

SWR2 Wissen

## **Reife - Wann sind wir wirklich erwachsen?**

Von Sofie Czilwik

Sendung vom: Samstag, 23. März 2024, 8:30 Uhr

Redaktion: Charlotte Grieser

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2024

**Wir werden alle erwachsen – irgendwie, irgendwann. Aber was gehört außer wählen zu dürfen, den Führerschein machen und Alkohol trinken zu dürfen eigentlich wirklich dazu?**

SWR2 Wissen können Sie auch im **Webradio** unter [www.swr2.de](http://www.swr2.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:

<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/podcast-swr2-wissen-100.xml>

---

**Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### **Die SWR2 App für Android und iOS**

Hören Sie das Programm von SWR Kultur, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: [www.swr2.de/app](http://www.swr2.de/app)

## MANUSKRIPT

### Musikakzent

#### **Sprecher:**

Erwachsen wird jeder, doch was genau bedeutet es? Die einen wollen es werden, sind es aber noch nicht, die anderen sind es, fühlen sich aber nicht danach. Es ist ein Prozess, zu dem die erste Liebe, die Führerscheinprüfung, der Auszug aus dem Kinderzimmer genauso dazugehören wie das erste Gehalt zu beziehen, einen Vertrag zu unterzeichnen oder einen Kredit aufzunehmen.

#### **Ansage:**

Reife – Wann sind wir wirklich erwachsen? Von Sofie Czilwik.

#### **Atmo 01 Kinder- und Jugendparlament KJP:**

**Keanu:** Pietro hat noch Kaffee gemacht, anders halt' ich euch nicht aus!

**Lina:** Ich dachte, du wärst 15 als ich dich, das erste Mal gesehen hab.

**Luisa:** Ich dachte 16!

**Pauline:** Ich dachte auch 16.

**Lina:** Ok, ich dachte auch 16.

#### **Sprecher:**

Keanu ist 18. Jünger geschätzt zu werden ist in diesem Alter offenbar nicht unbedingt ein Kompliment. Lina, Luisa, Pauline und Keanu sind zwischen 12 und 18 und engagieren sich neben der Schule in einem Kinder- und Jugendparlament. Trotz Ferien sitzen sie nun am großen Tisch ihres Büros im Bezirksamt im vierten Stock. An der Wand Fotos der jungen Parlamentarierinnen und Parlamentarier, ein gut gefüllter Kalender für dieses Jahr und ein riesiges Transparent des Kinder- und Jugendparlaments im Berliner Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf, kurz KJP. Mit SWR2 Wissen sprechen sie über das, was Jugendliche beschäftigt: Erwachsenwerden.

#### **Atmo 02 Kinder und- Jugendparlament KJP:**

**Luisa:** 21, 21!

**Keanu:** Du wirst bis 22 noch...

**Luisa:** 21!

**Keanu:** 21? Ok, dann halt 21, wirst du noch unter Jugendstrafrecht behandelt.

**Luisa:** Da guckt man aber noch seine psychologische Lage an.

**Lina:** Okay, ich wusste das gar nicht.

**Luisa:** Also du könntest sozusagen, wenn deine psychologische Entwicklung schon so weit ist wie bei einem 21-jährigen...

**Lina:** Echt?

**Luisa:** ...dann bist schon als Erwachsener.

**Lina:** Das kann ich mir gar nicht vorstellen.

**Luisa:** In dieser Zeitspanne von 18 bis 21 prüfen sie noch deine psychologische Reife.

**Keanu:** Aber spontan würde ich sagen Mitte 20 ist ein perfektes Alter, um erwachsen zu sein, weil man dann seine eigenen Probleme hat.

**Lina:** Ich finde Erwachsenwerden ist so, wenn man erwachsen ist und sich erwachsen fühlt, dann ist man erwachsen. Meine Schwester, warte ne, die ist jetzt 18, die ist auch noch nicht erwachsen.

**Luisa:** Das ist bei jedem anders, 100 Prozent.

**Sprecher:**

Auf ein konkretes Alter, ab dem man wirklich erwachsen ist, können sich die vier Jugendlichen nicht einigen.

Aber ein Wort fällt Luisa sofort ein, wenn sie ans Erwachsensein denkt. Die anderen stimmen ihr zu:

**O-Ton 01 Luisa und Lina:**

**Luisa:** Verantwortung

**Lina:** Hm schon. Das ist so das erste, was mir einfällt. Weil immer wird gesagt, ja du hast noch deine Eltern, oder deine Erziehungsberechtigten, ähm, und dann auf einmal bist du auf dich alleine gestellt und musst eben für dich alleine die Verantwortung übernehmen.

**Sprecher:**

Als Vorstandsmitglieder des Jugendparlaments und als Parlamentarierinnen und Parlamentarier übernehmen die Kinder und Jugendliche des KJPs jetzt schon Verantwortung. Sie organisieren und leiten die Plenarsitzungen. Sie formulieren Anträge, die sie sogar in die Bezirksverordnetenversammlung einbringen können, damit die Abgeordneten dort über die Anträge entscheiden. Sie setzen sich auch für eigene Projekte ein und haben mit Expertinnen und Experten unter anderem einen großen Spielplatz geplant, der nun in einem Park in der Nähe gebaut wird. Wie groß die Verantwortung ist, die die Kinder und Jugendlichen in ihrem Parlament tragen - darüber gibt es hier unterschiedliche Ansichten.

**O-Ton 02 Lina:**

Verantwortung sehe ich in dem Sinne auch politisch, wir haben diese Funktion hier und es passieren grad Dinge in der Welt aber auch in diesem Land, zum Beispiel der Rechtsruck, wo ich einfach eine unglaublich große Verantwortung sehe, dass man dann seine Stimme erhebt, gegen den Rechtsruck.

**Sprecher:**

...sagt Lina, doch Luisa findet:

**O-Ton 03 Luisa:**

Also wenn wir überlegen, wie das echte Parlament aussieht, dann haben wir wirklich viel weniger Verantwortung.

**Musikakzent****Sprecher:**

Die Jugend gilt als Zwischenphase. Zwischen Kind- und Erwachsensein. Zwischen gesellschaftlicher Teilhabe und „den eigenen Weg finden“. Ein Ich-kann-schon-ziemlich-viel-aber-eben-noch-nicht-alles. Zwischen Verantwortung übernehmen und sie doch nicht alleine tragen können und müssen. Sie ist die Zeit, die auf das Erwachsenenalter vorbereiten soll. Soziologisch betrachtet, gilt sie heute nicht mehr als nur als Übergang, sondern als eigenständige Phase. Mit prägenden Erlebnissen und Erfahrungen. Anne Berngruber ist Soziologin am Deutschen Institut für Jugend in München.

**O-Ton 04 Anne Berngruber:**

Es bedeutet natürlich, sich von den Eltern zunehmend abzulösen, sich den Freunden, Freundinnen zuzuwenden, Gleichaltrigen zuzuwenden. Verschiedenste Schritte von der Schule in Ausbildung, ins Studium, in den Beruf zu vollziehen, also finanziell selbstständiger zu werden, auf eigenen Beinen stehen zu können, für sich selbst sorgen zu können. Ja, auch mobiler zu werden, beispielsweise aus dem Elternhaus auszuziehen, eventuell auch einen Führerschein zu machen, vielleicht mal ins Ausland zu gehen, wenn das möglich ist.

**Sprecher:**

Anne Berngruber hat ein Buch übers „Erwachsenwerden heute“ herausgegeben. Eine eindeutige Definition, ab wann die Jugend vorbei ist und das Erwachsenenleben beginnt, findet sich darin nicht.

**O-Ton 05 Anne Berngruber:**

Also ist es nicht so, dass ich morgen aufwache und feststelle jetzt bin ich erwachsen. Sondern das geht mit ganz vielen Schritten einher und auch einem inneren Prozess.

**Sprecher:**

Erwachsenwerden als Prozess – einer der jemals abgeschlossen ist? In einer Studie hat Anne Berngruber empirisch untersucht, ab wann sich Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 32, als „Kinder“, „Jugendliche“ oder als „Erwachsene“ selbst sehen. Die Ergebnisse stimmen damit überein, wie die jeweiligen Befragten auch von Außenstehenden bezeichnet würden. Zwischen 12 und 18 Jahren begreifen sich

immer weniger als Kinder, sondern eher als Jugendliche. Bis 25 Jahren sehen sich immer weniger als Jugendliche, sondern eher als Erwachsene. Ab 25 fühlt sich die Mehrheit „erwachsen“. Und doch gibt etwa 30 Prozent über 18, die „mal so“, „mal so“ angekreuzt haben. Mal fühlen sie sich erwachsen, mal jugendlich.

**Atmo 03 Straßenumfrage:**

**Eton:** Ich fühle mich erwachsen. Klar, dadurch, dass man diese Ziele schon versucht hat, in jungen Jahren zu erreichen. Vieles habe ich auch schon geschafft und deswegen denke ich schon, dass ich erwachsen bin.

**Clemens:** Ja, man muss nicht unbedingt gefestigt sein in dem, was man vorhat. Ich glaube, viele in meinem Alter wissen auch nicht, was sie mit ihrem Leben unbedingt anfangen wollen. Und ich glaube, das ist auch okay, solange man sich selber aktiv damit auseinandersetzt. Also wenn man versucht, sein eigenes Leben so zu maximieren, wie es einem passt.

**Eton:** Ich habe vom Nichts angefangen und ich habe mittlerweile auch eine sehr gute Arbeitsstelle und verdiene gutes Geld, das sich auch was bieten kann. Und mein nächstes Ziel ist gerade, wo ich daran arbeite, mein eigenes Haus aufzubauen.

**Clemens:** Oh ja, ich habe mein erstes Studium abgebrochen, weil ich mir gedacht habe, das ist nichts für mich. Langfristig und für mich war das Wichtige eine wichtige Entscheidung in meinem Leben, weil ich versuche, glücklich zu werden. Und das war mir vor ein paar Jahren in der Schule waren auch komplett egal.

**Reporterin:** Fühlst du dich dann schon erwachsen?

**Fabiene:** Nein. Weil ich also weiß, ich könnte gar nicht zum Beispiel irgendwie alleine leben oder so, ich bräuchte irgendwie trotzdem so bei allem immer noch so ein bisschen Hilfe. Dieses ganze rechtliche und Finanzielle und Drum und Dran.

**Anna:** I felt like when I moved out I felt like an adult, I don't think I was. I was 19. But I think that was the first step for me.

**Übersetzerin von Anna:** Als ich von zu Hause ausgezogen bin, mit 19, habe ich mich erwachsen gefühlt, ich denke nicht, dass ich es war, aber es war ein erster Schritt für mich.

**Fabiene:** Ich habe auf jeden Fall unfassbare Angst davor, so erwachsen zu werden und eigenständig zu werden.

**Sprecher:**

Der Psychologe Jeffrey Arnett (engl. Aussprache) prägte Anfang der 2000er-Jahre einen neuen Begriff für eine Lebensphase, die der „emerging adulthood“. Auf Deutsch: Werdendes Erwachsenenalter. In dieser Phase zwischen etwa 18 und 30 Jahren seien junge Menschen in westlichen Industriekulturen noch relativ unabhängig von sozialen Rollen und normativen Erwartungen, so Arnett. Dadurch, dass viele junge Menschen länger eine Ausbildung absolvierten, später heirateten und Kinder bekämen, verlängere sich auch die Zeit, bis sie sich in ihre Rollen als Erwachsene einfinden würden. Der Psychologe erforschte, wie die werdenden

Erwachsenen das Erwachsenwerden definierten und fand heraus, dass Verantwortung zu übernehmen für das eigene Handeln als besonders erwachsen wahrgenommen wird.

Ulrike Sirsch von der Universität Wien untersuchte diese „emerging adulthood“ bei jungen Erwachsenen in Österreich und kommt zu dem Schluss, dass auch in Österreich 20- bis 29-Jährige einen eigenen Lebensabschnitt repräsentieren. (1)

**O-Ton 05 Ulrike Sirsch:**

Also die Verantwortung für die Konsequenzen der eigenen Handlungen übernehmen, das ist etwas, was in den meisten Ländern eigentlich ganz oben rangiert. Die Entscheidung auf der Basis persönlicher Einstellungen und Wertorientierungen. Da geht es um die Unabhängigkeit von der Herkunftsfamilie oder von elterlichen Einflüssen. Die rangiert an zweiter Stelle, die Verantwortung ist noch weiter oben.

**Musikakzent**

**Atmo 04 an der Haustür:**

**\*Glockenschlagen im Hintergrund, Tuten\***

**Tillmann Prüfer: Schönen Tach, dritter Stock bitte!**

**\*Tür öffnet, Schritte im Treppenhaus\***

**O-Ton 06 Tillmann Prüfer:**

Der erste Punkt, wo ich wusste, okay jetzt geht es mit dem Erwachsensein los, das war, als meine erste Tochter geboren wurde. Da war ich erst 25.

**Sprecher:**

Einer, der früh Verantwortung übernehmen musste, ist Tillmann Prüfer. Er arbeitet beim Zeit Magazin und schreibt regelmäßig Kolumnen über sein Leben als Vater von vier Töchtern – und über das Leben seiner Töchter mit ihm als Vater.

**O-Ton 07 Tillmann Prüfer:**

Und da war ich plötzlich in einer Lebenssituation, wo mir niemand sagen konnte, wie man das jetzt macht, was zu tun ist. Keiner meiner Freunde war in so einer Situation. Und das hat mich dann sofort in total viele Verantwortlichkeiten geworfen, die auch nur ich irgendwie lösen konnte. Das konnte niemand für mich machen und ich glaube, das war ein großer Schritt zum Erwachsensein, weil ich später, wenn ich dann mit meinen Freunden zusammen war und mich, mit denen wir früher getroffen habe, und die saßen dann gemeinsam vor irgendwelchen Computerbildschirmen und haben dort Spiele gespielt. Da habe ich mich gefragt: Was macht ihr denn hier? Also wie verplempert ihr denn eure, eure wertvolle Lebenszeit? Um Gottes Willen!

**Sprecher:**

In seinen Texten beschreibt er wie seine Kinder zu Erwachsenen werden, anfangen alleine zu reisen, Geburtstag zu feiern oder sich ein Tattoo stechen lassen. Er beschreibt aber auch, wo seine Töchter vernünftiger und vielleicht auch ein Stück erwachsener sind, als er selbst. Etwa wenn er erzählt, wie er auf Reisen mit dem Zug zum Nervenbündel wird, weil Anschlüsse erreicht und das Gepäck zusammen-

gehalten werden müssen, während seine Tochter mit geschmierten Broten und Spielen die Zeit für sich und ihre Schwestern vertreibt. Oder dass seine älteste Tochter ordentlicher ist, als er es je sein würde und sogar seine Mitbringsel aussortiert, während er seinen Kram in Schubladen versteckt.

**O-Ton 08 Tillmann Prüfer:**

Wenn meine Kinder nicht wären, dann würde ich heute noch in Skinny Jeans rumlaufen. Niemand sagt einem: Hey, das ist aber nicht mehr so toll, diese Hose. Ich finde es ein bisschen peinlich. Kauf dir mal eine andere. Aber das können Kinder gerade raussagen. Sehr schonungslos. Kinder geben immer ein sehr direktes Feedback, wie man es sich von keinem Unternehmensberater besser wünschen könnte. Alles das sind Sachen, die mich sehr geprägt haben, auch wenn bestimmte Worte benutzt oder nicht benutzt. Also die sind da draußen in einer Welt, in der ich nicht bin, zu der ich nicht Zugang habe und sehe mich aus der Perspektive und das ist 24, 7, 360 Grad Feedback. Besser könnte man es nicht haben. Manchmal auch ganz schön nervig.

**Sprecher:**

Seine Kinder hätten ihn mehr geprägt als andersherum, sagt Tillmann Prüfer. An Erziehung, als Weg zum Erwachsenwerden, glaubt er nicht.

**O-Ton 09 Tillmann Prüfer:**

Ich hab das viermal versucht. Und viermal ist daraus wirklich nichts geworden. Ich kenne niemand, der seine Kinder erzogen hat. Und ich glaube, dass es so eine komische elterliche Eitelkeit ist, sich dann die Sachen, die einen an den Kindern gut gefallen und der, die man glaubt, dass die auch anderen gut gefallen, der eigenen Erziehungsleistung zuzuschreiben.

**Musikakzent**

**O-Ton 10 Jürgen Overhoff:**

Erziehung ist das, was Menschen ausmacht. Was Menschen zu Menschen macht, im Unterschied zu Tieren. Es geht eben nicht nur um instinktives Tun, Wissen, Handeln, sondern es geht darum, dass man etwas lernt.

**Sprecher:**

Jürgen Overhoff ist Bildungshistoriker und lehrt an der Universität Münster. Er hat sich zuletzt mit Immanuel Kant und seinem pädagogischen Vermächtnis beschäftigt und forscht nun zur Reformpädagogin Maria Montessori.

**O-Ton 11 Jürgen Overhoff:**

Erziehung legt das Gewicht auf die Tatsache, dass jemand einem Kind einem Heranwachsenden etwas beibringt. Es ist nicht alles, was wir schaffen und vermögen, Selbst-Erlerntes, sondern es gibt immer ein Gegenüber. Und dieses Gegenüber ist ein Erzieher, eine Erzieherin, ein Lehrer, eine Lehrerin, eine Mutter, ein Vater. Wer immer hier also pädagogisch tätig ist, das ist diese Situation. Jemand gibt einem Heranwachsenden Etwas zu verstehen. Fingerzeige. Vorstellungswelten, auf die verwiesen wird. Ohne Erziehung geht das Heranwachsen nicht.

**Sprecher:**

Im 18. Jahrhundert haben die Philosophen Jean Jacques Rousseau und Immanuel Kant den Blick auf Kindheit, Jugend, aufs Erwachsenwerden und die Erziehung neu geprägt. Erziehung sollte nicht mehr autoritär erfolgen, sondern im Zusammenspiel mit den Heranwachsenden. Dabei sind es nicht nur die Erwachsenen, die den Kindern ihre Gepflogenheiten beibringen, sondern auch die Kinder haben den Erwachsenen etwas beizubringen.

**O-Ton 12 Jürgen Overhoff:**

Zum Beispiel Emotionalität, also eine unmittelbare Wahrnehmung von dem, was Schön, von dem, was Gut, von dem, was Großartig ist. Das Unverstellte, Ungekünstelte. Also Jean Jacques hat einen ganz großen Einfluss in dieser Zeit im Verständnis für das, was Pädagogik eigentlich ausmachen sollte und also die emotionale Wahrnehmung, die eigentlich auch eine Vorbereitung ist für Vernunft-erziehung.

**Sprecher:**

Gefühle sind dabei kein Gegensatz zur Vernunft, sondern die Voraussetzung für vernünftiges Handeln, für das, was ein jeder für sich und für die Gemeinschaft als richtig erachtet. Immanuel Kant leitet aus diesen Überlegungen den für die Aufklärung prägenden Satz:

**Zitator:**

Immanuel Kant:

Handle nur nach derjenigen Maxime, durch die du zugleich wollen kannst, dass sie ein allgemeines Gesetz werde.

**Sprecher:**

Der kategorische Imperativ. Doch wirklich gleichberechtigt sind Erziehende und zu-Erziehende nicht. Denn letzteren muss die Freiheit erst noch vermittelt werden. Kann man jemanden dazu bringen, frei zu sein? Oder steht der damit verbundene Zwang dem Ziel, das Gegenteil zu erlernen, nicht im Weg?

**O-Ton 13 Jürgen Overhoff:**

Kant hat das auf den Begriff gebracht in dieser schönen Wendung: Wie kultiviere ich die Freiheit bei dem Zwange? Das ist das Grundproblem der Erziehung. Also es gibt Korrekturen, es gibt Anforderungen, es gibt Aufgaben, aber alles dieses soll dazu dienen, dass ein Kind eine Vorstellung davon bekommt, im Heranwachsen, was es heißt, frei, mündig, aber moralisch anständig und verantwortlich zu handeln. Das heißt, es geht nicht ohne Experiment, es geht auch nicht ohne Spiel. Es geht auch nicht ohne Irrtümer und Fehler, die im Handeln natürlich entstehen. Und Korrektur und Selbstkorrektur.

**Sprecher:**

Der Einfluss dieser aufklärerischen Betrachtungsweise auf das Heranwachsen und das Bild des mündigen Bürgers, der mündigen Bürgerin, wirkt bis in unsere Zeit nach. Die Philosophin Susan (Aussprache eng.) Neiman (Aussprache: So wie es geschrieben steht) hat ein Buch übers Erwachsenwerden geschrieben, in dem sie Kants Vorstellung von Mündigkeit immer wieder anführt. „Warum erwachsen werden“



heißt es: „Eine philosophische Ermutigung“. Ermutigt werden zum Erwachsenwerden – so lässt sich das Buch verstehen – müssten heute nicht mehr nur Jugendliche, sondern vor allem Erwachsene, sagt Neiman.

**O-Ton 14 Susan Neiman:**

Ich finde, wir haben eine ganz falsche Vorstellung vom Erwachsensein. Die Vorstellung vom Erwachsensein in unserer Kultur ist das Resignieren. Die Aussage sei doch erwachsen, ist eine Aufforderung, die Ideale zu vergessen. Ideale sind Kinderträume. Ideale sind utopisch. Und sei doch erwachsen! Heißt sei doch realistisch, heißt nur die empirische Wirklichkeit das, was handfest ist, das, was materiell ist, zu beachten.

**Sprecher:**

Ideale, so Susan Neiman, würden heute als kindische Utopie verworfen. Realistisch sein, hieße heute, sich anzupassen und eben nicht den eigenen Verstand einzuschalten.

**O-Ton 15 Susan Neiman:**

Die Dinge, die eigentlich erwachsene Menschen beschäftigen sollen, nämlich, wie kann man eine bessere Gesellschaft aufbauen? Das sind Kinderträume. Aber Erwachsenenleben geht um das Anhäufen von Spielzeug.

**Musikakzent**

**Sprecher:**

Spielzeug in Form von Konsum, von Dingen, die uns die Werbung einredet, unbedingt haben zu müssen. Um das zu sein, was wir durch den Kauf bestimmter Produkte hoffen, sein zu können: schön, reich, einzigartig, dazugehörig.

Susan Neiman glaubt, dass dieses passive Verhalten, das sie bei vielen Erwachsenen beobachtet, letztendlich unglücklich macht. Dass der Mensch eigentlich von klein auf, dazu motiviert ist, etwas zu bewirken, die Welt zu verbessern. Sich aus der selbst verschuldeten Unmündigkeit zu befreien, wie es Kant formulierte, ist der Weg des Erwachsenwerdens. Und, wie Susan Neiman es ausdrückt:

**O-Ton 16 Susan Neiman:**

Diese Kluft zwischen Sein und Sollen zu verringern.

**Musikakzent**

**Sprecher:**

Eine halbe Stunde vom Oldenburger Stadtzentrum entfernt, empfängt Elisabeth Ganseforth ihren Gast bei schwarzem Tee und Schokoladenpralinen am Wohnzimmertisch mit Blick auf den Garten.

**O-Ton 17 Elisabeth Ganseforth:**

Es ist eher so, dass die Menschen reinkommen und sagen: Ich bin doch erwachsen. Wieso verhalte ich mich nicht erwachsen? Und das ist dann oft die Fragestellung. Und dann muss man erst einmal definieren was ist Erwachsensein.

**Sprecher:**

Ihre Patientinnen und Patienten behandelt die psychologische Psychotherapeutin im hinteren Teil des Hauses. In ihre Praxis kommen Menschen mit diagnostizierten Depressionen, Angst- oder Persönlichkeitsstörungen. Elisabeth Ganseforth sagt: Sie stehen im Konflikt.

**O-Ton 18 Elisabeth Ganseforth:**

Und zwar gehe ich davon aus, wir alle haben einen inneren Kompass. Der bezeichnet sich dadurch, dass wir von Geburt an ein Gefühl haben, was gut ist für unseren Organismus und was nicht gut ist. Und nicht nur für unseren Organismus, sondern auch für unsere Mitmenschen und auch für die Umwelt, in der wir leben.

**Sprecher:**

Wenn man so will, praktiziert Elisabeth Ganseforth in ihrer Praxis den Prozess Kant'scher Pädagogik im Kleinen. Sie hilft ihren Patienten dabei, ihr Leben frei und verantwortlich zu gestalten. Nur, dass sie glaubt, dass ihre Patienten von Geburt an ein richtiges Gefühl dafür haben, was Gut und Schlecht ist – für sie und für andere.

Sie sieht ihre Aufgabe darin, dieses Verlernte neu zu lernen. Sie erzählt von einer Patientin, die in ihre Praxis kam, weil sie darunter litt, keinen Partner zu finden. Was sie denn unternahme, um einen zu finden, fragte Elisabeth Ganseforth. Nichts, antwortete die Patientin.

**O-Ton 19 Elisabeth Ganseforth:**

Und dann stellt sich heraus, dass in der Kindheit sie am besten die Aufmerksamkeit der Eltern bekommen hat, indem sie einfach abgewartet hat. Und je länger sie wartete. Irgendwann kriegte sie dann ein freundliches Wort.

**Sprecher:**

Zuneigung erhielt sie, in dem sie abwartete. Für das Kind mag das eine schlaue Strategie gewesen sein, für die Erwachsene funktioniert es nicht mehr.

**O-Ton 20 Elisabeth Ganseforth:**

Jetzt muss was Neues gelernt werden. Und dieses Lernen, das dauert eine ganze Zeit lang, weil das ja Strukturen sind. Ich sage mal, das Kind hat mit drei Jahren, vier Jahren gelernt zu warten. Und da sagt das Gehirn: Das ist wunderbar. So machen wir das immer. Und das Gehirn ist ein bisschen faul.

**Sprecher:**

Elisabeth Ganseforth sagt, die meisten ihrer Patienten kämen, weil sie es nicht geschafft hätten, sich von ihren Eltern abzugrenzen. Weil die Eltern ihre Kinder nicht dazu befähigt hätten, ein eigenständiges Leben zu führen, sondern ihre eigenen Wünsche und Vorstellungen auf ihr Kind projiziert hätten.

**O-Ton 21 Elisabeth Ganseforth:**

Und in dem Moment fühlt sich das Kind als Objekt und wird nicht als Subjekt wahrgenommen. Und das bedeutet eine Demütigung für das Kind. Das ist oft das, was im Erwachsenenleben Probleme macht.

**Sprecher:**

Für Elisabeth Ganseforth gibt es drei Schritte, um diesem Problem zu entkommen. Selbstbeobachtung – was fühle ich? Verantwortung – wie gehe ich damit um? Und drittens Freiheit – wie gestalte ich?

**O-Ton 22 Elisabeth Ganseforth:**

Ja, also Erwachsensein ist was hoch Spannendes. Also was Spannenderes gibt es gar nicht. Weil der Mensch so die ganze Zeit sich am Verändern ist, ist ein ständiger Wandel. Und dann kommt es darauf an, wie wir als veränderter Mensch mit der aktuellen Situation dann umgehen.

**Musikakzent****Sprecher:**

Dass der Mensch ein wandelbares Wesen ist, darüber herrscht in der Wissenschaft wohl Einigkeit. Simon Eickhoff ist Neurowissenschaftler am Forschungszentrum Jülich mit Schwerpunkt Gehirn und Verhalten. Das Besondere am menschlichen Gehirn, sagt er, sei seine Plastizität.

**O-Ton 23 Simon Eickhoff:**

Das Ganze ist gewollt biologisch und erklärt sich dadurch, dass unsere Gehirne unheimlich viel plastischer sind, unheimlich flexibler als die meisten Gehirne von anderen Säugetieren, die deutlich stärker Instinkt verhaftet sind. Das bedeutet, dass die Gehirne vor allem in den ersten Pi mal Daumen sag ich mal so sechs Jahren eigentlich wie kleine Schwämme sind, die unendlich viel Information aufnehmen, aufnehmen müssen, um überhaupt erst mal eine Grundrepräsentation, ein Grundwissen über die Welt zu erlangen.

**Sprecher:**

Bis ins Grundschulalter sind die menschlichen Gehirne so formbar, dass Fremdsprachen, die bis etwa zum 10. Lebensjahr erlernt werden, so von den Kindern gesprochen werden, als seien sie die eigene Muttersprache. Auch wenn sie es nicht ist.

**O-Ton 24 Simon Eickhoff:**

In der Pubertät wird in einer gewissen Weise noch einmal alles zur Disposition gestellt im Gehirn. Es finden unheimlich viele Umbau- und neue Verkabelungsprozesse statt und am Ende der Pubertät, da wird dann in Führungsstrichen festgezurr: Das ist jetzt ihr Setup, ihre Infrastruktur für die nächsten 50 Jahre.

**Sprecher:**

Allerdings gelte das auch nur bedingt, sagt Simon Eickhoff. Er legt sich nicht fest, wo welche Prozesse im Gehirn stattfinden und welche Gehirnregionen für bestimmte Verhaltensweisen oder auch Störungen verantwortlich sind. Aussagen wie: „Der frontale Cortex reift im Erwachsenenalter weiter. Wodurch der biologische Beweis erbracht wäre, dass Erwachsene besser Entscheidungen treffen könnten als Jugendliche“ – lehnt er ab. Zu komplex sei das Gehirn, zu unsicher die Rückschlüsse, auf das Verhalten von Individuen. Doch eines betont er immer wieder:

**O-Ton 25 Simon Eickhoff:**

Unser Gehirn ist unendlich plastisch und auch noch weit ins Erwachsenenalter rein. Ja letztendlich bis zu unserem Tod. Wird ständig aufgebaut, abgebaut, umgebaut.

**Sprecher:**

In diesem Sinne ist das menschliche Gehirn nie fertig. Ein gesundes Gehirn kann bis ins späte Alter leistungsfähig bleiben. Im Positiven wie Negativen. Denn das Gehirn lerne nicht nur, sondern verlerne auch ständig.

**O-Ton 26 Simon Eickhoff:**

Das Gehirn räumt halt hinter sich auch immer auf. Also, was ich nicht nutze, das kann ich auch abbauen.

**Sprecher:**

Ähnlich wie Bluthochdruck oder Stressvorgebeugt werden kann, bleibt auch das Gehirn fit, je regelmäßiger ein Mensch Sport treibt, je besser er in Freundes- und Bekanntenkreise eingebunden ist, je stabiler seine Familie und seine finanzielle Situation sind. Krisen, die das Heranwachsen mitunter begleiten, helfen der Entwicklung des Gehirns nur insofern, als dass sie auch bewältigt werden können.

**O-Ton 27 Simon Eickhoff:**

Deprivationserfahrungen, Armut, schwierige Lebensumstände. Dieser konstante Stress, also negativer Stress, der hat auf jeden Fall dann eben auch entsprechende schlechte Auswirkungen auf das Gehirn. Positiver Stress, also Herausforderungen, mit denen ich dann gut umgehen kann, haben positive Auswirkungen.

**Sprecher:**

Erwachsen wird man, man ist es nicht. Man wird es, in dem man Verantwortung übernimmt wie die Jugendlichen vom Kinder- und Jugendparlament in Berlin oder Tillmann Prüfer als Vater von vier Töchtern. Man wird es ein Stückchen mit 18 oder auch, wenn man sich für andere einsetzt, man wird es, wenn man wählen geht oder selbst Kinder bekommt. Man wird es durch oder trotz Erziehung, gemeinsam mit Eltern, Lehrerinnen und Lehrern, Freunden oder Therapeutinnen. Elisabeth Ganseforth sieht in ihrer Arbeit als Psychotherapeutin eine gesellschaftliche Aufgabe, wenn sie jungen oder älteren Erwachsenen dabei hilft, unabhängig zu werden.

**O-Ton 28 Elisabeth Ganseforth:**

Ich erlebe eher im Moment, auch das Problem, dass das den jungen Leuten nicht so klar gemacht worden ist, dass das Leben eine schwierige Angelegenheit ist.

**Sprecher:**

Der Historiker Jürgen Overhoff findet, dass die Aufklärung uns gelehrt hat, wie sich Emotionen und Vernunft im Erwerb von moralischen Vorstellungen ergänzen. Doch dominieren sollten Emotionen das Handeln nie. Denn schließlich könnten sie das vernünftige Reflektieren, den freien Entschluss vernebeln.

**O-Ton 29 Jürgen Overhoff:**

Wir dürfen nicht dahin kommen, dass wir meinen, wir können unseren Verstand an der Garderobe abgeben, weil andere für uns denken, weil es allzu kompliziert ist. Die Komplexität der Welt darf nicht dazu führen, dass wir meinen, wir müssen anderen Entscheidungen übertragen. Wir dürfen nicht darum herumkommen, wollen, eigenständig Dinge auch mitzuentcheiden, mitzubeurteilen. Das wäre schrecklich, wenn wir darauf verzichten würden.

**Sprecher:**

Susan Neiman sagt angelehnt an Immanuel Kant, es brauche Mut, um erwachsen zu werden. Und sie zitiert den österreichischen Philosophen Otto Neurath, der das Erwachsenwerden mit einer Reparatur an einem Schiff vergleicht, allerdings auf hoher See.

**Musikakzent****Sprecher:**

Es gibt keine Möglichkeit anzudocken, um den Bug in Ruhe zu flicken. Man fährt weiter und schaut zu, dass man nicht untergeht.

Und Lina vom Kinder- und Jugendparlament ist skeptisch, ob alle Erwachsenen sich auch wirklich erwachsen verhalten.

**O-Ton 30 Lina:**

Ich glaube, man sollte einfach sich selbst nicht zu viel Druck machen, wenn man dann langsam im Alter ist, wo man viel Verantwortung übernehmen muss, sondern denken, ich brauche keine Angst haben vor irgendetwas, alle anderen um mich rum haben es auch geschafft und ich bin genauso gut wie die. Und die leben auch zum ersten Mal. Und haben vielleicht auch noch nicht alles verstanden, auch wenn es so wirkt, also nicht so viel Angst haben vorm Erwachsenwerden, sondern durchziehen.

**Absage SWR2 Wissen über Bett:**

Reife – Wann sind wir wirklich erwachsen? Von Sofie Czilwik. Sprecher: Jonathan Wiese. Redaktion: Charlotte Grieser. Regie: Günter Maurer.

\* \* \* \* \*

**Quellenangaben:**

(1) Sirsch, U., Dreher, E., Mayr, E. & Willinger, U. (2009). What does it take to be an adult in Austria? Views of adulthood in Austrian adolescents, emerging adults and adults. *Journal of Adolescent Research*, 24(3), 275–292.