

Risiko und Resilienz

Elisabeth von Stechow



Gliederung

- Begriffsdefinitionen:
 - Risikoforschung
 - Salutogenese
 - Resilienz/Resiliente Kinder
 - Vulnerabilität
- Resilienzforschung
 - Kauai-Studie
 - Risiko- und Schutzfaktoren
- Resilienzförderung



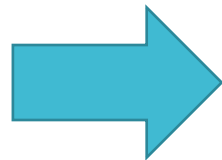
Risikoforschung

Risiko

- Menschen, die schwierigste Lebensbelastungen bewältigen müssen, tragen ein hohes **Risiko**, dass sie psychisch krank werden
- beispielsweise nach Trennungen, Niederlagen, Tod, Gewalt, Missbrauch, Einsamkeit

Risiko- Forschung

- ☐ beschäftigt sich mit der Wahrscheinlichkeit, unter belastenden Bedingungen, psychisch zu erkranken.
- ☐ Sie benennt die Risikofaktoren
 - ☐ Trennung oder Tod der Eltern, (psychische) Krankheit der Eltern, Missbrauch, Trauma, Armut
- ☐ Sie weist Risikopopulationen aus:
 - ☐ z.B. Kinder psychisch kranker Eltern, Missbrauchsoffer usw.



Defizitorientiert



Salutogenese

Verstehbarkeit



Kohärenz

Machbarkeit

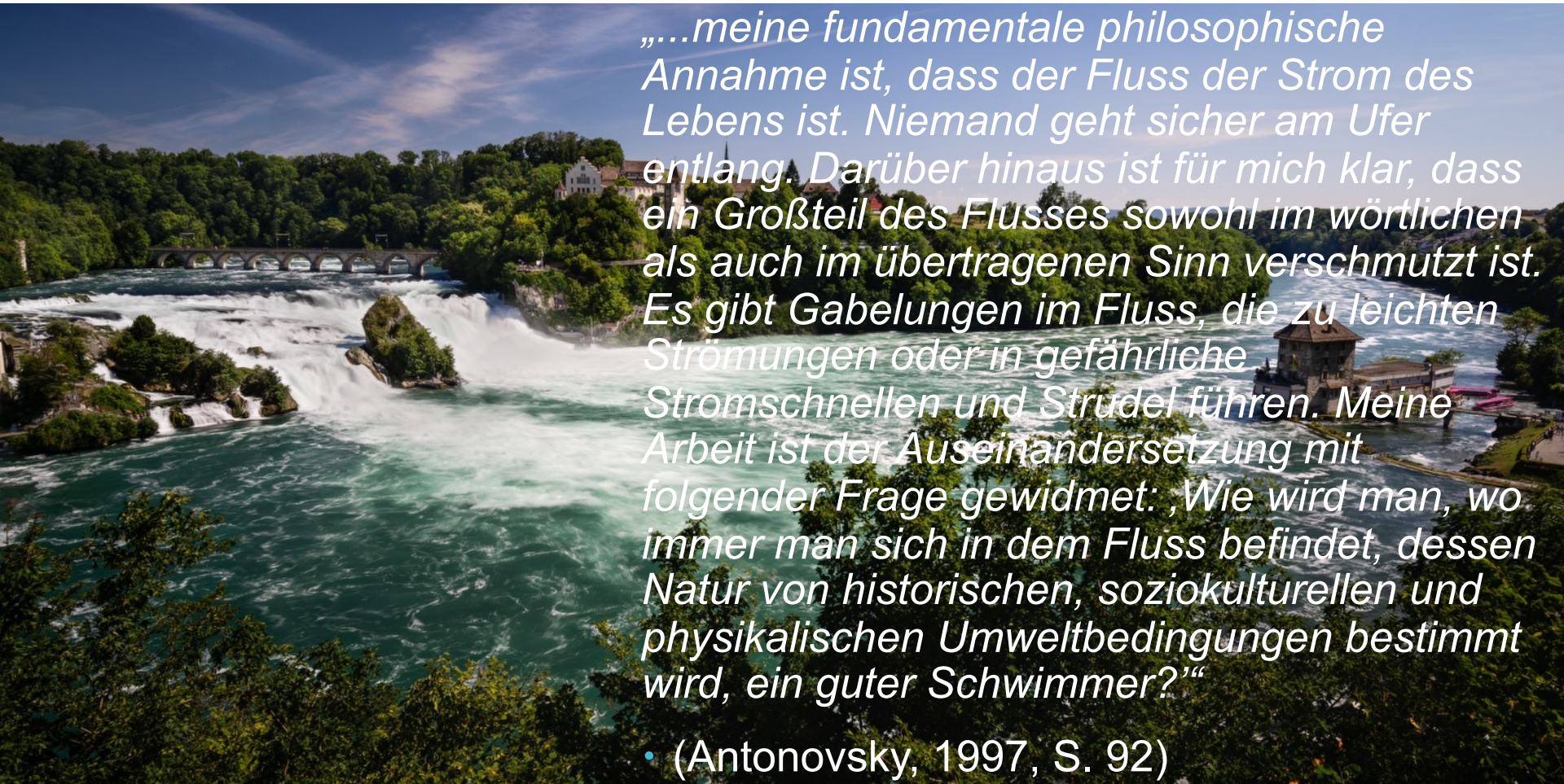
Sinnhaftigkeit

Saluto- genese („Entstehung von seelischer Gesundheit“)

- Begriff: gebildet von Aaron Antonovsky (1923-1994):
- Untersucht die Fähigkeit des Menschen, sich aktiv an die jeweiligen (sich ändernden) Umweltbedingungen anzupassen und selbst schwer belastende Einflüsse konstruktiv zu bewältigen



Ressourcenorientierung



„...meine fundamentale philosophische Annahme ist, dass der Fluss der Strom des Lebens ist. Niemand geht sicher am Ufer entlang. Darüber hinaus ist für mich klar, dass ein Großteil des Flusses sowohl im wörtlichen als auch im übertragenen Sinn verschmutzt ist. Es gibt Gabelungen im Fluss, die zu leichten Strömungen oder in gefährliche Stromschnellen und Strudel führen. Meine Arbeit ist der Auseinandersetzung mit folgender Frage gewidmet: ‚Wie wird man, wo immer man sich in dem Fluss befindet, dessen Natur von historischen, soziokulturellen und physikalischen Umweltbedingungen bestimmt wird, ein guter Schwimmer?‘“

- (Antonovsky, 1997, S. 92)

Salutogenese („Entstehung von seelischer Gesundheit“)

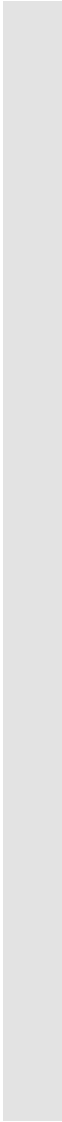
- Komponenten der generalisierten Widerstandressourcen :
- **Verstehbarkeit** (Die Umwelt wird von einer Person als strukturiert, vorhersehbar und erklärbar erlebt)
- **Handhabbarkeit** (Eine Person hat die Überzeugung, dass sie Ereignisse aus eigener Kraft oder mit fremder Hilfe bewältigt werden kann)
- **Bedeutsamkeit** (Anforderungen in der Umwelt werden von einer Person als Herausforderungen angenommen, die allgemeine Auffassung besteht, dass Anstrengung und Engagement sich lohnen)
- (Theis-Scholz 2009)

Saluto- genese

Kohärenz

(lat. *Cohaerentia*:
Zusammenhang).
Zusammenhang
oder die
Zusammengehörig-
keit von Einheiten

- Kohärenz-Konzept (SOC, sense of coherence) :
- Die Entwicklung des Kohärenzgefühls ist das Ergebnis eines individuellen Lernprozesses hinsichtlich der Sinnhaftigkeit des eigenen Handelns und der Gestaltbarkeit der Lebensbedingungen.
- Je stärker das Kohärenzgefühl einer Person ist, desto größer ist ihre Wahrscheinlichkeit, konstruktive Bewältigungsstrategien zu entwickeln und gesund zu bleiben.
- (Theis-Scholz 2009)



Resilienz

Resilienz (engl. resilience: Spannkraft, Elastizität)

- *Physik*
- Der Begriff charakterisiert Stoffe, die selbst bei größtem Druck nicht zerbrechen, sondern so geschmeidig sind, dass sie sich nur biegen lassen.
- *Psychologie:*
- *Alt:*
- Unverletzbarkeit („Superkids“)
- *Neu:*
- „Stressresistenz“
- psychische Robustheit
- psychische Elastizität



Resilienz

☐ Resilienz meint :

- ☐ eine psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken
- ☐ die Fähigkeit einer Person oder eines soz. Systems (Familie) erfolgreich mit belastenden Lebensumständen und Folgen von Stress umgehen zu können

Resiliente Kinder

- „Als resilient können [...] Kinder angesehen werden, die sich trotz massiver Beeinträchtigung erstaunlich positiv entwickeln, im Vergleich zu denjenigen Kindern, die unter gleichen Bedingungen –das heißt gleich hoher Risikobelastung –psychische Beeinträchtigungen aufweisen.“(Wustmann 2004: 18)

Resilienz

es muss eine *signifikante Bedrohung für die kindliche Entwicklung* vorliegen

- hoher Risiko-Status, belastende Lebensbedingungen
- schwerwiegendes Lebensereignis, Traumata

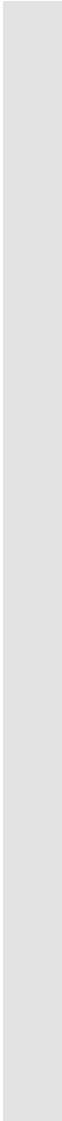
eine *erfolgreiche, positive Anpassung und Bewältigung* der Risikobelastung ist sichtbar

- Keine psychischen Störungen
- Erwerb und Erhalt altersangemessener Fähigkeiten und Kompetenzen.

Vulne- rabilität

Verletzbarkeit/
Verwundbarkeit

- ☐ Vulnerabilität ist das negative Gegenstück zur Resilienz.
- ☐ Vulnerabilität nennt man die Verwundbarkeit, Verletzbarkeit oder Empfindlichkeit einer Person gegenüber äußeren Einflussfaktoren – also eine erhöhte Bereitschaft, psychische Erkrankungen zu entwickeln.



Resilienzforschung

Resilienz- forschung

- Studien:
- Bielefelder Invulnerabilitätsstudie (Lösel/ Bender 1994)
- Mannheimer Risikokinderstudie (Laucht/Schmidt/Esser 2000)
- Längsschnittstudie von Werner/ Smith(2001) auf der hawaiianischen Insel Kauai, bei der 698 Kinder über 40 Jahre lang begleitet wurden.

Resilienz- forschung

- Emmy Werner (* 1929) amerikanische Entwicklungspsychologin, University of Nebraska, University of California
 - „Begründerin der Resilienzforschung“
 - Kauai-Studie, die mit knapp 700 Kindern, über ca. 40 Jahre auf der Insel Kauai in Hawaii durchgeführt wurde.
 - Werner, Emmy: „The children of Kauai“ (1971)



Kauai-Studie

- Im Jahr 1955 wurden 698 Kinder auf der Insel Kauai geboren, die an dieser Studie teilnahmen
- Seit der pränatalen Entwicklungsperiode wurde der Einfluss einer Vielzahl biologischer und psychosozialer Risikofaktoren, kritischer Lebensereignisse und schützender Faktoren in der Entwicklung erfasst
- Sie wurden weiterhin im Alter von 1, 2, 10, 18, 32 und 40 Jahren untersucht.

Kauai-Studie

- Bei etwa 30 % (201) der Kinder in dieser Gruppe bestand ein hohes Entwicklungsrisiko,
 - chronische Armut
 - geburtsbedingten Komplikationen
 - Familien, die durch dauerhafte Belastungen geprägt waren
- 70 % (129) dieser Risikokinder, (waren mit zwei Jahren schon 4 oder mehr Risikofaktoren ausgesetzt) entwickelten im Laufe der Schulzeit
 - schwere Lern- und Verhaltensprobleme,
 - straffällig
 - psychische Probleme im Jugendalter

Kauai Studie

- Die anderen 30 Prozent (42 Mädchen und 30 Jungen) der Risikokinder entwickelte sich zu leistungsfähigen, zuversichtlichen und fürsorglichen Erwachsenen.
- Im Alter von 40 Jahren gab es in dieser Gruppe
 - die niedrigste Rate
 - an Todesfällen,
 - an chronischen Gesundheitsproblemen
 - an Scheidungen
 - alle hatten Arbeit, waren nicht straffällig und brauchten keine Hilfen vom Staat
 - **Emmy Werner** beschreibt sie als hoffnungsvolle, positive Menschen, die viel Mitgefühl für andere Menschen in Not

Risiko- erhöhende Faktoren

Biologische Faktoren

- Risikoschwangerschaften
- Frühgeburt, Geburtskomplikationen, Erkrankungen des Säuglings, niedriges Geburtsgewicht etc.
- Negatives mütterliches Ernährungsverhalten, sowie Substanzkonsum
- Schwieriges Temperament des Kindes (z. B. sehr unruhig und impulsiv)
- Chronische Erkrankungen, Behinderungen
- Genetische Defekte
- Neuropsychologische oder physiologische Entwicklungsverzögerungen oder – unregelmäßigkeiten

Risiko- erhöhende Faktoren

Faktoren in der Elter- Kind-Interaktion

- Bindungsverhalten, wie unsicher-vermeidende, unsicher-ambivalente und desorganisierte Bindungserfahrungen
- Negatives Pflegeverhalten der Mutter
- Psychische Störungen der Eltern

Risiko- erhöhende Faktoren

Familiäre und soziale Faktoren

- Konflikte der Eltern
- Erziehungsverhalten der Eltern (z. B. Uneinigkeit, inkonsequentes und vorwiegend strafendes Erziehungsverhalten)
- Gewalt und Misshandlung innerhalb der Familie
- sehr junge Eltern
- niedriger sozioökonomischer Status

Risiko- mindernde Faktoren (Schutz- faktoren)

Kindbezogene Faktoren sind z. B.

- Weibliches Geschlecht
- Erstgeborenes Kind
- Positives Temperament : „optimistisch“ „aktiv“, „gutmütig“ und „liebervoll“ und „hohes Antriebsniveau, Ausgeglichenheit und Geselligkeit“, freundliche Gestimmtheit
- Überdurchschnittliche Intelligenz
- Positives Sozialverhalten
- Positives Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeitsüberzeugung
- Aktives Bewältigungsverfahren

Risiko- mindernde Faktoren (Schutz- faktoren)

Schutzfaktoren innerhalb der Familie

- Stabile emotionale Beziehung zu mindestens einem Elternteil bzw. einer festen Bezugsperson
- Offenes unterstützendes Erziehungsklima
- Familiärer Zusammenhalt mit Entlastung der Mutter
- Modelle positiven Bewältigungsverhaltens

Risiko-
mindernde
Faktoren
(Schutz-
faktoren)

Schutzfaktoren innerhalb des sozialen Umfeldes

- Soziale Unterstützung
- Positive
Freundschaftsbeziehungen
- Positive Schulerfahrungen

Resilienz in Kauai

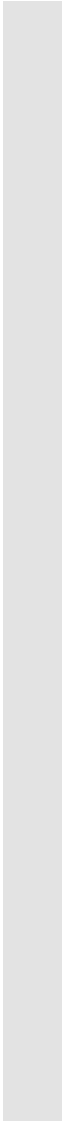
- ☐ Die resilienten Männer und Frauen in dieser Studie zeigten also folgende Merkmale:
- ☐ nicht passiv, sondern überzeugt, dass sie ihre Lebenswelt effektiv beeinflussen können.
- ☐ Sie hatten gelernt, berufliche Herausforderungen und Fehlschläge zu überstehen, ohne Geduld und Selbstvertrauen zu verlieren.
- ☐ In Stresssituationen suchten sie die Unterstützung und den Rat ihrer Familien und von Institutionen.
- ☐ Sie hatten eine realistische Einschätzung ihrer Möglichkeiten und zeigten trotz ihrer Einschränkung eine hohe Leistungsmotivation

Problemlösestrategien

- „Resiliente Kinder haben gelernt, sich realistische Ziele zu setzen; sie trauen sich, Probleme direkt anzugehen und kennen dafür Problemlösestrategien; sie sind in der Lage, verschiedene Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.“ (Fröhlich-Gildhoff, Rönna-Böse 2015. S. 67)

Risiko- faktoren

- Kumulation von Risiken:
- Bei zwei Risikofaktoren vervierfacht, bei vieren verzehnfacht sich die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten psychischer Beeinträchtigung



Resilienzförderung

Resilienz- förderung

Kompensatorische Modelle
(veraltet)

Schutz- vs. Risikofaktoren-
Modelle

- (Modell direkt aus der Kauai-Studie abgeleitet)

Modelle der Herausforderung:

- Kompetenz- und Ressourcenorientierung

Das Kom- pen- sations- modell

Veraltetes
Konzept der
medizinisch,
psychologischen
und
pädagogischen
Unterstützung

- z.B. Frühförderung und Familienberatung der 70iger Jahre

Ideen:

- Defizite müssen behoben werden
- Üben am Fehler
- Es gibt für alles eine Therapie

Kompensationsmodell

1) Kompensationsmodell:



Risiko- und Schutz-faktoren-modell

Angelehnt
an die
Ergebnisse
der Kauai-
Studie:

- Minderung der Risikofaktoren
- Stärkung der Schutzfaktoren

Schutzfaktoren-Modell

2) Schutzfaktorenmodell:



Konzept der Kompetenzorientierung

Stärken stärken – Schwächen schwächen

- Nicht die Ursachen und Symptome haben Bedeutung, sondern die mobilisierbaren Ressourcen
- Stärkung von Selbstbewusstsein
- Förderung der Ich-Stärke

Kompetenzen können in jedem Lernfeld übergreifend erworben werden

Modelle der Herausfor- derung: Lebenslagen - oder Ressourcen- orientierung

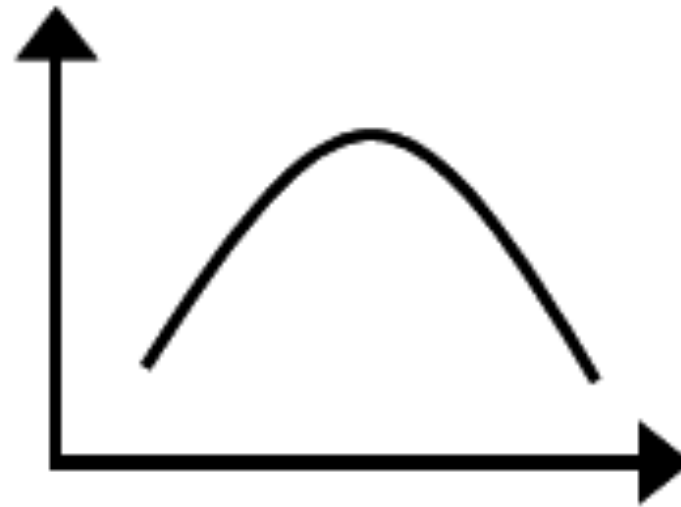
„Lebenslagen“ (Armutsforschung)

- Zur Lebenslage gehören ökonomische, nicht-ökonomische und immaterielle, objektive und subjektive Dimensionen
 - (z.B. Einkommensniveau, Wohnqualität, Gesundheit, Basiskompetenzen und Wohlbefinden).
- Lebenslagen sind Handlungsspielräume, die durch strukturelle Gegebenheiten begrenzt werden

Modelle der Herausforderung

3) Herausforderungsmodell:

Gesundheit



Belastung

Resilienzförderung und Lebenslagenorientierung

Ressourcen werden in den Lebenslagen der Kinder aufgespürt

individuelle und differenzierte Analyse der jeweiligen Möglichkeiten

Ideen einer Normalbiographie, normaler Familien oder normaler Kinder verlieren ebenso an Bedeutung, wie das festhalten an normgerechten Förderungen, Normalschulen usw.

Grenzen des Resilienzkonzeptes

Protektive Faktoren wirken bereichsbezogen und sind nicht immer stabil.

Die Doppeldeutigkeit der protektiven Faktoren
Kann positiv oder negativ wirken :

- Geringes Selbstwertgefühl ist ein Risikofaktor, ein hohes Selbstwertgefühl kann unrealistisch sein oder sogar Aggressivität fördern.

Grenzen des Resilienzkonzeptes

Protektive Faktoren stellen nicht das Gegenteil von Risikofaktoren dar, ihre Abgrenzung ist schwierig.

Die Pufferwirkung bzw. zeitliche Priorität protektiver Faktoren lässt sich kaum empirisch nachweisen (sie dürften ihre Wirkung nur bei Anwesenheit von Risiken entfalten).

Grenzen des Resilienzkonzeptes

Der Einfluss protektiver Faktoren variiert über die Lebenszeit:

- Zunächst sind konstitutionelle Faktoren besonders wichtig.
- dann Kommunikations- und Problemlösefähigkeiten.
- später Selbstwirksamkeits- und Kontrollüberzeugungen.

Geschlechtsspezifische Wirkung risikomildernder Faktoren (Petermann et al., 1998)

Kleinkind(1.-2.Lj.)-

- Höheres Bildungsniveau der Eltern
- Positive mütterliche Interaktion
- Familiäre Stabilität

Mittlere Kindheit (2.-10.Lj.)

- Emotionale Unterstützung durch die Familie
- Anzahl der Kinder in der Familie
- Anzahl Erwachsener außerhalb des Haushalts,
- mit denen das Kind gerne verkehrt

Jugendalter

- Vorhandensein eines Lehrers als Mentor oder Rollenvorbild
- Regelmäßige Aufgaben und Verantwortung im Familienalltag

Resilienz Probleme bei Forschung und Förderung

Resilienzstudien erfassen relativ identische Gruppen, d.h. Probanden kommen häufig aus identischen Milieus.

Die gesellschaftlichen Einflüsse auf die Resilienzentwicklung sind in den Studien kaum erfassbar .

Die Ergebnisse von Resilienzförderungen sind durch derart komplexe Wirkfaktoren beeinflusst, dass sie kaum vorhersehbar sind.

Kritik

Resilienz aus (sozial-) politischer Sicht:

- Resilienz wächst im Zusammenspiel des Kindes mit seiner Umwelt, deshalb braucht man eine kontinuierliche Resilienzförderung in den Lebenslagen der Jugendlichen und keine „Trainings“.
- Das Resilienz-Konzept darf nicht sozialpolitische Massnahmen ersetzen.

Literatur

- K. Fröhlich-Gildhoff, M. Rönna-Böse 2015: Resilienz. München, 4. Auflage
- C. Wustmann 2004: Resilienz. Widerstandsfähigkeit in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim
- A. Antonovsky 1997: Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen
- M. Zander (Hrsg.) *Handbuch Resilienzförderung*, VS Verlag für Sozialwissenschaften | Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH 2011