

Prof. Dr. Herbert Scheithauer

Arbeitsbereich Entwicklungswissenschaft & Angewandte Entwicklungspsychologie
Freie Universität Berlin

Resilienz – Mythos oder Grundlage für entwicklungsorientierte Prävention?



Vortrag auf dem Symposium
„Kinder mit Zukunft – unsere Verantwortung.
Frühe Prävention – Aufgaben und Potentiale“,
20./21.09.2012, Hamburg.



Prolog: Salutogenese

- Aaron Antonovsky (1970) Erhebung über die Anpassungsfähigkeit von Frauen verschiedener ethnischer Gruppen an die Menopause
- Eine Gruppe war 1939 zwischen 16 und 25 Jahre alt gewesen und hatte sich zu dieser Zeit in einem nationalsozialistischen Konzentrationslager befunden
- Der Anteil der in ihrer Gesundheit nicht beeinträchtigten KZ-Überlebenden Frauen betrug 29 %
- Frage: welche Eigenschaften und Ressourcen haben diesen Menschen geholfen, unter den Bedingungen der KZ-Haft sowie in den Jahren danach ihre (körperliche und psychische) Gesundheit zu erhalten?
- Salutogenese als ein Konzept der Entstehung von Gesundheit



Gliederung des Vortrags

- ➔ Definitionen: Worüber sprechen wir eigentlich?
- 2. Entwicklungsaufgaben
- 3. Längsschnittstudien und entwicklungsps. Resilienzforschung
- 4. Fehlannahmen Resilienzforschung
- 5. Wirkmechanismen
- 6. Resilienzförderung?

Resilienz (*engl. resilience*) = Elastizität, Unverwüstlichkeit

Begriff aus der Physik (Eigenschaft von Material, nach Belastung wieder in den Ausgangszustand zurückzukehren)

„Resilienz (Widerstandsfähigkeit) umschreibt in der Psychologie die Fähigkeit, relativ unbeschadet mit den Folgen belastender Lebensumstände umgehen und Bewältigungskompetenzen entwickeln zu können.“

„Resilienz bezieht sich nicht allein auf die Abwesenheit von psychischen Störungen, sondern schließt den Erwerb bzw. Erhalt altersangemessener Fähigkeiten mit ein.“

Was ist „positive Entwicklung“?

Drei Typen von positiven Entwicklungsergebnissen in Kindheit und Jugendalter (Masten & Reed, 2002):

positive Selbst- und Fremdeinschätzung
(z.B. Sozialverhalten, Lebenszufriedenheit)

Abwesenheit von Psychopathologie und Risikoverhalten

erfolgreiche Bewältigung von Entwicklungsaufgaben

Gliederung des Vortrags

1. Definitionen: Worüber sprechen wir eigentlich?
2. Entwicklungsaufgaben
3. Längsschnittstudien und entwicklungsps. Resilienzforschung
4. Fehlannahmen Resilienzforschung
5. Wirkmechanismen
6. Resilienzförderung?

Entwicklungsaufgaben

Entwicklungsaufgabe = Aufgabe, die sich in einer bestimmten Lebensphase des Individuums stellt.

Die erfolgreiche Bewältigung führt zu Glück und Erfolg, Versagen hingegen macht das Individuum unglücklich.

Eine erfolgreiche Bewältigung/Auseinandersetzung mit Entwicklungsaufgaben macht eine weiterhin angepasste, positive Entwicklung wahrscheinlicher.

Havighurst (1982/1948)

Mittlere Kindheit (6-12 Jahre)

1. Erlernen körperl. Geschicklichkeit, die für gewöhnliche Spiele notwendig ist
2. Aufbau einer positiven Einstellung zu sich als einem wachsenden Organismus
3. Lernen, mit Altersgenossen zurechtzukommen
4. Erlernen angemessenen männlichen oder weiblichen sozialen Rollenverhaltens
5. Entwicklung grundlegender Fertigkeiten im Lesen, Schreiben und Rechnen
6. Entwicklung von Konzepten und Denkschemata, die fürs Alltagsleben notwendig sind
7. Entwicklung von Gewissen, Moral und einer Werteskala
8. Erreichen persönlicher Unabhängigkeit
9. Entwicklung von Einstellungen gegenüber sozialen Gruppen und Institutionen

Adoleszenz (12-18 Jahre)

1. Neue/reifere Beziehungen zu Altersgenossen beiderlei Geschlechts aufbauen
2. Übernahme der männlichen /weiblichen Geschlechtsrolle
3. Akzeptieren der eigenen körperlichen Erscheinung und effektive Nutzung des Körpers
4. Emotionale Unabhängigkeit von den Eltern und von Anderen Erwachsenen
5. Vorbereitung auf Ehe und Familienleben
6. Vorbereiten auf eine berufliche Karriere
7. Werte und ein ethisches System erlangen, das als Leitfaden für Verhalten dient - Entwicklung einer Ideologie
8. Sozial verantwortliches Verhalten erstreben und erreichen

Frühes Erwachsenenalter (18-30 Jahre)

1. Auswahl eines Partners
2. Mit Partner leben lernen
3. Gründung einer Familie
4. Versorgung und Betreuung der Familie
5. Ein Heim herstellen, Haushalt organisieren
6. Berufseinstieg
7. Verantwortung als Staatsbürger ausüben
8. Eine angemessene soziale Gruppe finden

nach Havighurst (1982/1948)

Heterotypische Kontinuität

Wichtige Kompetenzen im Hinblick auf Entwicklungsaufgaben integrieren frühere Formen der Anpassung, das heißt, dass eine gelungene Bewältigung von Entwicklungsaufgaben zu einem Entwicklungszeitpunkt einen späteren Erfolg vorhersagt, und zwar auch in anderen Entwicklungsbereichen

= heterotypische Kontinuität

(Roisman et al., 2004; Sroufe, 1979)

Wichtige Entwicklungsaufgaben

z.B. im Vorschulalter....


- Erkennen von Basisemotionen bei sich und bei anderen
- Perspektivenübernahme und Empathie entwickeln
- Emotionen und Verhalten regulieren
- soziale Verhaltensnormen lernen
- Mitglied einer Gruppe sein
- soziale Interaktionen einleiten können
- Erzieherinnen Aufmerksamkeit schenken und Anweisungen folgen

(Elias et al., 1997)



„Resiliente Kinder weisen bestimmte Eigenschaften auf, die das Kind in der Auseinandersetzung mit seiner Umwelt und durch die erfolgreiche Bewältigung von **Entwicklungsaufgaben** im Entwicklungslauf entwickelt.“

Gliederung des Vortrags

1. Definitionen: Worüber sprechen wir eigentlich?
2. Entwicklungsaufgaben
-  3. Längsschnittstudien und entwicklungsps. Resilienzforschung
4. Fehlannahmen Resilienzforschung
5. Wirkmechanismen
6. Resilienzförderung?



Längsschnittstudien Resilienzforschung

- Isle-of-Wight Studies

(Rutter et al., 1976; Rutter, 1989)

- Kauai-Studie

(Werner & Smith, 1982, 1992)

- 700 Kinder, 1955 geb.

- 1/3 trotz Risikobed. angepasste Entw.

- Mit 20: kompetent, mitfühlend, Familie...

Im deutschsprachigen Raum:

- Rostocker Längsschnittstudie

(Meyer-Probst & Teichmann, 1984)

- Mannheimer Studie zu Risikokindern

(Laucht, et. al. 2000a)

Längsschnittstudien Resilienzforschung

Im Mittelpunkt der Resilienzforschung stehen:

- positive, gesunde Entwicklung trotz hohem Risikostatus
(z.B. Armut, elterliche Psychopathologie, sehr junger Elternschaft)
- beständige Kompetenz unter extremen Stressbedingungen
(z.B. elterliche Trennung und Scheidung, sog. kritische Lebensereignisse)
- positive/schnelle Erholung von traumatischen Erlebnissen
(z.B. Tod eines Elternteils, Gewalterfahrungen, Kriegs-/Terrorerlebnisse)

Längsschnittstudien Resilienzforschung

Drei Bereiche der Resilienz werden untersucht:

- Resilienz als Persönlichkeitsmerkmal

(Untersuchung von Merkmalen, die Personen verhelfen, aversive Lebensumstände zu meistern)

- Resilienz als positiver Entwicklungsausgang

(Untersuchung von positiven Entwicklungsverläufen, trotz anhaltender aversiver Lebensumstände)

- Resilienz als Anpassungsprozess

(Untersuchung der dynamischen Anpassungsprozesse)

Risikomildernde Bedingungen

Tabelle 3. Risikomildernde Bedingungen im Kindes- und Jugendalter (aus Scheithauer & Petermann, 2002 b, S. 134)

Kindbezogene sowie Resilienzfaktoren

kindbezogene Faktoren

- weibliches Geschlecht
- erstgeborenes Kind
- positives Temperament (flexibel, aktiv, offen)
- niedrige Emotionalität, hohe Impulskontrolle
- überdurchschnittliche Intelligenz
- spezielle Talente und Interesse an Hobbies

Resilienzfaktoren

- positives Sozialverhalten
- hohe Sprachfertigkeiten
- positives Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeitsüberzeugung
- aktives Bewältigungsverhalten
- Fähigkeit, sich zu distanzieren
- internale Kontrollattribution
- vorausplanendes Verhalten
- Selbsthilfefertigkeiten

Schutzfaktoren bzw. umgebungsbezogene Faktoren

Schutzfaktoren innerhalb der Familie


- stabile emotionale Beziehung zu einer Bezugsperson
- offenes, unterstützendes Erziehungsklima
- familiärer Zusammenhalt, unterstützende Geschwister
- kleine Familiengröße
- „gute“ Ausbildung und Kompetenzen der Mutter
- Modelle positiven Bewältigungsverhaltens
- Mädchen: Unterstützung der Autonomie mit emotionaler Unterstützung
- Jungen: Struktur und Regeln in häuslicher Umgebung
- Übernahme von Aufgaben im Haus und Förderung eigenverantwortlichen Handelns

Schutzfaktoren im sozialen Umfeld

- soziale Unterstützung
- positive Freundschaftsbeziehungen
- positive Gleichaltrigenbeziehungen
- positive Schulerfahrungen

„Resilienz stellt eine dynamische Kapazität dar, die sich über die Zeit im Kontext der Mensch-Umwelt-Interaktion entwickelt und nicht schon in der Kindheit vorliegt.“

Gliederung des Vortrags

1. Definitionen: Worüber sprechen wir eigentlich?
2. Entwicklungsaufgaben
3. Längsschnittstudien und entwicklungsps. Resilienzforschung
-  4. Fehlannahmen Resilienzforschung
5. Wirkmechanismen
6. Resilienzförderung?



Fehlannahmen Resilienzforschung

Einige Kinder sind trotz massiver belastender Umstände „invulnerabel“ gegenüber psychischen Störungen
(z.B. Anthony & Koupernik, 1974)

Resilienzforschung Ende der 1970er Jahre: die „Wunderkinder“, „Superkids“, die „unbesiegbar“ und „unverwüstlich“ sind
(vgl. z.B. Anthony 1974, Werner & Smith 1982)

- einige Kinder sind lediglich „psychisch robuster“
- Resilienz keine stabile Immunität
- Resilienz kann über Zeit und Situationen hinweg variieren
- Resilienz meint also keine lebenslange Fähigkeit
- „Resiliente“ Kinder: erhöhte Werte im Bereich psychosozialer Belastungen



Fehlannahmen Resilienzforschung

....zu einem Zeitpunkt resilient, zu einem späteren Zeitpunkt verletzbar:

Studie zu Resilienz als Bewältigung altersentsprechender Entwicklungsaufgaben bei benachteiligten und misshandelten Kindern:

- 40% im Kleinkindalter
- 15-20% im Alter von 42 Monaten
- 20% im Vorschulalter

Farber & Egeland (1987)




Fehlannahmen Resilienzforschung

...zu einem Zeitpunkt resilient, zu einem späteren Zeitpunkt verletzbar

- Phasen erhöhter Verletzbarkeit = Entwicklungsübergänge, bei denen Kinder besonders anfällig sind, weil sie hierbei mit völlig neuen Entwicklungsaufgaben konfrontiert werden (z.B. Übergang vom Kindergarten in die Grundschule oder in die Pubertät)
- Während dieser Phasen können Risikobedingungen eine stärkere Wirkung auf das psychosoziale Funktionsniveau des Kindes ausüben

Gliederung des Vortrags

1. Definitionen: Worüber sprechen wir eigentlich?
2. Entwicklungsaufgaben
3. Längsschnittstudien und entwicklungsps. Resilienzforschung
4. Fehlannahmen Resilienzforschung
-  5. Wirkmechanismen
6. Resilienzförderung?

Risikomildernde Bedingungen

Tabelle 3. Risikomildernde Bedingungen im Kindes- und Jugendalter (aus Scheithauer & Petermann, 2002 b, S. 134)

Kindbezogene sowie Resilienzfaktoren

kindbezogene Faktoren

- weibliches Geschlecht
- erstgeborenes Kind
- positives Temperament (flexibel, aktiv, offen)
- niedrige Emotionalität, hohe Impulskontrolle
- überdurchschnittliche Intelligenz
- spezielle Talente und Interesse an Hobbies

Resilienzfaktoren

- positives Sozialverhalten
- hohe Sprachfertigkeiten
- positives Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeitsüberzeugung
- aktives Bewältigungsverhalten
- Fähigkeit, sich zu distanzieren
- internale Kontrollattribution
- vorausplanendes Verhalten
- Selbsthilfefertigkeiten

Schutzfaktoren bzw. umgebungsbezogene Faktoren

Schutzfaktoren innerhalb der Familie

- stabile emotionale Beziehung zu einer Bezugsperson
- offenes, unterstützendes Erziehungsklima
- familiärer Zusammenhalt, unterstützende Geschwister
- kleine Familiengröße
- „gute“ Ausbildung und Kompetenzen der Mutter
- Modelle positiven Bewältigungsverhaltens
- Mädchen: Unterstützung der Autonomie mit emotionaler Unterstützung
- Jungen: Struktur und Regeln in häuslicher Umgebung
- Übernahme von Aufgaben im Haus und Förderung eigenverantwortlichen Handelns

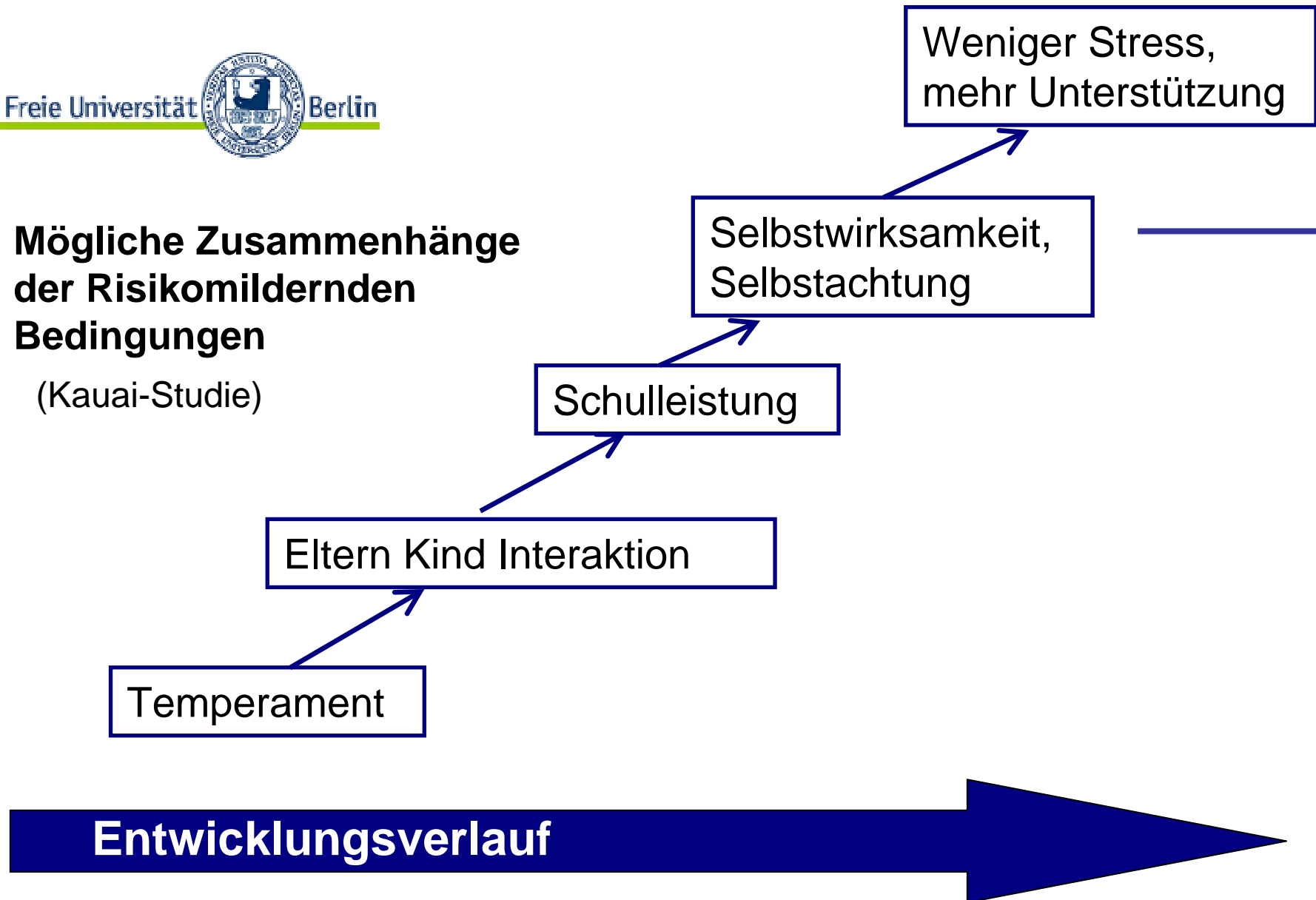
Schutzfaktoren im sozialen Umfeld

- soziale Unterstützung
- positive Freundschaftsbeziehungen
- positive Gleichaltrigenbeziehungen
- positive Schulerfahrungen



Mögliche Zusammenhänge der Risikomildernden Bedingungen

(Kauai-Studie)





Wirkmechanismen

Kumulative Kontinuität

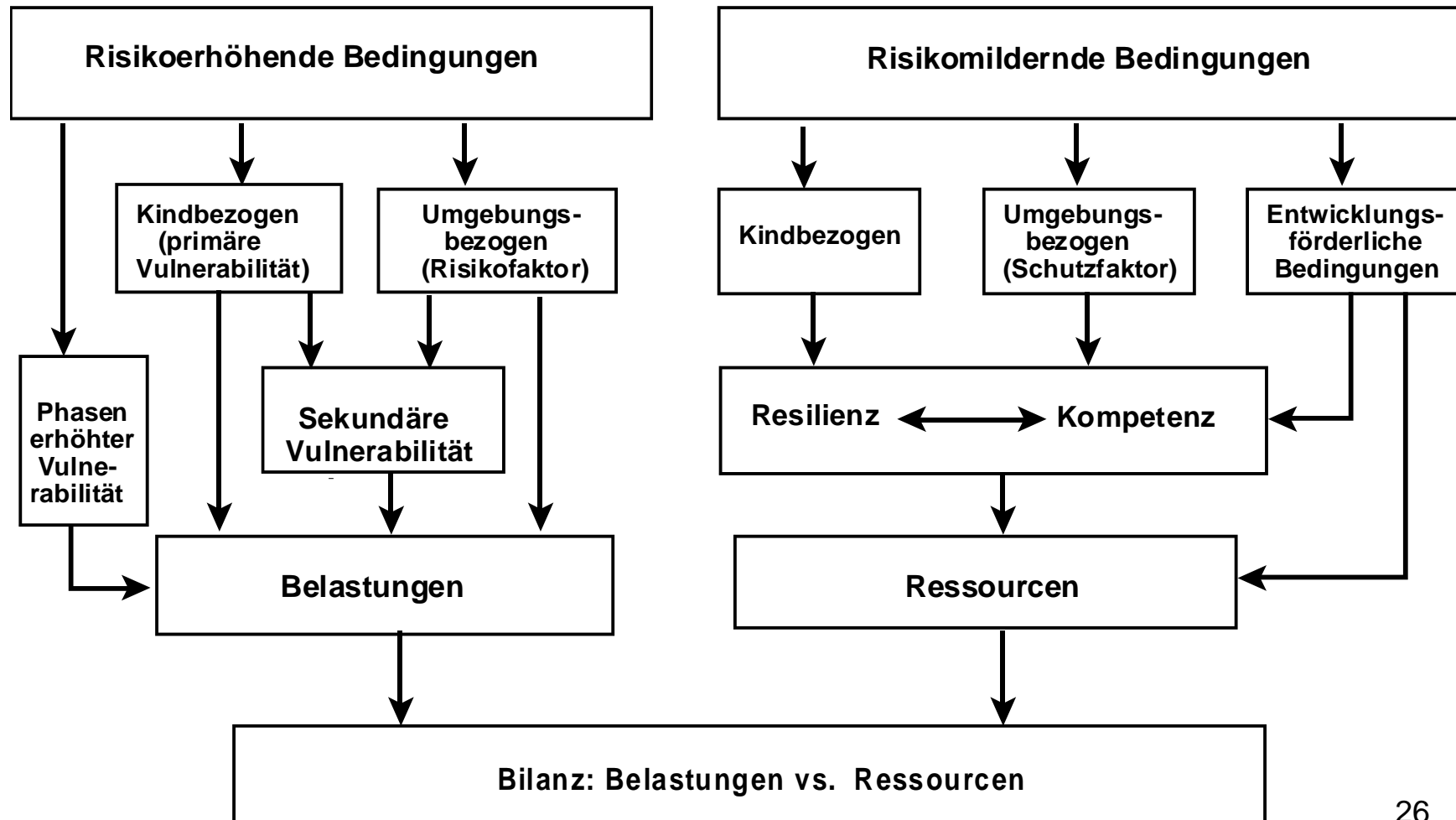
erlerntes Verhalten und erworbene Fertigkeiten führen dazu, dass ein Kind sich weiterhin in Lebenswelten bewegt, die diese festigen



Interaktionale Kontinuität

das Verhalten eines Kindes ruft Reaktionen des Umfeldes hervor, die das Verhalten des Kindes festigen

Risikoerhöhende und -mildernde Bedingungen: Allgemeine Heuristik





Wirkmechanismen

~~Die Kumulation von Risikofaktoren führt unwiderruflich zu negativen Entwicklungsverläufen in Jugend und Erwachsenenalter~~

- nicht die (fehlende) Anzahl an Risikofaktoren ist der entscheidende Faktor in der Vorhersage des Entwicklungsverlaufs
- die Relation von risikerhöhenden und risikomildernden Bedingungen stellt den weitaus wichtigeren Prädiktor dar

(vgl. Scheithauer, Petermann & Niebank, 2000)



Wirkmechanismen

„Somit ist nicht die völlige Verhinderung von Risikobedingungen anzustreben (sofern es sich nicht um Teratogene, Umweltgifte etc. handelt).

Vielmehr gilt es, diese rechtzeitig zu identifizieren und eine Bewältigung zu unterstützen.“



Take Home Message...


Die Resilienz-Perspektive ist nicht defizitorientiert, sondern man orientiert sich vielmehr an den Ressourcen und Stärken jedes einzelnen Kindes bzw. jeder einzelnen Familie, ohne dabei Probleme zu ignorieren oder zu unterschätzen.

Darüber hinaus beinhaltet das Resilienzparadigma in besonderem Maße das Bild vom Kind als aktiven „Bewältiger“ und Mitgestalter seines Lebens.

Dabei wird allerdings auch betont, dass Kinder sich natürlich nicht selbst dauerhaft resilient machen können, sondern hierzu maßgeblicher Hilfe und Unterstützung bedürfen.



Gliederung des Vortrags

1. Definitionen: Worüber sprechen wir eigentlich?
 2. Entwicklungsaufgaben
 3. Längsschnittstudien und entwicklungsps. Resilienzforschung
 4. Fehlannahmen Resilienzforschung
 5. Wirkmechanismen
-  Resilienzförderung?



Resilienzförderung

Die Frage ist: wie lässt sich die seelische Widerstandskraft
möglichst früh und wirksam fördern?



Entwicklungsorientierte Prävention

Entwicklungsorientierte Präventionsprogramme müssen berücksichtigen:

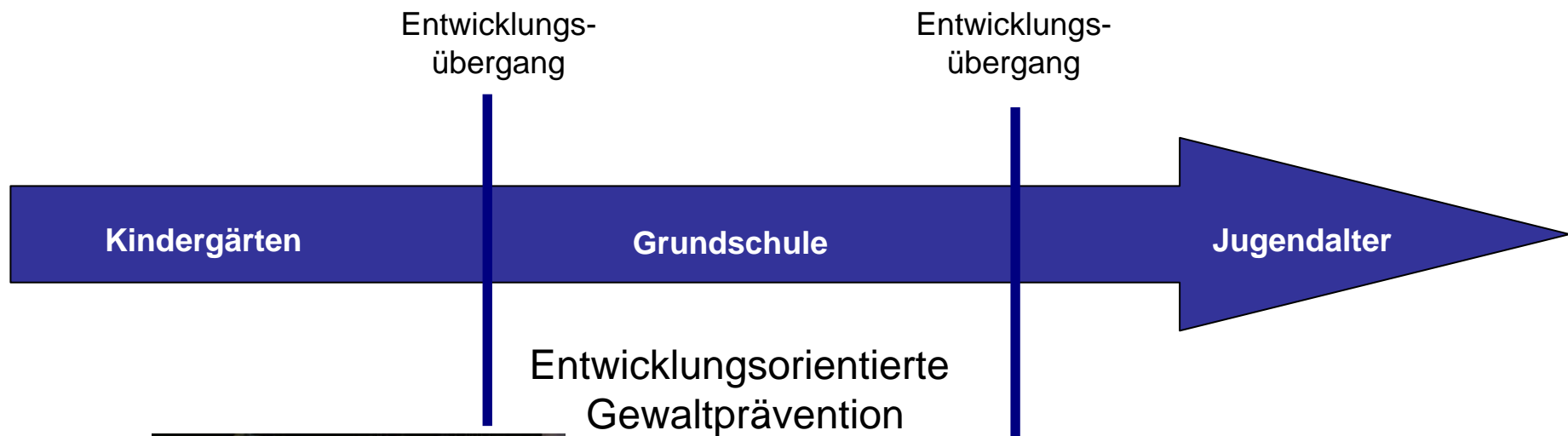
- Wissen um die normgerechte Entwicklung von Kindern und Jugendlichen,
- Kenntnisse über mögliche Variationen im Entwicklungsstand von Kindern und Jugendlichen innerhalb einer Altersgruppe,
- Wissen über Bedeutung von Störungen in Abhängigkeit von der jeweiligen Altersstufe, Wissen über deren Ursprung und deren Auswirkung auf die weitere Entwicklung,
- Berücksichtigung des Einflusses von wichtigen Entwicklungsaufgaben und Entwicklungsübergängen („Transitionen“).

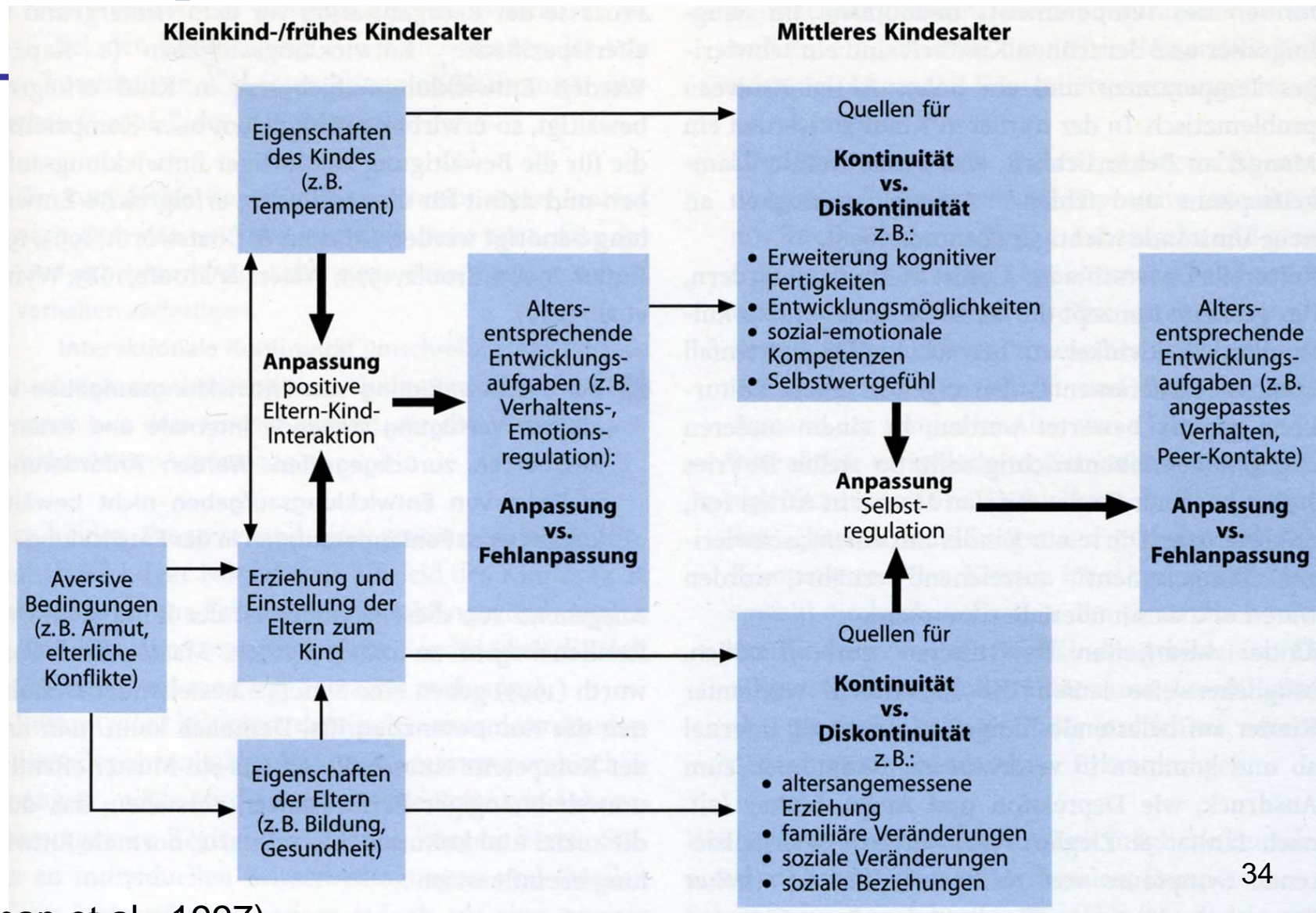
Zentrale Ziele entwicklungsorientierter Prävention:

- 1) altersspezifische risikoerhöhende Bedingungen vermindern bzw. verhindern,
- 2) altersspezifische risikomildernde Bedingungen fördern und
- 3) bei der Bewältigung von wichtigen Entwicklungsaufgaben/Entwicklungsübergängen zu helfen.

(Scheithauer et al., 2003)

...entwicklungsorientierte (Gewalt) Prävention:step-by-step into life!





(Wyman et al., 1997)

Gelingsbedingungen
für die Prävention
von interpersonaler Gewalt
im Kindes- und Jugendalter



Heute für ein **besseres** Morgen.

Prof. Dr. Herbert Scheithauer

Arbeitsbereich Entwicklungswissenschaft & Angewandte Entwicklungspsychologie

Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie

Freie Universität Berlin

Habelschwerdter Allee 45

D-14195 Berlin

Telefon ++49 (0) 30 838-5 65 46

Email herbert.scheithauer@fu-berlin.de

www.developmental-science.de

