

beziehungswweise

MÄRZ 2012

INFORMATIONSDIENST DES ÖSTERREICHISCHEN INSTITUTS FÜR FAMILIENFORSCHUNG

WWW.OIF.AC.AT

INHALT

- | | | | |
|---------------------|--|------------------|---|
| 1 THEMA | Das Zauberwort heißt Resilienz. Eine Analyse zum Resilienzkonzept | 6 STUDIE | Rushhour. Balance zwischen den Lebensbereichen |
| 1 ÖIF-STUDIE | Kinder- und Familienfreundlichkeit | 8 SERVICE | buch: Erschöpfte Familien termin: betrifft: frau |
| 2 KOLUMNE | Baby! Nie mehr allein zu Haus ... Zeit für uns | | termin: 6. Oö. Gemeindefamilientag |

THEMA

Das Zauberwort heißt Resilienz

Eine Analyse zum Resilienzkonzept

VON MONIKA FRIEDRICH

Der Begriff Resilienz hat Konjunktur. In wissenschaftlichen ebenso wie in populärwissenschaftlichen Zusammenhängen scheint er allgegenwärtig. Trotz dieser „Allgegenwart“ sind in der interessierten Öffentlichkeit viele Missverständnisse erkennbar, die aus einer oft unkritischen Rezeption des Resilienzkonzepts und dessen Erforschung resultieren.

Der Zauber des Resilienzkonzepts

Seit mehr als 20 Jahren scheint das Resilienzkonzept auf die theoretischen Diskussionen und auf die empirische Forschung der Humanwissenschaften, besonders der Psychologie, einen besonderen Zauber auszuüben. Heute gibt es kaum noch eine wissenschaftliche Veröffentlichung, z.B. zur Entwicklung von Kindern oder zu den Lebensläufen von Erwachsenen, die diesem Zauber nicht erlegen ist, d.h., in der dieses Konzept nicht verwendet, erläutert, diskutiert, differenziert oder kritisiert wird. Das Thema Resilienz wird mittlerweile auch von populärwissenschaftlichen Magazinen oder in weniger seriöser Ratgeberliteratur aufgegriffen, wobei

die wissenschaftskonforme Verwendung zweifelhaft bleibt (vgl. Fingerle 2007:299).

Was nun macht diesen Zauber aus? Für die Humanwissenschaften liegt die besondere Bedeutung des Resilienzkonzepts in der Umkehr der wissenschaftlichen „Denkrichtung“ und des damit verbundenen Forschungsinteresses. Die theoretische und empirische Aufmerksamkeit

ÖIF-Studie zu Kinder- und Familienfreundlichkeit!

Wie kinder- und familienfreundlich ist Österreich? Ihre Erfahrungen sind gefragt!

Wir ersuchen Sie um Situationsschilderungen, Erlebnisse, Beobachtungen und Ansichten, die einen Einblick in Ihre persönlichen, privaten oder beruflichen Erfahrungen mit Kinder- und Familienfreundlichkeit erlauben. Ihre Stellungnahmen werden im Rahmen einer Studie anonym ausgewertet. Bitte führen Sie Ihr Alter und Ihr Geschlecht an und, ob Sie Kinder haben.

Ihre Situationsbeschreibung geben Sie uns bitte schriftlich bekannt

- über unsere Website www.oif.ac.at (Link auf der Aktuell-Seite) oder
- per Mail an sabine.buchebner-ferstl@oif.ac.at oder
- per Post (Postgebühr zahlt Empfänger) an
ÖIF an der Universität Wien
z.H. Frau Dr. Sabine Buchebner-Ferstl
Grillparzerstraße 7/9, 1010 Wien



Zeit für uns

VON SONJA DÖRFLER



„Hm, wo bin ich hier gelandet?“

Dreieinhalb Monate jung ist Abigail jetzt. Sie wächst fleißig und nimmt vor allem ordentlich zu. Nachdem sie eher klein und leicht geboren wurde, fällt sie jetzt in den Normbereich, obwohl sie „nur“ gestillt wird. Das entlastet ihre besorgten Eltern sehr.

Abigail ist jetzt auch schon viel wacher und nimmt ihre Umwelt mit Neugierde, Freude und skeptischen Blicken wahr. Längst hat sie ihre Fäustchen entdeckt und steckt sie eifrig abwechselnd in den Mund. Die ersten Greifversuche finden statt und sie probiert täglich, ihre Spieluhr beim Bettchen an einem Ring aufzuziehen. Den Ring kann sie zwar schon zielsicher greifen, aber die Kraft, daran richtig zu ziehen, fehlt ihr noch. Das wird allmorgendlich mit Ächzen versucht und schließlich mit ärgerlichen Stoßlauten kommentiert. Wir fragen uns: Von wem hat sie wohl diese Ungeduld? Wohl eher von ihrer nervösen Mutter als vom stoischen Vater. Oder ist einfach jedes Baby so?

Auch ihre Beine werden langsam entdeckt. Sie wirft sie in die Höhe, um sich in Rückenlage etwas vorwärts zu bewegen. Wir müssen auf der Hut sein!

In unserem Alltag sind wir momentan oft zu dritt, da die Auftragslage des selbstständig erwerbstätigen Vaters der Saison entsprechend eher mager ist. Was nicht so prickelnd für das Haushaltsbudget ist, bedeutet umso mehr Luxus in Form von Zeit, die wir gemeinsam haben. Manchmal denken wir, dass unser Leben vielleicht nie mehr so einträchtig sein wird wie jetzt. Wir leben in unserer warmen gemütlichen Höhle wie Bären im Winterschlaf, kochen gemeinsam, machen den Haushalt, dekorieren die Wohnung neu. Abigail bekommt vorgelesen, rollt auf ihrer Decke herum und beobachtet ihre Eltern ganz eindringlich mit unerschrockenen Augen.

Dennoch müssen wir auch an die Zukunft denken: Da die Anmeldephase für die öffentliche Krippe in Wien für das Jahr 2013 gerade läuft, heißt das für uns, Einrichtungen besichtigen. Die öffentlichen Kinderkrippen, die wir bislang gesehen haben, sind erstaunlich schön und haben unterschiedliche Vor- und Nachteile. Wichtig ist uns ein großer Garten, was mitten in der Stadt nicht selbstverständlich ist. Dennoch sind wir fündig geworden. Außerdem wollen wir eine gute Durchmischung der Muttersprachen bei den Kindern. In einer Einrichtung gleich um die Ecke gibt es derzeit kein Kind mit deutscher Muttersprache. In der nächsten Einrichtung sprechen die Kinder teilweise deutsch und teilweise türkisch, serbisch, russisch, bulgarisch oder polnisch. Unser Kind wird mit Deutsch als Muttersprache und Englisch als „Vatersprache“ aufwachsen. Dort könnte sie sich also wohlfühlen. ■

sonja.doerfler@oif.ac.at

z.B. in der Entwicklungspsychologie richtet sich nicht mehr überwiegend auf Entwicklungsdefizite oder -störungen bzw. Fehlanpassungen und deren Behebung. Sie nimmt vielmehr die Stärken der Individuen, die positiven und gesunden Widerstandskräfte und deren Förderung in den Blick. Diese neue Blickrichtung ist hoffnungsvoll auf die positiven Potenziale der Individuen gerichtet. So untersucht z.B. die Längsschnittstudie „Pairfam – das Beziehungs- und Familienpanel“ unter anderem, was Liebe glücken lässt. Der wissenschaftliche Blick „richtet sich nicht mehr nur auf die Schattenseiten scheiternder Beziehungen“, sondern darauf, „was zufriedene Paare richtig machen“ (von Bredow 2011:128). Doch was genau ist unter Resilienz zu verstehen und wie kam es zu dieser veränderten Denkrichtung, der neuen Perspektive, dem Paradigmenwechsel?

Herkunft des Resilienzkonzepts

Resilienz leitet sich vom englischen „resilience“ ab und bedeutet Spannkraft, Widerstandsfähigkeit und Elastizität. Ursprünglich stammt der Begriff aus der Werkstoffkunde, gewinnt aber in den Humanwissenschaften eine übertragene Bedeutung: Resilienz ist die psychische Widerstandsfähigkeit von einigen Menschen gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken, an denen viele andere Schaden nehmen. Das Phänomen der Resilienz bezieht sich auf die Abwehr von fehlangepassten Reaktionen angesichts belastender Lebensumstände (vgl. u.a. Wustmann 2004; Zander 2008). Vulnerabilität (Verletzlichkeit) ist der Gegenbegriff. Er verweist auf die Möglichkeit, dass ein Individuum, besonders ein Kind, unter dem Einfluss von Risikobelastungen verschiedene Formen von Erlebens- und Verhaltensstörungen entwickelt. Resilienz bezieht sich also auf psychische Gesundheit trotz erhöhter Entwicklungsrisiken und verweist auf die Fähigkeit von Individuen, solche Risikobelastungen zu bewältigen.

Der Begriff Resilienz wurde zuerst über eine Studie der amerikanischen Entwicklungspsychologin Emmy E. Werner und ihrem Team bekannt. Sie verfolgten 40 Jahre lang die Entwicklungsverläufe von fast 700 Kindern, die 1955 auf der Hawaii-Insel Kauai geboren wurden. Etwa ein Drittel von ihnen wuchs unter für ihre Entwicklung höchst riskanten sozialen Bedingungen auf. Werner und ihr Team fanden, dass etwa zwei Drittel dieser „Risiko-Kinder“ höchst problematische Entwicklungsverläufe nahmen. Unerwartet

jedoch wuchs ein Drittel der Risiko-Kinder zu kompetenten, psychisch gesunden, leistungsfähigen und zuversichtlichen Erwachsenen heran. Sie erwiesen sich als resilient gegenüber den Entwicklungsrisiken, die ihr Umfeld barg. Diese und andere Studien aus der Pionierphase begründeten eine neue Forschungsrichtung, die Resilienzforschung.

In der Literatur werden drei unterschiedliche Erscheinungsformen von Resilienz genannt:

- eine positive Entwicklung eines Individuums trotz andauerndem hohen Risikostatus, z.B. bei Aufwachsen in chronischer Armut und niedrigem ökonomischen Status,
- eine beständige Bewältigungskompetenz unter akuten Stressbedingungen, z.B. infolge (elterlicher) Trennung, Scheidung oder chronischer Krankheit, und
- eine positive bzw. schnelle Erholung von traumatischen Erlebnissen, wie z.B. dem Tod eines nahe stehenden Menschen, Erleben von Naturkatastrophen und Krieg (vgl. Wustmann 2004; Zander 2008).

Diese dezidierte Abkehr vom „Defizitblick“, das neu entstandene wissenschaftliche Interesse am Phänomen der psychischen Widerstandsfähigkeit, führte zu einem neuen Erkenntnisinteresse in Forschung und Praxis. Man beschäftigt sich nun mit den Faktoren, die Resilienz in Kindern und Erwachsenen bedingen, fördern und stärken.

Erweiterte Definition von Resilienz nach heutigen Erkenntnissen

Resilienz ist nicht als individuelle Eigenschaft zu verstehen, sondern als eine Fähigkeit, die sich im Verhalten der Personen und ihren Lebensmustern (life patterns) manifestiert. Sie ist also „kein angeborenes, stabiles und generell einsetzbares Persönlichkeitsmerkmal“ (Weiß 2007:158), sondern das Ergebnis eines Prozesses, der sich in der Interaktion zwischen dem Individuum und seiner Umwelt vollzieht.

Wichtig ist die Erkenntnis, dass sich Resilienz nicht trotz widriger Umstände (wie z.B. Armut, Erfahrungen mit Verlust nahe stehender Menschen oder mit sexueller Gewalt) entwickelt, sondern wegen der Herausforderungen, die diese negativen Bedingungen für die Entwicklung eines Kindes bergen und mit denen es sich auseinandersetzen muss.

Eine Voraussetzung für die Bewältigung solcher Herausforderungen ist das Vorhandensein von Schutzfaktoren im Umfeld, auf die das Kind zurückgreifen kann. Resilienz ist somit ein dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess, eine variable, relationale (bezogen auf schwierige Lebensumstände und schützende Faktoren) und relative Größe, d.h. es gibt keine absolute Unverletzlichkeit (Invulnerabilität), sondern immer nur eine mehr oder minder hohe Wahrscheinlichkeit resilienten Verhaltens. Resilienz ist aber auch situationsspezifisch und multidimensional. So ergaben Untersuchungen, dass Kinder, die in einem chronisch konflikthaften Elternhaus aufwuchsen, sich in ihrer schulischen Kompetenz resilient, viele von ihnen – jedoch nicht alle – aber hinsichtlich ihrer sozialen Kompetenz höchst verletzlich zeigten.

Resilienz und Prävention

Wie oben erwähnt, führte der Paradigmenwechsel zum Interesse an Fragen nach Widerstandskräften der Individuen und deren Stärkung. Hier wird sofort deutlich, dass Resilienz in direktem Zusammenhang mit der Prävention von Entwicklungsdefiziten und -störungen bzw. Fehlpassungen steht. Denn die „Ergebnisse der Resilienzforschung machen immer wieder deutlich, dass frühzeitige (und damit präventive) Unterstützung und Förderung wesentlich dazu beitragen, die Entwicklung von Kindern nachhaltig zu beeinflussen“ (Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse 2009:57). Voraussetzung für präventive Maßnahmen ist neben dem Wissen um die widrigen Lebensumstände und um die Schutzfaktoren auch die Erforschung, wie solche Maßnahmen aussehen müssen, um präventiv tauglich zu sein und um Resilienz fördern und stärken zu können. Die eine gesunde kindliche Entwicklung gefährdenden Lebensverhältnisse sind aus der Defizitforschung hinlänglich bekannt. Dazu zählen als wichtigste

- die Risikofaktoren Armut, Vernachlässigung, psychisch kranke, drogen- und/oder alkoholabhängige Eltern sowie Erfahrungen mit Misshandlungen aller Art.
- Weitere Risikofaktoren sind anhaltende extreme Stressbedingungen wie chronische Krankheiten oder Behinderungen.
- Aber auch traumatische Erfahrungen wie Naturkatastrophen, Kriegserlebnisse, Tod eines nahe stehenden Menschen und Erleben von (sexueller) Gewalt sind Risikofaktoren.

Auch wenn sich die theoretische Blickrichtung und damit das Erkenntnisinteresse mit den resultierenden Fragestellungen verändert haben, muss immer im Bewusstsein bleiben, dass Forschung, die sich mit der Bedrohung (und nicht nur mit der Bewältigung) von (Lebens-)Risiken beschäftigt, nun keinesfalls obsolet wird. Sie bietet notwendiges Grundlagenwissen für den Blick auf die Stärken des Kindes und auf die sozialen Ressourcen in seinem Umfeld. Soziale Ressourcen sind

- **schützende Faktoren** in der Familie. Sie spielen eine bedeutende Rolle für die kindliche Entwicklung. Kinder, die in höchst problematischen Familien aufwachsen, aber dennoch eine sichere Bindung mit mindestens einer kompetenten und stabilen Person innerhalb oder außerhalb der Familie entwickeln können, haben die Chance, Vertrauen und Selbstbewusstsein als Grundlage für Resilienz aufzubauen.
- **lebensbegünstigende Eigenschaften**, die das Kind mitbringt, vorausgesetzt, sie können sich entfalten. Schon als Baby sind diese Kinder aktiv, gutmütig, liebevoll und haben ein hohes Antriebsniveau; als Kleinkind sind sie gesellig und ausgeglichen; zur Einschulung dann zeigen sie große Selbstständigkeit; als Schulkinder kennzeichnet sie Leistungsfähigkeit und Selbstwirksamkeit. Hier ist besonders zu beachten, dass diese „Temperamenteigenschaften“ nicht zu genuinen Persönlichkeitsmerkmalen verkürzt werden dürfen. Sie sind auf unterstützende Interaktionen im sozialen Umfeld angewiesen, um sich überhaupt erst entwickeln zu können.
- **Umgebungsbezogene schützende Faktoren** helfen den Risiko-Kindern, eine positive Lebensperspektive zu entwickeln. Die widerstandsfähigen Kinder wenden sich z.B. Verwandten, Freunden, Nachbarn zu, bei denen sie sich Trost und Hilfe holen, aber auch Lehrern und Lehrerinnen, die ihnen positive Rollenmodelle vorleben (nach Werner 2007, vgl. auch Luthar, 2000, Wustmann 2004).

Im „Konzert“, in Interaktion, mit einem schützenden Umfeld führt die individuelle Disposition resiliente Kinder also dazu, sich „eine Umwelt auszuwählen, die sie schützt und ihre Fähigkeiten und ihr Selbstbewusstsein verstärkt“ (Werner 2007:25). Darüber hinaus haben resiliente Kinder sich meist schon sehr früh hohen Leistungsanforderungen stellen und Verantwortung übernehmen müssen und diese Herausforderungen bewältigt. Sie konnten sich so als kompetent und

belastbar erfahren und besonders ihre Selbstwirksamkeit stärken. Da diese Kinder in fortwährend schwierigen Lebensverhältnissen aufwachsen, muss beachtet werden, dass sich die Balance zwischen Stress erzeugenden Lebensereignissen und stärkenden Schutzfaktoren immer wieder verändern kann und sich meist auch im individuellen Lebensverlauf verändert. Das Gleichgewicht kann sich z.B. durch neue Krisensituationen verschieben.

Resilienz ist also ein Prozess der Wiederherstellung der Balance zwischen Stressoren und Schutzfaktoren durch konstruktive Krisenbewältigung. Resilienzorientierte Präventionsprogramme müssen demnach zuvorderst eine Stärkung der Schutzfaktoren zum Ziel haben.

Kritische Anmerkungen zur Rezeption des Resilienzkonzepts

Das Resilienzkonzept entstammt der psychologischen Forschung, spielt zunehmend aber auch in anderen Disziplinen eine große Rolle, besonders in Pädagogik und Sozialpädagogik, aber auch in Psychiatrie, Neurologie und Soziologie. So nährte die Entdeckung protektiver (schützender) Faktoren in der Pädagogik einen, wie Michael Fingerle es beschreibt, „großen Optimismus, der Resilienz als eine Art immunisierende Persönlichkeitseigenschaft ansah, die es lediglich zu wecken oder zu trainieren galt“ (Fingerle 2007:299). Fingerle mahnt jedoch, dass der zum Modekonzept avancierte Resilienzbezug innerhalb solcher Trainingsprogramme zur „Stärkung von Kindern“ oft die wissenschaftliche Erkenntnis ignoriert, dass Resilienz kein stabiles Merkmal „im Sinne einer universalen Unverletzlichkeit“ eines Individuums ist. Die Entwickler solcher Programme verkanteten damit auch die Tatsache, dass Resilienz nur als „eine zumeist zeitlich begrenzte, von verschiedenen (personalen und sozialen) Schutzfaktoren gespeiste psychische Widerstandsfähigkeit oder Bewältigungskapazität“ verstanden werden könne (ebd.: 2007:299).

Sie beziehen auch die Erkenntnis nicht oder unzureichend ein, dass der Begriff „Resilienz“ nur aussagt, dass Risikofaktoren wie z.B. Armut, Alkoholismus der Eltern oder auch Erfahrungen mit sexueller Gewalt in ihrem Einfluss reduziert werden, jedoch auch ein weiterhin negativer Entwicklungsverlauf möglich ist (ebd.: 300). Viele Trainingsprogramme „springen auch zu kurz“, weil sie meist nur eine Stärkung der personalen Schutzfaktoren konzeptionell in den Blick nehmen,

nicht aber die sozialen Ressourcen. In diesem Sinne sehr problematisch sind z.B. Projekte, die die personalen Bewältigungsressourcen der Kinder einseitig und oft in kurzen Zeitspannen zu fördern suchen, ohne Zugang zu Ressourcen im sozialen Umfeld schaffen zu können oder deren Notwendigkeit auch nur zu reflektieren. Gerade auf diese Ressourcen im sozialen Umfeld sind die Kinder aber angewiesen, sollen sie in ihrer Widerstandsfähigkeit und Bewältigungskompetenz gestärkt werden. In solchen Trainingsprojekten lauert damit eine große Gefahr: Sie versuchen das Kind einseitig zu stärken und verankern damit letztlich die Verantwortung für Erfolg oder Misserfolg ebenso einseitig im späteren Verhalten des Kindes. Oft übernehmen die Kinder dann diese zugeschriebene Verantwortung und suchen die „Schuld“, unter der sie dann leiden, bei sich.

Da Kinder aus problematischen Milieus selten auf soziale Ressourcen in ihrem Umfeld zurückgreifen können, kann auch präventive Entwicklungsförderung nur gelingen, wenn besondere Bereiche und Nischen gefunden werden, die Schutzfaktoren für die Kinder verfügbar machen. Eine solche Nische muss bestimmte Bedingungen erfüllen:

Sie darf die (Regulierungs-) Fähigkeiten des Kindes nicht überfordern, d.h. sie muss Stressoren von ihm fernhalten, darf aber auch keine für das Kind unerfüllbaren Veränderungsanforderungen stellen. Diese erste Bedingung wirkt stabilisierend auf das Kind.

Außerdem ist im Sinne der Entwicklungsförderung bedeutsam, dass das Kind seine Umwelt und seine eigenen Fähigkeiten explorieren kann. Hierfür ist wichtig, dass auf Ziele fokussiert wird, die an die eigenen Fähigkeiten anknüpfen und auch „im weiteren Sinne sozial anschlussfähig sind“ (Fingerle 2007:304). Das bedeutet, dass sowohl die Risiko- als auch die Schutzfaktoren nur mit Bezug auf den Kontext der jeweils spezifischen Lebenssituation des Kindes und seiner individuellen Fähigkeiten bestimmbar sind.

Nur wenn Nischen, die diese Bedingungen erfüllen, den Risiko-Kindern zur Verfügung stehen, können Widerstandsfähigkeit und Bewältigungskompetenz der Kinder entwickelt und gefördert und sie wirkungsvoll und nachhaltig „gestärkt“ werden. ■

Literatur:

Von Bredow, R. (2011): Liebe lieber unvollkommen. In: Der Spiegel (52: S. 126-135).

Damrow, M. K. (2006): Sexueller Kindesmissbrauch. Eine Studie zu Präventionskonzepten, Resilienz und erfolgreicher Intervention. Weinheim/München.

Fingerle, M. (2007): Der „riskante“ Begriff der Resilienz – Überlegungen zur Resilienzförderung im Sinne der Organisation von Passungsverhältnissen. In: Opp/Fingerle (Hg), S. 299-310.

Fröhlich-Gildhoff, K. und M. Rönnau-Böse (2009): Resilienz. München, Basel.

Kipker, M. (2008): Kinder, die nicht aufgeben. Förderung der Resilienz in der pädagogischen Praxis Marburg

Luthar, S. S. et al. (2000): The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for further work. In: Child Development 71, S. 543-562.

Opp, G. und M. Fingerle (Hg.) (2007): Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz. München, Basel

Rönnau-Böse, M. und K. Fröhlich-Gildhoff (2010): Resilienzförderung im Kita-Alltag. Freiburg.

Weiß, H, 2007: Frühförderung als protektive Maßnahme. In: Opp/Fingerle (Hg), S. 158-174.

Werner, E. E. (2007): Entwicklung zwischen Risiko und Resilienz. In: Opp/Fingerle (Hg), S. 20-31.

Wustmann, C. (2004): Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim.

Zander, M. (2008): Armes Kind – starkes Kind? Die Chance der Resilienz. Wiesbaden.

die Autorin

Dr. Monika Friedrich ist Privatdozentin am Institut für Soziologie an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster. Seit 2004 arbeitet sie ehrenamtlich im Beirat des Kinderschutzportals.
Kontakt: mofried@uni-muenster.de

Rushhour

Die Balance zwischen Lebensbereichen in der „Rushhour des Lebens“

VON HARALD LOTHALLER

Dieser Beitrag fasst ausgewählte Ergebnisse der österreichischen Studie „Die Balance zwischen Lebensbereichen und die besondere Bedeutung der Familienarbeit in der Rushhour des Lebens“ zusammen und gibt einen Überblick über Resultate aus Literaturrecherche, quantitativer Datenerhebung (über 200 Doppelverdiener-Paare mit jungen Kindern) sowie aus ergänzenden qualitativen Analysen.

Viele Herausforderungen – wenig Zeit! Zwischen Mitte Zwanzig und Ende Dreißig steigen viele Personen in den Beruf ein, etablieren sich und legen den Grundstein für eine Karriere. Im gleichen Lebensabschnitt gehen sie fixe Partnerschaften ein und gründen eine Familie. Dazu kommen diverse soziale und private Verpflichtungen sowie individuelle Bedürfnisse. Willkommen in der „Rushhour des Lebens“.

Auch in früheren Generationen war es notwendig, Aufgaben aus verschiedenen Lebensbereichen zu erledigen. Dennoch gibt es eine Vielzahl an Indikatoren, dass heutzutage mehr Personen diese Aufgaben in kürzerer Zeit und somit häufiger gleichzeitig bewältigen müssen: Auf der einen Seite haben sich Familiengründung und Berufseinstieg nach hinten verschoben. Einer der Gründe dafür ist eine verbreitete höhere und damit längere Ausbildung, die mit späterem Berufseinstieg und späterer Familiengründung einhergeht und für Viele die Basis beruflicher und finanzieller Absicherung darstellt.

Auf der anderen Seite tickt am Ende der „Rushhour des Lebens“ insbesondere für Frauen die biologische Uhr für die Familiengründung. Und zur gleichen Zeit, rund um das 40. Lebensjahr, sollte berufliche Stabilität erreicht und zumindest die Grundlage für einen beruflichen Aufstieg gelegt sein. Darüber hinaus hat die Erwerbstätigkeit von Frauen kontinuierlich zugenommen und jene der Männer blieb konstant hoch.

In der Literatur finden sich zwei Zugänge, um diese Situation zu vereinfachen: Erstens eine Entzerrung der „Rushhour des Lebens“, d.h. wieder mehr Zeit für die Aufgaben dieser Lebensphase zu finden, um Familiengründung und berufliche Entwicklung hintereinander anstatt gleichzeitig anzusiedeln und zweitens eine Verbesserung der Rahmenbedingungen, um verschiedene Lebensbereiche miteinander vereinbar zu machen und in Balance zu halten bzw. zu bringen.

Was trägt zu Vereinbarkeitsschwierigkeiten bei?

Im Rahmen der Studie wurden anhand der Interviewdaten von über 200 Doppelverdiener-Paaren mit jungen Kindern Prädiktoren für Vereinbarkeitsschwierigkeiten zwischen Familie und Beruf analysiert. Es zeigt sich, dass Schwierigkeiten zwischen den Lebensbereichen wechselseitig in Zusammenhang stehen. Je schwieriger Personen es empfinden, aufgrund der Situation im Beruf familiäre Aufgaben zu erledigen und für die Familie da zu sein, desto schwieriger finden sie es auch aufgrund der familiären Situation, berufliche Aufgaben zu erledigen und umgekehrt (vgl. Abbildung auf Seite 7).

Darüber hinaus erleben Frauen und Männer umso mehr familienbezogene Schwierigkeiten durch den Beruf, je mehr Zeit sie für diesen aufwenden und je mehr beruflichen Stress sie haben. Tendenziell und nur bei Frauen geht auch das subjektive Erleben des beruflichen Umfelds als „familienfreundlich“ mit geringeren Schwierigkeiten einher. Nur bei Männern findet sich hingegen ein negativer Zusammenhang mit der Unzufriedenheit am Arbeitsplatz.

Beide Geschlechter erleben umso mehr berufliche Schwierigkeiten durch die Familie, je mehr die Person die Familienarbeit subjektiv als Belastung und je weniger sie die externe Kinderbetreuung als ausreichend für die eigene Situation empfindet. Bei Frauen gibt es außerdem einen positiven Zusammenhang solcher Schwierigkeiten mit familienbedingtem Stress sowie einen tendenziellen positiven Zusammenhang mit dem Zeitaufwand von anderen Personen für Familienarbeit. Nur bei Männern spielt der eigene Zeitaufwand für Familienarbeit eine Rolle für berufsbezogene Schwierigkeiten.

Insgesamt zeigen die Analysen, dass „subjektives“ Erleben und Bewertungen bedeutsamer für Vereinbarkeitsschwierigkeiten sind als „objektive“ Aspekte wie das Vorhandensein von betrieblichen Unterstützungsmaßnahmen oder externen Kinderbetreuungseinrichtungen. Erwähnenswert scheint, dass es kaum Geschlechterunterschiede hinsichtlich der bedeutsamen Prädiktoren und vor allem hinsichtlich der Vielzahl an nicht signifikanten Prädiktoren von Schwierigkeiten zwischen Beruf und Familie gibt. Ergänzende Analysen weisen darauf hin, dass die von beiden Partnern erlebten Schwierigkeiten zwischen den Lebensbereichen innerhalb des Paares in Zusammenhang stehen,

insbesondere die vom Mann erlebten Schwierigkeiten und berufsbezogene Schwierigkeiten durch die Familie für Frauen.

Was kann Personen in der Rushhour des Lebens unterstützen?

Wenn die Mehrfachbelastung aus verschiedenen Lebensbereichen überhandnimmt, werden zuerst einmal Abstriche bei der Freizeit gemacht, danach folgen Hausarbeit und Partnerschaft. Dies gilt gleichermaßen für Frauen und Männer. Weniger zurückgesteckt wird beim Kontakt zu Kindern und beim Beruf. Bei Frauen sind die Abstriche bei diesen beiden Bereichen etwa gleich. Männer stecken eher noch beim Kontakt mit den Kindern als beim Beruf zurück. Aus der Literatur, aus den Ergebnissen der quantitativen Daten sowie aus ergänzenden qualitativen Analysen der Studie lassen sich potenzielle Erfolgsfaktoren für mehr Balance zwischen Lebensbereichen auf vier Ebenen ableiten:

Auf der individuellen Ebene ist unter anderem eine regelmäßige freie und von anderen als solche akzeptierte Zeit für persönliche Interessen oder zur Entspannung etwas, das den Umgang mit der Situation erleichtern kann. Allerdings stecken wie erwähnt Viele insbesondere bei der Freizeit zurück, wodurch Regenerationsmöglichkeiten entfallen und so das Erleben von Belastungen zunehmen kann. Doch gerade das subjektive Erleben der Situation erweist sich als bedeutsam für Schwierigkeiten zwischen den Lebensbereichen.

Auf Paarebene können beispielsweise gemeinschaftlich Arbeitszeitarrangements vereinbart werden, die die Ansprüche und Wünsche beider Partner gleichwertig berücksichtigen und so zur Wahrnehmung der Umstände als gerecht beitragen können. Auch die bewusste Pflege der Partnerschaft durch Zeit zu zweit scheint ein Erfolgsfaktor in der Rushhour des Lebens zu sein, doch Zeit ist Mangelware und Viele machen in diesem Fall Abstriche in der Partnerschaft.

Im Berufsumfeld erscheinen die Arbeitsgestaltung und familienfreundliche Maßnahmen als notwendige Basis für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Dieses Umfeld ist aber auch gefordert, wenn es um den Umgang mit den Bedürfnissen von berufstätigen Eltern geht. Denn mehr als das auf Papier vorhandene Unterstützungsangebot erscheint das Erleben von Verständnis, Rücksichtnahme und Akzeptanz, wenn solche Angebote tatsächlich genutzt werden, durch die Kollegen und Kolleginnen und Vorgesetzten als erfolgskritisch für die Balance zwischen Lebensbereichen.

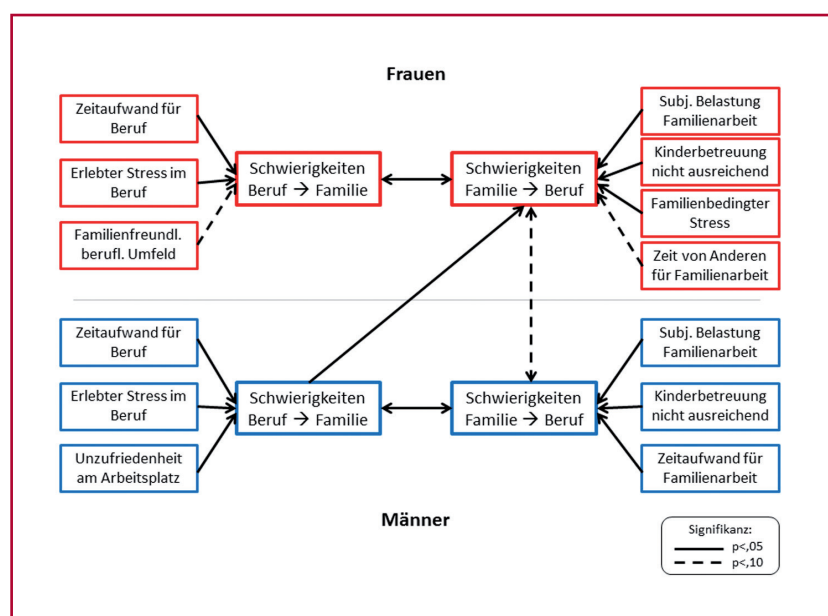


Abbildung: Prädiktoren von Schwierigkeiten zwischen Lebensbereichen

Auf der gesellschaftlichen Ebene sollte sich das Angebot an Kinderbetreuungseinrichtungen noch mehr an den Bedürfnissen von berufstätigen Eltern orientieren, beispielsweise mit längeren Öffnungszeiten in der Früh und am Nachmittag sowie in den Ferien. Denn wird das externe Kinderbetreuungsangebot als ausreichend für die eigene Situation beurteilt, werden weniger Vereinbarkeitsschwierigkeiten erlebt. Das Vorhandensein solcher Einrichtungen an sich spielt hingegen keine Rolle dafür. Und „Familie muss leistbar sein“ lautet eine oftmals vorgebrachte Forderung, wobei Doppelverdiener-Eltern bei Förderungen und ähnlichem häufig „durch den Rost fallen“ und sich einige Befragte daher gegenüber anderen Eltern benachteiligt fühlen.

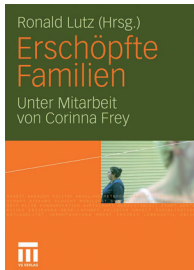
Die aktuelle Situation erscheint generell noch weit entfernt von dem, was für eine tatsächliche Vereinbarkeit von Lebensbereichen notwendig wäre. Wenn diese aus der Balance geraten, betreffen die negativen Auswirkungen nicht nur die einzelnen Personen: Geringe Fertilitätsrate, steigende Scheidungsraten, geringere Produktivität oder vermehrte psychische und körperliche Probleme sind Folgen für die Partnerschaft, das direkte private und berufliche Umfeld, die Wirtschaft und die Gesellschaft. Verschiedene Lebensbereiche möglichst gut miteinander zu vereinbaren, spielt daher in dieser intensiven Zeit eine zentrale Rolle für die Betroffenen – und für uns alle. ■

der autor

Dr. Harald Lothaller ist als Sozialpsychologe an der Kunstuniversität Graz tätig.

Kontakt:
harald@lothaller.net

Literatur:
Lothaller, H. (2011). Die Balance zwischen Lebensbereichen und die besondere Bedeutung der Familienarbeit in der „rush hour des Lebens“. Duisburg, Köln: WiKu-Verlag. ISBN: 978-3-86553-399-9.



Erschöpfte Familien

Von der Empirie zur soziologischen Analyse

„Erschöpfte Familien“ steht für eine Innensicht auf Armut und Prekarisierung, die der These folgt, dass sozial benachteiligte Familien zwar über Ressourcen und Bewältigungsmuster verfügen, aber in unterschiedlicher Weise fähig sind, ihr Leben zu gestalten und Kinder zu fördern, um ihnen Chancen zu ermöglichen.

Das vorliegende Buch setzt sich in verschiedenen Beiträgen mit dieser Innensicht auseinander. Dabei nähert es sich auf unterschiedlichen Wegen der Ungleichheit, Unsicherheit, Benachteiligungen und der Armut und Erschöpfung der Familien. Es liefert Analysen und Überlegungen, wie auf diese veränderte Sichtweise sozialpolitisch und sozialarbeiterisch zu reagieren ist. Es werden sozialräumliche Kontexte von Hilfe und Unterstützung diskutiert und die Bedeutsamkeit von Sozialer Arbeit, vor allem hinsichtlich erzieherischer Hilfen, wird reflektiert. Es werden soziale, ökonomische und familiäre Hintergründe betrachtet und ergänzt durch Blicke auf den familiären Alltag und die alltagskulturellen Handlungsmuster, die sich im Begriff der erschöpften Familien fokussieren.

Literatur: Lutz, Ronald (Hg.) (2012): Erschöpfte Familien. Unter Mitarbeit von Corinna Frey. Wiesbaden: VS Verlag. ISBN 978-3-531-17514-0, www.vs-verlag.de

termin

betrifft:frau

Frauen.Gleichstellung | Vernetzung

Das Frauennetzwerk Vorarlberg organisiert gemeinsam mit dem Frauenreferat der Vorarlberger Landesregierung und dem Fraueninformationszentrum FEMAIL in der Reihe betrifft:frau Veranstaltungen zu den Themen Gesundheit, Beruf, Finanzen, Recht und Lebensplanung.

Datum und Ort: laufend in Gemeinden in Vorarlberg
Veranstalter: Frauenreferat der Vorarlberger Landesregierung
Kontakt: www.frauennetzwerk-vorarlberg.at

termin

6. Oö Gemeindefamilientag

Familienfreundlichkeit durch Zusammenarbeit in und mit anderen Gemeinden

Vorträge und Workshops zu folgenden Themen werden angeboten:

- Vernetzung und Kooperation im Rahmen kommunaler Familienpolitik
- Seminar „Audit familienfreundliche Gemeinde“
- Jugend braucht Räume – auch in der Gemeinde
- Oö. Kinderbetreuungsgesetz – qualitätsvolle Kinderbetreuung als Investition in die Zukunft
- Zeitbank 55+ „Bürger und Bürgerinnen unterstützen sich untereinander“
- Bürger- und Bürgerinnenbeteiligung – die Chance und Herausforderung für Gemeinden

Datum: 23.03.2012, 13:30 bis 19:00 Uhr
Ort: Landesdienstleistungszentrum Linz, Bahnhofplatz 1, 4021 Linz
Veranstalter: Oö Familienreferat
Kontakt: www.familienkarte.at

impressum

Medieninhaber: Österreichisches Institut für Familienforschung (ÖIF) an der Universität Wien | 1010 Wien, Grillparzerstraße 7/9 | www.oif.ac.at
Herausgeber: Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Mazal | **Redaktion:** Dr. Isabella Hranek, Ursula Hambrusch | **Kontakt:** beziehungsweise@oif.ac.at
Fotos und Abbildungen: S. Dörfler (S. 2) | H. Lothaller (S. 7) | VS Verlag (S. 8)

Gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums für Wirtschaft, Familie und Jugend über die Familie & Beruf Management GmbH sowie der Bundesländer Kärnten, Niederösterreich, Oberösterreich, Salzburg, Steiermark, Tirol und Vorarlberg.

DVR: 0065528
Österreichische Post AG | Sponsoring: Post | Verlagspostamt: 1010 Wien
Zulassungsnr. 02Z0318205