

Widrige Lebensumstände bei Jugendlichen und ihre Auswirkungen im Erwachsenenalter

Rüstzeug für eine gute Zukunft

Schlechte Startchancen in der Jugend wie ungünstige familiäre Verhältnisse oder tiefe kognitive Leistungsfähigkeit sind nicht notwendigerweise bestimmend für den beruflichen Erfolg oder die familiäre Zufriedenheit im Erwachsenenalter. Dies zeigen Ergebnisse der Entwicklungspsychologie und der Lebenslaufforschung, so auch eine neue schweizerische Längsschnittstudie. Resilienz und Schutzfaktoren können ungünstige Konstellationen ausgleichen.



Autor |
Prof. Dr. phil. Kurt Häfeli,
Bereichsleiter Forschung &
Entwicklung, Interkantonale
Hochschule für
Heilpädagogik (HfH),
Schaffhauserstr. 239,
8057 Zürich, Schweiz.

Kurt.haefeli@hfh.ch

Ein zentrales Thema der Entwicklungspsychologie (und speziell der Entwicklungspsychopathologie) betrifft Verhaltensauffälligkeiten, deviantes Verhalten, Entwicklungsstörungen und psychopathologische Syndrome im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter. Im Hinblick auf Prävention und Therapie interessiert dabei namentlich deren Entstehung und Entwicklungsbedingungen. Je nach Syndrom oder Störungsbild lassen sich unterschiedliche Faktoren und Erklärungsmuster erkennen. Trotz dieser Verschiedenheit kristallisierten sich im Verlaufe der Zeit eine Reihe so genannter Risikofaktoren heraus, die als besonders einflussreich gelten (vgl. Oerter/Montada 2002). Risikofaktoren setzen sich aus sehr heterogenen Variablen oder Variablengruppen zusammen: Zum einen lassen sich externale Faktoren (Faktoren der Umwelt oder Umgebung) bestimmen wie Armut, ungünstige Wohnbedingungen, Zugehörigkeit zu Randgruppen, ungünstige familiäre Bedingungen und so weiter. Andererseits finden sich internale Bedingungen (Faktoren in der Person selber) wie Temperament, biologische Faktoren, Lebensstil oder Copingstrategien.

In verschiedenen Studien konnte eine additive Wirkung von Risikofaktoren nachgewiesen werden, aber die genauen Wirkungszusammenhänge zwischen Risikofaktor und Störung resp. Krankheit sind noch nicht genügend geklärt.

Gute Chancen trotz schlechter Bedingungen

Insbesondere im präventiven und therapeutischen Kontext interessierte man sich aber nicht nur für negative Entwicklungsbedingungen, sondern auch für jene Faktoren, welche eine positive oder stabilisierende Entwicklung beeinflussen. Quasi als Gegenstück zu Risikofaktoren wurde nach so genannten Schutzfaktoren oder protektiven Faktoren gesucht. Besonderes Interesse hat dabei das Phänomen der Resilienz gefunden. In Längsschnittstudien zeigte sich, dass Kinder und Jugendliche trotz des Vorhandenseins von Risikofaktoren eine günstige Entwicklung nahmen. Dies wurde auf die „Widerstandsfähigkeit“ (Resilienz) der Betroffenen zurückgeführt. Wahrscheinlich die bekannteste und bedeutendste Forschungsarbeit in diesem Zusammenhang ist die „Kauai-Studie“ von Emmi Werner und Ruth Smith. Die Autorinnen begleiteten alle 700 Kinder, welche auf der Insel Kauai (Hawaii) im Jahr 1955 geboren wurden von der Schwangerschaft in regelmässigen Abständen bis zu ihrem 40. Lebensjahr (Werner 1997; Werner & Smith 2001). Werner und Smith untersuchten, warum sich manche Kinder trotz widriger Lebensumstände oder körperlicher Beeinträchtigungen zu stabilen und gesunden Persönlichkeiten entwickelten. Dabei identifizierten sie eine Reihe von protektiven Faktoren und prägten das Konzept der Resilienz.

Die Hinwendung zu Resilienz und protektiven Faktoren ist auf dem Hintergrund eines Paradigmenwechsels in der Psychologie zu sehen. Nach einem jahrzehntelangen hauptsächlichen Fokus auf Pathologie

und Störungen in der menschlichen Entwicklung, befasst sich die ressourcenorientierte, sogenannte „positive Psychologie“ vermehrt mit positiven subjektiven Erfahrungen und Konzepten wie Optimismus, Glück, Hoffnung, Weisheit, Kreativität, Verantwortung (vgl. Seligman et al. 2005). Entsprechend werden neben Krisen zunehmend auch positive Entwicklungen im Jugend- und Erwachsenenalter beachtet.

Von der Schulzeit bis zum Erwachsenenalter

In einem bescheidenen Rahmen versuchten wir gewisse Aspekte der Kauai-Studie im schweizerischen Kontext zu replizieren. Wir untersuchten, ob bestimmte Voraussetzungen bei Heranwachsenden – sei es im Bereich der Person oder im Bereich des Umfelds – sich als Schutz- respektive als Risikofaktoren für die weitere Entwicklung erwiesen (Spiess Huldi/Häfeli/Rüesch 2006). Die Problemstellung wurde auf der Basis einer annähernd repräsentativen Stichprobe bei 394 Personen aus der Deutschschweiz nachgegangen. Risikofaktoren bei Jugendlichen (15 Jahre alt) wurden in Zusammenhang gesetzt mit dem zwei Jahrzehnte später gemessenen Lebenserfolg (Erwachsene im Alter von 36 Jahren). Bei der Studie handelt es sich um eine Sekundäranalyse der Zürcher Längsschnittstudie „Von der Schulzeit bis zum mittleren Erwachsenenalter“ (ZLSE), die in der Fachrichtung Angewandte Psychologie (Prof. Dr. U. Schallberger) des Psychologischen Instituts der Universität Zürich durchgeführt wurde (Schallberger/Spiess Huldi 2001). Die Sekundäranalyse wurde an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik, Zürich, vorgenommen. Anders als die meisten bisherigen Forschungsarbeiten in diesem Themenbereich beruht die vorliegende Studie nicht nur auf einer spezifischen Untersuchungsgruppe, sondern sie nimmt Bezug auf einen großen Bevölkerungsquerschnitt und ist longitudinal angelegt.

Aufgrund der Forschungsliteratur und unter Berücksichtigung der vorhandenen Datenbasis wurden zwölf Risikofaktoren (zum Beispiel tiefe kognitive oder manuelle Fähigkeiten, tiefes Selbstwertgefühl, erheblicher Substanzkonsum, bescheidene sozioökonomische Verhältnisse, „isolierte“ Freizeitaktivität) identifiziert. Die meisten der Merkmale wurden bei den 15-jährigen Jugendlichen selbst erhoben (Fragebo-

gen, Tests); drei Merkmale stammen von damaligen Klassenlehrkräften. Ein Drittel der Untersuchungspersonen hatten in ihrer Jugend in einem der Bereiche «Gesundheit», «Fähigkeiten», «Persönlichkeit», «familiäre und soziale Herkunft» oder «Freizeitverhalten» eine problematische Ausgangslage. Ein knappes weiteres Drittel hatte dabei sogar in mehreren Bereichen Schwierigkeiten.

Trotz dieser breiten Betroffenheit von ungünstigen Ausgangslagen im Jugendalter sind die Lebensverhältnisse der Untersuchungspersonen im Erwachsenenalter ausgesprochen gut. Der überwiegende Teil bekundet eine große Zufriedenheit sowohl mit dem Berufsleben (80 Prozent) als auch mit dem Privatleben (90 Prozent). Auch ihr Leben im Allgemeinen beurteilen neun von zehn Personen positiv bis sehr positiv.

Nicht nur aus subjektiver Sicht der Befragten, sondern ebenfalls nach objektiven Gesichtspunkten sieht die Lebenssituation im Erwachsenenalter erfreulich aus. Die meisten der ehemals untersuchten Jugendlichen haben sich unterdessen beruflich gut situieren können. Nur 6 Prozent von ihnen üben Tätigkeiten ohne Qualifikationsanforderungen (wie Hilfsarbeit) aus. Ein Großteil lebt in einer festen Partnerschaft (88 Prozent), und sieben von zehn Personen haben eigene Nachkommen. Lediglich von ganz wenigen der ursprünglich befragten Jugendlichen wissen wir, dass ihr Leben nicht sehr erfreulich verlaufen ist.

Sieben Personen waren zur Zeit der Zweitbefragung bereits verstorben. Die Bilanz der Lebenssituation im Erwachsenenalter fällt also für die Untersuchungspersonen im großen Ganzen positiv aus, auch wenn bei Weitem nicht alle über rosige Startchancen verfügten.

Diese Befunde stimmen mit anderen Längsschnittstudien überein. Bei der Mehrzahl der risikobetroffenen Personen kann längerfristig von einer positiven Entwicklung und einer gelungenen Adaptation im Erwachsenenalter gesprochen werden. Resilienz und Schutzfaktoren, die in unserer Studie nicht direkt erfasst wurden, dürften wesentlich dazu beigetragen haben, die negativen Auswirkungen von Risikofaktoren einzuschränken.

Trotzdem ist die Ausgangslage Heranwachsender keineswegs bedeutungslos für die weitere Entwicklung. Es zeigt sich, dass Personen, die in der

Literatur |

- Cantell, M.H./Smith, M.M./Aronson, T.P.: Two distinct pathways for developmental coordination disorder: Persistence and resolution. *Human Movement Science*, 2003, 22(4-5), 413-431.
- Nuber, U.: Resilienz: Immun gegen das Schicksal? *Psychologie heute*, 2005, September, 20-24.
- Oerter, R./Montada, L. (Hrsg.): *Entwicklungspsychologie*. Weinheim 2002.
- Oser, F. et al.: Die Zeitbombe des „dummen“ Schülers: Eine Interventionsstudie zur Erhöhung der Resilienz bei drohender Erwerbslosigkeit unterqualifizierter Jugendlicher. Bern: Nationales Forschungsprogramm Bildung und Beschäftigung (NFP43, Synthesis 13) 2005.
- Schallberger, U./Spiess Huldi, C.: Die Zürcher Längsschnittstudie „Von der Schulzeit bis zum mittleren Erwachsenenalter“. *Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation*, 2001, 21(1), 80-89.

Jugend Risikofaktoren ausgesetzt waren, im Erwachsenenalter subjektiv und objektiv gesehen weniger erfolgreich sind als andere Jugendliche. Allerdings gilt dies nicht pauschal für die gesamte Lebenssituation. Vielmehr ist es so, dass spezifische Risikofaktoren in der Jugend sich auf spezifische Aspekte des Lebens im Erwachsenenalter auswirken. Bei acht von zwölf Risikofaktoren zeigen sich Zusammenhänge mit einzelnen Erfolgskriterien und damit Auswirkungen von risikoreichen Konstellationen (vgl. Abbildung 1). Aber von allen möglichen Auswirkungen ist lediglich ein Fünftel statistisch signifikant und praktisch bedeutsam: So haben beispielsweise Jugendliche mit sehr geringen kognitiven Fähigkeiten häufig niedrige berufliche Positionen inne. Deswegen sind sie aber keineswegs unzufriedener bei der Arbeit als andere, und auch in ihrem Privatleben lassen sich keine Nachteile feststellen. Dagegen haben Jugendliche, die aufgrund geringer manueller Fähigkeiten auffallen, später zwar nicht im Berufsleben, jedoch im Privatleben verminderte Erfolgchancen: Sie haben seltener eine feste Partnerschaft und eigene Kinder als ihre geschickteren Altersgenossen. Eine Erklärung für dieses eher überraschende Ergebnis liefern andere Studien, welche einen Zusammenhang zwischen motorischer Ungeschicklichkeit und Problemen im sozialen Bereich nachweisen (vgl. Cantell et al. 2003)

Risikofaktoren, die außerhalb der Person liegen, zeitigen ebenfalls ihre Auswirkungen: Personen, die nur bei einem Elternteil aufgewachsen sind, haben seltener eine feste Partnerschaft. Jugendliche aus tiefen sozialen Herkunftsschichten haben später einen vergleichsweise tiefen beruflichen Status. Auch das Freizeitverhalten spielt eine Rolle: Jugendliche, die ihre Freizeit in strukturierten Gruppen verbringen – sei es in einem Verein, einem Club oder in (auerschulischen) Kursen –, haben bessere Karrierechancen.

Frauen im Vorteil

Aus unserer und anderen vergleichbaren Studien ergeben sich klare Hinweise auf eine erfolgreiche Lebensbewältigung im Erwachsenenalter trotz risikoreicher Konstellation in der Jugend. Offenbar muss und kann bei den meisten Menschen von einer großen Adaptationsfähigkeit in der Entwicklungsgeschichte ausge-

gangen werden. Die wenigsten Risikofaktoren wirken sich längerfristig negativ aus. Dies hängt aber weniger mit der fehlenden Bedeutung der Risikofaktoren zusammen als vielmehr mit der Wirksamkeit von Schutzfaktoren und der damit verbundenen Widerstandsfähigkeit vieler Menschen.

Schutzfaktoren und Resilienz wurden in unserer Untersuchung nicht direkt erfasst. Und es gibt auch noch kein integratives Modell, welches die vielfältigen, dynamischen Zusammenhänge zwischen Schutzfaktoren und Risikokonstellationen erklären könnte. Trotzdem lassen sich aus verschiedenen Studien einige Schlüsse ziehen. Die Schutzfaktoren liegen zum einen in der Person selber (biologische Aspekte, Temperament, Problemlösungsrepertoire), zum andern in der Herkunftsfamilie (stabile und kompetente Bezugspersonen). Dies gilt speziell für die Kindheit und das Jugendalter. Im Verlaufe der Entwicklung kann aber auch das weitere Umfeld in der Verwandtschaft und Nachbarschaft, in der Schule und am Ausbildungsort sowie in der Freizeit eine wichtige kompensatorische Rolle spielen. Dabei ist die emotionale Unterstützung durch positive Rollenmodelle entscheidend. Und im Erwachsenenalter können weitere günstige Umweltbedingungen (Partnerschaft, Beruf, religiöse Gruppierungen) dazu kommen. Werner und Smith (2001) weisen darauf hin, dass je nach Lebensphase unterschiedliche Schutzfaktoren wichtig sind, zudem ist auch das Geschlecht bedeutsam. Risikofaktoren wirken sich bei Männern stärker aus als bei Frauen. Männer sind offenbar in jeder Lebensphase „verletzlicher“ und anfälliger für Risiken, sei es bei der Geburt, im Schulalter (Lernschwierigkeiten), in der Jugend (Delinquenz), im Erwachsenenalter (berufliche Schwierigkeiten, Alkoholismus) und weisen in diesen Lebensperioden eine höhere Sterblichkeitsrate auf. Diese „Vulnerabilität“ hängt nach Ansicht von Werner und Smith (2001, S. 174ff.) zum einen mit biologischen Faktoren und andererseits mit psychosozialen Faktoren zusammen. Offenbar verfügen Frauen der hier untersuchten Generation (aufgewachsen in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts unter günstigen wirtschaftlichen Bedingungen) zudem über mehr Resilienz als ihre männlichen Kollegen. Frauen können protektive Faktoren besser einsetzen oder wirken lassen, beispielsweise indem sie informelle soziale Unterstützung im privaten und beruflichen Bereich nutzen.

Fortsetzung Literatur |

- Spiess Huld, C./Häfeli, K./Rüesch, P.: Risikofaktoren bei Jugendlichen und ihre Auswirkungen auf das Leben im Erwachsenenalter. Eine Sekundäranalyse der Zürcher Längsschnittstudie „Von der Schulzeit bis zum mittleren Erwachsenenalter“ (ZLSE). Luzern 2006.
- Werner, E. E.: Gefährdete Kinder in der Moderne: Protektive Faktoren. VHN (Vierteljahresschrift für Heilpädagogik und ihre Nachbargebiete), 1997, 66(2), 192-203.
- Werner, E. E./Smith, R. S.: Journeys from Childhood to Midlife. Risk, Resilience and Recovery. Ithaca, N.Y. 2001.

Abb. 1: Bedeutende Akteure aus Interessensicht

Risikofaktoren	Schutzfaktoren
Externale Faktoren	
Niedriger sozioökonomischer Status	Verfügbarkeit von Verwandten und Nachbarn für emotionale Unterstützung
Schwere körperliche Erkrankungen oder psychische Störungen des Vaters/der Mutter	Dauerhafte und gute Beziehung zu mindestens einer primären Bezugsperson
Kriminalität, Dissozialität oder Alkoholismus eines Elternteils	Verlässlich unterstützende Bezugsperson/en im Erwachsenenalter
Keine Teilnahme in strukturierten Freizeitgruppen	Soziale Förderungen (zum Beispiel Jugendgruppen, Schule, Kirche)
Internale Faktoren	
Jungen vulnerabler als Mädchen	Mädchen weniger vulnerabel als Jungen
Geburtskomplikationen, Entwicklungsverzögerungen	
Mangelnde Selbstsicherheit	Positives Selbstkonzept
Scheue, ängstliche, wenig selbstsichere Persönlichkeit	Robustes, aktives, kontaktfreudiges Temperament
Unsicheres Bindungsverhalten nach 12./18. Lebensmonat	Sicheres Bindungsverhalten
Tiefe kognitive Fähigkeiten	Überdurchschnittliche kognitive Fähigkeiten
Ungeschicklichkeit, tiefe manuelle Fähigkeiten	Altersangemessene sensomotorische Fähigkeiten

Werner und Smith (2001, S. 176 ff.) berichten über eine ganze Reihe von Interventionsprogrammen und Massnahmen in den USA und in europäischen Ländern zur Förderung von Resilienz. Auch in der Schweiz sind erfolgreiche Programme zur Erhöhung der Resilienz z.B. bei unterqualifizierten Jugendlichen entwickelt worden (Oser et al. 2005). Resilienz kann in jedem Alter erlernt werden, selbst wenn in Kindheit und Jugend keine resilienzfördernden Erfahrungen gemacht werden konnten. Für Betroffene und Angehörige hat die Amerikanische Psychologengemeinschaft eine nützliche Broschüre «The Road to Resilience» veröffentlicht, in welcher eine Reihe von Wegen aufgezeigt werden (vgl. www.apahelpcenter.org und Nuber 2005, S. 24):

- Soziale Kontakte aufbauen: Gute Beziehungen zu Familienmitgliedern, Freunden und anderen Menschen stärken das Selbstwertgefühl und sind hilfreich in Notzeiten.
- Krisen nicht als unüberwindliches Problem ansehen: Die Tatsache, dass schlimme Dinge passieren, kann nicht rückgängig gemacht werden. Aber was verändert werden kann, ist, wie man darüber denkt und darauf reagiert.
- Realistische Ziele entwickeln: Die Zukunft sollte

nicht aus den Augen verloren werden. Wünsche und Ziele sind trotz einer Krise weiterhin vorhanden. Man muss sie erkennen und versuchen, sie zu verwirklichen.

- Opferrolle verlassen und aktiv werden: Das Verharren in der Opferrolle schwächt und wirkt lähmend. Eher sollten konkrete Handlungsmöglichkeiten geprüft werden.
- An die eigene Kompetenz glauben: Menschen lernen oft auch aus widrigen Umständen und können sich weiterentwickeln.
- Eine Langzeitperspektive einnehmen: Auch in schmerzhaften Situationen sollte eine breitere Perspektive und der gesamte Lebenskontext beachtet werden. So können Ereignisse relativiert werden.
- Für sich selbst sorgen: Die eigenen Gefühle und Bedürfnisse sollten beachtet werden. Aktivitäten, die Freude bereiten und Energie bringen, sollten gepflegt werden.

Trotz der Bedeutung dieser personenbezogenen Aspekte sollten strukturelle und situative Einflüsse nicht vernachlässigt werden, damit von Adaptionsfähigkeit im Erwachsenenalter gesprochen werden kann.