stein-Hilbers, 2000)

Psychodynamische Theorie

Psychoanalyse

- Die Annahme, dass das Seelenleben im Wesentlichen unbewusst abläuft, bildet die fundamentale Grundannahme der Psychoanalyse.
- „Wissenschaft von den unbewussten seelischen Vorgängen“ (Freud)
- Unbewusst = Was nicht auf den ersten Blick ersichtlich ist, was hinter oder „unter“ dem Sichtbaren liegt

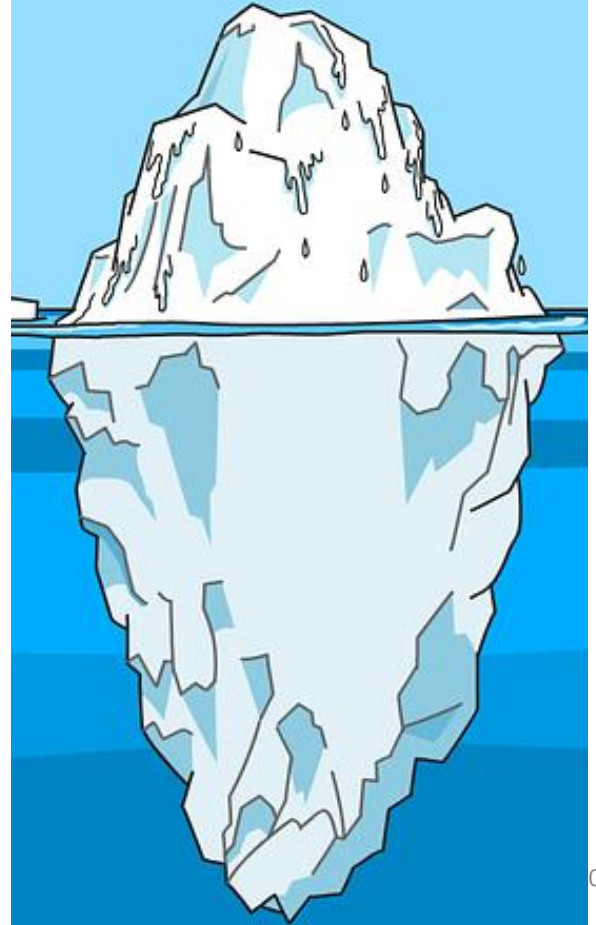
Bewusstes und Unbewusstes

„In den Erinnerungen jedes Menschen gibt es Dinge, die er nicht allen mitteilt, höchstens seinen Freunden.

Aber es gibt auch Dinge, die er nicht einmal den Freunden gesteht, sondern höchstens sich selbst und das auch nur unter dem Siegel der Verschwiegenheit.

Schließlich gibt es auch solche Dinge, die der Mensch sogar sich selbst zu gestehen fürchtet, und solche Dinge sammeln sich bei jedem anständigen Menschen in ziemlicher Menge an.“

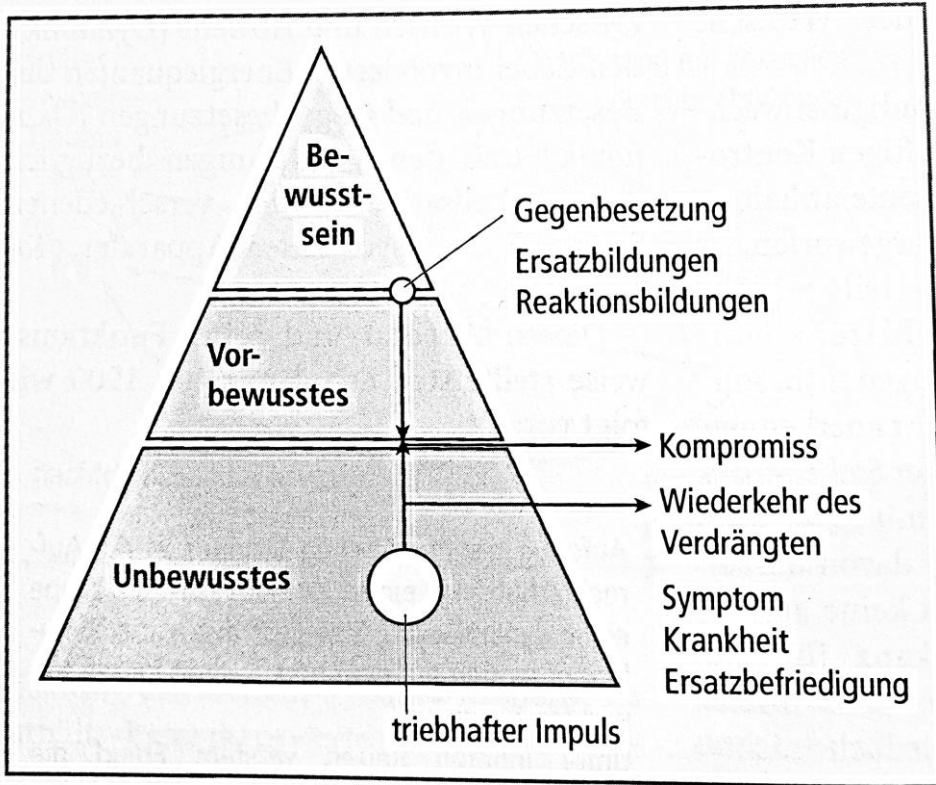
Fjodor Dostojewskij „Aufzeichnungen aus dem Kellerloch“



Psychodynamik

- Dynamik = altgriechisch *dynamis* „Kraft“
- Psychische Kräftelehre
- Verschiedene innere „Kräfte“ wirken einander entgegen und entfalten eine „Dynamik“, die sich im Verborgenen d.h. im Unbewussten ereignet
- Diese Kräfte stoßen zusammen und erzeugen Spannungen, die dysfunktional sind:
 - Sie kosten Kraft bis zur Erschöpfung (etwas muss mühsam unter Kontrolle gehalten werden)
 - Sie sind bedrohlich (Angst, dass etwas zerbrechen, explodieren oder implodieren könnte)
 - Sie führen zu Gegenregulationen und Notlösungen (= Symptome)

Topographisches Modell (Freud)



„Wir erkennen, dass das Unbewusste nicht mit dem Verdrängten zusammenfällt; es bleibt wichtig, dass alles Verdrängte unbewusst ist, aber nicht alles Unbewusste ist verdrängt.“

(Freud 1923 b, S. 244f)

Abb. 1-2 Freuds topisches Modell (1900)

Dynamisches Unbewusstes

Verdrängung als das Hauptkennzeichen des dynamischen Unbewussten → Triebe (=Affekte) und Wunschregungen, die sich zu verwirklichen suchten und dadurch einen Auftrieb an die Oberfläche des Bewusstseins entwickelten, was den gesamten psychischen Apparat unter Druck setzte



Jugendsexualität aus psychodynamischer Sicht

Adoleszenz

- „Stürmischer Übergang“ von der Kindheit in das Erwachsenenalter
- **Adoleszenz = Ambivalenz**
 - Gleichzeitig existieren der Wunsch und die Angst, erwachsen zu werden
 - **Zeit des Aufbruchs und des Verlustes**
 - „Der Wunsch geliebt, betreut und genährt zu werden und die Quelle dieser Zuwendungen zu besitzen, und der entgegengesetzte Wunsch, selbstständig zu werden und einen besseren, interessanteren Platz in der Welt zu finden, bestehen nebeneinander.“ (Diem-Wille 2017, S. 13)
 - „Ambivalenz der Gefühle“ (Freud 1912, nach: Diem-Wille 2017) – Demselben Liebesobjekt werden Hass und Liebe entgegengebracht; dieselbe Person soll eifersüchtig gemacht werden und gleichzeitig wird Hingabe und Vertrauen erwartet.

Der adoleszente Körper

- Der vertraute Körper wird fremd
- Die körperlichen Veränderungen konfrontieren die Jugendlichen mit neuer realer Macht, die ihnen ein berauschendes und/oder beängstigendes Machtgefühl geben (Diem-Wille 2017)
 - Die Macht, physisch stark zu sein, eine Erektion zu haben, zu zeugen bzw. ein Kind bekommen zu können, Brüste zu haben, die Milch produzieren können, einen attraktiven Körper zu haben, der andere anzieht
- „Über meinen Körper bestimme ich!“ – Abgrenzung von den Eltern, Übernahme der Verantwortung
- „In der Adoleszenz erfolgt die Ablösung vom Blick der Mutter und wird auf das Betrachten des eigenen Bildes im Spiegel und später auf das Betrachtetwerden durch die Gleichaltrigen in der Peergroup verlagert.“ (Diem-Wille 2017, S. 16)

Körper als Medium der Auseinandersetzung

- Identitätssuche findet eher experimentell und im Tun als in der Reflexion statt
- Beschäftigung mit eigener Körperlichkeit (z.B. Sport, Pflege, Styling)
- Körper als Medium des Protests und Provokation (z.B. Tattoos, Piercings, Kleidung, Frisur), aber auch Zugehörigkeit (z.B. Mode, Subkulturen)
- Körperliche Selbstinszenierungen → Geschlechtsinszenierungen – ein Spiel der Identitäten?



Erforschen der eigenen Sexualität

Sexuelle Empfindungen → Aufsteigen der unbewussten Erinnerungen an frühe Körpersensationen, die bisher erfolgreich verdrängt waren, und gleichzeitiges Drängen nach Steigerung der Erregung, die neu ist und Angst macht

Beispiel: Disco

So wie das Baby in der Gebärmutter den Herzschlag der Mutter mit ca. 90 Dezibel hört, was dem Geräusch eines Sportwagens entspricht, so wird in der Disco oder im Raum laute Musik fast wie ein Rausch erlebt; man versinkt und schwebt zugleich. Der Rhythmus des Schlagzeugs erfordert es fast, sich im Takt der Melodien zu wiegen. Diese Bewegung birgt Erinnerungen an das Getragenwerden im Fruchtwasser.

Beim langsamen engen Tanzen kommt die sinnliche Attraktion dazu, ein ungewohntes Berühren, das Erinnerungen an das Streicheln und Kuscheln mit den Eltern wachruft; eng an einander geschmiegt erleben beide Jugendliche die Erinnerung und die Angst, Aufregung, Erregung und Lust der neuen Qualität der erotischen Spannung, die nach mehr verlangt.

(Diem-Wille 2017, S. 47)

Abwehr in der Adoleszenz

Verhaltensweisen, die als Abwehr der Gefühle dienen, die extrem verwirrend und aufwühlend sind:

- Lieber handeln als denken und fühlen
- Sich lieber in Gruppen bewegen als zu riskieren, eigenständig zu denken
- Körperlich krank werden statt den psychischen Schmerz zu fühlen (Somatisierung)
- Die Welt, sich selbst und die anderen in extremer Weise sehen (Spaltung in Gut und Böse)
- Alkohol konsumieren, Drogen nehmen oder neue Medien exzessiv nutzen, um die Gefühle zu vernebeln bzw. zu betäuben
- Intellektualisierung, um sich nicht mit sich selbst beschäftigen zu müssen
- Projektion der eigenen Gefühle nach außen

Eltern der Adoleszenten

Auf die Frage an Sebastian: Wann hast du bemerkt, dass du in der Pubertät bist, antwortet er wie aus der Pistole geschossen: Die Eltern beginnen zu nerven!

(Diem-Wille 2017, S. 111)

Entwicklungsaufgaben der Eltern

- Eltern müssen loslassen ohne sich zu lösen
- Anerkennen, Unterstützen, Zurückweisung ertragen, neue (auch körperliche) Grenzen akzeptieren
- Projektionen und den unbewussten (abgewehrten) Neid der Jugendlichen aushalten
- sich ihrem eigenen Älterwerden stellen (Generationenablöse, Nachlassen der Potenz bzw. Ende der Gebärfähigkeit, Verlust des jugendlich straffen Körpers)
- Abschied von den vielen Gestaltungsmöglichkeiten nehmen
- „Der kostbare und flüchtige Besitz der Jugend ist ihr unerschöpfliches Potenzial. Das löst beim Erwachsenen, der in seinem eigenen Leben an die Grenzen der Realität stößt, Neid aus.“ (Winnicott 1984, S. 203, nach: Diem-Wille 2017)
- die neue Qualität der Rivalität mit geschlechtsreifen Kindern akzeptieren und durcharbeiten

Beispiel: Neid und Anerkennung

Ein 15-jähriges Mädchen, deren körperliche Entwicklung bereits deutlich zu sehen ist, kommt nach dem Bad nur leicht bekleidet, mit dem Handtuch um die nassen Haare geschlungen in die Küche. Der Vater, der in der Küche gemeinsam mit der Mutter das Abendessen zubereitet, schaut in eine andere Richtung. Die Mutter schaut sie an und meint, sie solle sich etwas anziehen. Die Tochter ignoriert diese Aufforderung. Sie hilft mit tänzelnden Bewegungen aufdecken. Nach einiger Zeit sieht der Vater sie nun doch an, ihr Anblick entlockt ihm eine wertschätzende Miene, was ein zufriedenes Lächeln bei der Tochter hervorruft. Dann meint er barsch: Katharina, zieh dir endlich etwas an! Die Tochter hat erreicht, was sie wollte, und sie geht sich nun umziehen.

(Diem-Wille 2017, S. 109)

Beispiel: Zurückweisung

„Ich hatte mit 11 Jahren die erste Regel. Ich war ganz aufgeregt und lief zu meiner Mutter und erwartete, dass sie sich mit mir freuen würde. Sie schien meiner Erzählung kaum eine Bedeutung zuzumessen, drehte sich um, kam mit einer Binde zurück, die sie mir wortlos überreichte und wegging. Ich hatte vier Jahre keine Regel mehr, sprach mit meiner Mutter nie mehr darüber. Auch als ich die Regel wieder bekam, besorgte ich mir selbst die notwendigen Dinge.“

(Diem-Wille 2017, S. 19)

Beispiel: Beschämung

„Bei mir ist alles so schnell gegangen. Innerhalb von zwei Jahren habe ich Brüste und Hüften bekommen. Jeder in meiner Familie hat Kommentare abgegeben. Ich habe mich so geschämt und wollte meinen Körper verhüllen. Habe mir immer einen Pullover um die Taille gebunden, wenn ich in die Küche gegangen bin. [Mit Eltern und zwei Brüdern aufgewachsen]

Meine Mutter hat am meisten kommentiert und alle haben das voll lustig gefunden. Einmal war es voll arg. Ich hatte eine Hose mit einem Ölfleck an. Meine Mutter hat gesagt: Da tropft das Öl schon voll heraus. Alle haben gelacht. Ich habe drei Kilogramm zugenommen.

Wenn ich mit meinen Freundinnen weggegangen bin, war das anders. Wir haben uns voll lustig angezogen und sind losgezogen: bauchfreies T-Shirt, kurze Hose und hohe Stiefel, dazwischen war alles sichtbar.“

(Diem-Wille 2017, S. 21)

Balanceakt der Eltern

- Je eher sie in der Lage sind, die neuen Anforderungen auch als eigenen unvermeidbaren „emotionalen Transformationsprozess“ zuzulassen, desto eher können sie ihre Kinder selbständig werden lassen.
- Gelingt es den Eltern, die Ambivalenz und Kritik der Jugendlichen als Teil ihres Entwicklungsprozesses zu verstehen, der Zeit braucht, so werden sie die Aussagen und Angriffe der Jugendlichen nicht nur persönlich nehmen.
- Wichtig ist es für die Eltern, einander zu unterstützen, eine klare Haltung einzunehmen oder die Widersprüche in ihrem eigenen Leben, Ungereimtheiten und Fehler beschreiben zu können. So können sie den Kindern ein Modell sein, mit eigenen Unzulänglichkeiten umgehen zu lernen.

(Diem-Wille 2017)

Über die Adoleszenz

„Unberechenbarkeit und Unverlässlichkeit gehören meiner Ansicht nach zum Bild des normalen Jugendlichen.

Während der Dauer der Pubertät kann der Jugendliche nicht anders:

Er wehrt seine Triebregungen ab, gibt ihnen aber auch nach;

er vollbringt Wunder an Selbstbeherrschung, ist aber auch ein Spielball seiner Gefühle;

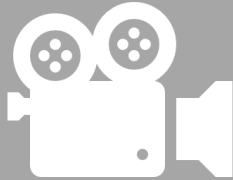
er liebt seine Eltern und hasst sie zugleich;

er ist gleichzeitig voller Revolte und voller Abhängigkeit;

(...) er hat mehr künstlerisches Verständnis, ist idealistischer, großzügiger und uneigennütziger als je vorher oder nachher;

er ist aber auch das Gegenteil: egoistisch, selbstsüchtig und berechnend.“

Filmbeispiel



„Die Nabelschnur“ („The Cord“)

An welchen Stellen ist die Bewältigung der Entwicklungsaufgaben gescheitert?

Welche (psychischen) Gewinne und Verluste bzw. Ent- und Belastungen bringt die vorgestellte Konstellation?

<https://www.youtube.com/watch?v=kRwl6LWjsQo>

Literatur

- Boll-Klatt, A. und Kohrs, M. (2018). Praxis der psychodynamischen Psychotherapie. Grundlagen - Modelle – Konzepte. 2., überarbeitete und erweiterte Auflage. Stuttgart: Schattauer.
- Diem-Wille, G. (2017). Pubertät - Die innere Welt der Adoleszenten und ihrer Eltern. Psychoanalytische Entwicklungstheorie nach Freud, Klein und Bion. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fend, H. (2005). Entwicklungspsychologie des Jugendalters. Nachdruck der 3., durchgesehenen Auflage 2003. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Rudolf, G. (2014). Psychodynamische Psychotherapie: Die Arbeit an Konflikt, Struktur und Trauma. Stuttgart: Schattauer.
- Seiffge-Krenke, I. (2014). Psychoanalytische Entwicklungsbetrachtungen der Jugend. In: L. Ahnert (Hrsg.), Theorien in der Entwicklungspsychologie, (S. 380-403). Berlin/Heidelberg: Springer.
- Stein-Hilbers, M. (2000). Sexuell werden. Sexuelle Sozialisation und Geschlechterverhältnisse. Opladen: Leske + Budrich Verlag.
- Walter, U., Liersch, S., Gerlich, M. G., Raithel, J., & Barnekow, V. (2011). Die Lebensphase Adoleszenz und junge Erwachsene – gesellschaftliche und altersspezifische Herausforderungen zur Förderung der Gesundheit. In: Kaufmännische Krankenkasse (Hrsg.), Weißbuch Prävention. Gesund jung?! Herausforderung für die Prävention und Gesundheitsförderung bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen, (S. 3-30). Hannover: Springer.