

Postadoleszenz oder Generation 25 + Teil 9: Krisen und Fehlstart

Elisabeth Bühler-Astfalk, Buehrer Human Nutrition, Kleinandelfingen

Die Postadoleszenz kann durch Orientierungsschwierigkeiten einen krisenhaften Verlauf nehmen. Bestimmte Faktoren können jedoch dazu beitragen, dass Krisen im positiven Sinne bewältigt werden können.



Die Schuldenfalle

Eine im Jahr 2008 in der Schweiz durchgeführte Untersuchung ehemaliger Schuldner zeigte, dass die Gruppe der 25-bis 29-Jährigen ein hohes Verschuldungsrisiko aufweist. Dabei geben die meisten der jungen Schuldner mehrere Gründe für ihre finanziellen Probleme an: Teilweise entstehen Schulden durch den Auszug aus dem Elternhaus und/oder eintretende Arbeitslosigkeit. Beim grösseren Teil trägt jedoch ein ausgeprägtes Konsumverhalten wesentlich zur Verschuldung bei. Ständig wechselnde Trends in den Bereichen Mode, Musik und elektronischer Geräte verleiten dazu, mehr Geld auszugeben als zur Verfügung steht. Kunden- oder Gratis-Kreditkarten ermöglichen den sofortigen Kauf. Mit Auto- und anderen Leasingverträgen werden langfristige Verpflichtungen eingegangen, die später zu Engpässen führen können. Doch die Prognosen sind günstig. Die Untersuchung zeigte, dass Erwachsene über 30 Jahre ihre Finanzen eher im Griff haben und das Risiko einer Neuverschuldung abnimmt.

Suizidale Risiken

Gemäss einem Bericht des BAG (Bundesamt für Gesundheit) weist die Schweiz im internationalen Vergleich eine überdurchschnittlich hohe Suizidrate auf. Bei den 15-bis 44-jährigen Männern ist Suizid sogar die häufigste Todesursache. Auch die Suizidversuchsrate der 25- bis 29-Jährigen ist relativ hoch und liegt deutlich über der Suizidversuchsrate von Bevölkerungsgruppen mit höherem Lebensalter. Eine wesentliche Rolle spielen dabei Schwierigkeiten mit dem Erwachsenwerden, Ablösung von den Eltern und Integration in die Gesellschaft mit den hohen Anforderungen des Berufslebens. Aber auch soziale Faktoren und finanzielle Probleme können eine Rolle spielen.





Postadoleszenz und psychische Gesundheit

Das Jugend - (und Nach-Jugendalter) ist eine intensive Lebensphase, verbunden mit Aufbruch und Neubeginn, aber auch Krisenanfälligkeit. Die meisten schwerwiegenden psychischen Krankheiten wie Suchtkrankheiten oder Persönlichkeitsstörungen bilden sich im Jugendalter. Junge Frauen bemühen sich um Diäten und Abmagerungskuren. In Kombination mit einem unsicheren Selbstbild können sich daraus Essstörungen entwickeln. Rund

1 % aller Frauen zwischen 15 und 35 Jahren leidet an Magersucht und ca. 2 bis 4 % an Bulimie, (Ess-Brechsucht). Beide Erkrankungen haben in den letzten Jahren zugenommen. Auch Übergewicht lässt sich in vielen Fällen auf seelische Entwicklungskrisen zurückführen.

Schutzfaktoren

Ob es jemand schafft, die Herausforderungen des Jugend- und Nachjugendalters zu bewältigen, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Schutzfaktoren sind stabile Lebensverhältnisse, eine gute Ausbildung, Einbettung in einen Freundeskreis, erfolgte Integration ins Berufs- und Erwerbsleben und im Hintergrund tragende elterliche Figuren. Je mehr dieser Faktoren gegeben sind desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit, dass der junge Erwachsene Krisen bewältigt, an diesen wächst und dabei zu einem eigenständigen, lebensbejahenden Menschen heranreift.

Literatur

intrum justitia, Untersuchung Schweizer Schuldner Index 2008, Meinungsforschungsinstitut IHA-GfK AG, AFO Marketing AG, 2008

von Greyerz S., Keller-Guglielmetti E., Suizid und Suizidprävention in der Schweiz Bundesamt für Gesundheit, Direktionsbereich Gesundheitspolitik, Bericht April /2005

Minder A., Das Jugendalter kann die psychische Gesundheit gefährden, Fachmedienverbund Panorama, Ausgabe 3/2008



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch

Autor

Elisabeth Bühler-Astfalk
Diplom Ernährungswissenschaftlerin
Buehrer Human Nutrition
Kleinandelfingen

Maillaiter November 2009



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch