

Marie - Luise Conen (Hr.) wo keine  
Hoffnung ist, muss man sie erfinden  
Auer-System Verlag, Heidelberg  
2004

## Das Stärken der familialen Resilienz

Marie-Luise Conen

*Es ist besser, eine Kerze anzuzünden,  
als sich fortwährend über die Dunkelheit zu beklagen.*  
(Anonym)

In den letzten Jahren konnte ich in verschiedenen Arbeitszusammenhängen beobachten, wie zweifelnd und nicht selten auch verzweifelt die einen oder anderen Kollegen angesichts der negativen Entwicklungen einiger Familien, mit denen sie arbeiteten, waren. Positive Tendenzen, die sich seit geraumer Zeit aus der Arbeit mit den Familien abzeichneten, wurden in ihren Augen durch aktuelle, sich überstürzende Ereignisse und Vorkommnisse regelrecht „zunichte“ gemacht. Sie entwickelten das Gefühl, nichts gegen die zunehmenden Probleme und Ausgrenzungen der Kinder setzen zu können.

Diese oftmals pessimistischen oder kritischen Einschätzungen der Zukunft dieser Kinder zeigten jedoch eine nicht zu unterschätzende Wirkung auf die Motivation und das Alltagshandeln vieler Kollegen, die mit diesen Familien arbeiten. Die daraus resultierende Haltung wiederum hat erheblichen Einfluss auf die methodischen Vorgehensweisen und Interventionen von Kollegen – auch von systemisch orientierten. Diese gelten nicht selten in einem solchen von Pessimismus, wenn nicht gar Pessimismus geprägten Helfenumfeld als Hindernis oder Kollegen mit „rosaroten Brillen“, die nicht genau genug hinsehen. Sie fühlen sich in ihrer Orientierung an den Ressourcen und Stärken der Familien nicht ernst genommen und werden bei weiteren Entscheidungen im Helfersystem nicht selten übergangen.

In dieser Situation werden Kollegen oftmals Teil einer Dynamik, wodurch sie den „Erwartungen“ der Familien entsprechen. Professionelle Helfer wecken bei ihnen in vielfältigster Weise Hoffnungen,

auch solche auf die Veränderbarkeit ihrer Schwierigkeiten und Probleme. Wenn die Klienten jedoch Hoffnungen entwickeln, dann können sie auch enttäuscht werden. Bedingt durch ihre Ängste vor erneuten Enttäuschungen zeigen u. a. die Familien, die bereits seit längerem von der Jugendhilfe betreut werden, oftmals destruktive oder zu kritisierende Verhaltensweisen. Diese tragen dazu bei, dass professionelle Helfer die Familien in ihrer eigenen skeptischen Haltung bestätigen – und sie „aufgeben“. Damit „ersparen“ sie in gewisser Weise den Familien eine notwendige Auseinandersetzung mit ihren Ängsten vor Veränderungen sowie eine Konfrontation mit der „hoffnungslosen“ Betrachtung ihrer Zukunftsperspektiven.

Um dieser Dynamik zwischen professionellen Helfern und Familien, die oftmals als hoffnungslose Fälle bezeichnet werden, entgegenzuwirken, ist es dringend geboten, aufbauend auf den Ressourcen und unter Einbeziehung ihrer „psychischen Widerstandsfähigkeit“ (Resilienz) Wege zu finden, diese Familien in der Entwicklung konstruktiver Problemlösungsmuster zu unterstützen.

## RESILIENZ

Resilienz wird lt. naturwissenschaftlicher Definition als Fähigkeit beschrieben, zu einer vorherigen Form zurückzuspringen.

Die Definition nach dem Oxford English Dictionary lautet:

- a) An act of rebound and springing back (Zurückfedern, Zurückspringen)
- b) Elasticity; the power of resuming the original shape or position after compression, bending (Kompression, Zusammenrücken, Biegen, Krümmen, Beugen)
- c) Tendency to rebound or recoil (Zurückspringen, Zurückprallen)
- d) Turning to original position, spring back; recoiling (Zurückspringen, Zurückprallen)

Resilienz beschreibt eine Elastizität, die mit der Kraft verbunden ist, die vorherige Form oder Position wieder einzunehmen, nachdem diese eingedrückt oder verbogen wurde.

Masten, Best a. Garnezy (1990, p. 426) definieren Resilienz als den Prozess und die Fähigkeit, eine erfolgreiche Anpassung herzu-

stellen – trotz ausfordernder oder bedrohlicher Bedingungen. Schon Redl (1969) beschreibt Ego-Resilienz als die Fähigkeit, trotz widriger Umstände den erschwerenden Einflüssen zu widerstehen und nach kurzer Zeit ohne fremde Hilfe zum normalen Funktionsniveau zurückzukehren. Resilienz ist die Eindeutschung von „Resilience“, die manche auch mit „psychischer Widerstandsfähigkeit“ (Lösel, Kolip u. Bender 1992) übersetzen; diese Bezeichnung vernachlässigt jedoch „die sozialen Faktoren der betreffenden Prozesse“ (Bender 1995, S. 5).

Nach Froma Walsh (1998), führende amerikanische Familientherapeutin, kann Resilienz als die Fähigkeit definiert werden, aus den widrigsten Lebensumständen gestärkt und mit größeren Ressourcen ausgestattet als zuvor herauszukommen, als dies ohne diese schwierigen Lebensumstände der Fall gewesen wäre. Es ist ein aktiver Prozess des Wagemuts und der Fähigkeit zur Selbstkorrektur sowie des Wachsens als eine Antwort auf Krisen und die daraus resultierenden Herausforderungen. Resilienz ist die Fähigkeit, Elend, Not und Traumata zu überwinden.

## RISIKOFAKTOREN

Werner and Smith (1992) stellen fest, dass die Wechselwirkung von bestehenden Risikofaktoren, belastenden Lebensereignissen und protektiven Faktoren, die sowohl im Kind selbst als auch im Umfeld vorhanden sind, den Anpassungsgrad eines Individuums bestimmen.

Hauptrisikofaktoren, die zum Zeitpunkt der Geburt bestehen (hierzu gehören u. a. chronische Armut, genetische Beeinträchtigungen, psychotisches Verhalten eines Elternteils) bedingen durch belastende Lebensereignisse (Scheidung der Eltern, familiäre Streitigkeiten) eine relative Vulnerabilität (Werner a. Smith 1992). Protektive Faktoren können jedoch dazu beitragen, dass die Auswirkungen der Hauptrisikofaktoren als auch der belastenden Lebensereignisse abgemildert werden und sich die Resistenz gegenüber Stress erhöht. Zu den protektiven Faktoren im Kind gehören u. a. soziale Fertigkeiten, positive soziale Orientierung, Selbstständigkeit oder im Umfeld Aspekte wie nahe gleichaltrige Freunde, zusätzliche Versorgungspersonen und auch eine positive Eltern-Kind-Beziehung.

Nach einigen Studien wie von Pfeiffer, Wetzels u. Enzmann (1999), Heimeyer (1996) und Rutter (1985) führen Armut und Zugehörigkeit zur Unterschicht im Zusammenhang mit den damit verbundenen chronischen Belastungen und Benachteiligungen im Allgemeinen zu einer Gefährdung der kindlichen Entwicklung; des Weiteren beeinträchtigt eine unzureichende Qualität der versorgenden Umgebung ebenfalls die psychosoziale Entwicklung eines Kindes (Goldstein a. Tuma 1987).

Ferner erweisen sich als akut oder temporär belastend kritische Lebensereignisse bzw. solche Ereignisse und Änderungen im Lebenslauf eines Menschen wie z. B.:

- Erkrankungen
- Krankenhausaufenthalte
- Vorübergehende Trennung der Eltern und auch Scheidung der Eltern
- Tod des Partners, eines Elternteils, eines Geschwisters oder nahen Freundes
- Heirat
- Schwangerschaft
- Geburt von Geschwistern innerhalb der ersten zwei Jahre nach der Geburt des Kindes
- Eintritt in eine neue Schule
- Vergewaltigung
- Misshandlung
- Sexueller Kindesmissbrauch u. Ä.<sup>1</sup>

Häufen sich solche Ereignisse – und nach meiner Beobachtung ist dies bei Jugendhilfefamilien<sup>2</sup> oft der Fall –, so tragen sie erheblich zum Problemverhalten von Kindern und Jugendlichen bei.

Nicht diese Lebensereignisse an sich haben jedoch die starken oder prägenden Auswirkungen auf das Kind, wie dies meist auch von professionellen Helfern angenommen wird. Es ist vielmehr die

<sup>1</sup> Es ist allerdings noch nicht gelungen, valide Risikofaktoren zu identifizieren (Masten a. Garmezy 1985; Pellegrini 1990).

<sup>2</sup> Als Jugendhilfefamilien werden die Familien bezeichnet, die seit längerem von Jugendämtern betreut werden. Häufig erhalten diese Familien „Hilfen zur Erziehung“, um bestehende Defizite in der Förderung und Entwicklung ihrer Kinder zu kompensieren.

Vielzahl von Veränderungen, die oft mit den Ereignissen einhergehen und verarbeitet werden müssen.

*Mit ihrer Trennung von ihrem Mann zog Frau Martens mit ihren beiden Kindern (neun und elf Jahre) aus der ehelichen Wohnung aus. Die neue Wohnung befand sich nicht im gleichen Schulenzugsgebiet, so dass mit dem Wohnungswechsel für die Kinder auch ein Schulwechsel einherging. Frau Martens fand eine Arbeitsstelle und hatte das Glück, ihre beiden Kinder bereits nach kurzer Zeit in einem Hort unterbringen zu können. Ungewöhnlichkeiten im Besuchskontakt mit dem Kindesvater, eingeschränkte räumliche Bedingungen, erheblich reduzierte finanzielle Mittel, Bemühungen um neue Kontakte und Freundschaften in der Schule und ein reduzierter Bekannten- und Freundeskreis sind nur einige der Probleme, die die Kinder bzw. die Familie in dieser Situation bewältigen müssen.*

Es sind auch nicht die einzelnen Risikofaktoren, sondern es ist das gleichzeitige Vorliegen von mehreren Faktoren, das einen bis zu zehnfachen Anstieg des Störungsrisikos mit sich bringen kann (Rutter 1979). Das Verstärken oder das Reduzieren von Vulnerabilitäten für das Kind ist von der Interaktion mit seiner Umgebung abhängig. Die eigenen Reaktionen des Kindes sowie seiner Umgebung tragen mit dazu bei, ob diese Risikofaktoren kompensiert werden können oder sich in ihren Effekten potenzieren lassen (Murphy a. Moriarty 1976; Sameroff, Baroca a. Seifer 1984). Darüber hinaus ist nach Werner and Smith (1992) die Bedeutung, die der Erfahrung bzw. dem Ereignis gegeben wird, ausschlaggebend – eine Grundlage jedweder Art systemischen Arbeitens.

Schichtzugehörigkeit, Armut, psychiatrische Erkrankung eines Elternteils, Kriminalität der Eltern u. Ä. sind Faktoren, die vom Kind nicht direkt erfahren werden, sondern sie werden über Verhalten und Erfahrungen vermittelt (Baldwin, Baldwin a. Cole 1990), wie dies z. B. bei sozial unerwünschten Verhaltensweisen der Eltern oder von der Umwelt kritisierten Erziehungspraktiken der Fall ist.

Interessanterweise haben Studien jedoch auch ergeben, dass die kleinen nervenden und frustrierenden alltäglichen Erfahrungen in den zwischenmenschlichen Beziehungen (so genannte „hassles“) Anpassungsprobleme eher vorhersagen lassen als die o. g. „großen Lebensereignisse“ (vgl. DeLongis et al. 1982). Diese kleinen Nickerlichkeiten sind es, die einen wesentlichen Einfluss haben auf die Art

und Weise, wie kritische Lebensereignisse wirken. Sie haben weitaus mehr Einfluss auf den familialen Zusammenhalt als die kritischen Lebensereignisse selbst. Erst die Anhäufung von vielen Alltagsfrustrationen und kritischen Lebensereignissen führt zu einem Problemverhalten der Kinder und einer „Erziehungsresignation“ bei den Eltern (Wertlieb, Weigel a. Feldstein 1987). Diese Forschungsergebnisse sind insbesondere für die Arbeit mit Eltern wichtig, die als Resultat ihrer „Erziehungsfrustration“ ihr Kind bzw. ihren Jugendlichen beim Jugendumt abgeben wollen.

Verschiedene Studien (Bleuler 1978, 1984; Mednick et al. 1984; Masten et al. 1988; Rutter 1979, 1990, Werner a. Smith 1982), vor allem die Forschungsstudie von Werner and Smith (1992), die über 40 Jahre hinweg das Leben von rund 700 Kindern auf der Insel Kauai/Hawaii untersuchten) zeigen als Ergebnis, dass zu den wichtigsten Faktoren für eine positive Entwicklung der Kinder eine warme, emotionale Beziehung zu einer Person gegebenenfalls auch zu einer Ersatzperson außerhalb der Familie gehörte. Diese Person akzeptierte sie ohne Wenn und Aber. Die Kinder hatten jemanden, an den sie sich wenden konnten und entwickelten auch gleichzeitig das Gefühl, eigene Anstrengungen und Kompetenzen einbringen zu können.

Ferner war von Bedeutung, dass die resilienten Kinder alle mit der Ausführung von verantwortungsvollen Aufgaben betraut waren. Ausschlaggebend war, dass sie das Gefühl entwickeln konnten, gebraucht zu werden. Mädchen zeigten im Allgemeinen eine positivere Entwicklung und erwiesen sich in Hinblick auf einzelne Faktoren weniger vulnerabel als Jungen. In Bezug auf die Beiträge zur Resilienz eines Kindes, die die Familien leisteten, waren u. a. von Bedeutung: Wärme, Affekte, emotionale Unterstützung sowie ganz klare und verständliche Strukturen und Grenzen.

Für den Fall, dass die Eltern solche Beiträge nicht leisten konnten, ersetzten dies andere Personen wie ältere Geschwister, Tanten und Onkel, Großeltern und andere Personen in der weiteren Familie. Einen Beitrag zu einer größeren Resilienz des Kindes leisteten auch Kontakte und Beziehungen zu Freunden, Nachbarn, Lehrern, Pfarrern und anderen Mentoren (Rutter 1987; Werner a. Smith 1992).

## PROTEKTIVE FAKTOREN

Farrington and West (1990) stellten in ihrer Londoner Studie<sup>3</sup> zur Delinquenzentwicklung folgende protektive Faktoren gegen Straffälligkeit von Kindern fest:

- Hohe Intelligenz
- Großer Wortschatz
- Beenden der Schule
- Leistungsorientiertes Arbeiten in der Schule
- Starkes Interesse der Eltern an der Bildung ihres Kindes bereits im Alter von acht Jahren
- Verbleib in der Schule bis mindestens 17 Jahre
- Keine oder wenige Freunde
- Nicht-delinquente Freunde
- Freunde in der Schule
- Betreiben von Einzelaktivitäten
- Größere Ängstlichkeit
- Starkes Introvertiertsein
- Hohe Beliebtheit bei anderen Kindern und Jugendlichen
- Hohes Selbstwertgefühl
- Kirchenbesuch

Resiliente Kinder und Jugendliche zeigen in diesen Studien ein Überzeugtsein von der eigenen Wirksamkeit sowie eine geringere Hilflosigkeit. Dies ist im Allgemeinen verbunden mit Selbstvertrauen und einem entsprechenden Selbstwertgefühl (Cowen et al. 1990; Garnezy 1985; Garnezy a. Derine 1984; Hetherington 1989; Rutter 1985; Werner 1990).

Kinder und Jugendliche, die sich über eine längere Zeit hinweg stabil resilient erweisen, sind in ihrer Problembewältigung aktiver. Sie „suchen bei Problemen und Schwierigkeiten wesentlich häufiger Informationen und auch Rat bei (anderen) Erwachsenen, sprechen auch Probleme ... an“ und versuchen bei der Problemlösung Freunde und andere Erwachsene einzubeziehen (Bender 1995, S. 145 ff.). Resiliente Jugendliche zeigen eine größere Frustrationstoleranz, verhalten sich ruhiger, aufgeschlossener und sind auch kontaktbereiter.

3 Die Studie umfasste 411 Londoner Jungen im Alter von acht bis neun Jahren, die in einem Arbeiterviertel lebten.



Des Weiteren zeigen sie eine höhere Aufgabenorientiertheit. Sie betrachten ihre persönliche Zukunft realistischer. Sie zeigen deutlich weniger Hilflosigkeitsgefühle. Sie sind weniger in einer Rückzugs- und Verweigerungshaltung verhaftet und neigen weniger zu problemvermeidenden Bewältigungsverhalten (Bender 1995, S. 145 ff.).

Nicht-resiliente Kinder und Jugendliche erleben dagegen ihre Welt als ungeordneter und unstrukturierter. Sie betrachten ihr Leben und auch Ereignisse als weitgehend von Zufall, Glück, Schicksal oder Pech abhängig.

Rutter (1990) fand in seiner Studie heraus, dass resiliente Kinder in der Erziehung durch ihre Eltern mit Konsistenz, größerer Disziplin und elterlicher Kontrolle konfrontiert waren. Garnezy (1987), Hetherington (1989), Werner a. Smith (1989) wiesen in ihren Studien darauf hin, dass klare Verhaltensregeln, die Strukturierung des Alltags und eine konsequente Erziehungsdisziplin durch die Eltern wichtige Schutzfaktoren für eine positive Entwicklung darstellen. Baldwin a. Cole (1990) betonten aufgrund ihrer Untersuchung, dass die elterliche Kontrolle (Monitoring) vor allem bei armen Familien mit ihren vielfältigen Risiken im sozialen Umfeld für die Kinder einen Schutzfaktor darstellt, die Kinder vor Gefahren zu schützen, und zu einer positiven kindlichen Anpassung beiträgt – während dies bei Familien aus der Mittelschicht negative Auswirkungen hat. Hawkins, Catalano a. Miller (1992) fanden ebenfalls heraus, dass klare Regeln, Lob, elterliche Aufsicht und die Abwesenheit von unfairer Kritik mit dazu beitrugen, dass die Kinder keine devianten Verhaltensweisen entwickelten.

Die positiven Ergebnisse in Hinblick auf die Bedeutung von elterlicher Kontrolle (Monitoring) und Aufsicht sollten meines Erachtens wesentlich mehr Berücksichtigung finden in der Arbeit mit armen Familien. Diesem elterlichen Erziehungsstil könnte von Seiten professioneller Helfer mehr Respekt entgegengebracht werden, da er in den Lebenszusammenhängen dieser Familien offensichtlich einen wichtigen Faktor darstellt, die Kinder gut aufzuziehen. Ferner müssten Eltern, die in sozial schwierigem Umfeld ihre Kinder aufziehen müssen, ermutigt werden – trotz ihrer eigenen Probleme –, ihren Kindern gegenüber verstärkte Aufmerksamkeit zu zeigen sowie Interesse an deren Aktivitäten.

Resiliente Jugendliche verfügen häufiger über außerfamiliäre Kontakte und Bezugspersonen, zu diesen gehören u. a. Nachbarn,

Lehrer, Pfarrer oder andere Erwachsene (Werner 1993). Diese Ersatz- oder Ergänzungspersonen spielen bei resilienten Kindern und Jugendlichen eine wesentliche Rolle. Sie füllen die Lücke, die die Eltern offen lassen.

In Bezug auf das soziale Netzwerk von Jugendlichen ist es bedeutsam, dass bei resilienten Jugendlichen Freunde bzw. Freundschaften eine wesentliche soziale Unterstützung darstellen. Bei delinquenten Jugendlichen hat der mögliche negative Einfluss von Freunden und Peer-Gruppen im Zusammenhang mit anderen Risikoverhaltensweisen (z. B. Drogen) ungünstige Auswirkungen. Resiliente Jugendliche zeichnen sich dadurch aus, dass sie ihr soziales Netz offensichtlich differenzierter nutzen (Bliesener 1988). Delinquente Jugendliche haben tendenziell mehr gute Freunde, sind eher in eine Peer-Gruppe eingebunden, in der sich Jugendliche mit ähnlichen Problembelastungen befinden (Bender 1995, S. 161).

Geschlechtsspezifische Aspekte spielen in verschiedenen Entwicklungsphasen eine nicht zu unterschätzende Rolle, z. B. bei Jungen, die in der Kindheit größeren Risiken ausgesetzt sind, und Mädchen, die besser Notlagen überwinden können, jedoch eher in der Adoleszenz Problemverhalten zeigen. Erklärungen hierzu sind sicherlich in der geschlechtsspezifischen Sozialisation zu suchen. So hat man festgestellt, dass die frühe Übernahme von Verantwortung im Haushalt und in der Geschwisterversorgung halfen, ein Kompetenzgefühl zu entwickeln.

Die Abwesenheit des Vaters in der Kindheit war bei Jungen mit negativen Folgen verknüpft, während dies bei den Mädchen weniger zutraf. In der Studie von Bender (1995), die 33 bzw. 71 Heimjugendliche untersuchte, hatten resiliente Jugendliche signifikant seltener Kontakte zu ihrem Vater. Wenn jedoch ein Vater vorhanden war, hatten sie häufiger Kontakt mit ihm als nicht-resiliente Jugendliche. Bei nicht-resilienten Jugendlichen scheinen seltenere Kontakte zum Vater die Vulnerabilität zu erhöhen. Die Jugendlichen interpretieren die seltenen Kontakte des Vaters – sie selbst wünschen sich mehr Kontakte – als Desinteresse an ihrer Person. Dies wird als kränkend erlebt und wirkt sich problemaufrechterhaltend aus (Bender 1995, S. 163). Bei resilienten Jugendlichen ist die Trennung vom Vater offensichtlich klarer.

Die Studien zur Resilienz zeigen deutlich, dass potenziell gefährdende Ereignisse auch immer das Potenzial in sich haben, einen

„stärkenden Effekt“ auszuüben, wenn sie erfolgreich bewältigt werden (Anthony 1987).

Die führenden Vertreter der vorwiegend angloamerikanischen Resilienzforschung (Anthony 1974; Cowen a. Work 1988; Masten a. Garmezy 1985; Rutter 1984, 1989; Werner 1984, 1989; Cicchetti a. Garmezy 1993; Pelligrini 1990; Hetherington 1989; Farrington 1989, 1992) setzen im Allgemeinen ihren Fokus auf die Entwicklung von Erwachsenen in Bezug auf die Belastungen und Benachteiligungen, die sie in der Kindheit und Jugend erlebt haben und wie sich daraus entstandene Risiken entwickeln. Die Familie wurde vorwiegend als Ursache für das Leid der Kinder betrachtet. Dementsprechend wurde in den Studien eher darauf geachtet, welche Ersatzbeziehungen außerhalb der Familien für die sich traumatisierend verhaltenden Eltern bestanden – um so dem „zerstörerischen“ Einfluss der Eltern entgegenzuwirken. Die potenziellen Ressourcen der Familien wurden bisher nicht gesehen (Walsh 1993).

Aus familientherapeutischer Perspektive gilt es meines Erachtens darauf zu fokussieren, wie es den Familien – und nicht nur den Individuen – gelingt, ihren Aufgaben und Anforderungen – und sei es auch in Teilen – gut funktionierend nachzukommen.

#### RESILIENZFORSCHUNG UND SCHLUSSFOLGERUNGEN FÜR ANDERE THEORIEN

Beschäftigt man sich eingehender mit den Ergebnissen der Resilienzforschung, trägt dies gegebenenfalls dazu bei, sich von einer Reihe von weit verbreiteten Ideen zu verabschieden. So werden meines Erachtens die Ergebnisse der Bindungsforschung ein wesentliches Stück in der ihr zugeordneten hohen Bedeutung relativiert. Immer wieder stellte sich – vor Kenntnis der Forschungsergebnisse zur Resilienz – für mich die Frage, was die bindungstheoretischen Überlegungen und Forschungsergebnisse bedeuten in Hinblick auf das Aufwachsen von Kindern aus Familien,

- in denen diese Bedingungen nicht gegeben sind,
- in denen die gelungene Bindung, die ein gutes Aufwachsen sichern soll, nicht möglich ist,
- wenn gesellschaftliche Bedingungen es zunehmend erschweren und diese Grundzutaten des Aufwachsens dem Kind und den Eltern nicht zur Verfügung stehen.

Psychodynamische Theorien und aus ihr abgeleitete Therapie- und Beratungsansätze setzen in dieser Frage an dem Nachholen dieser Bindung an, wodurch bestehende Bindungsdefizite aufgeholt werden sollen. Diese Überlegungen setzen voraus, dass die Klienten sich auf eine entsprechend gestaltete Therapie bzw. Beratung einlassen. Die Frage stellt sich, was mit den Menschen geschieht, für die dieser Zugang nicht gegeben, nicht möglich oder nicht sinnvoll ist?

Die vielfältigen Verarbeitungsformen von schwierigen Lebensereignissen und Lebensbedingungen auch und vor allem von armen Familien bzw. deren Mitgliedern zeigen einen hohen Grad an individuellen Gestaltungsmöglichkeiten, mit den daraus resultierenden Erfahrungen umzugehen. Ersatzbindungen und Nachholen von Bindungserfahrungen anzubieten, stellt dabei jedoch meines Erachtens nur eine – eingeschränkte – Möglichkeit dar. Darüber hinaus gilt es, die Ergebnisse der Resilienzforschung in der Arbeit mit armen Familien verstärkt zu berücksichtigen, als dies bisher auch und vor allem in der Jugendhilfe erfolgte.

Insbesondere aus systemischer Sicht gilt es, die alles entscheidende Rolle, die bisher den Erfahrungen in frühen Lebensphasen gegeben wurde, angesichts der Ergebnisse der Resilienzforschung nicht in dem bisherigen Umfang bzw. Gewicht weiter aufrechtzuerhalten. Sich auf die Erkenntnisse von – auch familialer – Resilienzforschung einzulassen, heißt auch, Abschied zu nehmen von der unter professionellen Helfern vorherrschenden Idee, dass frühe oder schwere traumatische Kindheits- und Jugenderfahrungen nicht ungeschehen gemacht werden könnten und dass sich diese Traumata in der Regel negativ auf die weitere Lebensbewältigung auswirken „müssen“. Es gilt Abschied zu nehmen von der Vorstellung, dass größtes Elend und Notlagen für immer zerstörerisch auf das Leben von Menschen wirken.

Menschen sind flexibler in ihrem Umgang mit den Herausforderungen in ihrem Leben, als dies bisher angenommen wurde. Mehr noch, Resilienz kann nicht einfach durch die positive Gestaltung von frühen Interaktionen für immer hergestellt werden. Wichtig ist zu betonen, dass Resilienz zu jedem Zeitpunkt im Lebenszyklus entwickelt wurde und werden kann (Werner a. Smith 1992). Die Abwärts-spiralen können zu jedem Zeitpunkt im Leben umgedreht werden.

Die noch immer weit verbreitete Fokussierung auf den mütterlichen Einfluss und den Schaden, den ein Elternteil anrichten kann,

übersieht die Bedeutung von Geschwistern sowie das Netzwerk der erweiterten Familie. Die Bedeutung einer großen Bandbreite von unterstützenden Beziehungen ist in jedem Alter nicht zu unterschätzen (Werner a. Smith 1992; Walsh 1998).

Menschen sind nicht ihr Leben lang Opfer ihrer Kindheit. Resilienz bedeutet mehr als Überleben oder davon zu kommen. Das Gegenteil ist der Fall: Ihre Erfahrungen können dazu beitragen, auch andere schwierige und widrige Lebenssituationen zu bewältigen und zu meistern. Resilienz ermöglicht es den Menschen, sehr schmerzhafte Wunden zu heilen, Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen und ihr Leben voll anzunehmen.

Nicht selten wird Resilienz gleichgesetzt mit Invulnerabilität (Unverletzlichkeit). Menschliche Verletzlichkeit wird dann gleichgesetzt mit Schwäche und Invulnerabilität mit Stärke. Es ist wichtig, in der Diskussion über Resilienz nicht diejenigen, die nicht-resilient sind, zu beschuldigen, sie hätten nicht die richtige Chemie, um aus ihren Erfahrungen von Elend und Not Stärken und Fähigkeiten zu entwickeln. Daher ist – bei allen positiven Aspekten, die die Resilienzforschung in den Vordergrund stellt – sicherlich davor zu warnen, dass die Politik nicht diese Erkenntnisse aus der Resilienzforschung benutzt, um Hilfsmaßnahmen zu streichen oder Ungleichheiten bestehen zu lassen.

### **NORMALITÄT UND NORMALE FAMILIEN**

Als ich vor rund zehn Jahren das Konzept der aufsuchenden Familientherapie – angelehnt an das Konzept verschiedener Mitarbeiter von Minuchin (Fussner 1992; Colapinto 1997) – entwickelte, war eines der für mich eindrucklichsten Ergebnisse eine Unterredung mit einem Fachdienst. In diesem Gespräch wurde ich mehr als eindrucklich und deutlich darauf hingewiesen, dass diese Familien nicht behandelbar seien, dass es ethisch nicht vertretbar sei, mit Klienten zu arbeiten, die nicht motiviert seien. Die mir entgegengebrachte Skepsis erschreckte mich und erstaunt mich auch heute immer wieder: Diesen Familien sei letztlich nicht zu helfen. Meine Gegenfrage lautet dabei seit einiger Zeit stets: Was gibt uns professionellen Helfern das Recht, Klienten aufzugeben?

Als ich von einer Studie von Higgins (1994) über resiliente Erwachsene las, in der er feststellte, dass die meisten in seiner Befragungspopulation Therapeuten waren, habe ich schmunzeln müssen. Viele von uns professionellen Helfern haben Not und Elend, ja gar Traumata und schwere Erlebnisse selbst erfahren.<sup>4</sup> Diese Erfahrungen ermöglichen es oft erst, mit Familien hilfreich zu arbeiten. Professionelle Helfer wissen dann, wovon die Familien sprechen, wenn sie ihre schwierigen Lebensbedingungen und Probleme schildern. Berühmte Therapeuten und Forscher, wie z. B. Jean Piaget, haben aufgrund ihrer Beeinträchtigungen (seine Mutter zeigte psychotische Verhaltensweisen) Fähigkeiten entwickelt, die ihnen nicht nur halfen, in ihren Familien zu überleben, sondern später auch zu erheblichen Erkenntnissen in unserem Feld beizutragen.

In diesem Zusammenhang soll ein weiteres Ergebnis der Resilienzforschung herausgestellt werden. Nach Anthony (1987) nehmen fast die Hälfte der Kinder aus hochrisikobesetzten Lebensumständen eine normale und sogar 61–62 % eine außergewöhnlich positive Entwicklung; zu ähnlichen Ergebnissen kamen Rutter (1985), Werner and Smith (1992) sowie Kaufman and Zigler (1987). Letztere stellten in ihrer Studie auch fest, dass die meisten als Kinder misshandelten Erwachsenen ihre Kinder wiederum nicht misshandeln (ein ähnliches Ergebnis ermittelte Honig 1986).

In der Betrachtung der Resilienz von Familien ist es nicht unerheblich, die Mythen im Hinblick auf so genannte normale Familien anzuschauen:

- normale Familien seien problemfrei
- und die traditionelle Familie sei die einzige Form.

Es besteht vielfach – auch bei professionellen Helfern – ein Familienbild, das eigentlich nur in den 50er-Jahren des 20. Jahrhunderts gültig war. Froma Walsh hat eine meines Erachtens sehr zutreffende Definition von normalen Familien vorgenommen, wenn sie sagt, dass *normale Familien die Familien sind, die klinisch noch nicht diagnostiziert wurden* (1993).

4. Meines Erachtens stellen solche Erfahrungen eine wichtige Voraussetzung dar, Klienten zu verstehen; sie sind ein wichtiger Bestandteil der Beziehungsarbeit (Wedekind 1986) und nicht Ausdruck einer Hilflosigkeit von Helfern.

## RESILIENTE FAMILIEN

In der Arbeit mit armen Familien zeigen diese immer wieder, dass sie trotz schwerster Beeinträchtigungen und Traumatisierungen in ihrer eigenen Kindheit für ihre Kinder sorgen und ein funktionales Familienleben führen bzw. führen können. Ihre Potenziale zur Selbstreparatur und ihre Fähigkeiten, an Herausforderungen auch in Krisenhaften Situationen zu wachsen, sind deutlich zu spüren. Für resiliente Familien bzw. Familienmitglieder ist es charakteristisch, aus traumatischen Erfahrungen zu lernen und bewusst positive Entscheidungen zu treffen. Salvador Minuchin war einer der ersten Familientherapeuten, der verdeutlichte, dass der Erfolg von Interventionen ebenso von den Ressourcen einer Familie abhängt wie von den Fähigkeiten des Therapeuten, diese zu aktivieren (Minuchin u. Nichols 1993).

Froma Walsh (1998) empfiehlt Familientherapeuten in der Arbeit mit (armen) Familien:

Die Familienmitglieder sind in ihrer Zusammenarbeit zu unterstützen, um dadurch dazu beizutragen, ihre neuen und erneuerten Kompetenzen aufzubauen bzw. auszubauen, sich gegenseitig zu unterstützen und in ihrem Glauben zu bestärken, dass ihre Familie auch in schwierigen Zeiten zusammenbleiben wird. Diese Unterstützung schafft ein Familienklima, das ihnen hilft, eine Haltung zu entwickeln, als Familie gemeinsam auch unüberwindbar geglaubte Hindernisse überwinden zu können. Aufgrund der gemeinsamen Anstrengung, der gemeinsamen Ressourcen und ihrer Fähigkeiten sammeln die Familienmitglieder Erfahrungserfolge, die über gängige Problemlösungsansätze hinausgehen und zur Problemprävention beitragen.

Nach Beavers and Hampson (1990) ist bei resilienten Familien, die hochfunktional in Notsituationen reagieren, der Erfolg in der Lösung von Problemen wesentlich gekoppelt an folgende Sichtweisen:

- Erfolg ist in Teilen abhängig von Variablen, die außerhalb ihrer Kontrolle liegen.
- Sie selbst können einen Unterschied herbeiführen und Situationen beeinflussen.

- Sie akzeptieren die menschlichen Begrenzungen.
- Sie halten niemanden für total hilflos, und
- niemand kann alles beeinflussen.

Ihr Selbstbewusstsein entwickelt sich aus der relativen Kompetenz, die aus der positiven Bewältigung von Aufgaben entsteht – und nicht aus der absoluten Kontrolle der Situation im Umgang mit Herausforderungen.

Als hinderlich ergeben sich für Familien nach einer anderen Studie von Beck et al. (1987) drei Aspekte:

1. Das Unterschätzen von Stärken
2. Das Überbetonen von jedem Fehler
3. Die Entwicklung einer Katastrophenstimmung

Familien, die dem Bild einer Idealvorstellung von Normalfamilien nicht entsprechen, werden häufig stigmatisiert und pathologisiert. Viele dieser Familien wollen daher keine Hilfen annehmen oder sie ersuchen nicht zeitiger um Hilfe, da sie befürchten, als dysfunktional und unzureichend funktionierend betrachtet zu werden. Carl Whitaker (Whitaker a. Keith 1981) betonte, dass gerade der Versuch, dem allgemeinen Modell von Familie zu entsprechen, oft gerade die Ursache für die Probleme und die Not in vielen Familien – und vor allem bei Jugendhilfefamilien – ist.

Interessant ist in diesem Zusammenhang, sich zu vergegenwärtigen, dass nicht selten Individuen für ihren Erfolg gelobt werden, Familien werden jedoch für jede Art von Versagen beschuldigt, und nur ganz selten für einen Erfolg anerkannt (Walsh 1993).

## FAMILIALE GRUNDLAGEN UND SCHÜSSELPROZESSE IN DER RESILIZENZ VON FAMILIEN

### a) Glaubenssysteme

Wie Familien ihre Probleme und auch ihre Möglichkeiten zur Lösung betrachten, hat deutliche Auswirkungen auf ihre Art, die Probleme zu bewältigen. Ob sie in Verzweiflung und Ratlosigkeit stecken bleiben oder Wege finden, ihre Probleme konstruktiv zu lösen, ist eng im Zusammenhang mit ihren jeweiligen Glaubenssystemen zu sehen. Sie stellen eine nie zu unterschätzende Kraft in der psychischen Widerstandsfähigkeit von Familien dar.