

## ± 18



Prof. Silke Wiegand-Grefe



Dr. Bettina Wilms

## Transition? Erwachsen werden? 18 werden? ± 18 ?

Wir haben uns im Herausbergremium lange damit beschäftigt, einen passenden und ansprechenden Titel für unser Heft zu wählen, **um den Zeitpunkt, aber auch den Zeitraum, in dem sich alles und (bezogen auf den Zeitpunkt) nichts ändert.** Wir wollten deutlich machen, dass der Zeitpunkt – der 18. Geburtstag – einen deutlichen Einschnitt in der Entwicklung markiert, aber eben gleichzeitig für einen Prozess steht, der lange vor diesem Tag beginnt und noch lange danach andauert – in manchen Fällen, so manchmal der klinische Eindruck, lebenslang. Jeder von uns Psychotherapeut\*innen kennt Menschen, bei denen der Eindruck entsteht, der/die Betroffene ist trotz fortgeschrittenen Alters irgendwie nicht erwachsen geworden, Jugendlicher geblieben.

### Beginn einer neuen Lebensphase

Der 18. Geburtstag. Volljährig werden. Geschäftsfähigkeit erlangen. Haftbar sein. Mündig sein. Die – zumeist zumindest fantasiert „unbeschwerte“ – Kindheit ist vorbei. Ein neuer Lebensabschnitt. Eine neue Lebensphase beginnt. Verantwortung für sich selbst übernehmen. Viele Jugendliche sehnen diesen Tag herbei und haben doch Respekt davor. Mindestens ebenso die Eltern. Typische Sprüche auf Geburtstagskarten machen das deutlich: Oft wird hier die Herausforderung angesprochen, für sich selbst auf der Grundlage einer reflektierten, gleichzeitig seinen Gefühlen vertrauenden Lebensreife „erwachsene“ Entscheidungen zu treffen – gleichzeitig aber auch Leichtigkeit, Spielerisches, Kreativität, Fantasie, Humor in sich zu bewahren, also Dinge, die (bei Entwicklung unter guten Bedingungen) mit dem Kindesalter einhergehen oder zumindest diesem zugeschrieben werden.

Definitionen von Volljährigkeit heben erwartungsgemäß auch juristische Themen wie Begrifflichkeiten von Geschäftsfähigkeit oder Strafmündigkeit hervor. Bei Wikipedia erfahren wir: „Die Volljährigkeit ... ist das Lebensalter, ab dem eine natürliche Person von Rechts wegen als erwachsen gilt. Mitunter wird auch der allgemeinere Begriff „Mündigkeit“ dafür benutzt. ... Mit der Volljährigkeit tritt in den meisten Ländern auch die unbeschränkte Geschäftsfähigkeit ein. ... In der Bundesrepublik Deutschland wird seit 1. Januar 1975 die Volljährigkeit mit der Vollendung des 18. Lebensjahres erlangt (§ 2 BGB). Damit wird die natürliche Person voll geschäftsfähig. Strafrechtlich wird eine Person zwischen dem 18. und dem 21. Geburtstag als Heranwachsender angesehen, auf die je nach Einzelfall das Jugendstrafrecht oder das allgemeine Strafrecht angewendet werden kann.“

### Eine Herausforderung für Eltern und „Kind“

Vor allem für Eltern mit einem Kind mit einer Beeinträchtigung ist dieses Datum daher eine besondere Herausforderung. Ist das nun volljährige Kind geschäftsfähig? Oder braucht es eine Unterstützung? Wie sollte diese aussehen? Wird eine gesetzliche Betreuung benötigt? Sollten wir als Eltern diese Rolle übernehmen? Entsprechend gilt es, das „18 werden – und dann?“ unterstützend zu gestalten. Gleichmaßen müssen alle Eltern die Herausforderung leisten, das „Kind“ seinen Weg gehen zu lassen. Ablösung hat immer zwei Seiten: den Jugendlichen, der sich ablöst und seinen eigenen Weg findet, und die Eltern, die es zulassen müssen, dass er seinen eigenen Weg findet, und die sich mit der bleibenden „Lücke“ konstruktiv auseinandersetzen müssen („Empty Nest“ als Anpassungsleistung).

„Solange deine Kinder klein sind, gib ihnen Wurzeln, wenn sie größer werden, schenk' ihnen Flügel.“ Schrieb Khalil Gibran (1882–1931). Eine wunderbare Beschreibung dieser Herausforderung des Erwachsenwerdens.

Der Partysong als Rap „Du bist jetzt 18“ von Bulli Grundmann handelt vor allem davon, dass mit 18 alles möglich ist: Auto kaufen, Verträge unterschreiben, überallhin verreisen. Das Geburtstagskind ist frei in seinen Entscheidungen, die Eltern können daran nichts ändern. Im etwas nachdenklicheren Song des Liedermachers Andreas Scheulen, der nicht nur die vielfältigen Möglichkeiten und Freiheiten aufgreift, sondern auch die emotionale Seite von Ängsten und die elterliche Seite, heißt es: „Zwei nichtalte Leute bleiben zurück. Wir haben dich begleitet. Ein großes Stück Wurzeln und Flügel gegeben. Flieg in die Welt hinaus. Und stehst Du am Abgrund – komm einfach nach Haus.“

## Vielfältige Einblicke

Doch zurück zu unserem Heft: Wir sind diesem Tag, diesem Prozess, den Herausforderungen und Veränderungen dieser Lebensphase aus verschiedenen Perspektiven nachgegangen.

Beiträge zum Erwachsenwerden aus der Perspektive der Entwicklungspsychologie und Entwicklungsdynamik (Inge Seiffge-Krenke) und der Transition bei der Behandlung von psychisch erkrankten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus der Perspektive verschiedener Therapieschulen (Anna Georg und Kolleginnen) führen ins Thema ein.

Die Bedeutung psychischer Struktur und Konflikte für Symptome im Transitionsalter bringen uns Anette Klein, Antonia Wieder und Johanna Klinge näher. Helene Timmermann berichtet aus der praktischen Arbeit einer Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin über das „Transitionsalter“ in der ambulanten Psychotherapie. Für die Praxis der Transitionspsychiatrie als einen Balance-Akt für Patient und Behandler sensibilisieren uns Anne Pöttsch und Caroline Grimm-Astruc.

Christian Schmahl und Juliane Rausch stellen eine sektorübergreifende Versorgung im Kontext von Modellvorhaben nach § 64b SGB V in Form eines Adoleszenten-zentrum für Störungen der Emotionsregulation vor. Für den Übergang vom stationären ins ambulante Behandlungssetting wird das GB-A Innovationsfondprojekt HomeBASE entwickelt, in das Stephan Bender und Mitarbeiter\*innen uns einen kurzen Einblick geben. Über E-Health Ansätze zur Behandlung von psychischen Erkrankungen in der Adoleszenz berichtet Anne Karow.

Mit soulspace – einer niederschweligen und schnellen Hilfe für junge Menschen in Krisen machen uns Anna Willert und Kolleg\*innen vertraut. In aktuelle Entwicklungen im Bereich der Sucht im Transitionsalter nehmen uns Oliver Bilke-Hentsch, Jochen Mutschler, Kai Müller und Eginhard Koch mit. Janine Devine, Anne Kaman und Ulrike Ravens-Sieberer bringen uns die Herausforderungen von seelischer Gesundheit von Jugendlichen und Adoleszenten in Zeiten der Pandemie und neuer globaler Krisen aus einer wissenschaftlichen Perspektive näher.

Über den Tellerrand hin zur Prävention psychischer Krisen in der Schule lässt uns Manuela Richter-Werling blicken. Und – last not least – war Georg Romer für ein Interview über das sensible und umstrittene Thema der Geschlechtsidentität in der Transitionsphase bereit.

Wir bedanken uns bei allen Autoren und Autorinnen. Alle Beteiligten haben dieses Heft gemeinsam zu einem vielfältigen und spannenden Überblick und Einblick in diese herausfordernde Lebensphase gestaltet.

Die Erstellung des Heftes hat uns wieder viel Spaß gemacht – nun wünschen wir Ihnen Spaß beim Lesen!

Silke Wiegand-Greife und Bettina Willms