

Gedanken zur **Resilienz: Forschungsstand und praktische Umsetzung**

Dr. phil. Maria Teresa Diez Grieser

Fachpsychologin für Psychotherapie FSP

Psychoanalytische Kinder- und

Jugendlichenpsychotherapeutin EFPP

Forschungsverantwortliche Marie Meierhofer Institut

Zürich, 20. Mai 2015

Übersicht

- Allgemeines
- Risiko- und Schutzfaktoren
- Resilienz: Wirkungszusammenhänge/Wechselwirkungen
- Unterstützung/Stärkung der Kinder

Psychische Grundbedürfnisse



Psychische Sicherheit

Psychische Sicherheit basierend auf Bindungssicherheit ist die Fähigkeit, Lösungen für emotional belastende Situationen zu finden und, wenn ein Kind dies nicht aus eigener Kraft schafft, **offen darüber zu kommunizieren, um Hilfe zu bitten und diese anzunehmen (Grossmann & Grossmann, 2005).**

Grundlagen

Die kindliche Entwicklung wird durch positive und negative Wirkungsmechanismen gesteuert.

Grundsatz der Resilienzforschung

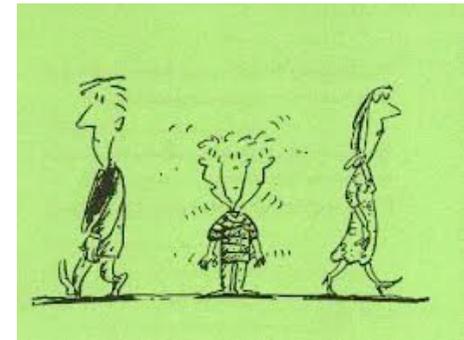
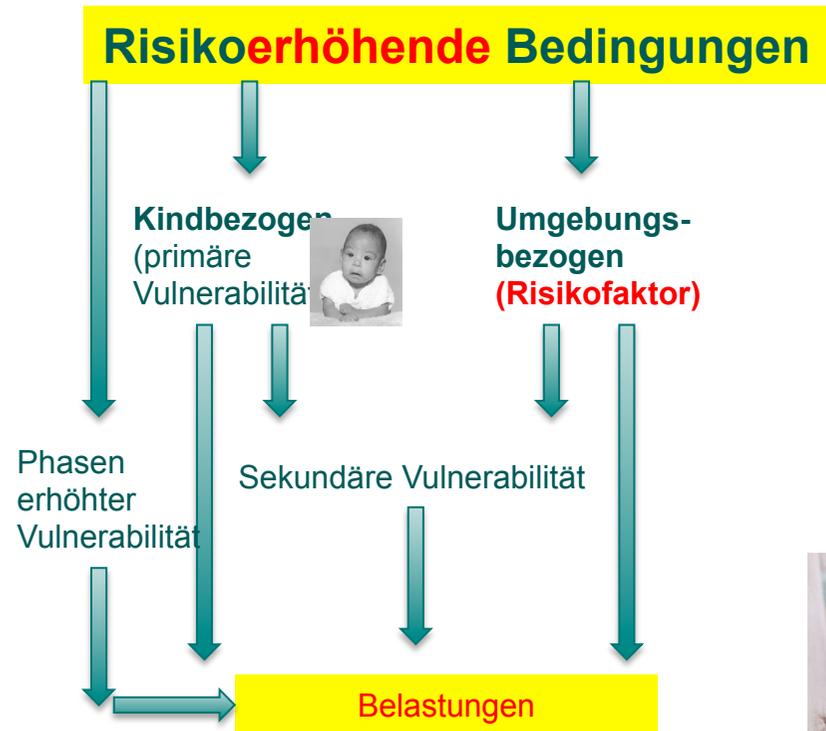
- Resilienz fragt und forscht nach Eigenschaften und Fähigkeiten, die Menschen auszeichnen, sich trotz belastender Lebensumstände zu psychisch und physisch gesunden Individuen zu entwickeln (bzw. es zu bleiben).
- Resilienz als sehr junge Disziplin der Psychologie und Pädagogik. Ihre Grundannahmen basieren dabei auf zwei zentralen Konzepten:

Risikofaktorenkonzept

Schutzfaktorenkonzept

Risikofaktorenkonzept

- Risikofaktoren werden als krankheitsbegünstigende, **risikoerhöhende und entwicklungshemmende** Merkmale definiert, von denen **potentiell** eine Gefährdung der gesunden Entwicklung des Kindes ausgeht (Holtmann & Schmidt, 2004).
- Nicht jeder Risikofaktor stellt „automatisch“ eine Entwicklungsgefährdung dar (probabilistischer Charakter risikoerhöhender Faktoren). Schwerwiegend ist die Häufung von Belastungen (u.a. Petermann et al., 2004).



Neuere Studien belegen, dass Risikobedingungen häufig zusammen auftreten und kumulieren können, d.h. viele Kinder werden folglich mit multiplen Risikobelastungen konfrontiert. In der Literatur spricht man auch von „Risikokonstellation“, „koexistierenden Stressoren“ sowie „kumulativer Traumatisierung“



entscheidend ist nicht mehr nur Art und Spezifität, sondern vor allem **die Anzahl und Intensität auftretender Risikobelastungen**

Belege durch empirische Untersuchungen:

These: **Einzelne** Risikofaktoren korrelieren meist nur gering mit Erlebens- und Verhaltensprobleme.

Rutter et al. (u.a. 2005 → Häufigkeit psychiatrischer Störungen bei 10-Jährigen, dabei wurden folgende familiäre Risiken identifiziert

1. elterliche Konflikte
2. geringer sozioökonomischer Status
3. überdurchschnittliche Familiengrösse
4. Kriminalität des Vaters
5. psychische Beeinträchtigung der Mutter
6. ausserfamiliäre Unterbringung des Kindes

Ergebnisse: bei Vorliegen nur eines RF ist die Wahrscheinlichkeit für psychische Beeinträchtigungen nicht signifikant höher als bei unbelasteter Kontrollgruppe, doch schon bei Vorliegen zweier RF steigt diese beträchtlich an

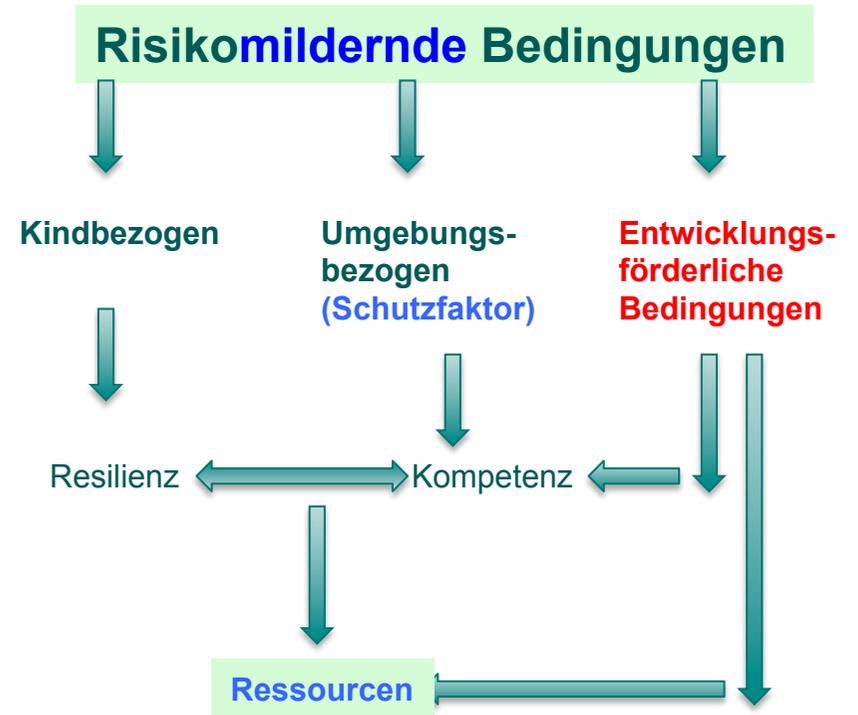
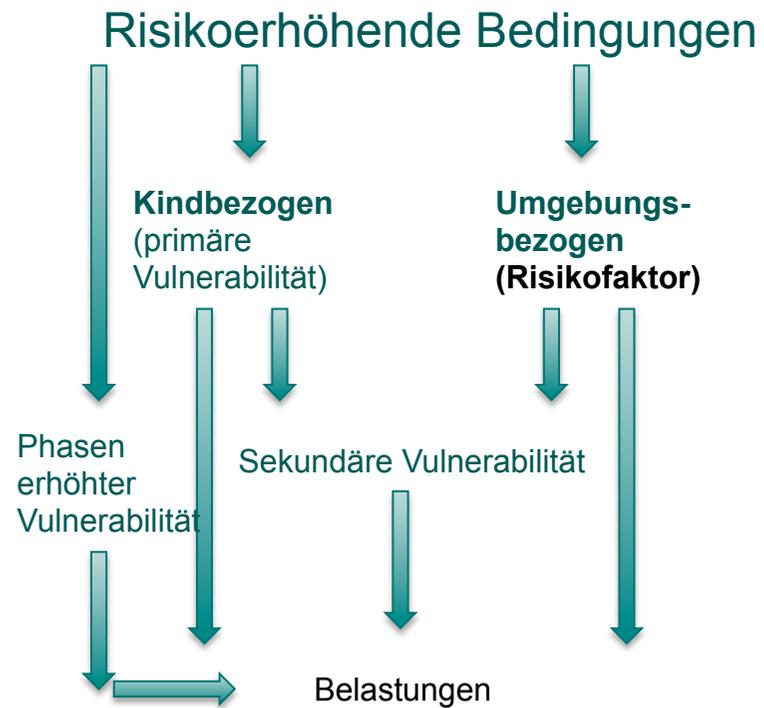
- 1 RF → 2% höhere Wahrscheinlichkeit
- 2 RF → 6% höhere Wahrscheinlichkeit
- 4 RF → 20% höhere Wahrscheinlichkeit

Schutzfaktorenkonzept

- Schutzfaktoren werden als Merkmale beschrieben, die das Auftreten einer psychischen Störung oder einer unangepassten Entwicklung **verhindern oder abmildern sowie die Wahrscheinlichkeit einer positiven Entwicklung erhöhen** (Rutter, 1990).
- Schutzfaktoren dürfen nicht als das Gegenteil oder als das Fehlen von Risiken verstanden werden.

Schützende Bedingungen haben eine Schlüsselfunktion im Prozess der Bewältigung von Stress- und Risikosituationen

- sie fördern die Anpassung eines Individuums an seine Umwelt
- sie erschweren die Manifestation einer oder mehrerer Störungen
- sie erhöhen die Wahrscheinlichkeit der besseren Verarbeitung von Belastungen
- sie scheinen die Effekte einer Risikobelastung abschwächen, kompensieren oder auch aufheben zu können



Schutzfaktoren: Kindbezogen

- Günstige biologische Faktoren für Impulskontrolle, Handlungsplanung, Emotionsregulation bei Stress
- Personale Kompetenzen: Selbstregulation (+), Motivation, Lernen, Kommunikationsfähigkeit
- **Soziale Kompetenzen (+++)**
- Aktives, positives Temperament (++)
- Intelligenz (+)
- **Problemlösefähigkeiten / aktives Bewältigungsverhalten (+++)**
- **Selbstwirksamkeit (+++)**

Elterliche und familiale Schutzfaktoren

- **Mindestens eine stabile Bezugsperson, die Vertrauen und Autonomie fördert. (+++)**
- **Zugewandtes, anregendes Erziehungsklima mit festen und klaren Verhaltensregeln („autoritativ“ +++)**
- **Zusammenhalt, Stabilität und konstruktive Kommunikation in der Familie (+++)**
- Positive Geschwisterbeziehungen (++)
- Hohes Bildungsniveau der Eltern
- Qualität der Beziehung der Eltern (++)
- Hoher sozioökonomischer Status der Eltern
- **Unterstützendes familiäres Netzwerk (Verwandtschaft, Freunde) – (+++)**

Schutzfaktoren im weiteren sozialen Feld



- **Kompetente und fürsorgliche Erwachsene ausserhalb der Familie (Erzieherinnen, Lehrerinnen, Nachbarn) - (+++)**
- Kontakte zu Gleichaltrigen (+)
- **Qualität der Angebote der Familienbildung, Erziehungsberatungsstellen, Frühförderstellen (+++)**
- Gute Arbeits- und Beschäftigungsmöglichkeiten
- Vorhandensein prosozialer Rollenmodelle, Normen und Werte in der Gesellschaft

- Ein Schutzfaktor ist nur dann wirksam, wenn eine Gefährdung vorliegt, d.h. liegt keine Gefährdung vor, hat der Faktor auch keine protektive Wirkung.
- Wirkt er sich dennoch unabhängig von einer Gefährdung positiv aus, so kann von einer **generellen entwicklungsförderlichen Bedingung** gesprochen werden.

Risikoerhöhende Bedingungen

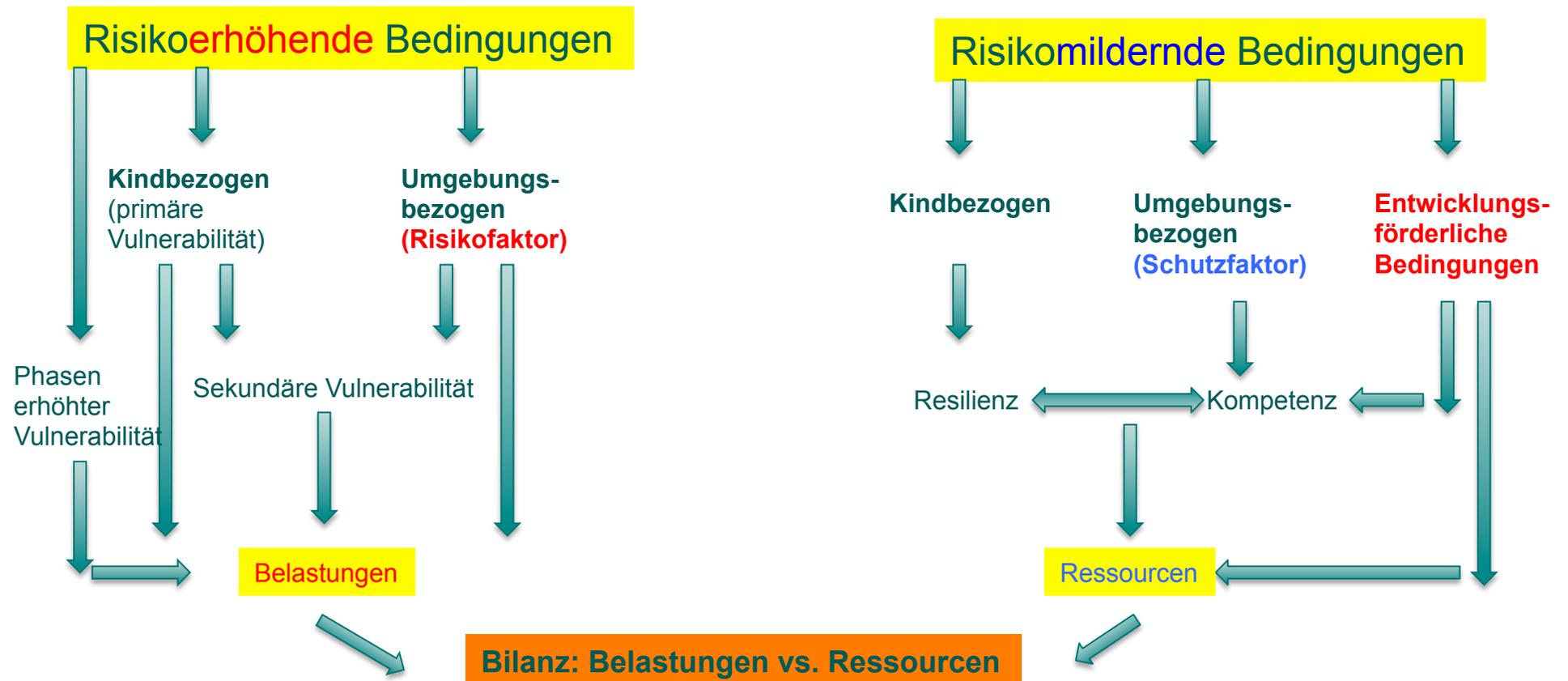


RESILIENZ?



Risikomildernde Bedingungen

Zusammenspiel zwischen risikomildernden und risikoe erhöhenden Bedingungen (Petermann et al., 2004)



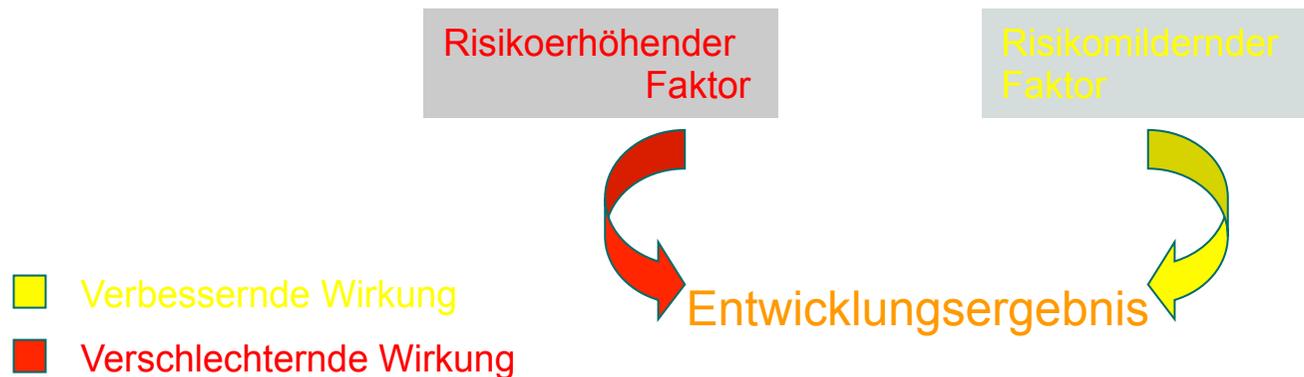
Warum Resilienzmodelle?

- Aufgrund der Notwendigkeit, zugrundeliegende Prozesse und Wirkungszusammenhänge zu untersuchen (neuere Resilienzforschung)
 - dienen der Beschreibung des unterschiedlichen Zusammenspiels protektiver Bedingungen und Risikobedingungen
 - dabei handelt es sich um rein statistische Modelle
- aus den Modellaussagen sollen grundlegende Anhaltspunkte für Präventions- und Interventionsansätze abgeleitet werden

Das Haupteffektmodell

Risikoerhöhende und risikomildernde Faktoren wirken direkt auf das Entwicklungsergebnis des Kindes

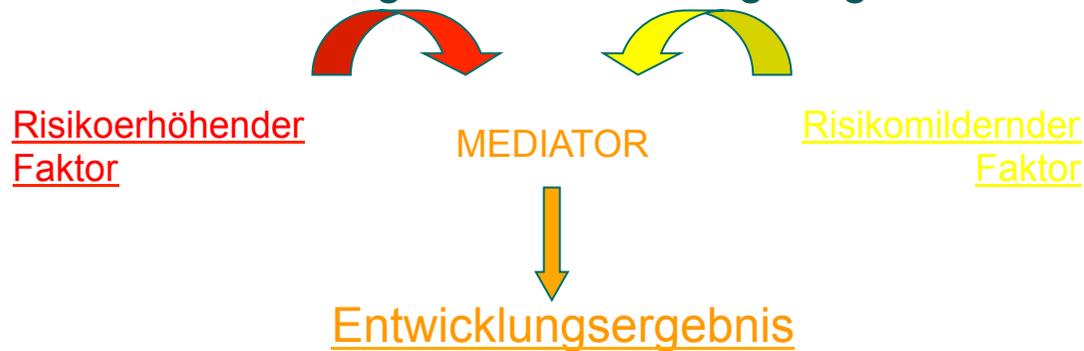
- Erhöhung von Ressourcen und Schutzfaktoren z.B. Förderung kindlicher Kompetenzen wie Problemlösefähigkeit, Stressbewältigung sowie sozialer Kompetenzen



Das Mediatorenmodell

Risikoerhöhende und risikomildernde Faktoren wirken indirekt auf das Entwicklungsergebnis des Kindes, über den sogenannten MEDIATOR (z.B.: das Elternverhalten als möglicher Mediator)

- Präventions- und Interventionsmassnahmen konzentrieren sich auf den Mediator, z.B. auf die Stärkung der elterlichen Erziehungskompetenz (z.B. mittels Elterntaining, Familienbildungsangeboten, Beratung])



-  Verbessernde Wirkung
-  Verschlechternde Wirkung
-  Vermittelnder Effekt

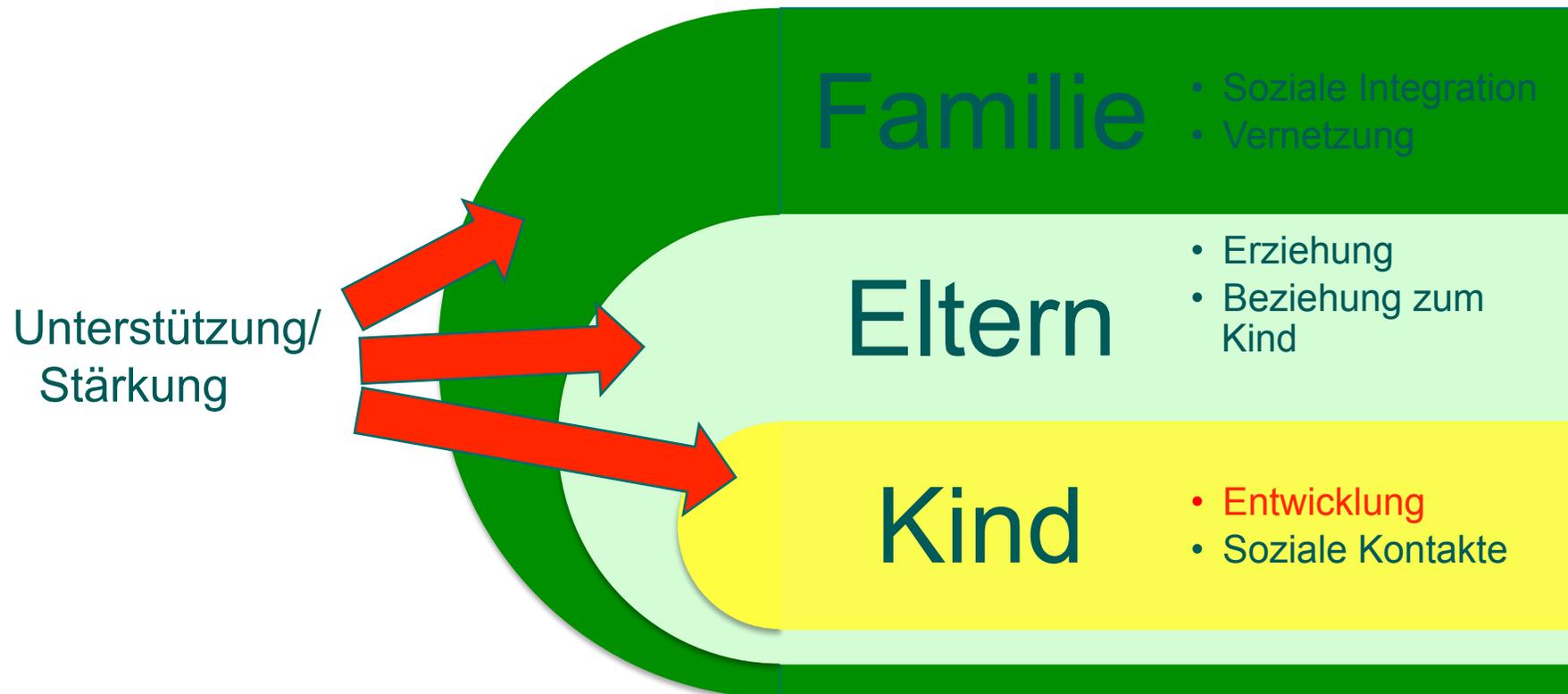


ABER.....

***Braucht es das
Resilienzkonzept überhaupt?***

Unterstützung von Kindern in belastenden Situationen





Ich habe das Recht,
ernst genommen
zu werden ...



schwarz



... egal
ob ich



Stärkung der Kinder/ „Resilienzförderung“

- Setting/Rahmen – „child friendly“
- Partizipation
- Kohärenzerleben
- Selbstwirksamkeit

Partizipation von Kindern und Jugendlichen

„Children are people. As such they must be entitled to basic respect for their feelings and opinions and to the maximum level of participation and self-determination consistent with their competence“. (S.37)

Lansdown, G. (1995): Taking Part. Children's participation in decision making. Institute for Public Policy Research, London.

Einzelne Anforderungen im Partizipationsprozess (nach Pluto, 2007)

Mitdenken

Mitreden

Mitplanen

Mitentscheiden

Mitgestalten

Mitverantworten

Partizipation von Kindern und Jugendlichen

- Partizipationsprozesse sind bei Kindern **immer Weg und Ziel zugleich**.
- Partizipation gilt nicht nur als Zielgrösse, sondern bereits als Anforderung für die Beziehungsgestaltung und den Dialog selbst.
- Es muss demnach immer darum gehen, Gestaltungs- und Entscheidungsmöglichkeiten zur Verfügung zu stellen und diese so zu arrangieren, dass Kinder und Jugendliche in der Lage sind, diese zu nutzen.

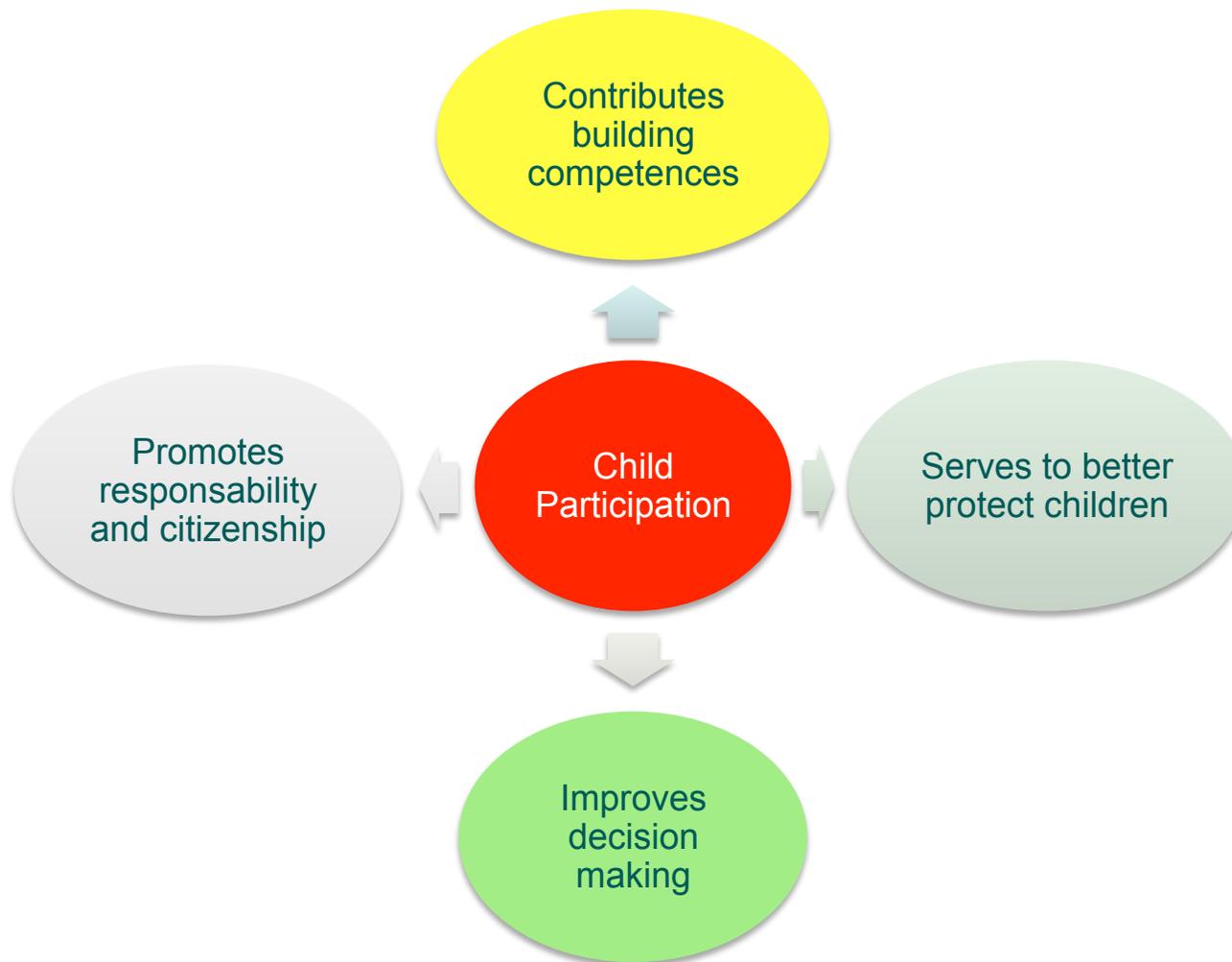
Gespräche mit Kindern

Konkrete Voraussetzungen damit Kinder und Jugendliche mitbestimmen können / damit Erwachsene in einen **Dialog** mit ihnen treten können:

- Setting, Rahmen
- Haltung
- Beziehungs- und Kommunikationsgestaltung
- Beziehungsqualität

„Der Mensch wird zu dem Ich
dessen Du wir ihm sind.“ (Buber)

Wirkung von partizipativen Prozessen (Lansdown 2012)



Unterstützung: *Kinderebene konkret*

- **Andere Beziehungserfahrungen ermöglichen.**
- **Fördern und stärken von Kompetenzen (kognitiv, sozial).**
- **Fördern und stärken der Selbstregulation und der Selbstwirksamkeit.**
- **Arbeit an Vorstellungen über**
 - normales Funktionieren der Familie
 - Verantwortung der Kinder
 -
- **Soziales Netz aufbauen/erweitern (Bezugspersonen ausserhalb der Familie)**

Unterstützung – *Kinderebene* Forschungsergebnisse



Unterstützung – *Kinderebene* Forschungsergebnisse

- Klassische Risikostudien
- Indizierte Prävention
- Psychoedukation
- Förderung allgemein
- Psychotherapie
- Medizin: partizipative Entscheidungsfindung, Compliance
-



**Coping, Ressourcenförderung,
Bewältigungskapital...**

Kritik: Das Konzept der Resilienz....

...ist bis heute nicht klar definiert.

....wird grösstenteils unhinterfragt verwendet, indem Implikationen abgeleitet werden, die empirisch nicht belegt sind.

.....ist nicht klar operationalisiert und deshalb für die empirische Forschung (noch) unbrauchbar.

.....ist anfällig für den bildungspolitischen Missbrauch und für die Nutzung ideologischer Zwecke, um das Individuum für seinen Erfolg bzw. Misserfolg alleinig verantwortlich zu machen.

Würdigung: Das Konzept der Resilienz....

...legt den Fokus auf die Bewältigung von Risikobedingungen und –situationen.

...beleuchtet die Möglichkeiten, wie Individuen zur Verfügung stehende sowie eigene Ressourcen nutzen, um aversive Lebensereignisse zu bewältigen.

...ist ausgerichtet auf Fähigkeiten, Potentiale und Ressourcen und ist damit nicht defizitorientiert.

...interessiert sich vor allem dafür, wie individuell Stress- und Bewältigungskompetenzen aufgebaut und gefördert werden können.