

Geleitwort

Kindheit und Krise? Da passt auf den ersten Blick etwas nicht zusammen, ja, man möchte hier sogar einen »Widerspruch in sich« – ein Oxymoron – erkennen: Kindheit setzen wir gleich mit der Unbeschwertheit, dem Behütetsein der frühen Jahre. Kinder erwarten voller Zuversicht den nächsten Tag, sie sind gefangen in ihren Träumen und ihrem Hoffen, in ihrem »unrealistischen Optimismus«, sie berühren uns mit ihrer Arglosigkeit und ihrem Erkundungsdrang. In einer so verstandenen Kindheit kommt »Krise« nicht vor.

Das gilt auch umgekehrt, wenn man die Forschung zu »Krisen und kritischen Lebensereignissen« beleuchtet: Auch diese Forschungsarbeiten haben die Kindheit nicht in den Blick genommen. Krise hat (scheinbar) etwas mit dem Erwachsenenalter zu tun: Die Rede ist beispielsweise von der »Krise in der Mitte des Lebens«, oder das hohe Alter wird als eine Phase dargestellt, in der sich gravierende (negative) Veränderungen im Leben vollziehen und viele von diesen eine krisenhafte Zuspitzung erfahren. Die Krise des (mittleren und höheren) Erwachsenenalters hat – ganz nach ihrer etymologischen Herleitung – immer etwas damit zu tun, dass zu einem definierten Zeitpunkt ein dramatischer Geschehensablauf kulminiert (vgl. etwa die »Fieberkrise« des Mittelalters) und sich dieses Geschehen (irreversibel) zum Guten oder zum Schlechten wendet: »Krisen als Wendepunkte« im Leben der Erwachsenen.

Wie die Kindheit, so verknüpfen wir auch das Jugendalter nicht spontan mit »Krise« in dem genannten Sinne. Zwar handelt es sich bekanntlich um eine Lebensphase, in der eine Vielzahl von Anforderungen bewältigt und Entwicklungsaufgaben der unterschiedlichsten Art abgearbeitet werden müssen – es müssen gleichsam die »Eintrittskarten« in das Erwachsenenalter erworben werden, und nicht selten zahlen Jugendliche dafür einen hohen Preis. Doch sind wir in aller Regel geneigt, die damit einhergehenden, oft dramatischen Veränderungen im Verhalten und Erleben der Jugendlichen als Ausdruck eines »normalen« Entwicklungsverlaufs zu sehen. Ja, wir stellen es letztlich als eine Besonderheit des Jugendalters heraus, dass das Leben in dieser Zeit durch so viele Umwälzungen, Transitionen und »first-time experiences« charakterisiert sei und dass es eben schon deshalb nie »glatt« verlaufen könne. Krise als (dramatischer) Wendepunkt ist damit zumeist nicht mitgedacht.

Und doch sind wir natürlich nicht blind dafür, dass sich auch über dem Leben von Kindern und Jugendlichen dunkle Wolken bilden – dass Kinder ihrer Geborgenheit beraubt werden, dass sie zu Opfern von Missbrauch oder Misshandlung werden, dass Kinder und Jugendliche im Strudel elterlicher Konflikte und Trennung unterzugehen drohen, dass sie sich nirgendwo mehr zugehörig fühlen können, dass sie durch Gleichaltrige gehänselt und abgelehnt oder – nicht minder schmerzlich – von ihnen ignoriert werden, dass sie in ihrem Vertrauen in andere wie auch in ihrem Selbst-

vertrauen tiefgreifend erschüttert werden, und dass dies alles ja so schmerzhaft Erfahrungen sind. Kurzum: Auch Kinder und Jugendliche müssen erfahren, dass ihre Welt – oft mit einem Schlag – nicht mehr jene »heile Welt« ist, die sie war und/oder die sie sich erträumt hatten. Kritische Lebensereignisse und krisenhafte Erfahrungen sind eben nicht auf die Jahre des Erwachsenenalters beschränkt – wir haben dies bislang nur nicht gebührend in empirische Forschungsprogramme umgesetzt, die unter diesem Etikett, d. h. der Erforschung kritischer Lebensereignisse oder Lebenskrisen in Kindheit und Jugend, firmieren.

Denn natürlich wissen wir auch (nicht erst seit Freuds Psychoanalyse), dass die Kindheit einen langen Arm besitzt. Wir wissen, wie frühe negative Erfahrungen und Erschütterungen des Selbst- und Weltverständnisses in der Kindheit und im Jugendalter nicht nur proximale, sondern auch distale Wirkungen bis in das Erwachsenenalter hinein zeitigen, wie sie Pfade in ein unglückliches Leben eröffnen und andere Pfade in ein glücklicheres Leben oft dauerhaft verschließen. Vermutlich hat der lange Arm der Kindheit (auch) damit zu tun, dass es häufig nicht (nur) die singulären kritischen Ereignisse im Leben von Kindern und Jugendlichen sind, die temporäre Zustände des Ungleichgewichts, der Orientierungslosigkeit und des Erlebens einer »Krise« erzeugen (weshalb wir eben Krise nicht spontan mit Kindheit und Jugend assoziieren). Vielmehr erweisen sich kritische Ereignisse in den frühen Jahren oft als eingebettet in und als Ausdruck von risikoreichen Entwicklungsumwelten und extrem belasteten Lebenslagen, die sich in einer Vielzahl einzelner negativer Ereignisse niederschlagen und die ihrerseits summative negative Effekte über die gesamte Lebensspanne erzeugen können. Zu denken ist dabei nicht nur an dauerhafte Beeinträchtigungen der körperlichen oder seelischen Gesundheit oder gar ein erhöhtes Mortalitätsrisiko. Beispiele dafür sind auch die »soziale Vererbung des Scheidungsrisikos« in der männlichen Teilpopulation oder die Beobachtung, dass erfahrene Misshandlung in der Kindheit transformiert wird in soziale Isolation und erhöhte Gewaltbereitschaft, die diese ehemals misshandelten Kinder nun als Erwachsene erkennen lassen.

Darüber hinaus wissen wir auch um die besonderen Verwundbarkeiten von Kindern und Jugendlichen: Sie haben noch kein gesichertes Wissen darüber, wer sie sind, was sie wollen, welche Optionen ihnen offenstehen, wohin sie gehen könnten – oft auch nicht, wem sie vertrauen und an wen sie sich in ihrem Kummer und Schmerz wenden dürfen oder könnten. Nicht selten stoßen sie bei ihrer Suche nach Nähe und Halt auf die falschen »Ratgeber«; denn sie sind – wie eigentlich Menschen jedweden Alters – in Zeiten großer Belastung und Verunsicherung so sehr empfänglich für Zuspruch und (scheinbare) Hilfe, doch nicht immer kann ihr soziales Netz dies leisten. Kinder und Jugendliche müssen erst noch jene psychischen und sozialen Ressourcen erwerben, die wir aus der Welt der Erwachsenen kennen: Selbstkomplexität, Selbstvertrauen, Fähigkeit zur Emotionsregulation, Flexibilität der Zielbindung, Selektivität in der Gestaltung sozialer Beziehungen – um nur einige zu nennen. Die Forschungslandschaft ist voll von eindrucksvollen Belegen, in welchem Ausmaß solche Ressourcen den Bewältigungsprozess im Erwachsenenalter erleichtern und Halt und Stütze bieten. Kinder und Jugendliche verfügen über diese Ressourcen noch nicht. Und auch in den Erziehungsplänen von Eltern und Schulen ist nicht vorgesehen, dass Kinder und Jugendliche auf die Schattenseiten des Lebens

ausdrücklich vorzubereiten seien, wie ja auch Erwachsene sich nur ungern mit diesen Schattenseiten gedanklich beschäftigen (Stichwort »Verlustaversion«). Kinder und Jugendliche gelten in der Regel als diejenigen, die »naturgemäß« auf der Sonnenseite wachsen und gedeihen und die irgendwann und irgendwie schon noch den »Ernst des Lebens« erfahren werden. Vor diesem Hintergrund wiegt all das, was die meisten kritischen Ereignisse für die Betroffenen transportieren – Orientierungsverlust, Hilflosigkeit, Handlungsunsicherheit, tiefe Trauer, extreme Angst – auf den Schultern von Kindern und Jugendlichen ungleich schwerer als auf den Schultern von Erwachsenen. Die geläufige Rede von Krise als einem Wendepunkt, von dem aus eine Entwicklung auch hin zum »Besseren« verlaufen oder der womöglich sogar in einem (posttraumatischen) Wachstum münden könne, erhält mit Blick auf kritische Ereignisse im Leben von Kindern und Jugendlichen einen mehr als euphemistischen, ja einen zynischen Unterton.

Was folgt daraus? In der Summe all dieser Überlegungen erscheint es umso wichtiger, dass ein Buch wie das vorliegende sich der Frage widmet, wie professionelle Hilfe für Kinder und Jugendliche in schwierigen Zeiten ihres Lebens auszu-sehen habe und wie diese Hilfen zu gestalten seien. Diesem Buch sei eine aufgeschlossene, wissbegierige Leserschaft gewünscht, die mit ihrem praktischen psychologischen und pädagogischen Tun dazu wird beitragen können, dass Kinder und Jugendliche Widerstandskraft entwickeln und sich dem werden annähern können, von dem wir ja alle irgendwie träumen: einem guten, gar einem glücklichen Leben.

Trier, im Sommer 2019

Sigrun-Heide Filipp

Literaturhinweis

Filipp, S.-H. & Aymanns, P. (2018). *Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens.* (2., aktualisierte Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.