

Der Einfluss von Veränderungen im Jugendalter auf den Berufswahlprozess

Dominique Schwarzländer-Lüchinger
Berufs- und Laufbahnberaterin,
Berufs- und Laufbahnberatung Rheintal

In die Jugendzeit fallen wichtige Entwicklungsphasen: Pubertät, Ablösung vom Elternhaus und die Suche nach einer eigenen Identität. Die Berufswahl ist eine Entwicklungsaufgabe unter vielen und aus der Perspektive der Jugendlichen häufig nicht die vordringlichste! Dabei ist es wichtig, zu erwähnen, dass die Gruppe der Heranwachsenden sehr heterogen ist: Es existieren so viele verschiedene Entwicklungsverläufe, wie es Jugendliche gibt.

In der Jugendphase kommt es zu einigen Umbauarbeiten. Wir wollen diese «Grossbaustelle» einmal genauer besichtigen: Ein zentraler Prozess ist die Pubertätsentwicklung. Es kommt zu Veränderungen im Hormonhaushalt, zum Körperwachstum und zur Geschlechtsreifung. Die ersten Zeichen der Pubertätsentwicklung treten bei Mädchen durchschnittlich früher auf als bei Jungen.

In der Pubertät nimmt das Bedürfnis nach Nähe zu den Eltern ab und es wird vermehrt Kontakt zu Gleichaltrigen hergestellt. Um sich abzulösen, reagieren Jugendliche oft extrem gegenüber ihren Eltern. Die veränderten Ansichten Jugendlicher während dieser Autonomieentwicklung zeigen sich in dem geflügelten Wort: «Pubertät ist, wenn die Eltern anfangen, schwierig zu werden.»

Ein weiterer Prozess ist die Identitätsentwicklung: Je vielfältiger die soziale Welt ausserhalb der Familie ist, je mehr die Jugendlichen über sich selbst nachdenken, desto mehr drängen sich Fragen auf, wer man denn selbst ist oder sein möchte.

In der Jugendzeit befindet sich zudem das Gehirn in einem drastischen Veränderungsprozess – es kommt zu einem massiven neuronalen Umbau. Viele typische Verhaltensweisen Jugendlicher können damit erklärt werden, dass sich nicht alle Hirnregionen



Wegen wichtiger Bauarbeiten an Hirn, Hormonen und Herz kommt es vorübergehend zu Unannehmlichkeiten.

gleich schnell entwickeln. Bis zum 20. Lebensalter reift das Gehirn und insbesondere der Frontalkortex (d.h. das Stirnhirn) bildet dabei das Schlusslicht. In diesem Teil des Gehirns sind so genannte Exekutivfunktionen angesiedelt. Mit diesem Begriff werden steuernde, kontrollierende und ausführende Funktionen bezeichnet. Dazu zählen u.a. das Planen und Organisieren, das Vorausschauen, die Emotionskontrolle, die Selbstdisziplin, das Lenken der Aufmerksamkeit oder die Fähigkeit, Entscheidungen zwischen mehreren Alternativen zu fällen. Dies bietet eine Erklärung für bestimmte Verhaltensweisen von Jugendlichen, z.B. warum sie Schwierigkeiten damit haben, voranzuplanen, warum sie sich schnell ablenken lassen, launisch und unmotiviert erscheinen, oder alles in letzter Minute erledigen wollen. Es kann für Heranwachsende demnach schwierig sein, den Überblick im Berufswahlprozess zu behalten und diesen Prozess schrittweise zu planen. Auch mit der Umsetzung kann es hapern.

Im Gegensatz zum Gehirn von Erwachsenen ist das jugendliche Gehirn jedoch noch viel plastischer und flexibler, sodass es viel einfacher und schneller lernt. Zudem sind Jugendliche oft viel kreativer, idealistischer und erfindungsreicher. Bei der Gehirnreifung gibt es wiederum einen Geschlechtsunterschied: Hier hat das Frontalhirn von weiblichen Jugendlichen durchschnittlich

eineinhalb Jahre Vorsprung, weshalb sie oft disziplinierter und konzentrierter sind.

Lutz Jäncke, Professor für Neuropsychologie an der Universität Zürich zieht folgende Schlussfolgerung: Die Hirnforschung zeigt, dass sich das Gehirn speziell in der Zeit zwischen 11 und 14 Jahren in einer radikalen Umbauphase befindet. Wenn die erwähnten Funktionen noch reifen müssen, machen Frühselektionen für weiterführende Schulen in dieser Zeit keinen Sinn. Dies lässt sich auch auf eine zu frühe Selektion bei der Lehrstellenvergabe übertragen!

Betrachtet man die Verhaltensweisen Jugendlicher von der Warte der Gehirnentwicklung, kann man für einiges mehr Verständnis aufbringen: Jugendliche können nichts dafür, wenn sie sich so verhalten, wie sie sich verhalten. Dies soll jedoch nicht den Anschein erwecken, dass man die genannten Funktionen deshalb nicht üben soll. Die Aufgabe Erwachsener ist es, Jugendlichen beim Umbau behilflich zu sein.

Die Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung des Kantons St.Gallen bietet Informationen, Beratung und Unterstützung bei der Berufs-, Schul- und Studienwahl ebenso wie bei der Laufbahnplanung.

www.berufsberatung.sg.ch