

Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise in der Adoleszenz

Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit



Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise in der Adoleszenz

Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit

Bachelorarbeit von: Naida Hrníc Kusuran

HS19

An der: FHS St. Gallen
Hochschule für Angewandte Wissenschaften
Studienrichtung Sozialarbeit

Begleitet von: Regula Flisch
Dozentin und Leiterin Fachstelle Praxisprojekte
Fachbereich Soziale Arbeit

Für den vorliegenden Inhalt ist ausschliesslich die Autorin verantwortlich.

St. Gallen, 7. Oktober 2019

Inhaltsverzeichnis

Abstract	3
Vorwort	7
Einleitung	8
1 Entwicklung in der Adoleszenz	11
1.1 Definitionen	11
1.2 Das Konzept der Entwicklungsaufgaben	12
1.2.1 Normative Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz	13
1.2.2 Herausforderung in der Adoleszenz	14
1.2.3 Entwicklungserschwerisse	15
1.3 Allgemeines zur Bewältigung und Resilienz	15
1.3.1 Bewältigung	16
1.3.2 Resilienz	17
1.4 Resümee.....	18
2 Grundlagen zu psychosozialen Krisen	19
2.1 Definition Krise	19
2.2 Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise	20
2.3 Kritische Lebensereignisse	23
2.4 Gefahren von Krisen	24
2.5 Chancen von Krisen.....	25
2.5.1 Veränderungen als Persönlichkeitsentwicklung.....	26
2.5.2 Veränderungen der Zielstrukturen.....	27
2.5.3 Veränderungen in Wertorientierungen und Überzeugungssystemen.....	27
2.5.4 Veränderungen als persönliches Wachstum	28
2.6 Resümee.....	28
3 Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz	30
3.1 Ausprägungen der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise	30
3.1.1 Pubertätstypische Übergangskrisen.....	31
3.1.2 Psychosoziale Krisen mit Entwicklungsgefährdung	31
3.1.3 Krisenzuspitzung, akuter Notfall und psychische Erkrankung.....	32
3.2 Einflussfaktoren auf den Verlauf der Adoleszenz	32
3.3 Risikofaktoren für die Entwicklung von Krisen in der Adoleszenz	34
3.4 Kritische Lebensereignisse in der Adoleszenz	36
3.5 Gelingende und nicht gelingende Bewältigung von Krisen in der Adoleszenz	36
3.6 Resilienz in Bezug auf Krisen in der Adoleszenz.....	38

3.7	Kennzeichen einer Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise bei Adoleszenten	41
3.8	Resümee.....	41
4	Interventionsmöglichkeiten der Sozialen Arbeit bei Krisen.....	43
4.1	Definition Krisenintervention.....	43
4.2	Kriseninterventionen in der Sozialen Arbeit.....	43
4.3	Grundprinzipien der Krisenintervention	45
4.4	Ziele der Krisenintervention.....	48
4.5	Haltung der Fachpersonen in Kriseninterventionen	49
4.6	Ablauf der Krisenintervention	50
4.6.1	Erste Sitzung (BELLA Interventionskonzept).....	50
4.6.2	Problembewältigung.....	52
4.6.3	Abschluss	52
4.7	Resümee.....	53
5	Krisenintervention mit Adoleszenten in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen.....	55
5.1	Akzeptanzförderung für die Krisenintervention	55
5.2	Krisenintervention bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen.....	56
5.3	Einbezug der Familie bei Kriseninterventionen mit Adoleszenten.....	57
5.4	Resümee.....	58
6	Schlussfolgerungen.....	59
	Literaturverzeichnis	65
	Quellenverzeichnis.....	67
	Abbildungsverzeichnis	68
	Tabellenverzeichnis	69
	Erklärung	71

Abstract

Titel: Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise in der Adoleszenz – Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit

Kurzzusammenfassung: Die Arbeit beschreibt Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz und den Beitrag, den die Soziale Arbeit zur Unterstützung der Adoleszenten in Krisen leisten kann. Dabei steht die Krisenintervention als Interventionsform im Fokus.

Autor(en): Naida Hrnica Kusuran

Referent/-in: Regula Flisch

Publikationsformat:

- BATH
- MATH
- Semesterarbeit
- Forschungsbericht
- Anderes

Veröffentlichung (Jahr): 2019

Sprache: deutsch

Zitation: Hrnica Kusuran, Naida. (2019). *Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz – Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit*. Unveröffentlichte Bachelorarbeit, FHS St. Gallen, Fachbereich Soziale Arbeit.

Schlagwörter (Tags): Adoleszenz, Krise, Krisenintervention, Lebensveränderungskrise, Entwicklungskrise in der Adoleszenz

Ausgangslage:

Adoleszenten werden in der Entwicklung mit normativen Aufgaben, wie beispielsweise der Abwendung von den Eltern und Hinwendung zu der Peergruppe oder der Berufswahl konfrontiert. Bei einigen Adoleszenten treten zudem kritische Lebensereignisse hinzu, wie eine ungewollte Vater- oder Schwangerschaft, eine Geschlechtskrankheit oder der Verlust einer nahestehenden Person. Mit den vorhandenen Bewältigungsstrategien und Ressourcen, wie beispielsweise dem sozialen Umfeld der Adoleszenten, gelingt es ihnen mehrheitlich, solche

herausfordernden Aufgaben zu meistern. Scheitern sie bei der Bewältigung dieser Herausforderungen, aufgrund fehlender Ressourcen und Hilfsmöglichkeiten aus der Umgebung, kann es bei Betroffenen schliesslich zu einer psychosozialen Krise führen.

Ziel:

In der Adoleszenz gilt es Entwicklungsaufgaben zu lösen und (kritische) Lebensereignisse zu bewältigen. Jedoch gelingen diese Prozesse nicht immer und es können sich Krisen bei den Betroffenen bilden. Daher ist es das Ziel dieser Arbeit herauszufinden, was Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz sind und welche Hilfsmöglichkeit die Soziale Arbeit in diesen Situationen bietet. Folgende untergeordnete Fragestellungen beziehen sich auf die übergeordnete Fragestellung: Welche Entwicklungsaufgaben und Herausforderung gibt es in der Adoleszenz? Welche Faktoren beeinflussen die Entwicklung? Was führt zu einer Entwicklungskrise in der Adoleszenz und wie zeigt sich diese? Welche Gefahren und Chancen sind mit solchen Krisen verbunden? Und wie kann den Krisen spezifisch bei Adoleszenten begegnet werden, respektive worauf muss man bei Kriseninterventionen mit Adoleszenten achten?

Es wird von der These ausgegangen, dass die Soziale Arbeit ein vielfältiges Wissen und Handlungsmöglichkeiten bereithält und somit die wichtige Funktion übernimmt, Adoleszente in Krisen zu unterstützen.

Vorgehen:

Um die Fragestellung beantworten zu können beinhaltet diese Arbeit die Auseinandersetzung mit Fachliteratur zum Thema Entwicklung in der Adoleszenz, Bewältigung, Krisen und Kriseninterventionen. Für diese Arbeit wurde Fachliteratur aus der Schweiz und Deutschland hinzugezogen. Der Blick in die deutsche Literatur rechtfertigt sich, da Deutschland grosse Ähnlichkeiten in sozialen, kulturellen wie auch ökonomischen Belangen mit der Schweiz aufweist. Diese Arbeit bezieht sich auf die westeuropäische Kultur, mit westeuropäischen Entwicklungsanforderungen. Im ersten Kapitel werden die normativen Entwicklungsaufgaben sowie die herausfordernde Aufgabe der Identitätsentwicklung von Adoleszenten betrachtet. Darüber hinaus werden hier ungünstige Entwicklungsbedingungen angeschaut und der Blick auf die Bewältigung und die Resilienz gerichtet.

Im zweiten Kapitel wird das Thema "Krise" erörtert, wobei die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise im Zentrum der Betrachtung steht. Darauf aufbauend werden anschliessend Chancen und Gefahren von Krisen aufgezeigt.

Im dritten Kapitel liegt der Fokus vertieft auf der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise in der Adoleszenz. Es werden unterschiedliche Ausprägungen von Krisen in der Adoleszenz vorgestellt. Danach wird auf (Risiko-)Faktoren eingegangen, die Auswirkungen auf den Pu-

bertätsverlauf haben können und zur Entwicklung einer Krise in der Adoleszenz führen können. Anschliessend werden die gelingende und nicht gelingende Bewältigung sowie die Resilienz in Bezug auf Krisen und (kritische) Lebensereignisse betrachtet. Zuletzt werden Kennzeichen dargestellt, womit man Entwicklungskrisen bei Adoleszenten erkennen kann.

Im vierten Kapitel werden schliesslich Handlungsmöglichkeiten der Sozialen Arbeit aufgezeigt, die den Professionellen bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen zur Verfügung stehen. Es wird eine spezifische Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit vorgestellt: die Krisenintervention. Im Einzelnen werden Grundprinzipien, Ziele, die Haltung der Fachpersonen sowie der Ablauf einer Krisenintervention vorgestellt, wobei auf das BELLA-Kriseninterventionskonzept eingegangen wird.

Das fünfte Kapitel bezieht sich auf Besonderheiten, die in der Krisenintervention mit Adoleszenten in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen, in der Sozialen Arbeit beachtet werden müssen.

Das sechste Kapitel fasst die gesammelten Ergebnisse zu der Fragestellung prägnant zusammen. Abschliessend folgen eine fachliche Reflexion sowie ein Ausblick zu dieser Arbeit.

Erkenntnisse:

Im Leben eines Menschen können unterschiedliche Krisen auftreten, wie zum Beispiel traumatische Krisen oder die Veränderungskrisen. In dieser Arbeit wurden die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen untersucht, die als Veränderungskrisen kategorisiert werden können. Sie tauchen insbesondere an Übergängen von einer in die nächste Lebensphase auf.

Ob sich eine Situation zu einer Krise entwickelt, hängt oft von der Krisenanfälligkeit, der Persönlichkeit sowie der subjektiven Bedeutungszuschreibung der Betroffenen ab. Die Krise wird als überfordernde Situation beschrieben, da Betroffene sie mit ihren bisherigen Bewältigungsstrategien nicht lösen können. Diese Gegebenheit löst Angstgefühle und Hilflosigkeit aus.

Personen, die sich in einer Krise befinden, muss es gelingen, ihre Ressourcen zu erkennen, sie zu mobilisieren und dafür einzusetzen, neue Bewältigungsstrategien zu kreieren und die Krise zu bewältigen. Genügen die eigenen Ressourcen und die Unterstützung aus dem Umfeld der Betroffenen nicht, können Professionelle der Sozialen Arbeit die notwendige Unterstützung anbieten. Damit die Fachkräfte Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen bei Adoleszenten erkennen und darauf reagieren können, wird Fachwissen über die Entwicklungsaufgaben, beeinflussende oder ungünstige Entwicklungsbedingungen und Bewältigungsvorgänge in der Adoleszenz benötigt. Darüber hinaus werden Kenntnisse über die Grundlagen der Krise respektive über die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise und

ihrem Verlauf vorausgesetzt. Mit diesem Wissen können Professionelle der Sozialen Arbeit das Verhalten der Betroffenen einordnen und adäquat darauf reagieren.

Da Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in unterschiedlicher Form auftreten können, müssen Professionelle die verschiedenen Ausprägungen der Krise kennen, um die richtige Unterstützung anzubieten. Je nachdem, ob es sich um eine pubertätstypische Krise, eine psychosoziale oder psychische Krise handelt, sind unterschiedliche Unterstützungsmaßnahmen sinnvoll. Wenn sich bei Adoleszenten eine Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise einstellt, hat die Soziale Arbeit die Möglichkeit, mit Kriseninterventionen gezielt und methodisch Unterstützung zu bieten. Das Ziel der Krisenintervention ist es, kurzfristig die Gefahren der Krise abzuwenden und längerfristig Hilfe zur Selbsthilfe zu ermöglichen. Der Interventionsablauf wird beispielhaft mit dem BELLA-Kriseninterventionskonzept aufgezeigt. Kriseninterventionsangebote der Sozialen Arbeit müssen Grundprinzipien wie zum Beispiel eine rasche Verfügbarkeit, Ressourcenorientierung und Förderung der Selbsthilfemöglichkeit verfolgen, um Krisen adäquat zu begegnen. Des Weiteren muss in Bezug auf die Haltung der Fachpersonen den Anforderungen der Nähe-Distanz-Relation standgehalten werden, sie müssen sich an den Bedürfnissen der Betroffenen orientieren und sich auf eine intensive Arbeitsbeziehung einlassen können.

Mit Angeboten in der Beratung (*Pro Juventute – Beratung und Hilfe 147 und kokon*) und Notunterkünften für Jugendliche (*Schlupfhuus*), werden Kriseninterventionsangebote der Sozialen Arbeit aufgezählt, die Unterstützung bei der Bewältigung der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz anbieten.

Literaturquellen:

- Jungbauer, Johannes. (2017). *Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters*. Weinheim: Beltz Juventa.
- Sonneck, Gernot, Kapusta, Nestor, Tomandl, Gerald & Voracek, Martin. (Hrsg.). (2016). *Krisenintervention und Suizidverhütung* (3., aktual. Aufl.). Wien: facultas.
- Stein, Claudius. (2009). *Spannungsfelder der Krisenintervention. Ein Handbuch für die psychosoziale Praxis*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.

Vorwort

Mein Interesse während des Bachelorstudiums galt den Themen "Jugendphase", "Entwicklung" und "Krisen". Gegenstand meiner Seminararbeit waren ebenfalls Adoleszente und die Erkenntnisse aus daraus motivierten mich, einen Praktikumsplatz zu finden, an dem ich mit Adoleszenten arbeiten, meine theoretischen Kenntnisse in der Praxis anwenden und meinen Erfahrungsschatz erweitern konnte. So absolvierte ich mein Praxismodul I in der offenen Jugendarbeit. Bei dieser Tätigkeit war es für mich sehr eindrücklich mitzuerleben, wie Jugendliche auch in schwierigen Lebensphasen durch die Begleitung der Sozialen Arbeit gefördert werden konnten. Diese Erfahrung veranlasste mich dazu, vom Vollzeitstudium in die praxisbegleitende Ausbildung zu wechseln. Im Zuge dessen erhielt ich die Chance, meinen Erfahrungsschatz auf einer Jugendanwaltschaft zu erweitern. Dort traf ich auf Heranwachsende, welche in ihrem Leben mit prägenden Herausforderungen konfrontiert waren. Ich erhielt Einblicke in die Lebensgeschichten von jungen Menschen und erfuhr, dass viele bereits ausserordentliche Hürden in ihrem jungen Leben nehmen mussten. Die Jugendphase interessiert mich, da es in dieser Zeit viele Entwicklungsaufgaben und (kritische) Lebensereignisse zu bewältigen gibt. Neben der Hinwendung zur Peergruppe und der Abwendung von den Eltern, stellen sich den Adoleszenten die Anforderungen der Berufsorientierung und Berufswahl, der Akzeptanz der körperlichen Veränderung sowie der Identitätsentwicklung mit der Frage nach dem "Wer bin ich?". Dennoch gelingt es fast allen Jugendlichen, ihre Entwicklungsaufgaben zu meistern und die Hürden erfolgreich zu bewältigen. Diese Prozesse faszinieren mich. Des Weiteren erscheint mir die Auseinandersetzung mit diesem Thema wichtig, da sich die Jugendphase in den letzten Jahrzehnten ausgedehnt hat und zu einer bedeutenden Phase im Lebenslauf eines Menschen geworden ist. Die Jugendphase und die Bewältigung der Entwicklungsaufgaben haben einen grossen Einfluss auf den weiteren Lebensverlauf einer Person. Darüber hinaus ist es bedeutend, ein vertieftes Wissen über die Jugendphase zu verfügen, da sie sehr vielfältig ist und einige Risiken birgt. Es erscheint mir als äusserst essentiell, dass Professionelle der Sozialen Arbeit, die Risiken im Jugendalter und Anzeichen von Krisen kennen und bei Bedarf über einen Handlungsplan verfügen. Mithilfe dieses Wissens soll den Adoleszenten eine angemessene Hilfe ermöglicht werden.

Im Rahmen von Modulen an der FHS St. Gallen konnte ich mich mit Krisen(-arten) auseinandersetzen. Die Kombination von Krisen und Adoleszenz fehlte mir jedoch in den Modulen. Somit entschied ich mich, in meiner Bachelorarbeit diese beiden Themen miteinander zu verknüpfen. Die Auseinandersetzung mit diesen Inhalten ist für mich insofern sinnvoll, da ich damit Prozesse nachvollziehen kann, wenn Entwicklungsaufgaben oder (kritische) Lebensereignisse bei Adoleszenten in einer Krise münden. Dieses Wissen kann ich schliesslich reflektiert in meiner weiteren Arbeit mit Adoleszenten einbringen.

Einleitung

„Was uns nicht umbringt, macht uns stärker.“ (Friedrich Nietzsche)

Der Mensch begegnet in seinem Leben vielen Herausforderungen, welche er zu meistern versucht. Insbesondere in der Jugendphase befindet sich das Leben eines Menschen in vielen Aspekten in einem Umbruch, wobei er mit unzähligen Veränderungen und Aufgaben konfrontiert wird.

Auch wenn die herausfordernden Situationen manchmal als unlösbar erscheinen und Betroffene in eine Krise geraten, soll in dieser Arbeit aufgezeigt werden, welche Chancen sich aus der Bewältigung einer schwierigen Lebenssituation ergeben können und wie Professionelle der Sozialen Arbeit handeln können, um den Betroffenen wieder das Gefühl zu geben, Kontrolle über ihr eigenes Leben zurück zu erlangen und gestärkt aus der Situation herauszugehen.

Fragestellung und These

Jugendliche sind in der heutigen Zeit mit vielen Herausforderungen konfrontiert. Neben den Entwicklungsaufgaben, welche es zu meistern gilt, stehen Jugendliche auch ungünstigen Entwicklungsbedingungen gegenüber, welche eine förderliche Entwicklung in der Adoleszenz erschweren. Ist es den Betroffenen nicht möglich, die Herausforderungen mit ihren bisherig erworbenen Fähigkeiten zu bewältigen, kann sich eine Krise bilden. Um diese Prozesse näher zu betrachten, bezieht sich diese Arbeit auf folgende Fragestellung:

Was führt zu Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz und welche Interventionsmöglichkeiten hat die Soziale Arbeit in solchen Situationen?

Daraus folgen die nachstehenden untergeordneten Fragestellungen:

1. Welche Entwicklungsaufgaben und Herausforderung gibt es im Jugendalter?
2. Welche Faktoren beeinflussen die Entwicklung?
3. Was führt zu einer Entwicklungskrise in der Adoleszenz und wie zeigt sich diese?
4. Welche Gefahren und Chancen sind mit solchen Krisen verbunden?
5. Wie kann den Krisen spezifisch bei Adoleszenten begegnet werden? Respektive Worauf muss man bei Kriseninterventionen mit Adoleszenten achten?

Ziele

Das Ziel dieser Arbeit ist es Fachwissen zu der Lebensphase Jugend zu erarbeiten. „Welche Entwicklungsaufgaben müssen Jugendliche meistern und welche Herausforderungen oder ungünstige Entwicklungsbedingungen stellen sich ihnen dabei?“ Daraufhin soll ein Überblick zu Krisen, respektive zu der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise in der Adoleszenz verschafft werden; „Wie entstehen solche Krisen?“ „Wie sieht der Verlauf einer solchen Krise aus?“ Schliesslich sollen Handlungsmöglichkeiten für die Soziale Arbeit aufgezeigt werden: „Welche Interventionsmöglichkeiten haben Professionelle der Sozialen Arbeit um Adoleszenten in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen Unterstützung zu bieten?“ Indem diese Fragen beantwortet werden, soll aufgezeigt werden, dass Krisen nicht nur defizitär sind, sondern mit einer Weiterentwicklung der Persönlichkeit einhergehen und bewältigte Krisen schliesslich auch als Wachstum und Chance angesehen werden können.

Abgrenzung vom Thema

Diese Arbeit bezieht sich auf Adoleszente vom zwölften bis 25. Altersjahr (vgl. Remschmidt, 1992, S. 2) und unterscheidet nicht zwischen weiblichem und männlichem Geschlecht. Es werden geschlechtsneutrale Aussagen gemacht, sodass die Erkenntnisse dieser Arbeit als Grundlagewissen für Krisen Adoleszenter aller Geschlechter zu betrachten sind.

Die Entwicklung der Adoleszenten wird vorliegend aus entwicklungspsychologischer und nicht aus soziologischer Sicht betrachtet. Denn die soziologische Sichtweise schliesst zwar an die psychologische Sicht an, nimmt allerdings in erster Linie nur die Prozesse der Übernahme von verantwortlichen gesellschaftlichen Mitgliedsrollen in den Blick, welche für diese Arbeit von untergeordneter Relevanz sind. (vgl. Hurrelmann, 2004, S. 31) In der Entwicklungspsychologie werden Veränderungen in unterschiedlichen Altersphasen, sowie in unterschiedlichen Bereichen von Erleben und Verhalten beschrieben und erklärt. (vgl. Jungbauer, 2017, S. 11) Zudem ist in der Entwicklungspsychologie die Bezeichnung der Entwicklungsaufgaben verankert, um die Anforderungen in den einzelnen Lebensphasen der Individuen zu bezeichnen. Aus diesen Gründen drängt sich eine entwicklungspsychologische Betrachtungsweise in dieser Arbeit auf.

Gegenstand der nachfolgenden Ausführungen sind Adoleszente, welche bisherige Entwicklungsaufgaben erfolgreich gemeistert haben. Das bedeutet, dass sie bis zum Auftreten der in dieser Arbeit untersuchten Krise über keine Entwicklungsdefizite verfügen.

Stellt sich schliesslich bei den Adoleszenten eine Krise ein und kommt die Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit zum Zug, welche im Kapitel 4 und 5 beschrieben wird, gilt es zu beachten, dass die Intervention in allen Fällen auf die einzelnen Subjekte angepasst werden

muss. Dabei sind Eigenschaften, wie der bisherige Entwicklungsverlauf, die Lebenssituation, das Geschlechts, das Alter oder die Kultur, zu berücksichtigen.

Vorgehen

Im ersten Kapitel werden mittels ausgewählter Fachliteratur die Grundlagen zur Entwicklung in der Adoleszenz erläutert. Dabei wird auf das Konzept der Entwicklungsaufgaben, Herausforderung in der Adoleszenz und ungünstige Entwicklungsbedingungen eingegangen. Anschliessend richtet sich der Blick auf die Bewältigung und Resilienz, da Adoleszente für das Meistern der Entwicklungsaufgaben und weiterer Herausforderungen im Leben von Bedeutung sind. Diese Ausführungen tragen auch zum Verständnis bei, wann ungelöste Aufgaben und Herausforderungen schliesslich zu Krisen führen können.

Im zweiten Kapitel wird der Begriff der Krise betrachtet und definiert. Zudem werden spezifische Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen thematisiert und auf kritische Lebensereignisse Bezug genommen. Anschliessend werden die Gefahren aber auch Chancen, die mit einer Krise einhergehen, beleuchtet.

Das dritte Kapitel vertieft die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise in der Adoleszenz. Nachdem unterschiedliche Ausprägungen einer solchen Krise aufgezeigt werden, werden (Risiko-)Faktoren erörtert, die Auswirkungen auf den Verlauf der Adoleszenz haben können und Auslöser von Krisen darstellen können. Daraufhin werden die gelingende und nicht gelingende Bewältigung von Krisen sowie die Resilienz in Bezug auf Krisen betrachtet. Zuletzt wird auf die Kennzeichen eingegangen, anhand derer Entwicklungskrisen bei Adoleszenten erkannt werden können.

Im vierten Kapitel wird eine Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit aufgezeigt, die bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen angewandt werden kann: die Krisenintervention. Es werden die Grundprinzipien und Ziele der Krisenintervention, sowie die notwendige Haltung der Fachpersonen und der Ablauf einer Krisenintervention aufgezeigt.

Das fünfte Kapitel handelt schliesslich von den Besonderheiten, welche bei Kriseninterventionen bei Adoleszenten in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen spezifisch beachtet werden müssen.

Im sechsten Kapitel werden die gesammelten Ergebnisse zu der Fragestellung zusammengefasst. Abschliessend folgen eine fachliche Reflexion und ein Ausblick zu dieser Arbeit.

1 Entwicklung in der Adoleszenz

Nachfolgend werden zunächst die Begriffe "Jugend", "Pubertät" und "Adoleszenz" definiert, da eine klare Begriffsverwendung für diese Arbeit von zentraler Bedeutung ist (Kap. 1.1). In Kapitel 1.2 wird auf das Konzept der Entwicklungsaufgaben eingegangen und ein Überblick über die normativen Aufgaben in der Adoleszenz präsentiert. Anschliessend wird eine Herausforderung der Adoleszenz aufgezeigt, die zu den wichtigsten Entwicklungsaufgaben gehört: die Identitätsbildung. Daraufhin werden ungünstige Entwicklungsbedingungen betrachtet. Abschliessend fällt der Blick auf die Themen "Bewältigung" und "Resilienz" in Bezug auf die Entwicklungsaufgaben sowie (kritische) Lebensereignisse. Diese Themen sind notwendig um zu verstehen, wann unbewältigte Aufgaben und Ereignisse zu einer Krise führen können, beziehungsweise wann eine gelungene Bewältigung Krisen abwenden kann (Kap. 1.3).

1.1 Definitionen

Um Heranwachsende bzw. junge Erwachsene zu beschreiben, wird oft der Begriff der "Jugend" verwendet. Damit gehen jedoch auch Begriffe wie "Pubertät" und "Adoleszenz" einher. Um für eine klare Begriffsverwendung zu sorgen, werden nun die einzelnen Begriffe erläutert.

"Jugend": Die Jugend stellt vage gesagt die Altersphase zwischen Kindheit und Erwachsensein dar. (vgl. Niederbacher & Zimmermann, 2011, S. 134) Die Jugendphase ist nicht naturgegeben, sondern wird gesellschaftlich konstruiert. Soziale Praktiken und Reaktionen sind für den Übergang in die Jugendphase entscheidend. (vgl. Hurrelmann, 1995: 20ff. zit. in Niederbacher & Zimmermann, 2011, S. 135) "Jugend" ist ein normativer Begriff, womit einerseits Erwartungen an diese Lebensphase einhergehen, andererseits gesamtgesellschaftliche Ideale von "Jugend" betreffend körperliche Erscheinung, Leistungsfähigkeit etc. vorherrschend sind. Jugend wird als eine "gesellschaftlich institutionalisierte, intern differenzierte Lebensphase, deren Verlauf, Ausdehnung und Ausprägungen wesentlich durch soziale Bedingungen und Einflüsse, wie sozioökonomische Lebensbedingungen, Strukturen des Bildungssystems, rechtliche Vorgaben, Normen und Erwartungen bestimmt sind" angesehen. (Schäfers & Scherr, 2005, zit. in Niederbacher & Zimmermann, 2011, S. 135-136)

"Pubertät": Die Pubertät umschreibt biologische und physiologische Prozesse, die mit der körperlichen und sexuellen Reifung einhergehen. Die körperlichen Geschlechtsmerkmale verändern sich. Eine physiologisch-biologische Veränderung stellen bei den Mädchen die erste Monatsblutung und bei den Jungen die erste Pollution dar. (vgl. Niederbacher & Zimmermann, 2011, S. 138) Die Pubertät umfasst somit die Gesamtheit der körperlichen Ent-

wicklungen im Kontext der Erlangung der Geschlechtsreife und kann als Beginn der Adoleszenz betrachtet werden. (vgl. Flammer & Alsaker, 2011, S. 72)

“Adoleszenz“: In den Sozialwissenschaften wird anstelle des Begriffs “Jugend“ gerne der aus der Psychologie stammende Begriff der “Adoleszenz“ synonym verwendet.

Während der Begriff “Pubertät“ in erster Linie die körperlichen Veränderungen in den Blick nimmt, bezieht sich die “Adoleszenz“ auf die psychosozialen/psychologischen Entwicklungsprozesse und Entwicklungsbedingungen zwischen der Lebensphase Kindheit und Erwachsensein. (vgl. Jungbauer, 2017, S. 184) “Adoleszenz“ bezieht sich auf die psychologische Bewältigung der körperlichen und sexuellen Reifung. (vgl. Remschmidt, 1992, S. 2)

Die altersmässige Eingrenzung von Adoleszenten stellt sich als schwierig dar. Der Beginn der Adoleszenz wird klassisch mit dem Einsetzen der körperlichen Veränderungen in der Pubertät gleichgestellt. (vgl. Remschmidt, 2013, S. 423, zit. in. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 97) Wann die Adoleszenz endet ist unklar. Gemäss Remschmidt (2013) sind die zeitlichen Grenzen dieser Lebensphase unscharf (vgl. S. 423). Dennoch wird in folgender Arbeit, als Orientierungshilfe, von einem umfassenden Adoleszenzbegriff ausgegangen, der die Altersspanne vom zwölften bis 25. Altersjahr umfasst. (vgl. Remschmidt, 1992, S. 2)

1.2 Das Konzept der Entwicklungsaufgaben

Nachdem im vorherigen Kapitel zentrale Begriffe für diese Arbeit definiert wurden, wird in diesem Kapitel das Konzept der Entwicklungsaufgaben beschrieben, damit im weiteren Verlauf der Arbeit die normativen Entwicklungsaufgaben und Herausforderung der Adoleszenz aufgezeigt werden können.

Entwicklungsaufgaben sind gesellschaftliche und kulturelle Anforderungen in den spezifischen Lebensphasen, welche bewältigt werden müssen. Gelingt die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben, wird das als positives Gefühl empfunden und begünstigt künftig eine positive Entwicklung. Das Misslingen einer Entwicklungsaufgabe empfinden die Betroffenen als negative Erfahrung, womit auch die weitere Bewältigung von Entwicklungsaufgaben erschwert wird. (vgl. Havighurst, 1948, zit. in Jungbauer, 2017, S. 29)

Es wird zwischen normativen und nichtnormativen Entwicklungsaufgaben unterschieden. Normative Aufgaben müssen von allen, respektive den meisten Personen einer Altersgruppe bewältigt werden, zum Beispiel die Ablösung und emotionale Unabhängigkeit der Eltern (Kap. 1.2.1). Nichtnormative Aufgaben wie beispielsweise kritische Lebensereignisse hingegen, werden nicht als altersspezifisch betrachtet und sie betreffen nur wenige Personen (Kap. 2.3). Beispielsweise muss eine Adoleszente, welche ungewollt schwanger wird, den

Umgang mit dieser Situation erlernen und versuchen, die Herausforderung zu bewältigen. (vgl. Jungbauer, 2017, S. 29-30)

1.2.1 Normative Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz

Aus der Definition der menschlichen Entwicklungsstufen lassen sich nach Robert J. Havighurst folgende Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz identifizieren (in Anlehnung an Mattejat, 2008, zit. in Jungbauer, S. 30) Für eine umfassende Umschreibung wurden diese nachfolgend mit denjenigen von Niederbacher & Zimmermann (2011) ergänzt.

- **Akzeptanz der körperlichen Veränderungen und des eigenen Aussehens in der Pubertät:** Adoleszente müssen lernen ihren Körper während der Freizeit und Arbeit sinnvoll einzusetzen und sie müssen lernen, wie sie mit veränderten körperlichen Bedürfnissen umgehen sollen.
- **Geschlechtsrollenverhalten; erste Erfahrungen mit Intimität und Sexualität:** Adoleszente müssen Kompetenzen zur Ausgestaltung der Geschlechterrolle erwerben.
- **Freundschaften aufbauen, Beziehungen gestalten:** Adoleszente müssen sich aneignen, wie sie ihren Platz in der Peergruppe (=Gruppe der Gleichaltrigen, in der das Individuum soziale Orientierung sucht) finden.
- **Ablösung und emotionale Unabhängigkeit von den Eltern:** Die erhöhte Selbstständigkeit und die Abwendung von den Eltern ist mit der Hinwendung zur Peergruppe verbunden.
- **Berufsorientierung und Berufswahl:** Das Lernen in der Adoleszenz zielt auf eine zukünftige berufliche Tätigkeit ab. Es gilt festzulegen, was man lernen und können will und es werden eine Zukunftsperspektive sowie ein Lebensplan entwickelt.
- **Entwicklung von Werthaltungen und sozialer Verantwortung:** Indem sich Adoleszente mit Normen und Werten in der Gesellschaft auseinandersetzen, bauen sie ein Wertesystem und ein ethisches Bewusstsein auf.
- **Identitätsentwicklung:** Klarheit über sich selbst, seine Vorstellungen und Ziele entwickeln. Adoleszente müssen ein reflexives Wissen über sich selbst entwickeln und ein stabiles Selbstkonzept aufbauen.

(vgl. Niederbacher und Zimmermann, 2011, S.148)

Mit den vorstehend aufgeführten Aufgaben wird sichtbar, dass die Entwicklung zum einen durch die Umwelt beeinflusst wird, zum anderen Individuen selbst aktiv Einfluss auf ihre Entwicklung haben. (vgl. Jungbauer, 2017, S. 31)

Es können drei Quellen von Entwicklungsaufgaben unterschieden werden:

1. **Biologisch bedingte Entwicklungsaufgaben:** Aus den körperlichen Veränderungen ergeben sich einige Entwicklungsaufgaben. Beispielsweise müssen Jugendliche lernen ihren Körper zu akzeptieren und lernen mit ihren sexuellen Bedürfnissen umzugehen.
2. **Sozial bedingte Entwicklungsaufgaben:** Manche Entwicklungsaufgaben gehen mit Erwartungen und Normen einher, die von aussen an die Heranwachsenden herangebracht werden. Von Adoleszenten wird erwartet, dass sie die Schule abschliessen und zunehmend selbstständig für sich sorgen können. Von der Peergruppe der Adoleszenten können Normen betreffend Musik und Kleidung vorherrschend sein. Die sozial bedingten Entwicklungsaufgaben können im Widerspruch zueinanderstehen. Die Erwartungen der Schule, der Eltern oder der Peergruppe stimmen nicht zwingend miteinander überein.
3. **Individuell bedingte Entwicklungsaufgaben:** Adoleszente sind gefordert, sich mit ihrer Umgebung und mit sich selbst auseinanderzusetzen und daraus eigene wichtige Ziele für ihr Leben zu erarbeiten. Daraus ergeben sich individuelle Entwicklungsaufgaben wie zum Beispiel die Berufswahl, Freundschaften aufbauen und Beziehungen gestalten. (vgl. Jungbauer, 2017, S. 186-187)

1.2.2 Herausforderung in der Adoleszenz

Was Jungbauer und Niederbacher & Zimmermann als Entwicklungsaufgaben beschreiben (Kap. 1.2.1), nennt Erik H. Erikson "Krisen", die einer Lösung durch das Individuum bedürfen. Er hat die Entwicklung der Menschen als Abfolge von acht Krisen beschrieben. Jede Krise sollte in der dafür vorgesehenen Phase, altersphasenspezifisch gelöst werden, bleibt aber lebenslang ein Thema. Kann eine Krise gelöst werden, ist man bereit für die nächste Phase, ist dies jedoch nicht der Fall, ist der weitere Lebensweg beeinträchtigt. (vgl. Fend, 2005, S. 404)

Die Krise "Identität vs. Identitätsdiffusion" beschreibt Erikson als eine zentrale Entwicklungsaufgabe der Adoleszenz. Laut Erikson gerät die Identität in der Adoleszenz in eine notwendige Krise. (vgl. Flammer & Alsaker, 2011, S. 157)

Die Identität steht für die „einzigartige Kombination persönlicher Eigenschaften, Haltungen und Wertvorstellungen eines Menschen. Ferner beinhaltet Identität auch das Wissen und die Einstellungen einer Person im Hinblick auf sich selbst.“ (Jungbauer, 2017, S. 190)

In der Adoleszenz ist die kognitive Entwicklung zum ersten Mal so weit vorangeschritten, dass sich die Heranwachsenden intellektuell und gefühlsmässig als selbstständig und einheitlich erleben können. Somit findet die Auseinandersetzung mit der eigenen Identität in

dieser Phase besonders intensiv statt. (vgl. Niederbacher & Zimmermann, 2011, S. 151) Um eine stabile Identität zu entwickeln und seinen Platz in der Gesellschaft zu finden, ist es notwendig, die herausfordernde Frage nach dem „Wer bin ich?“ und „Was bin ich als Person?“ in der Adoleszenz beantworten zu können.

Adoleszente müssen sich der Herausforderung stellen und sich zwischen der Selbstdefinition und der Rollenerwartungen des sozialen Umfeldes verorten. (vgl. Niederbacher & Zimmermann, 2011, S. 151) In dieser Phase wird die Aushandlung zwischen positiver und negativer Identität bedeutend. Eine negative Identitätsbildung zeichnet sich beispielsweise durch die Ablehnung vorherrschender Normen aus. Die positive Identitätsbildung beinhaltet die Identifikation mit gegebenen Rollen wie durch die Identifizierung mit Geliebten, der Peergruppe oder durch die Identifizierung mit einer Berufswahl (vgl. Flammer & Alsaker, 2011, S. 159).

1.2.3 Entwicklungserschwerisse

Das Bewältigen der im Kapitel 1.2.1 genannten Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz, kann durch folgende Bedingungen erschwert oder beeinträchtigt werden:

- Abwesenheit eines Elternteils, früher Verlust eines Elternteils
 - Vernachlässigung und Beziehungsdiskontinuität durch die Eltern
 - Das Erleben von Missbrauchs- und Gewalterfahrungen
 - Symbiotische Beziehung zu einem Elternteil
 - Chronische Konfliktverleugnung in der Familie
 - Kommunikationsdefizite in der Familie und im sozialen Umfeld
 - Veränderungen werden von der Familie als Bedrohung erlebt
 - Psychiatrische Erkrankung und/oder Suizidalität eines Elternteils
- (vgl. Stein, 2009, S. 268)

Remschmidt (1992) nennt weitere ungünstige Entwicklungsbedingungen. Unter anderem sieht er sozioökonomische Mängel in der Familie, die Verletzung des Selbstwertgefühls durch Erwachsene, ein verringerter Experimentierraum der Adoleszenten sowie eine verwirrende Einstellung der Gesellschaft zur Sexualität, als Erschwerisse für die Adoleszenten in ihrer Entwicklung. (vgl. Remschmidt, 1992, S. 158-159)

1.3 Allgemeines zur Bewältigung und Resilienz

Bisher wurden die Entwicklung und die damit verbundenen Aufgaben der Adoleszenten betrachtet. Dieses Kapitel widmet sich der Frage, was sich hinter den Begriffen „Bewältigung“ und „Resilienz“ verbirgt, da diese Begriffe oft in Verbindung mit dem lösen von Entwicklungsaufgaben und Lebensereignissen in der Adoleszenz stehen. Nachfolgend wird aufge-

zeigt, dass eine gelungene Bewältigung und vorhandene Resilienz positive Auswirkungen in Bezug auf Krisen haben können. Andererseits wird erörtert, wie sich eine Krise aus nicht bewältigten Entwicklungsaufgaben und Lebensereignissen formen kann.

1.3.1 Bewältigung

Bewältigung kann als „Meistern und Beherrschen einer Situation“ die eine Veränderung, einen Verlust oder eine Erschütterung im Leben eines Menschen mit sich gebracht hat, verstanden werden. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, S. 147) Mit der Bewältigung wird versucht einen unerwünschten Anfangszustand zu überwinden und zu einem gewünschten Endzustand zu gelangen. Steht man vor neuen Aufgaben, die man mit bisherigen Verhaltensweisen nicht lösen konnte, oder reichen bisherige habitualisierte Verhaltensweisen nicht mehr aus, kann mithilfe der Weiterentwicklung vorhandener Fähigkeiten, sowie Neuentdeckung von Möglichkeiten, die Bewältigung neuer Anforderungen gelingen. (vgl. Remschmidt, 1992, S. 142)

Um Entwicklungsaufgaben und (kritische) Lebensereignisse zu bewältigen, sind Kompetenzen erforderlich, die auf Erfahrungen aus der Kindheit beruhen, oder aber auf Kompetenzen, die sich in der Adoleszenz erst entwickeln. Im Zusammenhang mit dieser Problemlösung spricht man von „Bewältigungsstrategien“ oder etwas amerikanisiert, von „Coping-Strategien“. Dabei stoßen Betroffene auf Aufgaben, die sie erfolgreich zu lösen versuchen, was bei Gelingen zu einem positiven Selbstwertgefühl führt, da die Person den Eindruck hat, der Situation gewachsen zu sein. (vgl. Remschmidt, 1992, S. 141)

Der Bewältigungsprozess, dessen Ziel es ist, belastende oder herausfordernde Situationen zu beheben, läuft folgendermassen ab:

1. In der ersten Bewertung wird eine Situation anhand kognitiver Prozesse in seiner Bedeutung für die bestehende oder erwartete Krise abgeschätzt.
2. Bei der zweiten Bewertung der Situation werden die eigenen Möglichkeiten, sowie die Hilfemöglichkeiten aus der Umgebung ermittelt. Bei diesem Prozess wird das Problem beurteilt, es werden Ziele gesetzt und bei Bedarf Massnahmen getroffen. Somit können sich in dieser Phase bereits neue Bewältigungsstrategien entwickelt haben. (vgl. Kunz, Scheuermann & Schürmann, 2009, S. 187).
3. Aufgrund misslungener Bewältigung oder auch aufgrund neuer Informationen, kann es zu einer dritten Bewertung kommen. Dies kann zu einer Neueinschätzung der Situation, sowie zu neuen Verhaltensmöglichkeiten führen.

Die Phasen können sich auch wechselseitig beeinflussen und müssen nicht linear verlaufen. Die erfolgreiche Verarbeitung einer Entwicklungsaufgabe, (kritischen) Lebenssituation oder

Krise erfordert geeignete Bewältigungsstrategien, welche sich auf Ressourcen stützen. Aufgrund der individuellen Ressourceneinschätzung wird abgewogen, welche Strategien zur Bewältigung der Situation angewendet werden sollen. Ressourcen stellen daher Hilfsmittel zur Bewältigung dar.

Befindet sich eine Person in einer Krise, konnte der Bewältigungsprozess in Bezug auf die Entwicklungsaufgabe oder auf das (kritische) Lebensereignis nicht erfolgreich vollzogen werden. Dies aufgrund fehlender eigener Ressourcen sowie fehlender Hilfsmöglichkeiten aus der Umgebung.

1.3.2 Resilienz

Neben der Bewältigung, hat auch die Resilienz Einfluss darauf, ob eine Herausforderung, eine Entwicklungsaufgabe oder ein kritisches Lebensereignis zu einer Krise führt.

In der Literatur ist eine Vielzahl von Definitionen von Resilienz zu finden. Im deutschsprachigen Raum ist die Begriffsbestimmung von Corinna Wustmann allgemein anerkannt. (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 14) Mit Resilienz wird die Widerstandsfähigkeit "gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken" verstanden. (vgl. Wustmann, 2016, S. 18) Somit steht die positive Entwicklung von Individuen trotz herausfordernder, erschwerender Lebensumstände im Mittelpunkt der Resilienzforschung. (vgl. Wustmann, 2004, zit. in Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 9)

Ob ein Mensch schwierige Lebensumstände positiv bewältigt, also resilient werden kann, ist abhängig von den individuellen Anlagen, von seiner Umgebung sowie vom Zeitpunkt im Lebenslauf und von den sogenannten Schutz- und Risikofaktoren, die im Kapitel 3.6 erläutert werden. (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 105) Krisen können durch eine Vielzahl von risikofördernden Faktoren entstehen. Der Fokus der Resilienzforschung liegt auf der Bewältigung dieser Risiken. Demgegenüber stehen Schutzfaktoren, welche diese Risiken eindämmen und die Resilienz fördern. (vgl. Wustmann, 2004, zit. in Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 9)

Die Resilienz ist somit gegeben, wenn Belastungssituation gemeistert sowie Entwicklungsaufgaben und Krisen anhand von Ressourcen erfolgreich bewältigt werden können. Dennoch bedeutet die gelungene Bewältigung einer Krise nicht, dass im späteren Leben die Fähigkeit stets dazu besteht. (vgl. Wustmann, 2016, S. 18-22)

1.4 Resümee

Adoleszenz umfasst die psychologische Bewältigung der Entwicklung zwischen der Kindheit und dem Erwachsensein. In der Adoleszenz stellen sich bedeutende Entwicklungsaufgaben, die es zu lösen gilt. Diese Aufgaben beziehen sich unter anderem auf die eigenen körperlichen Veränderungen, auf die Beziehungsgestaltung mit der Peergruppe und auf die Ablösung von den Eltern. Eine Herausforderung, mit der Adoleszente in der Entwicklung konfrontiert sind, ist die Identitätsentwicklung. Die Adoleszenten versuchen sich in der Auseinandersetzung mit der eigenen Identität, zwischen positiver und negativer Identität zu verorten. Gelingt ihnen die Verortung nicht, kann sich eine Identitätsdiffusion bilden, welche sich bei Betroffenen beispielsweise durch die Ablehnung vorherrschender Normen auszeichnet. Auch können Adoleszente auf ungünstige Entwicklungsbedingungen treffen, wie zum Beispiel ein fehlender Elternteil oder Missbrauchs- und Gewalterfahrungen.

Trotz dieser zum Teil widrigen Umstände gelingt es Adoleszenten oft, ihre Entwicklung und Lebenssituation zu meistern. Damit verbunden sind die Bewältigung und die Resilienz. Bei der Bewältigung wird versucht eine Situation zu meistern und in einen gewünschten Endzustand zu bringen. Dafür benötigt man Bewältigungsstrategien, welche sich auf Ressourcen stützen, über die man entweder bereits verfügt oder welche man erst noch entwickelt. Gelingt die Bewältigung, verspürt man positive Gefühle. Konnte der Bewältigungsprozess in Bezug auf die Entwicklungsaufgabe oder das (kritische) Lebensereignis nicht erfolgreich vollzogen werden, befindet sich die Person in einer Krise. Dies aufgrund fehlender eigener Ressourcen sowie fehlender Hilfsmöglichkeiten aus der Umgebung.

Ob Betroffene herausfordernde Situationen bewältigen können oder ob sie zu einer Krise führen, hängt auch von deren Resilienz ab. Das bedeutet, die Widerstandsfähigkeit gegenüber Herausforderungen ist ebenfalls entscheidend, wie Adoleszente Aufgaben und Herausforderungen bewältigen.

2 Grundlagen zu psychosozialen Krisen

In diesem Kapitel wird der Blick auf psychosoziale Krisen aus Sicht psychiatrischer und sozialwissenschaftlicher Theorien gerichtet. Nachdem in Kapitel 2.1 die Definition des Begriffs "Krise" erfolgt, wird anschliessend vertieft auf die "Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise" und ihre Phasen eingegangen, da diese Krisenarten im weiteren Verlauf dieser Arbeit als Basiswissen dient (Kap. 2.2). Darüber hinaus werden "kritische Lebensereignisse" erläutert, da sie wie Entwicklungsaufgaben Herausforderungen im Leben darstellen und zu Krisen führen können (Kap. 2.3). Zuletzt werden die Gefahren von Krisen aufgeführt (Kap. 2.4), aber auch die Chancen, welche mit einer Krise einhergehen, da die Erfahrung der Krise nicht nur defizitär ist (Kap. 2.5).

2.1 Definition Krise

In der Literatur finden sich unterschiedliche Definitionen von Krisen. Nachfolgend werden exemplarisch drei mögliche Begriffserklärungen dargelegt:

- Gemäss Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek (2016) wird der Mensch bei einer psychosozialen Krise mit einer Situation konfrontiert, worauf er nicht adäquat reagieren kann, da seine vorhandenen Mittel und (Lebens-)Erfahrungen nicht zur Bewältigung ausreichen. Diese Erfahrung führt zu einem "Verlust des seelischen Gleichgewichts". (vgl. S. 15)
- Dross (2001) spricht von einer Krise, wenn ein negativer psychischer Zustand eintritt, der sich erheblich von der üblichen Gemütslage unterscheidet. Dieser Zustand wird als unerträglich empfunden. Das Widerfahrene stellt die bisherige Lebenssituation infrage und die Bewältigung der Situation fordert Fähigkeiten von den Betroffenen, welche sie zu diesem Zeitpunkt nicht besitzen. (vgl. Dross, 2001, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann & Gahleitner, 2010, S. 10)
- Mit Ulich (1987) kann die Krise definiert werden als "ein belastender, temporärer, in seinem Verlauf und in seinen Folgen offener Veränderungsprozess der Person, der gekennzeichnet ist durch eine Unterbrechung der Kontinuität des Erlebens und Handelns, durch eine partielle Desintegration der Handlungsorganisation und eine Destabilisierung im emotionalen Bereich." (Ulich, 1987, S. 51, zit. in Filipp und Aymanns, 2018, S. 28)

Aufgrund der obengenannten Definitionen kann zusammenfassend gesagt werden, dass eine psychosoziale Krise in psychiatrischen und sozialwissenschaftlichen Theorien somit

eine schwierige Situation darstellt, welche die Betroffenen überfordert, da sie das Ereignis mit ihren bisherigen Lebensbewältigungsstrategien nicht meistern können. Die Situation fühlt sich bedrohlich an und löst Angstgefühle sowie Hilflosigkeit aus (vgl. Stein, 2009, S. 22).

2.2 Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise

Die im vorherigen Kapitel definierte psychosoziale Krise zeigt sich in vielfältigen Formen. Sie kann beispielsweise als traumatische Krise (zum Beispiel durch Tod eines Nahestehenden, Bekanntwerden einer Diagnose) oder als Veränderungskrise (zum Beispiel Verlassen des Elternhauses, Schwangerschaft) sowie einige weitere Arten von Krisen auftreten. In dieser Arbeit steht die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise im Zentrum, welche zur Kategorie der Veränderungskrise gehört.

Lebensveränderungen gehören zum Leben dazu. Sich auf die Veränderungen vorzubereiten ist grundsätzlich möglich, im Gegensatz zu traumatischen Krisen, die plötzlich und unvorbereitet auftreten, wodurch sie schneller zu Krisen führen. Lebensverändernde Ereignisse im Leben eines Menschen können zum Beispiel eine Heirat, ein Umzug, oder das Kinderkriegen sein. In der Phase der Adoleszenz kann die Pubertät "im psychischen, sozialen und biologischen Bereich" zu den lebensverändernden Ereignissen gezählt werden. (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 17)

Lebensveränderungskrisen ergeben sich oft an Übergängen von einer Lebensphase in die nächste, wenn es neue Entwicklungsaufgaben zu lösen gilt. Exemplarisch kann hier an den Übertritt von der Schule in die Berufswelt gedacht werden. Da solche Situationen zum einsetzenden Zeitpunkt noch nie durchlebt wurden und die Erfahrung fehlt, die Aufgabe zu lösen, fühlen sich die lebensverändernden Ereignisse ebenfalls krisenhaft an. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 16) Ob solche Situationen zu einem Vollbild einer Krise (zum Beispiel Suchtmittelmissbrauch oder suizidales Verhalten) führen, hängt stark von der "subjektiven Bedeutung, Krisenanfälligkeit und Persönlichkeit" der Betroffenen ab. (vgl. Stein, 2009, S. 60)

Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen setzen nicht plötzlich ein, sondern entfalten sich innerhalb einiger Tage bis maximal sechs Wochen. Untenstehend wird ein idealtypisches Modell vorgestellt, das in linearen Phasen aufgezeigt wird. Es gilt jedoch zu beachten, dass Krisen unterschiedlichste Erscheinungs- und Verlaufsformen aufweisen können. Somit können folgende Phasen spiralförmig und in Schleifen verlaufen. Zudem ist anzumerken, dass krisenhafte Entwicklungen in jeder Phase beendet werden können, wenn die Bewältigungsstrategien erfolgreich sind, oder aber der Krisenanlass entfällt. (vgl. Stein, 2009, S. 60).

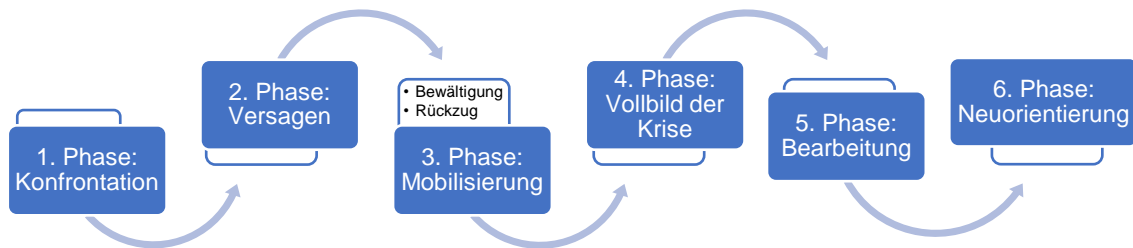


Abbildung 1: Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise (vgl. Sonneck zit. in Enke, 2003, S. 19)

1. Phase – Konfrontation: Betroffene werden mit einem problematischen Ereignis konfrontiert. Bisherige Lösungsstrategien und Hilfsmittel scheinen wirkungslos und ein Gefühl des Unbehagens kommt auf. Die eigene Aktivität wird intensiviert und möglicherweise wird Unterstützung bei der Familie oder Freunden eingeholt. (vgl. Stein, 2009, S. 61)

Beispiel: Die 14-jährige Lisa besucht wie gewohnt den Jugendtreff ihres Wohnortes und sucht das Gespräch mit einer Mitarbeiterin des Jugendtreffs. Lisa berichtet, dass sie nach den Sommerferien ihre neue Lehrstelle angetreten habe. Während der Oberstufe suchte sie fleissig nach einer Lehre und fand ihren Traumjob – Detailhandelsfachfrau. Seitdem sie jedoch vor zwei Monaten in ihrem neuen Lehrbetrieb angefangen habe, fühle sie sich sehr verunsichert, überfordert und sei sich nicht mehr sicher, ob das ihr Traumjob sei. Sie könne sich in der Berufsschule nicht konzentrieren, sie nehme sich weniger Zeit für ihre Freunde und Hobbies und streite vermehrt mit ihren Eltern.

2. Phase – Versagen: Wenn die Situation nicht bewältigt werden kann, kommt ein Gefühl des Versagens auf. Bei Betroffenen steigt das Gefühl auf, dass sie ihr Leben nicht unter Kontrolle haben, Spannungsgefühle nehmen zu. Die Wahrnehmung und die Handlungen sind eingeengt, der Fokus liegt auf der Bewältigung des Problems. (vgl. Stein, 2009, S. 61-62)

Beispiel: Lisa fühlt sich zunehmend schlechter. Sie kommt morgens kaum aus dem Bett und fühlt sich tagsüber schwach. Bei der Arbeit zeigt sie dennoch grossen Einsatz und für die Erledigung der Aufgaben der Berufsschule rechnet sie so viel Zeit ein, dass sie ihr soziales Umfeld vermehrt ausblendet.

3. Phase – Mobilisierung: Alle möglichen inneren und äusseren Bewältigungskapazitäten werden mobilisiert. Es wird versucht, die Situation neu einzuschätzen. Es werden neue, ungewohnte Wege gegangen (Betroffene wenden sich beispielsweise an eine Beratungsstelle). Die Mobilisierung kann zu folgenden Resultaten führen:

1. Die Anstrengungen/Versuche waren erfolgreich, die Krise kann bewältigt werden.

2. Betroffene ziehen sich aus der Situation zurück, die Ziele werden aufgegeben und Gefühle der Resignation kommen auf. Wird dieses Vermeidungsverhalten als Lösungsstrategie gedeutet, besteht die Gefahr einer Chronifizierung (eine andauernde Persönlichkeitsveränderung durch die Belastung). (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 36)

Beispiel: Lisa spricht mit ihrer Lehrmeisterin über die Situation. Sie erzählt ihr, dass sie verunsichert ist und das Gefühl hat, der neuen Lehrstelle nicht gewachsen zu sein. Dass Lisa ihre Lehrmeisterin darauf anspricht, zeigt den Versuch, konstruktiv mit der Situation umzugehen. Ihre Lehrmeisterin jedoch, spricht diese Unsicherheit der Jugendphase zu und bagatellisiert Lisas Überforderung. Lisa meldet sich in den nächsten Tagen krank und überlegt sich, ob sie die Lehre abbrechen soll.

4. Phase – Vollbild der Krise: Wenn weder die Bewältigung der Situation noch ein Rückzug möglich waren, entwickelt sich ein Vollbild der Krise mit Spannungen, die kaum zu ertragen sind. Nach aussen können Betroffene gefasst wirken, während sie innerlich ein Chaos verspüren. Betroffene sind orientierungs- und ratlos. Ungesteuerte Handlungen wie Schreien oder Toben können als Spannungsabfuhr dienen, oder man fühlt sich im Denken und Handeln gelähmt. Diese Phase geht mit Gefahren wie Substanzmissbrauch, Chronifizierung sowie suizidalem Verhalten einher. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 37)

Beispiel: Die Eltern von Lisa versuchen sie dazu zu bringen, nach einigen Krankheitstagen wieder zur Arbeit zu gehen. Lisa geht zwar aus dem Haus, belügt ihre Eltern jedoch, als sie ihnen sagt, sie gehe wieder arbeiten. Stattdessen geht sie alleine in die Stadt. Sie irrt umher und kann keinen klaren Gedanken mehr fassen. Sie sieht keinen Ausweg aus ihrer jetzigen Lage und überlegt sich, sich das Leben zu nehmen.

5. und 6. Phase – Bearbeitung und Neuorientierung: Die Person bearbeitet den Krisenanlass mit Hilfe von aussen und ist in der Lage, die Belastungen zu bewältigen. Anschliessend entwickeln Betroffene neue Strategien, die sich an die veränderte Position richten. (vgl. Sonneck et al., 2016, 37)

Beispiel: Da sich die Eltern Sorgen um Lisa machen, suchen sie professionelle Hilfe auf. Lisa wagt den Versuch und lässt sich auf eine Krisenintervention ein. In den Gesprächen kann sie ihre Angst und Unsicherheiten äussern und es gelingt, einen Zusammenhang zwischen ihrem schlechten Zustand und ihrer neuen Lehrstelle herzustellen. Es kann erarbeitet werden, dass Lisa eine Überforderung mit dem Austritt aus der Schule und dem Eintritt in die Lehre verspürte und dachte, sie müsse von Anfang an alles perfekt beherrschen, wodurch sie sich noch unsicherer fühlte. Die Situation überforderte sie, da sie ihre Ängste mit niemandem teilte und alleine damit fertig werden wollte. In der Krisenintervention wurden zum einen die

Eltern von Lisa miteinbezogen, da sie verständnisvoll und unterstützend reagierten und somit eine wichtige Ressource sind. Darüber hinaus wurde Lisas Lehrmeisterin ebenfalls miteinbezogen, damit bei kommenden Unsicherheiten eine bessere Kommunikation zwischen Lisa, ihrer Lehrmeisterin und Lisas Eltern gepflegt wird. Es wird vereinbart, dass frühzeitig über Schwierigkeiten gesprochen wird und gemeinsam Lösungsmöglichkeiten gesucht werden. Bei Beendigung der Krisenintervention geht es Lisa deutlich besser und sie blickt vorsichtig optimistisch in die Zukunft. Lisas Bewältigungsstrategie, die Probleme alleine lösen zu wollen, hat sie selbst als problematisch erkannt und sie hat neue Strategien erlernt, wie sie ihr Umfeld besser einbeziehen kann.

2.3 Kritische Lebensereignisse

Nachdem im vorherigen Kapitel die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise erläutert wurde, widmet sich dieses Kapitel kritischen Lebensereignissen und der Frage, welchen Einfluss kritische Lebensereignisse und Krisen auf Betroffene haben können. Das Wissen um den Einfluss von Krisen ist für die sozialarbeiterische Tätigkeit mit Adoleszenten von grosser Bedeutung, um einschätzen zu können, welche weiterführende sozialarbeiterische Unterstützung sinnvoll ist.

Neben Entwicklungsaufgaben stellen kritische Lebensereignisse wie zum Beispiel die Geburt eines Geschwisters, eine unerwartete Kündigung, die Scheidung der Eltern, oder ein Umzug, Herausforderungen im Leben eines Menschen dar. (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 40) Kritische Lebensereignisse können Auslöser von Krisen sein. Diese Situationen werden von Betroffenen als Einschnitte im Lebenslauf wahrgenommen, welche zu einem Zustand des Ungleichgewichts führen. Das bisherige Person-Umwelt-Gefüge wird verschoben und starke Emotionen werden ausgelöst. Das Lebensereignis kann mit bisherig erworbenen Fähigkeiten nicht bewältigt werden, was zu einer psychosozialen Krise führen kann. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, S. 27)

Neben den Entwicklungsaufgaben können kritische Lebensereignisse Auslöser von Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen sein. Die ausgelösten Krisen können Gefahren bergen wie beispielsweise eine Selbst- oder Fremdgefährdung oder psychische Erkrankungen (Kap. 2.4). Krisen können jedoch auch einen Chancencharakter und positive Auswirkungen haben, wie das Wachsen und Reifen der eigenen Persönlichkeit (Kap. 2.5).

2.4 Gefahren von Krisen

In Krisen haben Betroffene den Eindruck, keine Ressourcen zur Verfügung zu haben und ein Ausweg scheint in diesem Moment nicht in Sicht. Dass es in solchen Situationen bisherige Ziele aus den Augen verloren werden, ist sehr wahrscheinlich. In dieser Not greifen Betroffene oft zu schädigenden Verhaltensweisen, was möglicherweise anhaltende Fehlentwicklungen zur Folge haben kann. (vgl. Stein, 2009, S. 96)

In untenstehender Tabelle werden einige schädigende Verhaltensweise, sowie daraus resultierende längerfristige Folgen aufgeführt:

<p>Akute Gefährdungen mit unmittelbaren Folgen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbstgefährdung: Suizidalität, Selbstverletzung, selbst verschuldete Unfälle • Fremdgefährdung: Gewaltandrohungen und -handlungen • Akute Verschlechterung einer bestehenden psychischen Störung <p>Gefährdungen mit längerfristigen Folgen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pathologische Trauerreaktionen • Beginn einer psychischen Erkrankung (zum Beispiel Depression, Angststörung, Posttraumatische Belastungsstörung) • Beginn von Medikamenten- oder Alkoholmissbrauch • Beginn somatischer oder psychosomatischer Erkrankungen • Verschlechterung einer vorbestehenden psychischen oder psychosomatischen Erkrankung • Verlust sozialer Sicherheit • Verlust von Beziehungen (soziale Isolation)

Tabelle 1: Gefährdung in Krisen (Stein, 2009, S. 98)

Bei diesen vorgenannten Gefährdungen können Warnsignale Hinweise darauf geben, dass das Gefährdungspotenzial in einer Krise steigt. In folgender Tabelle werden Warnsignale aufgeführt, die in einer Krisensituation auftreten können:

<ul style="list-style-type: none"> • Ankündigung selbst- oder fremdgefährdenden Verhaltens • Leichter Zugriff auf tödliche Mittel, insbesondere Schusswaffen • Kontrollverlust beziehungsweise deutliche Herabsetzung der Selbstkontrolle • Mangelnder oder fehlender Realitätsbezug • Fehlen von Distanzierungsmöglichkeiten • Starke Schwankungen der Gefühlslage • Auffällige Verhaltensweisen
--

- Funktionsausfälle
- Kontaktaufnahme zum Betroffenen schwierig oder unmöglich, Gefühl der Unerreichbarkeit
- Mangelnde Vertragsbereitschaft und -fähigkeit

Tabelle 2: Warnsignale (Stein, 2009, S. 101)

Ein deutlicher Hinweis auf eine Gefährdung ist, wenn Betroffene selbst- oder fremdgefährdendes Verhalten andeuten. Solche Äusserungen müssen ernstgenommen werden. Je realistischer die Ankündigung eines solchen Verhaltens und je weniger Alternativen durch die Betroffenen in Erwägung gezogen wurden, desto bedrohlicher ist die Situation. Des Weiteren stellt der Zugriff auf lebensgefährliche Mittel wie zum Beispiel Medikamente oder Waffen eine Gefahr dar. (vgl. Stein, 2009, S. 98-99)

Umstände wie beispielsweise der Schockzustand einer Krise (inneres Chaos, ziellose Aktivitäten, Rückzug) oder eine Suchtmittelabhängigkeit können den Kontrollverlust fördern. Wenn die Eigenverantwortlichkeit von Betroffenen eingeschränkt ist, sind Professionelle gefragt, mehr Verantwortung zu übernehmen. Dies kann gegebenenfalls die Einleitung einer Zwangsmassnahme bedeuten.

Aussergewöhnliche Verhaltensweisen müssen immer im Vergleich zum Auftreten einer Person vor der Krise betrachtet werden. Der schwer herzustellende Kontakt zu einem Menschen in der Krise und der Eindruck, dass jemand nicht bereit ist, über seine Emotionen zu sprechen, sowie eine fehlende Vertragsfähigkeit/ -bereitschaft stellen Alarmsignale dar und können ein Zeichen dafür sein, dass die Betroffenen zu dem Zeitpunkt nicht in der Lage sind, eigenverantwortlich zu handeln. (vgl. Stein, 2009, S. 97-100)

Warnsignale solcher Art können als Gefahrenpotenzial gedeutet werden. Um als Professionelle adäquat darauf reagieren zu können und bei der Bewältigung der Situation zu unterstützen ist es wichtig, die Signale ernst zu nehmen und verfügbare Ressourcen zu aktivieren.

2.5 Chancen von Krisen

In der chinesischen Schreibweise setzt sich das Wort "Krise" aus *Wei* und *Ji* zusammen. *Wei* steht für Gefahr und *Ji* steht für Chance. Dieses Beispiel zeigt treffend auf, welche doppelte Botschaft sich hinter dem Begriff verbirgt. Krisen sind ein unabdingbarer Teil unseres Lebens. Wenn es gelingt, die Krise zu überwinden und neue Bewältigungsstrategien zu entwickeln, kann man sein Leben gestärkt fortführen. (vgl. Stein, 2009, S. 20-21) Krisen können einen Wendepunkt im Leben darstellen und zu Reifen der Persönlichkeit führen. Erlangt man das Gefühl, eine Situation erfolgreich bewältigt zu haben, kann das mit positiven Gefühlen wie Erleichterung, Stolz und Zufriedenheit einhergehen. (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl

und Voracek, 2016, S. 29) Das Durchleben einer Krise führt bei Betroffenen zum Bewusstsein, dass sie handeln müssen, um ihre Situation zu verbessern.

In den folgenden Überlegungen werden Krisen aus der entwicklungstheoretischen Perspektive betrachtet, die Krisen als Chancen für eine (positive) Entwicklung der Betroffenen sehen, da die Personen letztlich durch die Krisen gestärkt werden. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, S. 117)

Krisen können das Selbstwertgefühl beschädigen oder die soziale Integration gefährden, sie mögen aber auch die Persönlichkeitsentwicklung fördern (Kap. 2.5.1), die Zielstrukturen verändern (Kap. 2.5.2), Einfluss auf die Wertorientierungen und Überzeugungssysteme haben (Kap. 2.5.3), sowie zu einem persönlichen Wachstum führen (Kap. 2.5.4).

2.5.1 Veränderungen als Persönlichkeitsentwicklung

Neyer und Asendorpf (2001) befassen sich mit Studien, welche normative Übergänge "im sozialen Beziehungsgefüge junger Erwachsener" thematisieren. Sie stellen in einer Längsschnittstudie über einen Zeitraum von vier Jahren fest, dass die Entwicklungsaufgabe eine Liebesbeziehung zu Gleichaltrigen einzugehen, eine Abnahme von Neurotizismus und Schüchternheit zur Folge hat und in einer Zunahme von Extraversion, Gewissenhaftigkeit und Selbstwertgefühl resultiert. Dies kann als Beschleunigung von Reifungsprozessen auf dem Weg in die Erwachsenenphase gedeutet werden. Diese Veränderungen seien bei einer Vergleichsgruppe, welche die Veränderung "Liebesbeziehung" nicht durchliefen, nicht beobachtbar gewesen. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, S. 121)

Die Liebesbeziehung geht mit einem normativen Übergang in einen neuen sozialen Kontext einher. Normative Übergänge münden in neue Lebenssituationen, für welche es definierte soziale Rollenzuweisungen, Rechte und Pflichten, sowie Verhaltenserwartungen gibt. Die Lebenssituationen erfordern ausserdem eine dauerhafte Anpassungsleistung. Somit sind nicht nur vorübergehende Veränderungen, sondern Veränderungen von Kerneigenschaften einer Person wahrscheinlich. Dies zeigt sich bei den obengenannten Veränderungen aufgrund der Liebesbeziehung. Die Persönlichkeitsveränderung aufgrund des Ereignisses, blieb auch bestehen, als die Beziehung wieder aufgelöst wurde. (vgl. Neyer und Asendorpf, 2001, zit. in Filipp und Aymanns, 2018, S. 121-122)

Bei nichtnormativen Übergängen, die oft durch kritische Lebensereignisse (wie zum Beispiel eine ungeplante Schwangerschaft oder die Ansteckung mit Geschlechtskrankheiten in der Adoleszenz) gekennzeichnet sind, zeigt es sich anders. Sie zeichnen sich nicht durch einen strukturierten Anpassungsdruck, sondern durch hohe Handlungsunsicherheiten aus. Aufgrund dessen sind die Veränderungen von Kerneigenschaften einer Person weniger wahrscheinlich.

Das Durchleben von Entwicklungsaufgaben in normativen Übergängen, wie zum Beispiel das Eingehen einer Liebesbeziehung zu Gleichaltrigen, führt somit zu Weiterentwicklung und Reifung der Persönlichkeit der Adoleszenten.

2.5.2 Veränderungen der Zielstrukturen

Krisen hinterlassen gemäss Filipp und Aymanns (2018) Spuren in den Zielstrukturen eines Menschen (S. 123). Das bedeutet, dass Krisen die Zielerreichung beeinträchtigen, was eine Veränderung der individuellen Zielsysteme nach sich zieht. Individuelle Ziele sind Zustände, die angestrebt werden und in negativer Valenz umgangen werden. Zielbindungen sind unumgänglich, da der Mensch ohne sie hoffnungslos und passiv werden würde. Sie bereichern das Leben um Struktur, Sinn und Einzigartigkeit. (vgl. Klinger, 1998, zit. in Filipp und Aymanns, 2018, S. 123)

Das Forschungsfeld, welches die Folgen von Krisen für das Zielsystem eines Menschen untersucht, ist von bewältigungstheoretischen Annahmen inspiriert. Die Bewältigung einer Krise ist abhängig davon, ob es der betroffenen Person möglich ist, unerreichbare Ziele in ihrer Valenz abzuwerten und in neue Zielbindungen zu investieren. Weitere Möglichkeiten, die zur Bewältigung beitragen, sind neue Wege der Zielerreichung anzugehen, oder die Zielstrukturen zu intensivieren, welche von der Krise nicht tangiert sind. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, S. 123)

Da Krisen die ursprüngliche Zielerreichung beeinträchtigen, müssen entweder bestehende Ziele so umformuliert werden, dass sie erreichbar werden, oder Betroffene gehen zur Bewältigung der Krise neue, erreichbare Ziele an. Demnach beeinflussen Krisen die Zielstrukturen der Betroffenen.

2.5.3 Veränderungen in Wertorientierungen und Überzeugungssystemen

Bei der Frage, welche Folgen Krisen auf die Werte und Überzeugungssysteme haben, kann das Konzept der "assumptive worlds" von Janoff-Bulman (1992) hinzugezogen werden. Das Konzept geht davon aus, dass die Welt ein sicherer Ort ist, dass die Menschen wohlwollend eingestellt sind und sie durch positive Eigenschaften charakterisiert sind. Krisen können mit ihren transportierten Botschaften solche Überzeugungen erschüttern oder gar zerstören. Wird der Glaube an das "Gute" durch krisenhafte Ereignisse derart erschüttern, kann es bei Betroffenen zu einer tiefen existenziellen Krise führen. (vgl. Janoff-Bulman, 1992, zit. in Filipp und Aymanns, 2018, S. 129) Das Bedürfnis nach Sicherung der Identität und Kontinuität des Selbstwertes ist nach Krisen besonders hoch. Schlussendlich geht es darum, die Ereignisse zu akzeptieren und sie in die eigene Lebensgeschichte zu integrieren. Die subjektive Deutung der Krise hat Einfluss auf die Veränderung der Wertorientierung und des Überzeugungssystems. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, S. 131-132)

Geraten Menschen in eine Krise, kann ihr Wert- und Überzeugungssystem sowie der Glaube an das "Gute" durch die Krise erschüttert werden. Je nach subjektiver Deutung der Krise, entsteht ein grösserer Glaube an das Gute als zuvor.

2.5.4 Veränderungen als persönliches Wachstum

Die Folgen von Krisen werden in traditionellen Vorstellungen als krankhafte Prozesse wahrgenommen, dabei ist der Blick auf positive Folgen solcher Ereignisse selten anzutreffen. In der Zwischenzeit fand ein Perspektivenwechsel statt und es wurde zahlreich dokumentiert, dass Menschen einer Krise auch Positives abgewinnen können. In der Fachliteratur wird vor allem auf eine gesteigerte persönliche Stärke, grösseres Selbstvertrauen sowie eine höhere Transparenz im Umgang mit anderen hingewiesen. Des Weiteren zeigt sich bei Betroffenen eine positive Sicht auf das Leben, die kleinen Dinge im Leben werden geschätzt. Solche positiven Auswirkungen bei negativen Ereignissen zeigen sich insbesondere dann, wenn eine Krise wie ein Weckruf wirkt und Betroffene „wachgerüttelt“ werden. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, S. 132-133) Die Sichtweise, dass Krisen in einer Chance oder einem Gewinn münden können, scheint weitverbreitet, dennoch gibt es gleichwohl viele Menschen, die nach einer Krise ihren Glauben an das Gute verlieren und Zweifel verspüren. Somit stellt sich die Frage, die sich an dieser Stelle nicht beantworten lässt: Inwiefern ein persönliches Wachstum eine erfolgreiche Bewältigung einer Krise darstellt. (vgl. Filipp & Aymanns, 2018, ab S. 135)

Wie dieses Kapitel zeigt, besteht die Möglichkeit, dass Krisen zu einer gesteigerten persönlichen Stärke und grösserem Selbstvertrauen führen.

Mit den aufgeführten Veränderungen der Persönlichkeitsentwicklung, der Zielstrukturen, der Wertorientierungen und Überzeugungssystemen sowie des persönlichen Wachstums, die durch eine Krise ausgelöst werden, wurde aufgezeigt, dass eine Krise durchaus positive Effekte haben kann.

2.6 Resümee

Psychoziale Krisen kennzeichnen sich durch den Verlust der Handlungsfähigkeit, da bisherige Bewältigungsstrategien nicht ausreichen, um eine Situation zu meistern. Diese überfordernde Lage ist für Betroffene mit Gefühlen der Hilflosigkeit und Angst verbunden. Psychoziale Krisen können sich in unterschiedlichen Erscheinungsformen zeigen und verschiedene Verläufe aufweisen. Die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise zeigt sich oft an Übergängen von Lebensphasen, wenn es neue Entwicklungsaufgaben zu lösen gilt. In der Adoleszenz stellt zum Beispiel der Austritt aus der Schule und Eintritt in die Lehre eine

lebensverändernde Situation dar. Die subjektive Bedeutung, welche Betroffene der krisenhaften Situation zuschreiben, die Krisenanfälligkeit und die Persönlichkeit der Betroffenen entscheiden oft darüber, ob sich eine solche Situation zu einer Krise entwickelt. Damit solche Krisen bewältigt werden können, müssen sich Betroffene ihren Ressourcen bewusst sein, sie mobilisieren und zielgerichtet einsetzen können, um neue Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Die Unterscheidung zwischen kritischen Lebensereignissen und Krisen ist zentral, denn kritische Lebensereignisse, wie zum Beispiel die Scheidung der Eltern, stellen Gefahren dar, die bei einer ungenügenden Bewältigung zu einer Krise führen können.

Dass Krisen mit Gefahren wie zum Beispiel Selbst- und Fremdgefährdung oder mit dem Beginn von psychischen Erkrankungen einhergehen können, erscheint naheliegend. Warnsignale weisen darauf hin, wenn die Gefahr einer Krise steigt. Ankündigungen von selbst- oder fremdgefährdendem Verhalten sowie ein mangelnder Realitätsbezug können solche Warnsignale sein. Für Professionelle ist es wichtig, solche Signale ernst zu nehmen und vorhandene Ressourcen wie beispielsweise das soziale Umfeld der Betroffenen zu mobilisieren.

Aus Sicht der Entwicklungstheorie bedeuten Krisen auch immer eine Chance. Sie können zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit und zu grösserem Selbstvertrauen führen.

3 Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz

Im Kapitel 3 werden unterschiedliche Ausprägungen der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise betrachtet, um herauszufinden, wann es sich um "normale" Entwicklungskrisen handelt, ab welchem Zeitpunkt eine Entwicklungskrise zu einer psychosozialen Krise mit Entwicklungsgefährdung wird und wann es sich sogar um eine psychische Krise handelt. Diese Unterscheidung hilft, Kompetenzbereiche von Hilfsinstanzen beziehungsweise Unterstützungsangeboten voneinander abzugrenzen und festzustellen, wann eine sozialarbeiterische Intervention in einer Krise notwendig ist (Kap. 3.1). Nach der Schilderung der unterschiedlichen Ausprägungen von Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen, folgt die Erläuterung von Faktoren, welche Auswirkungen auf den Pubertätsverlauf haben (Kap. 3.2). Weiter werden Risikofaktoren betrachtet, die in der Adoleszenz die Entwicklung von Krisen begünstigen (Kap. 3.3). Im Kapitel 3.4 werden kritische Lebensereignisse beleuchtet, welche in der Adoleszenz auftreten können und es wird aufgezeigt, durch welche Faktoren sie begünstigt werden. Danach wird ins Auge gefasst, welche Bedeutung und Folgen die gelungene oder nicht gelungene Bewältigung von Herausforderungen mit sich bringt (Kap. 3.5). Im Kapitel 3.6 wird die Resilienz in Verbindung mit Krisen in der Adoleszenz aufgezeigt. Abschliessend werden die Kennzeichen aufgeführt, womit Professionelle Krisen in der Adoleszenz feststellen können (Kap. 3.7).

3.1 Ausprägungen der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise

Die Adoleszenz zeichnet sich durch vielfältige Entwicklungsaufgaben und Herausforderungen aus. Durchleben Adoleszente bei neuen und herausfordernden Aufgaben eine Krise, werden dafür zur Beschreibung die Adoleszentenkrise, adoleszente Entwicklungskrise und Reifungskrise sowie weitere Begriffe oft als Synonyme verwendet. Sie stellen Übergangskrisen, respektive "normale Krisen" und keine Krankheiten dar und gehören zu einem normalen Entwicklungsablauf (wie im Kapitel 1.2.1 beschrieben) (Kap. 3.1.1). Neben diesen sogenannten pubertätstypischen Übergangskrisen bestehen psychosoziale Krisen mit einer Entwicklungsgefährdung. Sie entstehen, wenn Adoleszente die normativen Entwicklungsaufgaben mit ihren Bewältigungsstrategien nicht lösen können. In solchen Fällen sind Betroffene auf professionelle Hilfe angewiesen (Kap. 3.1.2). Schliesslich gibt es die psychische Krise, die als "ein besorgniserregender, entwicklungshemmender und in seinem Ausgang ungewisser Zustand bezeichnet, der dann auch professioneller Hilfe bedarf." (Kap. 3.1.3) (Hülshoff, 2017, S. 162)

Für die Soziale Arbeit ist das Wissen um diese verschiedenen Ausprägungen der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise von grosser Bedeutung, da sie im Kontakt mit Adoleszenten (sei es in der Schulsozialarbeit, bei Beratungsstellen oder in einem Jugendtreff) er-

kennen müssen, wann sich eine Entwicklungskrise abzeichnet. Dadurch können zeitnah angemessene Hilfestellung geboten werden, sowie Betroffene bei Bedarf an entsprechende Institutionen weiterverwiesen werden, die auf die (Krisen-)Intervention spezialisiert sind, wie zum Beispiel die Beratungsstelle kokon (Kap. 4.2). Ein solches Handeln setzt ein Wissen über die Adoleszentenkrise voraus. Nachfolgend werden daher die drei unterschiedlichen Ausprägungen von der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise aufgeführt.

3.1.1 Pubertätstypische Übergangskrisen

Pubertätstypische Übergangskrisen stellen "normale" Reifungskrisen in der Pubertät dar, wie zum Beispiel die erste Liebe oder Auseinandersetzungen mit den Eltern (Kapitel 1.2.1). Da Adoleszenten für die Bewältigung einiger Entwicklungsaufgaben das nötige Wissen, oder nötige Erfahrung fehlen, erleben sie solche Situationen als krisenhaft. Damit sind Gefühle der Überforderung und Verunsicherung verbunden. Im Normalfall gelingt es Adoleszenten in ihrem sozialen Umfeld Unterstützung zu erhalten und Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Nach einer erfolgreich bewältigten Krise befinden sich die Jugendlichen auf einem neuen Entwicklungsniveau und sind dem Erwachsenenleben ein Stück näher. (vgl. Hülshoff, 2017, S. 165)

Eltern, Lehrpersonen und Professionelle der Sozialen Arbeit können Ratgeber in schwierigen Situationen sein. Das heisst, auch ohne expliziten Auftrag können Sozialarbeitende bei der Lösung einer Krise eine Unterstützung darstellen. (vgl. Hülshoff, 2017, S. 166)

3.1.2 Psychosoziale Krisen mit Entwicklungsgefährdung

Fehlen Adoleszenten notwendige Bewältigungsmöglichkeiten, sodass altersentsprechende Entwicklungsaufgaben nicht gelöst werden können, kann daraus eine psychosoziale Krise resultieren.

Wenn sich Schüler beispielsweise Sorgen machen, die von ihren Eltern geforderten Schulleistungen nicht zu erfüllen, stellt es zwar eine belastende Situation dar, dennoch ist dies noch eine Krise, die in den Bereich der pubertätstypischen Übergangskrise gehört (Kap. 3.1.1). Erst wenn die Schüler aufgrund des Leistungsdrucks die Schule über mehrere Monate nicht besuchen, gelangt die Situation in einen kritischen Bereich, da die Betroffenen in schulischer Hinsicht gefährdet sein könnten. Es droht, dass sie die altersentsprechende Entwicklungsaufgabe des Schulabschlusses und des anschliessenden Berufseinstieges nicht meistern können.

In dieser Krisensituation sind Betroffene neben der Unterstützung der Eltern, auf professionelle Hilfe angewiesen, welche unter anderem durch Sozialarbeitende und Psychologen gewährleistet werden kann. (vgl. Hülshoff, 2017, S. 166)

3.1.3 Krisenzuspitzung, akuter Notfall und psychische Erkrankung

Wenn sich die Krise zu einem Notfall zuspitzt und allenfalls Anzeichen einer psychischen Erkrankung vorhanden sind, können neben einer Krisenintervention ein vorübergehender stationärer Aufenthalt und eine psychotherapeutische Behandlung indiziert sein. Beispiele dafür sind akute suizidale Gefährdungen, Drogenintoxikationen oder lebensbedrohlicher Pubertätsmagersucht (Anorexia nervosa). Bei Krisenentwicklungen, welche mit akuten Notfällen und psychischen Krankheiten einhergehen, kann auch von psychischen Krisen gesprochen werden. Psychische Krisen sind überraschende Ereignisse, die einen schmerzhaften seelischen Zustand auslösen. Bisherige Lösungsstrategien greifen nicht mehr und die Wahrnehmung und Handlungsfähigkeit verengen sich. Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen können sich demnach zu psychischen Erkrankungen ausweiten. (vgl. Hülshoff, 2017, S. 166)

Eine Unterscheidung zwischen den verschiedenen Ausprägungen von Krisen in der Adoleszenz kann helfen zu entscheiden, ob und welche Unterstützung den Betroffenen zukommen sollte (zum Beispiel die Unterstützung der Eltern, Lehrpersonen, Sozialarbeitende oder Psychiater). Solche Handlungsmöglichkeiten werden in Kapitel 4 besprochen.

3.2 Einflussfaktoren auf den Verlauf der Adoleszenz

Die Ausprägung von adoleszenten Entwicklungskrisen hängt zudem von deren Verlauf ab. Darauf haben die nachfolgenden Faktoren einen Einfluss:

Emotionale Einbettung	Die emotionale Einbettung in der Familie, das Vertrauen und die Sicherheit hat einen Einfluss auf den Verlauf der Adoleszenz. Nach Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek (2016) entwickelt sich eine Gefährdung bei Adoleszenten, wenn das Elternhaus schwierig oder unvollständig ist, wenn die Erziehung der Eltern zu autoritär-unterdrückend ist oder wenn die Eltern ihre Kinder vernachlässigen. (vgl. S. 128)
Art der Aufklärung	Wie die Adoleszenten aufgeklärt werden und welche Aussprachemöglichkeiten sie über die körperlichen Veränderungen, über die Geburt oder den Tod haben, ist während des gesamten Entwicklungsverlaufs, aber insbesondere während der Pubertät, bedeutend. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 128) Ist die Art der Aufklärung mangelhaft hat es einen negativen Einfluss auf den Verlauf der Adoleszenz.
Identifikation	In der Adoleszenz haben die Identifikation mit der eigenen Geschlechterrolle sowie die Auseinandersetzung mit der genitalen Sexualität, der Weiblichkeit respektive der Männlichkeit eine grosse Bedeutung. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 128) Die fehlende Identifikation mit der Geschlechterrolle stellt einen negativen Einflussfaktor dar und kann eine Krise begünstigen.

Kontaktanbahnung	Die Kontaktaufnahme zu Gleichaltrigen beider Geschlechter stellt einen wichtigen Aspekt der Entwicklung in der Adoleszenz dar. Die Kontaktaufnahme kann mit Schwierigkeiten wie beispielsweise Liebeskummer oder mit Problemen bei der Herstellung oder dem Verlauf der Beziehung einhergehen. Solche Situationen können schliesslich in einer Krise münden. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 128)
Leitbilder	Adoleszente sind auf der Suche nach Leitbildern und /-ideen, die als Vorbilder fungieren. Misslingt die Suche, kann dies ein negativer Einflussfaktor darstellen und eine Krise begünstigen. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 128)
Gruppennähe	Der Wunsch nach Gruppenzugehörigkeit und Gruppennähe ist in der Adoleszenz sehr ausgeprägt. Die Peergruppe kann zu einem negativen Einflussfaktor werden, wenn sie die Betroffenen vereinnahmt oder ausschliesst. Ein weiterer nachteilige Einflussfaktoren betreffend Gruppenzugehörigkeit stellen problematische oder illegale Gruppenregeln dar, wie zum Beispiel Drogenkonsum. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 128)
Schule und Berufsausbildung	Die Schule und später die Berufsausbildung stellen für Adoleszente neben der Familie wichtige Lebensräume dar. Ihre Stellung ist ihnen im Bereich der Leistung und Beziehung (zu Mitschülern, Lehrpersonen, Ausbildnern) sehr wichtig. Herrschen in diesen Bereichen ungünstige Rahmenbedingungen, kann dies zu psychischen Belastungen führen. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 128)

Tabelle 3: Einflussfaktoren auf den Verlauf der Adoleszenz (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek 2016, S. 128)

Vorstehend wurde aufgezeigt, dass der Verlauf der Adoleszenz von einigen Einflussfaktoren abhängt. Können Adoleszente unter anderem auf eine gute Aufklärung und Absprachemöglichkeiten während der Pubertät zurückblicken, findet eine Identifikation mit der eigenen Geschlechterrolle und Auseinandersetzung mit der genitalen Sexualität statt so wird eine gelingende Bewältigung der adoleszenten Entwicklungsphase begünstigt. Dasselbe gilt, wenn im Bereich der Schule und Berufsausbildung gute Rahmenbedingungen herrschen. Werden Adoleszente hingegen von ihrer Peergruppe ausgeschlossen, fehlen ihnen Leitbilder und -ideen, an welchen sie sich orientieren könne, kann das Krisen fördern. Ebenfalls stellt eine Vernachlässigung der Erziehung durch die Eltern ein negativer Einflussfaktor dar, welcher eine Krise begünstigen kann.

Ein wichtiger Aspekt, der bei der Entstehung von Krisen in der Adoleszenz berücksichtigt werden muss, ist die individuelle Krisenbewältigungserfahrung der Betroffenen. Die gemachten Erfahrungen im Umgang mit Krisen sind von grosser Bedeutung, da sie einen erheblichen Einfluss auf die verfügbaren Bewältigungsstrategien haben. Die gesammelte Erfahrung ist für zukünftige kritische Situationen und Krisen ausschlaggebend. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 129)

3.3 Risikofaktoren für die Entwicklung von Krisen in der Adoleszenz

Neben den Einflussfaktoren auf den Pubertätsverlauf (Kap. 3.2) existieren nach Meurer (2010) zusätzlich Risikofaktoren, die in der Adoleszenz die Entwicklung von Krisen begünstigen. (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 226) Diese Risikofaktoren sind:

Psychische Störungen: Anfängliche oder bereits ausgeprägte psychische Störungen können zu Krisen und sogar zu suizidalen Handlungen führen. Zu den psychischen Störungen gehören:

- Depressionen
- Psychotische Störungen (zum Beispiel Wahnvorstellungen)
- Angst- und Zwangsstörungen
- Störungen des Sozialverhaltens, Leistungseinbrüche und Suchtmittelmissbrauch können den Beginn einer psychiatrischen Erkrankung sein

Tabelle 4: Psychische Störungen (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 226-227)

Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung: Bei Adoleszenten, die traumatische Ereignisse durchlebt haben, können folgende Symptome auftreten:

- Gedanken, an das traumatische Ereignis kommen immer wieder auf
- Empfindungen, dass Trauma wieder zu durchleben, womit grosse Ängste verbunden sind
- Die traumatischen Ereignisse in Träumen wiedererleben, woraus Schlafstörungen folgen können
- Trennungsängste, wieder im Elternbett schlafen wollen
- Überhöhte Aufmerksamkeit/Wachsamkeit
- Um Auslösereize zu vermeiden, werden gewisse Orte oder Gerüche gemieden
- Verlust der Erinnerung von gewissen Aspekten des traumatischen Ereignisses
- Das Interesse an Aktivitäten vermindert sich
- Gefühlseinschränkungen, negative Gefühle, Hoffnungslosigkeit
- Adoleszente verarbeiten Hilflosigkeit oft aggressiv: Reizbarkeit, Wut
- Konzentrationsschwierigkeiten, Schulverweigerung
- Dissoziative Symptome wie Trancezustände, Halluzinationen sowie selbstschädigendes/-verletzendes Verhalten

Tabelle 5: Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 226-227)

Oft werden die Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung übersehen oder nicht mit traumatischen Ereignissen in Verbindung gebracht. Die aufgeführten Verhaltensweisen dienen als Schutzreaktion und sind eine angemessene Reaktion auf ein nicht normales Ereignis. Wenn Betroffene die Symptome über einen längeren Zeitraum aufweisen, ist eine

psychotherapeutische Behandlung notwendig. (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 227)

Familiäre Belastungsfaktoren: Die familiären Verhältnisse stellen die häufigsten Belastungsfaktoren bei der Entstehung von Krisen bei Adoleszenten dar. Insbesondere Adoleszente, die mit folgenden Gegebenheiten konfrontiert sind, sind gefährdet:

- Wenn Familienangehörige den Adoleszenten das Gefühl vermitteln, ungewollt zu sein.
- Wenn Adoleszente mit einem hohen Leistungsdruck konfrontiert sind, der sie stetig überfordert und nur bei Erreichen der Leistung eine positive Rückmeldung erhalten.
- Das Aufwachsen in einer Familienatmosphäre, die durch Streitereien, finanzielle Schwierigkeiten sowie Suchtmittelabhängigkeit gekennzeichnet ist, kann das Risiko einer Krise begünstigen.
- Adoleszente, die physische, psychische oder sexuelle Gewalt erlebt haben.
- Wenn Adoleszente als Partnerersatz dienen und ihrem Alter entsprechend zu viel Verantwortung übernehmen müssen für einen psychisch labilen oder kranken Elternteil.
- Das Durchleben mehrerer Trennungen und Beziehungsabbrüche.
- Wenn in der Familie Suizidalität als Problemlösungsstrategie fungiert, kann dies den Eintritt einer Krise begünstigen.

Tabelle 6: Familiäre Belastungsfaktoren (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 227)

Soziale und kulturelle Faktoren: Solche Faktoren können bei der Entstehung einer Krise eine grosse Bedeutung haben:

- **Migration:** Adoleszente mit einem Migrationshintergrund, treffen auf unterschiedliche Erwartungen vom Elternhaus und der Umgebung. Sie verfügen zum Teil über weniger Ressourcen im schulischen sowie im finanziellen Bereich. Auch ihr soziales Netzwerk ist aufgrund der Migration nicht im selben Ausmass, wie bei Personen ohne Migrationshintergrund, vorhanden.
- **Schulische Belastungen:** Sie sind oft nicht die Ursache von Krisen, aber sie können ein Auslöser dafür sein. Bereits bestehende Versagensgefühle, verstärken sich durch schwache schulische Leistungen. Schwierig wird es, wenn Betroffene weder im Elternhaus noch in der Schule auf Verständnis und Unterstützung treffen.

Tabelle 7: Soziale und kulturelle Faktoren (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 227-228)

Gewalt von aussen: Krisen können bei Adoleszenten ausgelöst werden, wenn sie Opfer von Mobbing oder Opfer von Gewaltausübungen durch Gleichaltrige werden. Darüber hinaus können Vergewaltigungen sowie Unfälle Krisen auslösen. (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 228)

Problematisches Coming-out: Wenn Adoleszente aufgrund ihrer sexuellen Orientierung von anderen, zum Beispiel ihrer Familie, nicht akzeptiert oder ausgegrenzt werden, kann das zu einer Krise führen. Wenn die Adoleszenten selbst ihre eigene sexuelle Orientierung nicht akzeptieren können, geraten sie häufig in eine Identitätskrise. Die Suizidgefährdung ist in diesen Fällen, insbesondere bei männlichen Adoleszenten, besonders hoch. (vgl. Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 228)

Zusammengefasst stellen die genannten Faktoren, wie zum Beispiel psychische Störungen, kulturelle Faktoren wie ein Migrationshintergrund sowie Gewalterfahrungen, Risiken dar, die in der Adoleszenz die Entwicklung von Krisen begünstigen.

3.4 Kritische Lebensereignisse in der Adoleszenz

Neben den Risikofaktoren, die eine Entwicklung von Krisen in der Adoleszenz begünstigen (Kap. 3.3), häufen sich in dieser Lebensphase kritische Lebensereignisse, welche Auslöser von Krisen sein können. Solche kritischen Lebensereignisse sind beispielsweise eine ungewollte Schwangerschaft oder Vorfälle, in denen jemand Opfer von Gewaltdelikten wird oder selbst Trunkenheitsdelikte begeht. Gründe für solche schwierigen Situationen können eine fehlende Bindung und Unterstützung der Familie respektive dem sozialen Umfeld, sowie nicht förderliche sozioökonomische Lebensbedingungen sein. (vgl. Kunz, Scheuermann, Schürmann, 2009, S. 93) Die kritischen Lebensereignisse führen bei den betroffenen Adoleszenten zu einem Zustand des Ungleichgewichts, da diese Lebensereignisse bisher oftmals noch nie durchlebt wurden. Zum einen können kritische Lebensereignisse bei nicht gelingender Bewältigung zu einer Krise führen, zum anderen können sie bei einer erfolgreichen Bewältigung zu einem Entwicklungsgewinn führen. (vgl. Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 41)

3.5 Gelingende und nicht gelingende Bewältigung von Krisen in der Adoleszenz

Erleben Adoleszente kritische Lebensereignisse oder befinden sie sich in einer Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise, versuchen sie, diese Situationen zu meistern und das Passungsgefüge zwischen Person und Umwelt wiederherzustellen, nachdem es durch ein krisenhaftes Erlebnis erschüttert wurde. (vgl. Filipp & Aymanns, 2010, S. 15-18) Das Ziel ist, handlungsfähig zu bleiben. Dieser Vorgang kann mit dem folgenden Belastungs-Bewältigungs-Modell beschrieben werden. Das Modell zeigt Bedingungen und Folgen einer gelingenden oder nicht gelingenden Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und Ereignissen im Lebenslauf eines Menschen. Links in der Abbildung sind unterschiedliche Belastungen im

Leben eines Menschen aufgeführt, auf der rechten Seite der Abbildung sind die Auswirkungen einer gelingenden sowie einer nicht gelingenden Bewältigung der Anforderungen aufgelistet.

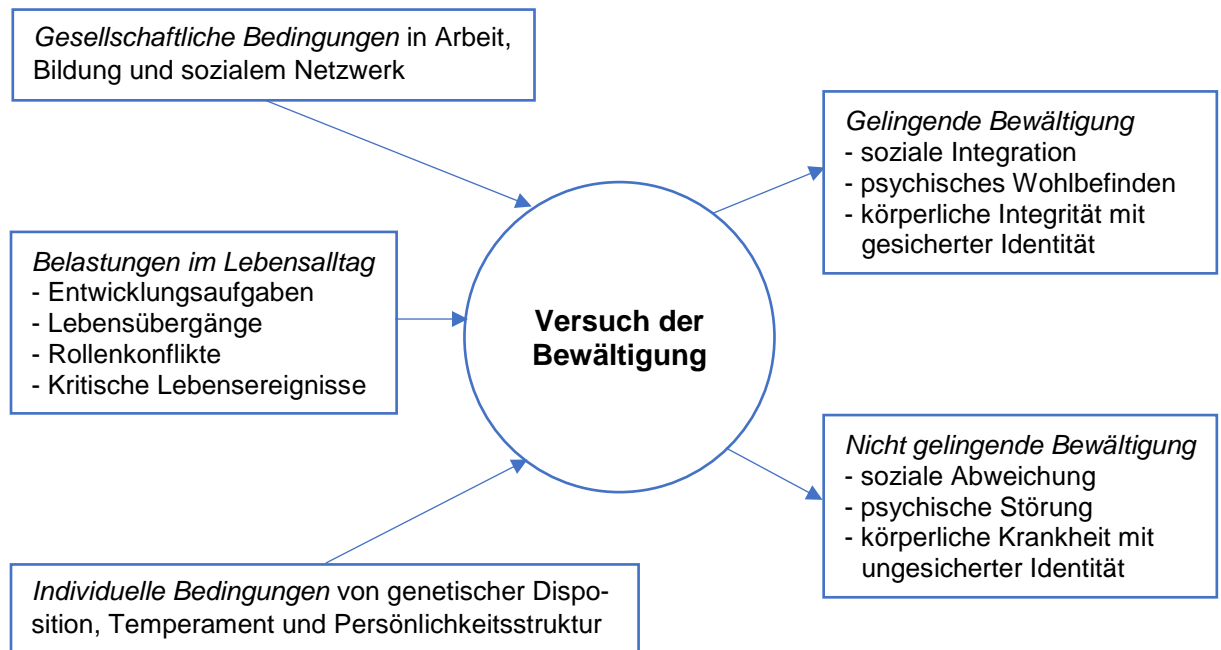


Abbildung 2: Das Belastungs-Bewältigungs-Modell (Hurrelmann, 2002, S. 271)

Belastungen im Lebensalltag: Zu solchen belastenden Ereignissen werden zum Beispiel Entwicklungsaufgaben, Lebensübergänge und Lebensveränderungen, Rollenkonflikte (wie zum Beispiel innerhalb der Familie, im Bildungs- und Arbeitsbereich, in der Peergruppe) sowie kritische Lebensereignisse (zum Beispiel schwere Krankheit oder Trennung einer nahestehenden Person) gezählt. (vgl. Hurrelmann, 2002, S. 270)

Versuch der Bewältigung: Die Bewältigungsversuche beziehen sich auf das Meistern einer spezifischen Lebenssituation. Je aktiver eine Person daran arbeitet und Ressourcen mobilisiert, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit die Situation ohne negative Folgen zu bewältigen und sogar gestärkt aus einer Krise hervorzugehen. Sind die Bewältigungsversuche eher passiv (zum Beispiel Verleugnung, Problemvermeidung und Rückzug), steigt das Risiko von Symptomen wie abweichendem Verhalten. (Lazarus & Launier, 1978, zit. in. Hurrelmann, 2002, S. 272) Die bei Adoleszenten vorhandenen Kompetenzen sind entscheidend für die Bewältigung von (Entwicklungs-)Aufgaben und (kritischen) Lebensereignissen. Die personalen Bewältigungskompetenzen reichen jedoch allein oft nicht aus, um Herausforderungen zu meistern. Die sozialen Ressourcen, also die Unterstützung in der sozialen Umwelt der Adoleszenten, sind von grosser Bedeutung. Insbesondere bei Ereignissen, die durch das eigene

Handeln nicht beeinflusst werden können, wie beispielsweise bei der Trennung der Eltern (vgl. Hurrelmann, 2004, S. 159).

Gelingende Bewältigung: Gelingt die Bewältigung der Belastung im Lebensalltag, sind das psychische und physische Wohlbefinden, die soziale Integration, sowie die Aufrechterhaltung der Identität gewährleistet. Für eine gelingende Bewältigung sind eine grosse Anzahl an Bewältigungsstrategien und die Widerstandskraft (Resilienz) einer Person, sich in herausfordernden Situationen nicht in Panik versetzen zu lassen, von Bedeutung. (vgl. Hurrelmann, 2002, S. 272) Darüber hinaus kann die Unterstützung von Personen im eigenen Umfeld und/oder Massnahmen seitens der professionellen Sozialen Arbeit erforderlich sein, damit Betroffene mit der Belastung umgehen können sowie einen gelingenden Bewältigungsprozess meistern. (vgl. Hurrelmann, 2004, S. 160) Die gelungene Bewältigung ist erforderlich, damit Betroffene auch in Zukunft Belastungen produktiv verarbeiten und Herausforderungen mit gesunder Persönlichkeitsentwicklung begegnen können. (vgl. Havighurst, 1981, zit. in. Hurrelmann, 2002, S. 270) Leichte psychosomatische Störungen, leichtes aggressives Verhalten und vorübergehende körperliche Beeinträchtigungen können hier dennoch vorkommen. (vgl. Hurrelmann, 2002, S. 270)

Nicht gelingende Bewältigung: Gelingt die Bewältigung der Belastung im Lebensalltag nicht, zeigt sich eine Entwicklungsstörung oder eine beeinträchtigte Gesundheit der Persönlichkeit, die den "schwellenwert des grenzwertig Angepassten" übersteigen. Zudem manifestiert sich eine nicht gelungene Bewältigung in sozial abweichendem Verhalten, psychischen Störungen und körperlichen Krankheiten sowie einer Bedrohung der Identität. (vgl. Schulenberg, Maggs & Hurrelmann, 1997, zit. in. Hurrelmann, 2002, S. 270)

Mit dem Belastungs-Bewältigungs-Modell konnte aufgezeigt werden, dass die Belastungen im Lebensalltag, wie Entwicklungsaufgaben und kritische Lebensereignisse, bei aktiven Bewältigungsversuchen und mithilfe der Unterstützung aus dem sozialen Umfeld zu einer gelingenden, und bei passiven Bewältigungsversuchen ohne Unterstützung zu einer nicht gelingenden Bewältigung der Situation führen können.

3.6 Resilienz in Bezug auf Krisen in der Adoleszenz

Nachdem im vorherigen Unterkapitel auf die gelingende und nicht gelingende Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und kritischen Lebensereignissen in der Adoleszenz eingegangen wurde, betrachtet dieses Unterkapitel die Resilienz in Bezug auf die Krisen in der Adoleszenz. Denn in der Adoleszenz sind sowohl die Resilienz- wie auch die Bewältigungsfaktoren bedeutend für die Herangehensweise und den Umgang mit spezifischen Herausforde-

rungen in der Entwicklung. (vgl. Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 107) Indem Adoleszente zum einen mit der Bewältigung von kritischen Lebensereignissen konfrontiert werden und zum anderen Handlungs- und Orientierungsmuster für die Krisenbewältigung herausbilden, wird die Resilienz aktiv erworben. (vgl. Hildenbrand, 2016, S. 207)

Gemäss Resilienzkonzept beeinflussen Risiko- und Schutzfaktoren die Entwicklung in der Adoleszenz. Risikofördernde Faktoren führen zu einer Verwundbarkeit und tragen zur Entstehung einer Krise bei. Das Resilienzkonzept fokussiert sich auf die Bewältigung dieser Risiken. Auf der anderen Seite stehen risikomildernde Ressourcen, welche die Risiken dämpfen und die Resilienz fördern. Auf die Risiko- und Schutzfaktoren, sowie auf ihren Einfluss auf die Entwicklung, wird nachfolgend eingegangen:

- **Risikofaktoren** sind Faktoren und Bedingungen, welche Bedrohungen für eine gewünschte Entwicklung darstellen, indem sie entwicklungshemmende und risikoerhöhende Merkmale aufweisen. Aufgrund dieser Bedrohung bedürfen sie einer Bewältigung. (vgl. Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2011, S. 19-20). Oft werden Situationen als risikohaft bezeichnet, wenn sie Krisen begünstigen oder die Wahrscheinlichkeit vom Eintritt einer psychischen Störung erhöhen. (Bender & Lösel, 2008, zit. in Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2011, S. 24) Die Phase der Pubertät stellt darüber hinaus eine Phase dar, in der Personen anfälliger für bedrohliche Risikofaktoren sind, da sie sich in Übergängen wie zum Beispiel körperliche Veränderung, Schul- oder Berufsveränderungen befinden und somit vulnerabler sind. (Im Sinne von Entwicklungsaufgaben in Anlehnung an Mattejat, 2008, zit. in Jungbauer, 2017, S. 30) Risikofaktoren können unter anderem ein niedriger sozioökonomischer Status der Eltern, häufige Umzüge, Schulwechsel und Mobbing, sowie Ablehnung durch Gleichaltrige sein.
- **Schutzfaktoren** kommt eine wichtige Funktion im Prozess der Bewältigung von Risikofaktoren zu. Sie unterstützen die Person-Umwelt-Passung und erschweren das Auftreten einer Störung. Schützende Faktoren helfen, erfolgreich mit Belastungen umzugehen. (vgl. Wustmann, 2016, S. 46) Sie lassen sich in soziale und personale Ressourcen unterteilen. Soziale Ressourcen sind Umweltfaktoren wie zum Beispiel die Schule und soziale Netzwerke (Familie, Peergruppe etc.). Zu den personalen Ressourcen gehören die Resilienzfaktoren, welche die Adoleszenten mithilfe der Interaktion mit ihrer Umwelt, sowie durch die gelungene Bewältigung von bisherigen Entwicklungsaufgaben erwerben. (vgl. Wustmann, 2012, S. 44-46) Die Resilienzfaktoren lassen sich in sechs übergeordnete Faktoren aufteilen. Sie gelten als Fundament zur Entwicklung von Resilienz und sie verbessern die Bewältigungsfähigkeit von

kritischen Lebensereignissen und Krisen: Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbststeuerung, Selbstwirksamkeit, Soziale Kompetenz, Umgang mit Stress und Problemlösung. (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 17-18)

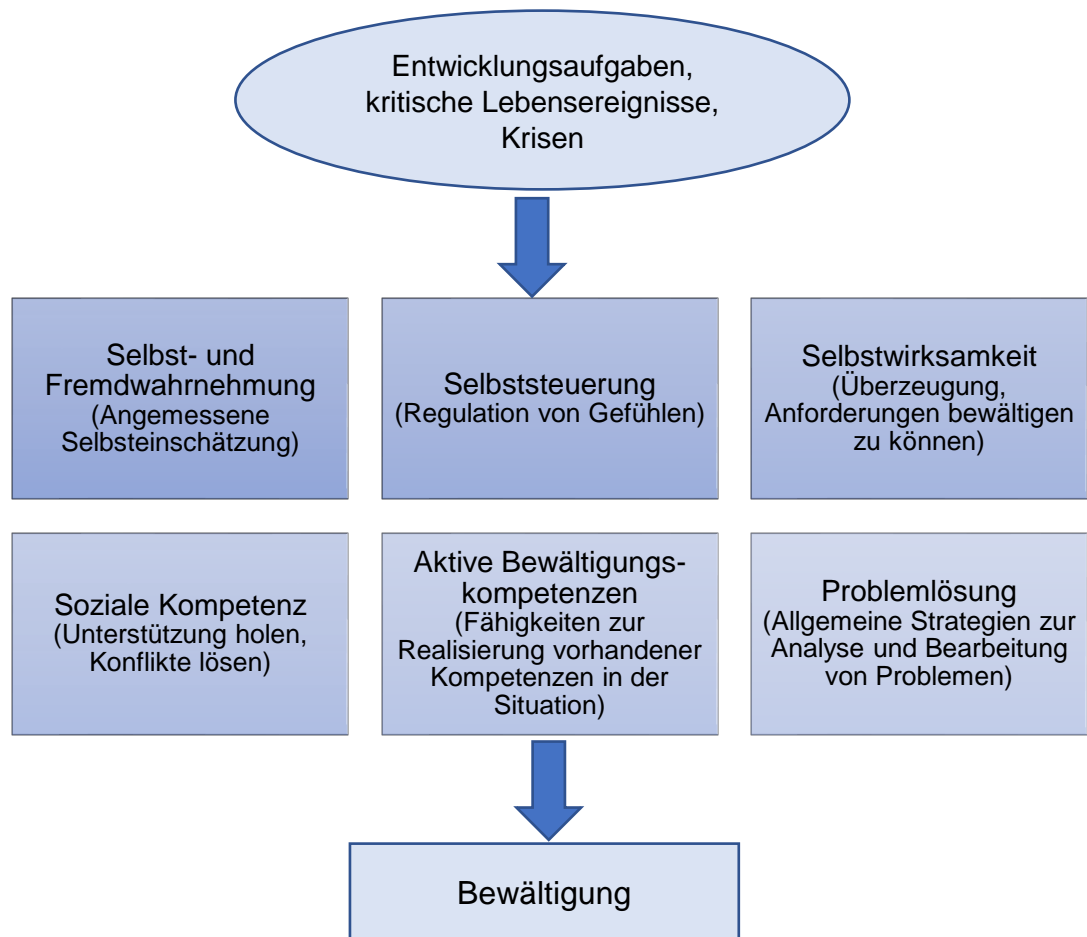


Abbildung 3: Resilienzfaktoren (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 18)

Zusammengefasst beeinflussen Risiko- und Schutzfaktoren die Entwicklung in der Adoleszenz. Die Risikofaktoren wie zum Beispiel Mobbing oder Ablehnung durch Gleichaltrige können zur Entstehung von Krisen beitragen. Auf der anderen Seite stehen Schutz- und Resilienzfaktoren wie beispielsweise eine angemessene Selbsteinschätzung und die Regulation von Gefühlen, welche die Risiken dämpfen und eine gelingende Bewältigung der Krise begünstigen.

Resilienz meint die Fähigkeit, sich von kritischen Lebensereignissen und Krisen beeinflussen, jedoch nicht unterdrücken zu lassen sowie kritische Lebensereignisse und Krisen mithilfe der Bewältigungskompetenzen zu meistern. Wurden die Grenzen der Bewältigungsfähigkeit und der Resilienz jedoch überschritten, befindet sich eine Person schliesslich in einer Krise. Das nächste Unterkapitel zeigt auf, wie Professionelle der Sozialen Arbeit anhand unterschiedlicher Merkmale, Krisen bei Adoleszenten erkennen können.

3.7 Kennzeichen einer Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise bei Adoleszenten

Wenn Entwicklungsaufgaben und kritische Lebensereignisse nicht bewältigt werden können ist das Risiko hoch, dass eine Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise bei Adoleszenten einsetzt. In diesem Kapitel werden Anzeichen erarbeitet, womit sich Krisen feststellen lassen.

Krisen in der Adoleszenz können mithilfe unterschiedlicher Kennzeichen festgestellt werden:

- Wie bei fast allen Krisen zeigen sich auch in diesem Fall **körperliche Beschwerden** wie zum Beispiel Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Magenbeschwerden oder Kopfschmerzen. (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 129)
- Zudem treten **Verhaltensänderungen** bei den Adoleszenten auf. Dieses geänderte Verhalten kann sich beispielsweise im Essverhalten äussern; Appetitlosigkeit, Gewichtsabnahme. Weitere Kennzeichen können veränderte Alltagsgewohnheiten, Abwendung von Freunden oder Familie, Abkapselung, Leistungsschwäche in der Schule oder im Beruf, sowie Suchtmittelmissbrauch sein.
- Weitere Indizien für eine Krise können **“kindliche“ Verhaltensweisen** sein, wie beispielsweise Fingerlutschen oder Nägelkauen. Es scheint als wollen die Betroffenen mit diesen Verhaltensweisen ihre Entwicklung verleugnen und frühere, vertraute Handlungen wieder hinzuziehen. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 129)

Setzen solche Verhaltensauffälligkeiten plötzlich ein, stehen sie meist in Verbindung mit einem sozialen Knick im Leben des Adoleszenten. Werden Krisen nicht bewältigt, können sie unterschiedliche Krankheiten erzeugen oder zu Kurzschlussreaktionen sowie zu aggressiven Handlungen führen, wie beispielsweise von der Schule oder von Zuhause davonlaufen, Vandalismus oder aber suizidale Handlungen. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 130)

3.8 Resümee

Es gibt unterschiedliche Ausprägungen von Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen. Die Unterscheidung ist wichtig, um passende Unterstützung anbieten zu können. Die pubertätstypische Krise beinhaltet die “normale“ Auseinandersetzung mit Entwicklungsaufgaben in der Adoleszenz, wie sie auch im Kapitel 1.2.1 beschrieben wurde. Die psychosoziale Krise mit Entwicklungsgefährdung zeigt sich, wenn die Bewältigungsversuche der Betroffenen nicht ausreichen. In diesen Fällen können die Heranwachsenden mit professioneller Unterstützung, zum Beispiel einer Krisenintervention, unterstützt werden. Spitzt sich die Krise zu

einem akuten Notfall zu, kommt neben einer Krisenintervention gegebenenfalls ein vorübergehender stationärer Aufenthalt und eine psychotherapeutische Behandlung in Frage. In solchen Situationen kann auch von psychischen Krisen gesprochen werden.

Gewisse Faktoren können Auswirkungen auf den Pubertätsverlauf haben. Solche Faktoren können die emotionale Einbettung in der Familie, die Kontaktaufnahme zu Gleichaltrigen beider Geschlechter oder die Suche nach Leitbildern und /-ideen, die als Vorbilder fungieren, sein. Neben den Einflussfaktoren wurden begünstigende Risikofaktoren für Krisen genannt. Diese Risikofaktoren sind zum Beispiel Gewalterfahrungen, ein Migrationshintergrund, oder psychische Störungen wie zum Beispiel Angststörungen und Depressionen. In der Adoleszenz können neben den erwähnten Faktoren, kritische Lebensereignisse, wie zum Beispiel eine ungewollte Schwangerschaft, auftreten, die Auslöser von Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen sein können.

Kann das Passungsgefüge nach einem krisenhaften Erlebnis zwischen Person und Umwelt wiederhergestellt werden, stehen die Chancen für eine Bewältigung der Krise gut. Gelingt dies nicht, kann es negative Folgen wie soziale Abweichung, psychische Störungen oder körperliche Beschwerden und Bedrohung der Identität zur Folge haben. Personale Bewältigungskompetenzen alleine reichen oft nicht aus, um eine krisenhafte Situation zu meistern. Oft ist die Unterstützung vom sozialen Umfeld der Betroffenen erforderlich.

Die Bewältigungsstrategien und die Resilienz einer Person sind für eine gelingende Bewältigung von herausfordernden Situationen bedeutend. Entwickeln die Heranwachsenden hilfreiche Bewältigungsstrategien und entfalten sie massgebliche Kompetenzen in der Auseinandersetzung mit einer Situation, tragen sie zu den Faktoren der Resilienz bei und können somit eine Gefährdung der Entwicklung abwenden.

Gelingt die Bewältigung von herausfordernden Situationen nicht und stellt sich eine Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise ein, können Professionelle mithilfe von Kennzeichen, Krisen feststellen. Diese Kennzeichen sind körperliche Beschwerden wie Schlaflosigkeit, Verhaltensänderungen wie zum Beispiel Appetitlosigkeit, Abwenden von Freunden und Familie, Suchtmittelmissbrauch bis hin zu aggressiven und suizidalen Handlungen.

Welche Interventionsmöglichkeiten die Soziale Arbeit bietet, sobald die Kennzeichen wahrgenommen werden und reagiert werden muss, ist Inhalt des nächsten Kapitels.

4 Interventionsmöglichkeiten der Sozialen Arbeit bei Krisen

In diesem Kapitel wird die Interventionsmöglichkeit der Sozialen Arbeit in Bezug auf die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen (Kap. 2.2) erläutert. In diesem Rahmen wird auf die Krisenintervention als Unterstützungsmöglichkeit der Sozialen Arbeit eingegangen. Nachdem die Krisenintervention definiert wird (Kap. 4.1), fällt der Fokus auf die Krisenintervention in der Sozialen Arbeit und es wird eine Auswahl von bestehenden Kriseninterventionsangeboten aufgeführt (Kap. 4.2). Danach werden die Grundprinzipien (Kap. 4.3) und Ziele (Kap. 4.4) von Kriseninterventionen vorgestellt. Im Kapitel 4.5 wird die Haltung der Fachpersonen in einer Krisenintervention betrachtet, um herauszufinden, welche Eigenschaften oder Fähigkeiten sie mitbringen müssen. Daraufhin wird ein typischer Ablauf einer Krisenintervention präsentiert und aufgezeigt, was es bei einer Krisenintervention zu beachten gilt. Dazu wird das BELLA-Kriseninterventionskonzept, als praktische Anleitung für eine Intervention herangezogen (Kap. 4.6).

4.1 Definition Krisenintervention

Krisenintervention ist eine Form von Hilfe, mit der Menschen gezielt und methodisch unterstützt werden. Sie setzt am Krisenprozess an und versucht Menschen in akuten Phasen einer Krise vor dem Zusammenbruch zu bewahren. Gemeinsam mit den Betroffenen sollen Lösungsschritte gefunden werden, um die Krisensituation zu bewältigen. (vgl. Hülshoff, 2017, S. 67) Gemäss Stein (2009) steht die Hilfe zur Selbsthilfe im Mittelpunkt der Krisenintervention. (vgl. S. 151)

Kriseninterventionen werden unter anderem von Kinder- und Jugendpsychiatrien, von Kriseninterventionszentren oder von Beratungsstellen der Sozialen Arbeit durchgeführt. Auf die Kriseninterventionsangebote der Sozialen Arbeit wird im nächsten Unterkapitel genauer eingegangen.

4.2 Kriseninterventionen in der Sozialen Arbeit

Sozialarbeiterische Kriseninterventionen setzen dort ein, wo sich Adoleszente in neuen (Lebens-)Situationen befinden, welche ihre Bewältigungsfähigkeiten überfordern und sie somit Unterstützung benötigen. (vgl. Jordan, 2000, S. 142-143)

Damit Kriseninterventionen in der Sozialen Arbeit durchgeführt werden können, ist es wichtig, dass die Institutionen eine zeitintensive Betreuung gewährleisten können. Darüber hinaus kann bei der psychosozialen Beratung der Sozialen Arbeit bei Bedarf eine ambulante psychiatrische Mitversorgung sichergestellt werden. (vgl. Ortiz-Müller, Scheuermann, Gahleitner, 2010, S. 224)

Dementsprechend kann die Krisenintervention als eine interdisziplinäre Angelegenheit betrachtet werden. Oft sind mehrere Bereiche im Leben eines Menschen betroffen, diese umfassen seine psychologischen, sozialen oder materiellen Ressourcen. Diese Tatsache erfordert ein organisiertes Vorgehen. Viele Kriseninterventionsangebote haben daher Teams mit Sozialarbeitenden, Pflegefachkräften sowie Psychologen, diese verweisen die betreuten Personen bei Bedarf an Ärzte. (vgl. Ortiz-Müller, Scheuermann & Gahleitner, 2010, S. 81-82) Des Weiteren ist es bei Kriseninterventionen in der Sozialen Arbeit wichtig, dass sie sich an fachlichen Standards orientieren. (vgl. Jordan, 2000, S. 143) Das bedeutet, Professionelle arbeiten nach den Grundprinzipien (Kap. 4.3) und Zielen der Krisenintervention (Kap. 4.4), nehmen die geforderte Haltung als Fachpersonen ein (Kap. 4.5) und folgen dem Ablauf der Krisenintervention (Kap. 4.6). Laut Jordan (2000) sollen Kriseninterventionen darüber hinaus von Vertrauen, Offenheit und Geborgenheit geprägt und mit möglichst wenig Zwangscharakter verbunden sein. (vgl. S. 143)

Kriseninterventionsangebote der Sozialen Arbeit, die auf Adoleszente in Krisen zugeschnitten sind, sind zum Beispiel die Krisenjugendberatung *Pro Juventute – Beratung und Hilfe 147* (vgl. Pro Juventute, 2019), die Jugendzufluchtsstätte *Schlupfhuus* (vgl. Schlupfhuus e.V., o. J.), oder die *Beratungsstelle kokon* (vgl. kokon, 2019).


<p>Pro Juventute – Beratung und Hilfe 147</p> 	<p>Angebot gemäss Homepage: “Die Notrufnummer 147 von Pro Juventute hilft Kindern und Jugendlichen bei Fragen, Problemen und in Notsituationen weiter. Rund um die Uhr. Via Telefon, SMS, Chat, E-Mail und Webservice.“ (Pro Juventute, 2019)</p>
<p>Die Jugendzufluchts- stätte Schlupfhuus</p> 	<p>Angebot gemäss Homepage: “Das Schlupfhuus bietet niederschwellige Krisenintervention für Jugendliche, die mit ihrer aktuellen Lebenssituation nicht mehr zurechtkommen und auf eigene Initiative professionelle und unbürokratische Hilfe in Anspruch nehmen wollen.“ (Schlupfhuus e.V., o.J.).</p>
<p>Beratungsstelle kokon</p> 	<p>Angebot gemäss Homepage: Kokon berät Jugendliche schnell und unkompliziert in einer akuten Krise. Bei Schwierigkeiten zuhause, mit Freunden, in der Schule oder in der Freizeit. Kokon ist 24h per Telefon erreichbar. Die Beratung ist niederschwellig, schnell und unkompliziert. (vgl. kokon, 2019)</p>

Tabelle 8: Kriseninterventionsangebote der Sozialen Arbeit

Diese drei aufgeführten Angebote zeigen beispielhaft auf, wo sich Adoleszente in Krisen rund um die Uhr Unterstützung holen können. Sei es bei schulischen oder familiären Problemen, Depressionen oder Gewalterfahrungen.

Arbeiten Sozialarbeitende in Institutionen, die keine Kriseninterventionen anbieten und geraten sie bei der Arbeit in Kontakt mit Adoleszenten, bei welchen sie Warnsignale wahrnehmen, die auf eine Krise hindeuten (Kap. 3.7), haben Professionellen mehrere Möglichkeiten: Sie können beispielsweise bei den aufgeführten Angeboten Ratschläge einholen, um die richtigen nächsten Schritte zu planen und/oder die Klienten an diese Kriseninterventionsangebote weiterverweisen oder sie dorthin begleiten.

4.3 Grundprinzipien der Krisenintervention

Da Krisen interindividuell sehr unterschiedlich sind, müssen sich Professionelle der Sozialen Arbeit jeweils auf die einzelnen Klienten mit ihrer Persönlichkeit, ihren gegebenen Lebensumständen, ihren bisherigen Erfahrungen sowie auf ihre Bewältigungsstrategien einlassen. Es gilt ihre subjektive Bewertung der Lage zu akzeptieren und die Hilfeleistung an die jeweilige Person anzupassen. Gerade aufgrund dieser Komplexität ist es sinnvoll die wichtigsten strukturgebenden Grundprinzipien aufzuführen, welche in Kriseninterventionen befolgt werden müssen:

Rascher Beginn	Flexibilität, richtige Indikationsstellung und eine haltende Zuwendung	Grundsätzliche Zuversicht	Verständnis für die subjektive Bedeutung der Krise
Verschwiegenheit	Fokus auf die aktuelle Problemlage	Aktiver und strukturierter Interventionsstil und Förderung der Selbsthilfemöglichkeit	Lösungs- und Ressourcenorientierung
Zeitliche Begrenzung	Einbeziehung der Umwelt	Methodenflexibilität	Interdisziplinäre Zusammenarbeit

Abbildung 4: Grundprinzipien der Krisenintervention (vgl. Stein, 2009, S. 153-154)

Rascher Beginn: Um Eskalationen wie Suizidhandlungen oder Gewaltanwendungen, Fehlentwicklungen oder sonstige Schäden der Betroffenen zu verhindern, ist es wichtig, dass Kriseninterventionsangebote schnell und einfach zugänglich sind. Das Angebot sollte eine erste Kontaktaufnahme, persönlich, telefonisch oder via E-Mail, noch am selben Tag des Bedarfs der Klienten ermöglichen. (vgl. Stein, 2009, S. 153)

Flexibilität, richtige Indikationsstellung und eine haltende Zuwendung: Die Zusammenarbeit und Erreichbarkeit von verschiedenen Versorgungsangeboten wie zum Beispiel not-

fallpsychiatrischen Diensten und Kriseneinrichtungen ist für eine optimale Versorgung wichtig. Betroffene und krisenhelfende Personen sollten sich auf einer Ebene von haltender Zuwendung treffen. Betroffene sollen erleben, dass sie in ihrer Situation ernstgenommen werden. (vgl. Stein, 2009, S. 153-154)

Grundsätzliche Zuversicht: Für krisenhelfende Personen ist es wichtig eine zuversichtliche Haltung einzunehmen. Sie dürfen die Verzweiflungs- Ohnmachts- und Hilflosigkeitsgefühle der Betroffenen nicht übernehmen und sollen dadurch handlungsfähig bleiben. (vgl. Stein, 2009, S. 154)

Verständnis für die subjektive Bedeutung der Krise: Es wird vorausgesetzt, dass krisenhelfende Personen ein Verständnis für den subjektiven Sinn, den die Klienten ihrer Situation beimessen, aufbringen. Damit kann es den Helfenden gelingen zu verstehen, wie es zu einer Krise gekommen ist und wie die Betroffenen die Krise, die auf eine ganz spezifische Weise verläuft, mit ihren Strategien zu bewältigen versuchen. (vgl. Stein, 2009, S. 154)

Verschwiegenheit: Damit ein offenes Gesprächsklima herrschen kann, wird die Einhaltung von Verschwiegenheit vorausgesetzt. Menschen, die Krisen durchleben, sind oft schnell bereit, über sich und ihre Situation zu sprechen, dennoch benötigen sie die Sicherheit, dass die Informationen nicht an Dritte weitergegeben werden. Wenn diese Verschwiegenheit von Seiten der Helfenden nicht möglich ist, da es sich zum Beispiel um minderjährige Klienten handelt und/oder um eine akut drohende Gewalt oder suizidale Einengung droht, muss transparent gemacht werden, welche Informationen in welcher Form weitergegeben werden. (vgl. Stein, 2009, S. 154)

Fokus auf die aktuelle Problemlage: Kriseninterventionen sind wie bereits erwähnt, zeitlich beschränkt. Somit liegt der Fokus der Gespräche auf der aktuellen Situation und den gegenwärtigen Problemen. Dennoch sind biografische Hintergründe und psychodynamische Zusammenhänge mitzudenken und anzusprechen, wenn sie zum Verständnis der Gefühle und Verhalten in der derzeitigen Krise beitragen. (vgl. Stein, 2009, S. 154)

Aktiver und strukturierter Interventionsstil und Förderung der Selbsthilfemöglichkeit: Da sich Klienten in der Krisenintervention oft in einem schlechten Zustand befinden, ist ein aktiver, direkter und in akuten Gefahrensituationen ein direktiver Interventionsstil notwendig. Eine aktive Intervention beinhaltet die Beratung, die Informationsvermittlung sowie das Vermitteln von Hilfen. Gleichzeitig stellt die Förderung der Selbsthilfemöglichkeiten der Klienten stets ein Auftrag der Professionellen dar. Diese Anforderungen stellen für Helfende oft eine

Gratwanderung dar, denn zum einen muss die Autonomie der Klienten gewahrt werden, zum anderen dürfen sie in ihren Fähigkeiten nicht überschätzt werden, da sie ansonsten überfordert wären. (vgl. Stein, 2009, S. 154)

Lösungs- und Ressourcenorientierung: Mithilfe der Lösungs- und Ressourcenorientierung versuchen krisenhelfende Personen bereits bestehende Problemlösungsstrategien sowie vorhandene Ressourcen der Betroffenen zu aktivieren. Erst wenn sich die vorhandenen Strategien nicht bewähren, werden gemeinsam mit den Betroffenen Alternativen herausgearbeitet. Es soll darauf geachtet werden, dass die Klienten versuchen, die Strategien aus sich heraus zu entwickeln und die Professionellen sich bei Vorschlägen zurückhalten. Damit wird die Eigeninitiative der Betroffenen gestärkt und sie können die Erfahrung machen, dass eigene Lösungsstrategien wirksam sind. Diese Erfahrungen stärken die Klienten und sie können zukünftig als positives Modell für eine zukünftige Krisenbewältigung dienen. Eine Bewältigungsmöglichkeit, die auf Eigenständigkeit und Eigenaktivität beruht, ist daher zu bevorzugen. (vgl. Stein, 2009, S. 154)

Zeitliche Begrenzung: In Kriseninterventionen sollten fünf bis höchstens zwölf Gespräche in einem Zeitraum von zwei bis drei Monaten stattfinden (vgl. Lindemann, 1944, Jacobson, 1974, Ulich, 1987, Sonneck, 1990, Schnyder, 1993, zit. in Stein, 2009, S. 155). Eine enge Begleitung mit erhöhtem Kontakt ist zu Beginn der Intervention notwendig, wenn sich die Klienten in einem äusserst schlechten Zustand befinden. Da die Interventionen über einen kurzen Zeitraum verlaufen, muss das Ende der Krisenintervention von Anfang an mitgedacht werden. (vgl. Stein, 2009, S. 155)

Einbeziehung der Umwelt: Da die soziale Unterstützung eine Grundlage für eine erfolgreiche Krisenbewältigung ist, wird in der Regel versucht, das soziale Umfeld der Betroffenen zur Unterstützung zu involvieren. Bei Bedarf ist auch das Lösen von Konflikten innerhalb des sozialen Umfeldes sinnvoll. (vgl. Stein, 2009, S. 155)

Methodenflexibilität: In Kriseninterventionen wird die Methodenflexibilität seitens Beratern vorausgesetzt. Unterschiedliche Methoden sollen eingesetzt werden, wenn sie für Klienten bei der Bearbeitung eines Problems hilfreich sein könnten. Da sich die betroffenen Personen jedoch in verletzlichen Lagen befinden, wird von Fachpersonen erwartet, Erfahrung und Routine in der Anwendung der Methoden zu verfügen, da sich die Krisenintervention nicht als Übungsfeld eignet. (vgl. Stein, 2009, S. 186)

Interdisziplinäre Zusammenarbeit: Kriseninterventionen setzen die Zusammenarbeit verschiedener Berufsgruppen voraus. Auch sind damit hohe Anforderungen an die Zusammenarbeit verbunden. Bei der laufenden Betreuung von Klienten, ist es in einem Krisenfall förderlich, wenn die Krisenintervention durch die bereits involvierte Fachperson durchgeführt wird. Für Kriseninterventionen eignen sich multi-/ und interdisziplinäre Teams. Allerdings sollte eine Fachperson die Hauptansprechperson sein und die Intervention koordinieren. Wird dies gewährleistet, können Chaos und Konflikte vermieden werden. (vgl. Stein, 2009, S. 155-156)

4.4 Ziele der Krisenintervention

Neben den vorumschriebenen strukturgebenden Grundprinzipien, welche in Krisenintervention befolgt werden müssen, werden in diesem Unterkapitel Ziele für Kriseninterventionen aufgeführt. Mit den Zielen wird darauf hingearbeitet, dass die Klienten ihre Krise bewältigen und die Handlungsfähigkeit wiedererlangen können.

Ein bedeutendes Ziel der Krisenintervention ist die Hilfe zur Selbsthilfe. Klienten sollen ihre derzeitige Situation akzeptieren und an ihre eigenen Lösungs- und Bewältigungsmöglichkeiten glauben. (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 18) Eine gelungene Krisenintervention unterstützt die Klienten und hat positive Auswirkungen auf die Lebenssituation der Klienten. Nachdem die Klienten in ihrer Situation stabilisiert wurden, wird an der Umsetzung der gemeinsam erarbeiteten Erkenntnisse gearbeitet. Hierbei werden kurzfristige und mittel-/längerfristige Ziele verfolgt. (vgl. Stein, 2009, S. 152)

Kurzfristige Ziele:

- Gefährdungserkennung, unmittelbare Bedrohung für das Leben abwenden und die körperliche Unversehrtheit der Beteiligten wahren
- quälende Symptome rasch beseitigen

Mittelfristige Ziele:

- Selbstwertgefühl wiederherstellen
- Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit wiedererreichen
- alternative und konstruktive Handlungsweisen finden und erproben

Tabelle 9: Ziele von Krisenintervention (vgl. Stein, 2009, S. 152)

In der Krise müssen zuerst akute Gefahren und Bedrohungen erkannt und abgewendet werden. Zu Beginn werden quälende Symptome wie Schlaflosigkeit oder Panik angegangen, damit eine Krisenbewältigung erst möglich wird. Mittel- und längerfristig betrachtet, ist es das Ziel, den Betroffenen wieder Stabilität zu ermöglichen, damit sie ihr Leben, wie vor der Krise, bewältigen können. Dafür muss das Selbstwertgefühl wiederhergestellt und die Handlungsfähigkeit wiedererlangt werden. Wenn die Betroffenen mit neuen Einsichten und alternativen

Handlungsweisen für die Krise sowie für ihr weiteres Leben, aus der Krise herausgegangen sind, kann im Sinne der Weiterentwicklung, die Krise als Chance betrachtet werden. (vgl. Stein, 2009, S. 152)

Fachpersonen arbeiten an der Umsetzung der gemeinsam erarbeiteten Erkenntnisse und verfolgen die obengenannten Ziele. Neben der Arbeit an den Zielen wird von Fachpersonen eine Grundhaltung vorausgesetzt, an der sie sich orientieren müssen. Diese Aspekte werden im nächsten Unterkapitel erarbeitet.

4.5 Haltung der Fachpersonen in Kriseninterventionen

Kriseninterventionen erfordern von Fachpersonen, dass sie ein Einfühlungsvermögen, sowie die Eigenschaft besitzen, sich kurzfristig auf eine intensive Beziehung einlassen zu können. In einer solchen engen Arbeitsbeziehung müssen Fachkräfte ihre Grenzen erkennen können. Diese Anforderungen zeigen die herausfordernde Nähe-Distanz-Relation. Deshalb wird in der Arbeit mit Krisen eine ausreichende Selbsterfahrung von den Fachpersonen verlangt: Die Fachkräfte müssen reflektiert mit ihren eigenen Krisen umgehen. Der Umgang mit den eigenen Krisen bestimmt, wie Fachkräfte mit der Hilflosigkeit und Ohnmachtsgefühlen der Klienten umgehen.

Mithilfe von Intervisionen und Supervisionen können Fachkräfte selbst Unterstützung in Anspruch nehmen, um das Risiko einer eigenen Überforderung zu reduzieren. (vgl. Stein, 2009, S. 156)

Kulesa (1985) nennt einige Aspekte der beziehungsfördernden Grundhaltung, woran sich Fachkräfte in der Krisenintervention orientieren sollen:

1. Ich nehme den anderen an, wie er ist.
2. Ich fange dort an, wo der andere steht.
3. Ich zeige, dass ich mit ihm Kontakt aufnehmen möchte.
4. Ich verzichte auf argumentierendes Diskutieren.
5. Ich nehme die in mir ausgelösten Gefühle wahr (worauf weisen sie mich hin?).
6. Ich verzichte auf das Anlegen eigener Wertmaßstäbe.
7. Ich orientiere mich an den Bedürfnissen.
8. Ich arbeite an der Partnerschaft und vermeide objektivierende Distanz.

(Kulesa, 1985, zit. in. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 22)

4.6 Ablauf der Krisenintervention

In der Literatur lassen sich viele Kriseninterventionskonzepte finden. Sie alle weisen die Gemeinsamkeit auf, dass sie die Bedeutung der Beziehungsarbeit, der emotionalen Situation der Klienten, den aktuellen Anlass der Krise, sowie den Einbezug der sozialen Umwelt für eine Krisenintervention hervorheben. (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 68) Dennoch gilt es bei jeder Krisenintervention zu beachten, dass jede Krise interindividuell unterschiedlich ist und die Professionellen sich jeweils auf jeden Klienten und jede Klientin mit seinen beziehungsweise ihren spezifischen Umständen einlassen müssen.

In diesem Kapitel wird spezifisch auf das BELLA-Kriseninterventionskonzept und den darin beschriebenen Ablauf eingegangen, da es eine praktische Anleitung ist, die Fachkräfte der Sozialen Arbeit dabei unterstützen kann, eine Krisenintervention fachgemäss durchzuführen. Es wird in den nachfolgenden Ausführungen davon ausgegangen, dass nach der Kontaktaufnahme der Betroffenen feststeht, dass jeweils eine Krisenintervention indiziert ist und kein anderes Setting, respektive keine andere Intervention angezeigt ist. Darüber hinaus wird nach der Kontaktaufnahme, das Erstgespräch sowie die weitere Intervention persönlich auf einer Kriseninterventionsstelle durchgeführt.

4.6.1 Erste Sitzung (BELLA Interventionskonzept)

BELLA Interventionskonzept

Das Konzept BELLA nach Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek (2016) steht für die **B**eziehung, **E**motionale Situation, **L**inderung der Symptome, **L**eute miteinbeziehen, **A**nsatz zur Problembewältigung. Es gibt eine Übersicht über das Erstgespräch bis zur Beendigung der Krisenintervention. (vgl. 110)

Beziehung aufbauen: Indem die Fachpersonen im Gespräch einen einladenden Anfang gestalten, den Klienten aufmerksam und mitfühlend zuhören sowie ihnen vermitteln, dass ihre Schwierigkeiten ernstgenommen werden, wird versucht, eine tragfähige Beziehung zu den Klienten aufzubauen. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 106) Für Klienten, die zum ersten Mal eine professionelle Hilfe in Anspruch nehmen, kann es eine verunsichernde Situation darstellen. Daher ist es wichtig, Klarheit darüber zu schaffen, was in den Gesprächen auf sie zukommt. Die Aktivität der Fachkräfte orientiert sich am Zustand der Klienten. Je aktiver die Klienten ihre eigene Situation bewältigen können, desto weniger verwenden Fachkräfte eine direktive oder direkte Gesprächsführung. Den Betroffenen soll Raum zur Verfügung gestellt werden, damit sie ihre Gefühle ausdrücken können. (vgl. Stein, 2009, S. 162-163)

Erfassen der Situation: Nachdem im ersten Schritt eine Vertrauensbasis hergestellt wurde, ist in einem zweiten Schritt eine umfassende Einschätzung der Situation notwendig. Dafür erfassen die Fachpersonen die Gründe für das Kommen, sowie den Krisenanlass und die davon betroffenen Personen. Weiter wird die derzeitige Lebenslage der Klienten mit möglichen Veränderungen durch die Situation ergründet. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 107) Wenn es sich um Lebensveränderungskrisen handelt, muss genau geklärt werden, welche Veränderungen bei der betroffenen Person in letzter Zeit stattgefunden haben. Die Betroffenen sollten prinzipiell ausführlich über ihre belastende Situation oder das Ereignis und was sie damit verbinden, berichten. (vgl. Stein, 2009, S. 167)

Linderung von Symptomen: Bei diesem Schritt, geht es um die emotionale Situation der Klienten. Dabei sollten eine allfällig vorhandene Panik oder Depression sowie ein potenzielles Suizidrisiko ergründet werden. Die Fachpersonen versuchen, die Klienten zu entlasten, sie ihre Gedanken ordnen zu lassen und durch Entspannungsübungen zu beruhigen. Eine medikamentöse Behandlung ist in dieser Phase denkbar, falls bei der Person eine Suizidgefahr vorhanden ist und es aufgrund des Zustandes der Person als notwendig erscheint. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 107)

Leute einbeziehen, die unterstützen: Wie bereits erwähnt, ist das soziale Umfeld der Betroffenen eine Ressource in der Krisenintervention. Daher wird versucht, vorhandene Hilfsysteme der Betroffenen miteinzubeziehen. Wenn es als notwendig erscheint, können auch Selbsthilfegruppen und Institutionen bei der Problembewältigung Unterstützung bieten. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 108) Wie im Kapitel 4.2 erwähnt wurde, könnte diese Unterstützung durch eine Beratungsstelle wie *kokon* (vgl. kokon, 2019) durchgeführt werden. Die Aktivierung des sozialen Netzes ist wichtig, damit die Klienten in der Krise nicht allein sind. Es kann hilfreich sein, wenn Fachpersonen bei dem sozialen Umfeld ein Verständnis für die Situation wecken, damit dieses angemessen auf die Situation reagieren und somit helfen kann. Bestenfalls kontaktieren die Klienten selbst die Personen in ihrem Umfeld, die für eine Unterstützung infrage kommen, denn damit wird ihre Handlungsfähigkeit gefördert. (vgl. Stein, 2009, S. 180)

Ansatz zur Problembewältigung: Die Fachpersonen unterstützen die Klienten dabei, ihr eigentliches Problem zu benennen sowie allfällige Widersprüchlichkeiten in der Wahrnehmung festzustellen. In einem nächsten Schritt wird versucht die gefühlsmässige und die reale Bedeutung des Problems auszumachen. Es soll den Klienten dazu verholfen werden, sich an dieser Stelle für eine Veränderung zu entscheiden. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 108) Bei

Lebensveränderungskrisen geht es oft darum, sich aktiv mit neuen Veränderungsschritten zu befassen und diese schliesslich umzusetzen (Kap. 2.2). (vgl. Stein, 2009, S. 176)

Das BELLA-Konzept soll in der ersten Sitzung eine unmittelbare Hilfe mit kurzfristigen Zielen darstellen, wie sie im Kapitel 4.4 erwähnt wurden. Anschliessend werden in den restlichen Sitzungen mittel-/langfristig übergeordnete Ziele, wie die Handlungsfähigkeit wiederzuerlangen, verfolgt. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 109)

4.6.2 Problembewältigung

Nach der ersten Sitzung steht die Problembewältigung im Mittelpunkt. (vgl. Stein, 2009, S. 176) Da es für die Klärung manchmal notwendig ist, Klienten mit unangenehmen Themen zu konfrontieren, kann sich der Zustand der Betroffenen vorübergehend verschlechtern. Die jeweils durchgeführten Strategien orientieren sich an der Situation der Klienten. Bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen werden meist Veränderungsschritte besprochen, die anschliessend aktiv umgesetzt werden. Die Arbeit am emotionalen Aspekt der Belastung, ist ein wichtiger Schritt in der Krisenintervention. Nachdem die Probleme benannt und die Ziele festgelegt wurden, werden bisherige Problemlösungsstrategien analysiert. (vgl. Stein, 2009, S. 177)

Waren bisherige Bewältigungsstrategien nicht erfolgreich, muss eine Veränderung angegangen werden. Es wird gemeinsam nach neuen Lösungsstrategien gesucht. Auf diese Art werden die Bewältigungsstrategien analysiert, erweitert und Schritt für Schritt verändert (Kap. 1.3.1 und 3.5). (vgl. Stein, 2009, S. 178) Im Sinne der "Selbstverstärkung" werden die Klienten angeregt, Veränderungen in ihrem Leben anzugehen. (vgl. Stein, 2009, S. 178)

Geplante Problemlösungsschritte müssen stets überprüft werden. Für die Problembearbeitung und -bewältigung können Methoden aus der Beratung und der psychotherapeutischen Praxis hinzugezogen werden. Das Vorgehen orientiert sich stets an den festgelegten Zielen. (vgl. Stein, 2009, S. 180)

Es ist denkbar, dass direkte Hilfen wie Medikamente, eine Krankenhauseinweisung, Geld und Unterkunft, eine juristische Beratung und Hilfe im Kontakt mit Behörden in Kriseninterventionen angeboten und geleistet werden. (vgl. Stein, 2009, S. 186)

4.6.3 Abschluss

Die Krisenintervention wird nach fünf bis maximal zwölf Sitzungen beendet. Aufgrund der begrenzten Anzahl Sitzungen muss das Ende der Intervention von Anfang an mitgedacht werden. Der Abschluss muss sorgfältig vorbereitet werden. Bei Abschluss der Intervention ist es möglich, dass die Klienten die Krise noch nicht vollständig überwunden haben. (vgl. Stein,

2009, S. 201) Die Krisenintervention kann jedoch auch beendet werden, wenn die Ängste, Hilflosigkeit und die Einengung nicht mehr vorhanden sind und sich die Ansicht einstellt, dass die Probleme wieder selbstständig gelöst werden können. (vgl. Stein, 2009, S. 201)

Beim Abschluss wird geklärt, ob die Krise überwunden wurde. Die Handlungsfähigkeit sollte zumindest soweit wiedererlangt sein, dass der Alltag selbstständig gemeistert werden kann. Resümierend können Veränderungen sowie die neuen Problemlösungsstrategien besprochen werden. Es kann betrachtet werden, ob der Chancencharakter der Krise im Sinne einer Weiterentwicklung der Klienten genutzt wurde. Es wird besprochen, wie sich die Klienten bei zukünftigen Schwierigkeiten verhalten werden und ob sie von den neuen Erfahrungen profitieren können. (vgl. Stein, 2009, S. 202)

Die Ablösung von Helfenden und Klienten sollte nicht zu einer Verletzung führen. Daher sollte sie bereits einige Stunden vor Abschluss thematisiert werden. Ein behutsamer Umgang mit dieser Thematik kann für gute Erfahrungen beim Klienten sorgen. Vor dem endgültigen Abschlussgespräch kann ein einmaliges Folgegespräch vereinbart werden. Dieses kann einige Wochen bis drei Monate später stattfinden. Das Wissen um das Folgegespräch schafft bei den Betroffenen Sicherheit und erleichtert die Ablösung von den Helfenden. (vgl. Stein, 2009, S. 203)

Sind nach der Krisenintervention tiefergehende Schwierigkeiten sichtbar, welche auf eine Persönlichkeitsstörung hindeuten, sollte nach der Krisenintervention eine Psychotherapie in Betracht gezogen werden. In der Krisenintervention könnte mit den Betroffenen gemeinsam besprochen werden, in welcher Form und in welchem Setting die Therapie stattfinden soll. Es wäre wünschenswert, einen fließenden Übergang zu einer weiteren Betreuung zu gewährleisten. Möchten die betroffenen Klienten jedoch nicht mit dieser Situation konfrontiert werden, müssen die Berater dies akzeptieren. (vgl. Stein, 2009, S. 204-205)

4.7 Resümee

Nachdem in den vorherigen Kapiteln die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen von Adoleszenten betrachtet wurden, fokussierte sich dieses Kapitel auf die Handlungsmöglichkeiten der Sozialen Arbeit in Bezug auf solche Krisen. In diesem Rahmen wurde die Krisenintervention vorgestellt. Eine rasche Verfügbarkeit der Intervention, eine zuversichtliche und verständnisvolle Haltung der Helfenden sowie Verschwiegenheit von Seiten der unterstützenden Personen, gelten als Grundvoraussetzungen für die Krisenintervention. Dazu gehören auch der Fokus auf die aktuelle Problemlage, wobei die Selbsthilfemöglichkeiten der Betroffenen gefördert werden müssen. Ein wichtiges Prinzip dieser Intervention stellt auch die Ressourcenorientierung dar, wozu der Einbezug der Umwelt der Betroffenen gehört. Idealerweise werden Kriseninterventionen in interdisziplinären Teams durchgeführt, da sie

Themen von unterschiedlichen Fachbereichen beinhalten können. Wenn notwendig, können Betroffene an spezialisierte Stellen weiterverwiesen werden.

Ein zentrales Ziel der Krisenintervention ist die Hilfe zur Selbsthilfe. Kurzfristig wird versucht, die akut bedrohende Situation abzuwenden, längerfristig soll die Handlungsfähigkeit der Betroffenen wiedererlangt werden. Bei Kriseninterventionen begeben sich die Professionellen in herausfordernde Situationen. Sie müssen sich auf eine intensive Arbeitsbeziehung einlassen und den Herausforderungen der Nähe-Distanz-Relation standhalten. Um nicht selbst eine Überforderung zu erleben, können Professionelle Interventionen und Supervisionen in Anspruch nehmen.

Es wurde auf das BELLA-Kriseninterventionskonzept eingegangen, da es einen modellhaften Ablauf einer Krisenintervention zeigt. Es stellt eine Anleitung für Professionelle dar und kann sie dabei unterstützen, eine Krisenintervention durchzuführen. Dieses Konzept zeigt auf, dass in der ersten Sitzung zu Beginn eine tragfähige Beziehung gebildet werden soll. Danach ist eine umfassende Einschätzung der Situation notwendig, die zur Krise geführt hat. Bei der Linderung von Symptomen geht es um die emotionale Situation der Klienten. Die Fachpersonen versuchen, die Klienten zu entlasten, sie ihre Gedanken ordnen zu lassen und zu beruhigen. In einem nächsten Schritt werden Leute einbezogen, die unterstützen, da das soziale Umfeld der Betroffenen eine Ressource in der Krisenintervention darstellt. Beim Ansatz zur Problembewältigung sollen Klienten dabei unterstützt werden, ihr eigentliches Problem zu benennen und sich für Veränderungen zu entscheiden. Nach der ersten Sitzung wird die Problembewältigung angegangen. Nach maximal zwölf Sitzungen sollte die Krisenintervention beendet werden. Obwohl die Krise bis dahin nicht vollumfänglich überwunden sein muss, sollten die Klienten wieder soweit Handlungsfähigkeit erlangt haben, dass sie ihren Alltag selbstständig bewältigen können.

Anhand von drei Unterstützungsangeboten aus der Praxis der Sozialen Arbeit, konnten Angebote für Jugendliche aufgeführt werden, die sich an den fachlichen Standards wie Grundprinzipien, Ziele, der notwendigen Haltung der Fachkräfte und dem typischen Ablauf einer Krisenintervention orientieren. Sie übernehmen eine wichtige Rolle, bei der Unterstützung von Jugendlichen in Krisen. Mit den sozialarbeiterischen Angeboten der Krisenjugendberatung *Pro Juventute – Beratung und Hilfe 147* (vgl. Pro Juventute, 2019) und der *Beratungsstelle kokon Zürich* (vgl. kokon, 2019) konnten ambulante Beratungsstellen, und mit der Jugendzufluchtsstätte *Schlupfhuus Zürich* (vgl. Schlupfhuus e.V., o. J.) konnte eine ambulante sowie mögliche stationäre Aufenthaltsstelle präsentiert werden. Sie sind niederschwellig, rund um die Uhr erreichbar und bieten Unterstützung zu breitgefächerten Themen.

5 Krisenintervention mit Adoleszenten in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen

Im Kapitel 4 wurden Grundlagen zur Krisenintervention erarbeitet. In diesem Kapitel wird nun auf die Krisenintervention bei Adoleszenten eingegangen und welche Besonderheiten bei der Arbeit mit jungen Menschen beachtet werden müssen.

Professionelle haben in Kriseninterventionen zwei Aufgaben zu erfüllen. Zum einen ist es die Aufgabe von Professionellen zu versuchen, bei den betroffenen Adoleszenten die Akzeptanz für die Krisenintervention zu fördern sowie die Bereitschaft zur Veränderung ihrer Situation zu wecken. Zum anderen müssen die Personen im sozialen Umfeld der Adoleszenten gestützt werden.

Damit eine Veränderungsbereitschaft bei den Betroffenen erreicht werden kann, müssen die Fachkräfte den Adoleszenten Akzeptanz und Verständnis für ihre Situation vermitteln (Kap. 5.1). Neben der Akzeptanzförderung der Krisenintervention, gilt es bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen spezifische Aspekte zu beachten, wie beispielsweise, dass im Gegensatz zu den anderen Krisenformen, Betroffene in Veränderungskrisen nur begrenzt entlastet werden, damit ihr vorhandener Veränderungswunsch bestehen bleibt (Kap. 5.2).

Wie bereits erwähnt wurde, ist ein Grundprinzip der Krisenintervention der Einbezug der Umwelt (Kap. 4.3). Bei den Adoleszenten ist dieses Prinzip besonders wichtig. Es wäre zum Beispiel möglich, das Umfeld für die Unterstützung der Jugendlichen mithilfe von gemeinsam besprochenen Aktionen miteinzubeziehen (Kap. 5.3). (vgl. Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 130)

Mit kleinen Schritten wird an der Erlangung des Selbstvertrauens gearbeitet und Hoffnung wiederaufgebaut. Mithilfe dieser Fortschritte wird die angespannte Situation gelöst. Die Eigeninitiative der Adoleszenten sollte in diesen Prozessen gefördert werden, sodass sie aktiv an ihrer Problemlage arbeiten und ihre Hilflosigkeit selbstständig verringern können. Damit kann das Ziel der Krisenintervention erreicht werden; die Hilfe zur Selbsthilfe. (vgl. Sonneck et al., 2016, S. 130-131)

In den nächsten Unterkapiteln, wird einzeln auf diese drei genannten Ansprüche bei Kriseninterventionen mit Adoleszenten in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen eingegangen.

5.1 Akzeptanzförderung für die Krisenintervention

Eine Krisenintervention benötigt verschiedene Voraussetzungen, damit sie von Adoleszenten angenommen werden kann, denn für die Intervention ist es fundamental, dass Betroffene die Intervention akzeptieren und sich darauf einlassen können. (vgl. Enke, 2003, S. 161)

Professionelle Unterstützung kann der betroffenen Person nicht aufgedrängt werden. Beserwischerische Empfehlung der Professionellen wirken für Adoleszente in krisenhaften Situationen selbstwertverletzend und sollten daher vermieden werden. Fühlen sich die Adoleszenten in ihrer Handlungskompetenz unterschätzt, kann das in einer Ablehnung der Hilfe respektive Intervention resultieren. Sehen die Betroffenen die Unterstützung als gutgemeint, jedoch nicht auf ihren Handlungstyp angepasst und nehmen sie ein mangelndes Verständnis ihrer Lebensvorstellung wahr, kann das zu einem Kommunikationsabbruch führen. Deshalb sollten Fachkräfte versuchen, die Vorstellungen von Adoleszenten zu verstehen. Die Betroffenen müssen ein ehrliches Interesse vonseiten der Helfenden wahrnehmen, damit ein gegenseitiges Vertrauen aufgebaut werden kann und sich eine partnerschaftliche Beziehung entwickeln kann. Um die Akzeptanz für die Intervention zu fördern, sollte ressourcen- und nicht defizitorientiert gearbeitet werden, damit sich Adoleszente, die sich aufgrund ihrer Situation bereits schwach oder schuldig fühlen, gestärkt und nicht belastet werden. (vgl. Enke, 2003, S. 162) Ein weiterer Grund, warum Hilfe nicht angenommen wird, kann sein, dass die Unterstützung nicht zeitnah erfolgt. Mit einer verspäteten Reaktion auf die Krise sinkt das Verständnis für eine Intervention. Die Adoleszenten haben mit ihren vorhandenen Bewältigungsstrategien bereits versucht ihre Situation zu meistern. Obschon die Bewältigung nicht wirksam war, sehen die Adoleszenten nicht ein, warum sie eine Unterstützung benötigen. Daher gilt es, Interventionen zeitnah durchzuführen. (vgl. Enke, 2003, S. 163)

5.2 Krisenintervention bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen

Kriseninterventionen bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen unterscheiden sich von Interventionen, die bei Verlustkrisen oder traumatischen Krisen durchgeführt werden. Daher wird in diesem Kapitel der Blick spezifisch auf Grundprinzipien in Kriseninterventionen bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen gerichtet.

Die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen können sich über mehrere Tage und Wochen entwickeln. Die Helfenden versuchen, ihre Klienten zu fördern, zu fordern und zu begleiten. Im Gegensatz zu anderen Krisenformen, werden Betroffene in Veränderungskrisen nur begrenzt entlastet, damit ihr vorhandener Veränderungswunsch bestehen bleibt. Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen erlauben es, konfrontierende Methoden anzuwenden. Damit können festgefahrene Muster und Verhaltensweisen aufgelöst werden. Im Mittelpunkt der Krisenintervention steht der Auslöser der Situation. Die Biografie der Klienten wird einbezogen, sofern es dem Verständnis der aktuellen Lage hilft. Das soziale Umfeld wird in den Krisenbearbeitungsprozess miteinbezogen. Entweder um konfliktreiche Situationen innerhalb des Umfeldes zu klären, oder um Unterstützung zu bieten. (vgl. Stein, 2009, S. 160-161)

Befinden sich Adoleszente in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen, fehlt ihnen die vertraute Sicherheit, denn die gewohnte Lebensweise wird durch die krisenhaften Umstände erschüttert. Der Blick in die Zukunft kann bei der Entwicklung von neuen Lebensperspektiven helfen und einen Halt und Zuversicht in der gegenwärtigen Situation verschaffen. Die krisenhafte Einengung kann durch neue Perspektiven geweitet werden. (vgl. Kunz, Scheuermann, Schürmann, 2009, S. 90) Da es Adoleszenten in krisenhaften Situationen an Zuversicht fehlt, können Professionelle den Klienten dazu verhelfen, zur Ansicht zu gelangen, dass sich ihre Situation zum Positiven entwickelt und sie gestärkt aus der Situation hervorgehen werden. (vgl. Kunz, Scheuermann, Schürmann, S. 90-91) In Interventionen, welche die Lebensperspektive betreffen, können folgende Methoden angewendet werden:

- **Zukunftsszenario:** Mithilfe dieser Methode wird versucht, die Betroffenen anzuregen, über mögliche Szenarien in der Zukunft nachzudenken. Diese Intervention soll eingeeengte Perspektiven wieder ausweiten und Hoffnung für die Zukunft wecken.
Beispielfragen: "Stellen Sie sich vor, sie wären zehn oder 20 Jahre älter als jetzt. Wie sieht ihr Leben in der Zukunft aus? Wo befinden Sie sich? Was machen Sie? Wie fühlen Sie sich? Mit welchen Gefühlen und welcher Haltung blicken Sie auf ihre jetzige Krise zurück? Werden Sie der Krise auch positive Seiten abgewinnen können?"
- **Wunderfrage:** Damit wird versucht, Veränderungen der Situation, welche sich aufgrund eines Wunders in der Zukunft ergeben würden zu erfassen, zu analysieren und schliesslich als Ausgangspunkt für die Entwicklung von konkreten Veränderungen zu nutzen. (vgl. Kunz, Scheuermann, Schürmann, S. 91)
Beispielfragen: "Stellen Sie sich vor, dass Sie morgen aufwachen und über Nacht ist ein Wunder geschehen: Ihr Problem hat sich wie aus dem nichts gelöst. Woran würden Sie merken, dass das Wunder geschehen und ihr Problem gelöst ist?"

5.3 Einbezug der Familie bei Kriseninterventionen mit Adoleszenten

Es kann hilfreich sein, die Familie der Adoleszenten frühzeitig in die Krisenintervention miteinzubeziehen, damit sich die Professionellen ein Bild über die Belastbarkeit der familiären Beziehung, die Unterstützungsmöglichkeiten sowie über dysfunktionale Vorgänge innerhalb der Familie machen kann. Damit können Ressourcen ergründet werden, die in der Intervention genutzt werden können. Jedoch gilt es auch die Interessen der Jugendlichen zu wahren und wenn sie einen starken Wunsch nach Autonomie verspüren, erscheint es sinnvoll, die Adoleszenten allein in den Gesprächen zu sehen.

Die Familie stellt einen wesentlichen Aspekt der Identitätsbildung bei Adoleszenten dar, jedoch liegt darin auch ein Hauptkonfliktfeld. Häufig werden von Seiten der Adoleszenten Trennungswünsche genannt, währenddem von Seiten der Familie Trennungssängste geäussert werden.

sert werden. Die Trennungswünsche der Adoleszenten sind oft mit Sorgen oder Ängsten verbunden. Diesen Gefühlen sind sie sich jedoch zum derzeitigen Moment oft nicht bewusst. (vgl. Kunz, Scheuermann, Schürmann, 2009, S. 93)

5.4 Resümee

Nachdem im vierten Kapitel die Krisenintervention als Handlungsmöglichkeit der Sozialen Arbeit vorgestellt wurde, handelte das fünfte Kapitel von Kriseninterventionen spezifisch mit Adoleszenten in Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen und welche Besonderheiten es bei der Arbeit mit den jungen Menschen zu beachten gilt.

Für die Krisenintervention ist es von grosser Bedeutung, dass sie von den Betroffenen angenommen wird. Deshalb ist die Akzeptanz der Intervention durch verschiedene Aspekte zu fördern: Professionelle müssen darauf achten, keine besserwisserischen Empfehlungen zu geben und sie müssen Verständnis für die Lebensvorstellungen der Adoleszenten entgegenbringen. Für Adoleszente ist es wichtig von Seiten der Helfenden ein ehrliches Interesse wahrzunehmen und sich erstgenommen zu fühlen. Die Intervention muss zeitnah erfolgen, da ansonsten der Sinn hinter der Intervention nicht eingesehen wird.

Bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen gilt es zu beachten, dass sie im Gegensatz zur traumatischen Krise konfrontierende Methoden erlauben. Die Klienten werden in dieser Krisenform nur bedingt entlastet, damit ihr vorhandener Veränderungswunsch bestehen bleibt. Im Mittelpunkt der Intervention steht der Auslöser der Krise. Mithilfe von Methoden wie Wunderfragen und Zukunftsszenarien können bei Betroffenen neue Lebensperspektiven geschaffen werden.

Die Ablösung der Familie stellt eine Entwicklungsaufgabe dar, wodurch sie sich als Konfliktfeld erweisen kann. Dennoch ist es hilfreich die Familie der Adoleszenten möglichst früh in die Intervention miteinzubeziehen um sich ein Bild über die familiäre Beziehung und deren Unterstützungsmöglichkeiten zu verschaffen. Es gilt jedoch die Wünsche der Adoleszenten zu berücksichtigen. Verspüren sie einen starken Wunsch nach Autonomie, können die Adoleszenten alleine zu Gesprächen eingeladen werden.

6 Schlussfolgerungen

Das einleitende Zitat von Friedrich Nietzsche „Was uns nicht umbringt, macht uns stärker“, stellt die These auf, dass Personen aus schwierigen Situationen gestärkt hervorgehen können. Inwieweit diese eine solche Aussage auch auf Krisen von Adoleszenten zutrifft, war Teil der Erörterungen in dieser Arbeit. Dabei wurde deutlich, dass es Krisen nicht automatisch zu einem Erstarren führen. Vielmehr drängt sich eine differenzierte Betrachtung auf, wie nachstehende Ausführungen zeigen.

Adoleszente müssen sowohl Entwicklungsaufgaben als auch (kritische) Lebensereignisse bewältigen. Gelingt die Bewältigung dank vorhandener oder mobilisierter Ressourcen und Unterstützung, führt das zu einem positiven Selbstwertgefühl, da die betroffene Person zur Einsicht gelangt, der Situation gewachsen zu sein. Gelingt die Bewältigung nicht, da sie in Bezug auf die Entwicklungsaufgabe oder auf das (kritische) Lebensereignis, aufgrund fehlender eigener Ressourcen sowie fehlender Hilfsmöglichkeiten aus der Umgebung, nicht erfolgreich vollzogen werden konnte, führt es bei Betroffenen schliesslich zu einer Krise.

Mithilfe der Krisenintervention konnte eine Unterstützungsmöglichkeit der Sozialen Arbeit vorgestellt werden. Damit wurde aufgezeigt, dass Professionelle der Sozialen Arbeit Betroffene bei der Erlangung neuer Bewältigungsstrategien unterstützen können, damit die Klienten längerfristig wieder autonom werden. Mithilfe der entwicklungstheoretischen Sicht wurde aufgezeigt, dass Krisen auch immer eine Chance darstellen können. Sie können zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit und zu grösserem Selbstvertrauen führen. Auch wenn die Betroffenen den Chancencharakter der Krise im Moment des Geschehens nicht wahrnehmen, können die Herausforderungen, die das Leben stellt, ein Potenzial zum Wachstum bergen, wie dies das Eingangszitat beschreibt.

Beantwortung der Fragestellung

Die über- sowie die untergeordneten Fragestellungen wurden entlang der aufeinander aufbauenden Kapitel in dieser Arbeit behandelt. In diesem Kapitel werden diese Themen nochmals aufgegriffen und prägnant mit den wesentlichen Ergebnissen beantwortet.

Die Fragestellung lautet:

Was führt zu Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz und welche Interventionsmöglichkeiten hat die Soziale Arbeit in solchen Situationen?

Damit Professionelle der Sozialen Arbeit überhaupt auf Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz reagieren können, wird ein grundlegendes Fachwissen vorausgesetzt. Dieses Wissen beinhaltet die Entwicklungsaufgaben, beeinflussende oder ungünstige Entwicklungsbedingungen und Bewältigungsvorgänge in der Adoleszenz.

Damit die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen im Jugendalter erkannt werden können, benötigen Professionelle der Sozialen Arbeit darüber hinaus Wissen über die Grundlagen der Krise respektive Wissen über die Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise und ihren Verlauf. Mit diesen Kenntnissen können Professionelle das Verhalten von Betroffenen besser einordnen und bei Bedarf auf negative Entwicklungen reagieren.

Unterschiedliche Definitionen haben die Gemeinsamkeit, dass sie psychosoziale Krisen als schwierige Situationen beschreiben, welche die Betroffenen überfordern, da sie die Situation mit ihren bisherigen Bewältigungsstrategien nicht lösen können. Dies löst bedrohliche Gefühle wie Angst und Hilflosigkeit aus.

Es gibt unterschiedliche Arten von Krisen, wie zum Beispiel die traumatische Krise oder die Veränderungskrise. In dieser Arbeit lag der Fokus auf der Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise, welche zur Kategorie der Veränderungskrise gehört.

Die Krisenanfälligkeit, die Persönlichkeit, sowie welche Bedeutung die Subjekte der krisenhaften Situation zuschreiben, entscheiden oft darüber, ob sich eine herausfordernde Situation zu einer Krise entwickelt. Betroffene müssen sich ihren Ressourcen bewusst sein, sie mobilisieren und absichtsvoll einsetzen können, um neue Bewältigungsstrategien zu schaffen und um die Krise zu bewältigen.

Die Unterscheidung von verschiedenen Ausprägungen der Entwicklungskrise erscheint ebenfalls relevant, um die richtige Unterstützung anbieten zu können. Die pubertätstypischen Übergangskrisen, welche sich durch eine leichte Überforderung kennzeichnen, gehören zum Leben dazu und können meist vom sozialen Umfeld abgefangen werden. Psychosoziale Krisen zeigen sich, wenn Bewältigungsversuche von Adoleszenten nicht ausreichen und eine Entwicklungsgefährdung droht. In diesen Fällen braucht es professionelle Unterstützung, wie zum Beispiel eine Krisenintervention durch Professionelle der Sozialen Arbeit. Bei psychischen Krisen spitzt sich die Krise zu einem akuten Notfall zu, dabei kommt es zu einer verengten Wahrnehmung und Problemlösefähigkeit. In diesen Fällen können stationäre Aufenthalte und oder psychotherapeutische Behandlungen in Frage kommen. Hierbei ist bei Fachpersonen der Sozialen Arbeit eine Zusammenarbeit mit Therapeuten oder Jugendpsychiatrischen Fachpersonen notwendig.

Im vierten und fünften Kapitel wurde als Handlungsmöglichkeit der Sozialen Arbeit, bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen bei Adoleszenten, die Krisenintervention genannt. Mit der Krisenintervention können Betroffene gezielt und methodisch unterstützt werden. Das Ziel der Krisenintervention ist die Hilfe zur Selbsthilfe. Kurzfristig wird versucht, die unmittelbare Gefahr abzuwenden sowie quälende Symptome zu beheben und längerfristig soll die Erlangung der Handlungsfähigkeit der Betroffenen erreicht werden. Der Ablauf einer Krisenintervention wurde beispielhaft mithilfe des BELLA-Kriseninterventionskonzeptes aufgezeigt.

Sozialarbeiterische Kriseninterventionsangebote müssen gewisse Grundprinzipien verfolgen und unter anderem eine rasche Verfügbarkeit gewährleisten können sowie sich an der Ressourcenorientierung und Förderung der Selbsthilfemöglichkeit ausrichten. Professionelle der Sozialen Arbeit müssen sich auf eine intensive Arbeitsbeziehung einlassen und den Anforderungen der Nähe-Distanz-Relation standhalten können. Die Professionellen nehmen die Klienten so wie sie sind, sie fangen dort an, wo die Klienten stehen und orientieren sich an ihren Bedürfnissen.

Es wurden einige Angebote der Sozialen Arbeit aufgezählt, die Krisenintervention anbieten. Damit kann die Soziale Arbeit Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen in der Adoleszenz begegnen. Mit Angeboten in der Beratung wie zum Beispiel *Pro Juventute – 147* und *kokon* sowie Notunterkünften für Jugendliche wie das *Schlupfhuus*, bietet die Soziale Arbeit Unterstützung.

Folgende untergeordnete Fragestellungen beziehen sich auf die übergeordnete Fragestellung:

- *Welche Entwicklungsaufgaben und Herausforderung gibt es im Jugendalter?*

Es gibt viele normative Entwicklungsaufgaben, die es in der Adoleszenz zu bewältigen gibt. Zu den wichtigsten Aufgaben gehören unter anderem die Akzeptanz der körperlichen Veränderungen und Bedürfnisse in der Pubertät, Beziehungen zu der Peergruppe gestalten, Ablösung der Eltern, die Berufswahl, sowie die Identitätsentwicklung (Kap.1.2.1). Im Kapitel 1.2.2 wurde insbesondere die herausfordernde Aufgabe in der Adoleszenz: die Identitätsentwicklung, in den Blick genommen. Dabei muss die Frage "Wer bin ich?" beantwortet werden um sich erfolgreich weiter zu entwickeln.

- *Welche Faktoren beeinflussen die Entwicklung?*

Es wurden einige Entwicklungshindernisse genannt, welche die erfolgreiche Bewältigung der Entwicklungsaufgaben beeinträchtigen können (Kap. 1.2.3). Dabei wurden die Abwesenheit oder der Verlust eines Elternteils, Missbrauchs- und Gewalterfahrungen, sozioökonomische Mängel in der Familie sowie Verletzungen des Selbstwertgefühls der Adoleszenten durch Erwachsene aufgelistet.

Des Weiteren wurde aufgezeigt, dass der Verlauf der Adoleszenz von einigen Einflussfaktoren abhängt. Findet eine Auseinandersetzung und Identifikation mit der eigenen Geschlechterrolle und Sexualität statt, verfügen Heranwachsende über eine gute Aufklärung und genügend Absprachemöglichkeiten zu Bezugspersonen, sowie finden Adoleszente gute Rahmenbedingungen im Bereich Schule und Berufsausbildung vor, so wird eine gelingende Bewältigung der adoleszenten Entwicklungsphase begünstigt. Auf der anderen Seite können Adoleszente von ihrer Peergruppe ausgeschlossen werden,

keine Leitbilder und -ideen haben, an denen sie sich orientieren können, sowie nicht genug Richtlinien in ihrem Leben erfahren um eine selbstständige Persönlichkeitsentwicklung anstreben zu können. Solche Faktoren haben einen negativen Einfluss auf die Entwicklung (Kap. 3.2).

- *Was führt zu einer Entwicklungskrise in der Adoleszenz und wie zeigt sich diese?*

Neben den vorhin genannten Einflussfaktoren auf die Entwicklung in der Adoleszenz, gibt es gewisse Faktoren, die negative Auswirkungen auf die Entwicklung haben und somit zu Krisen führen können. Solche Faktoren sind zum Beispiel anfängliche oder bereits ausgeprägt psychische Störungen wie Depressionen oder Angst- und Zwangsstörungen. Familiäre Belastungsfaktoren, wie beispielsweise das Durchleben mehrerer Beziehungsabbrüche. Des Weiteren stellt es ein Risiko für die Entwicklung dar, wenn Betroffene Opfer von Mobbing oder Gewaltausübungen werden (Kap. 3.3).

Auch können Heranwachsende mit kritischen Lebensereignissen wie beispielsweise einer ungewollten Schwangerschaft konfrontiert werden, wodurch das Risiko einer Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise steigt (Kap. 3.4). Hierbei spielen die Bewältigung (Kap. 3.5) sowie die Resilienz (Kap. 3.6) wiederum eine Rolle. Dank vorhandener und mobilisierter Ressourcen der Betroffenen kann eine erfolgreiche Bewältigung trotz ungünstiger Entwicklungsbedingungen und Lebensereignisse möglich. Gelingt es den Betroffenen nach einem krisenhaften Erlebnis jedoch nicht ein Passungsgefüge zwischen Person und Umwelt herzustellen, kann die Situation nicht bewältigt werden und es stellt sich eine Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise ein (Kap. 3.5).

Mithilfe von Kennzeichen/Warnsignalen können Professionelle der Sozialen Arbeit feststellen, ob Betroffene unter einer Krise leiden. Diese Kennzeichen können körperliche Beschwerden wie Schlaflosigkeit, Appetitlosigkeit, Abwenden von Freunden und Familie, Suchtmittelmissbrauch sowie suizidales und aggressives Verhalten sein (Kap. 3.7)

- *Welche Gefahren und Chancen sind mit solchen Krisen verbunden?*

Unmittelbare Gefahren von Krisen können Selbstgefährdung (Suizidalität) und Fremdgefährdung (Gewaltandrohungen) sein. Gefahren mit längerfristigen Folgen können der Beginn einer psychischen Erkrankung wie zum Beispiel eine Depression sein, sowie der Anfang von Suchtmittelmissbrauch und der Verlust von Beziehungen.

Mit Warnsignalen können diese Gefahren jedoch erkannt werden. Somit gilt es auf starke Schwankungen der Gefühlslage, auf eine deutliche Herabsetzung der Selbstkontrolle und auf einen mangelnden Realitätsbezug zu achten, sowie Ankündigungen von selbst- und fremdgefährdendem Verhalten ernst zu nehmen und darauf zu reagieren (Kap. 2.4).

Aus entwicklungstheoretischer Sicht bedeuten Krisen nicht nur Gefahren, sondern auch immer Chancen. Die Krisen können zu persönlichem Wachstum führen und sind für die Entwicklung von Adoleszenten wertvoll, auch wenn während der Bewältigung ein hoher Leidensdruck entsteht. Mit diesen Erfahrungen gehen darüber hinaus eine gesteigerte persönliche Stärke und ein grösseres Selbstvertrauen einher. (Kap. 2.5)

- *Wie kann den Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen spezifisch bei Adoleszenten begegnet werden? Respektive worauf gilt es bei Kriseninterventionen mit Adoleszenten achten?*

Da die Arbeit von Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen bei Adoleszenten handelt, wurde im fünften Kapitel erarbeitet, worauf Professionelle der Sozialen Arbeit der Kriseninterventionen mit Adoleszenten besonders achten müssen.

Die Betroffenen müssen ein ehrliches Interesse der Helfenden verspüren und sich von ihnen ernstgenommen fühlen. Professionelle müssen den Adoleszenten Akzeptanz und Verständnis für ihre Lebensvorstellungen entgegenbringen, damit die Betroffenen die Krisenintervention annehmen können. Die Familie sollte als Unterstützung in die Intervention miteinbezogen werden. Dennoch gilt es den Wunsch der Adoleszenten zu berücksichtigen, inwiefern sie ihre Eltern involvieren möchten. Betroffene sollten bei Lebensveränderungs- und Entwicklungskrisen nicht zu stark entlastet werden, damit ihr vorhandener Veränderungswunsch bestehen bleibt. Bei diesen Krisen sind die Adoleszenten gefordert, aktive Veränderungsschritte anzugehen. (Kap. 5)

Fachliche Reflexion

Die Literatur zu der Entwicklung im Jugendalter, zur Bewältigung und zu den Krisen war zahlreich verfügbar. Darüber hinaus konnten die Inhalte von der Adoleszenz und der Krise gut miteinander verknüpft werden. Wie beim Kapitel "Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise in der Adoleszenz" ersichtlich wurde.

Einzig im Bereich der Krisenintervention erwies sich die Literatursuche in Bezug auf die Soziale Arbeit als schwierig, da sie sich selten spezifisch auf die Soziale Arbeit bezieht, sondern oft auf Interdisziplinarität ausgerichtet ist. Dennoch ist die vorhandene Literatur mit den Grundprinzipien in der Krisenintervention und der Haltung der Fachpersonen auf die Praxis der Sozialen Arbeit übertragbar.

Diese Arbeit hatte den Anspruch Fachwissen zu den Themen adoleszente Entwicklung, Bewältigung, Krisen und Kriseninterventionen zu liefern. Es wäre denkbar auf Grundlage dieser Arbeit in weiterführenden Gedanken die Entwicklungspsychologie getrennt zwischen Mäd-

chen und Jungen zu betrachten, wodurch es möglich wäre, die Entwicklungskrise geschlechterspezifisch zu untersuchen.

Ausblick

Die Jugendphase ist eine äusserst turbulente und bedeutsame Zeit im Leben eines Menschen. Die Anforderungen an die Adoleszenten steigen in einer immer komplexer werdenden Gesellschaft. Aufgrund dieser Herausforderungen, sind Professionelle der Sozialen Arbeit oft mit Jugendlichen konfrontiert, die kritische Lebensereignisse bis hin zu Krisen durchleben. Für Fachleute ist das Wissen um Krisen und Kriseninterventionsmöglichkeiten deshalb bedeutsam. Dieses Fachwissen führt zu mehr Sicherheit beim Umgang mit Kriseninterventionen. Sei es bei eigenen Durchführungen der Interventionen oder beim triagieren an die richtigen Fachpersonen.

Literaturverzeichnis

- Enke, Thomas. (2003). *Sozialpädagogische Krisenintervention bei delinquenten Jugendlichen. Eine Längsschnittstudie zu Verlaufsstrukturen von Jugenddelinquenz*. Weinheim und München: Juventa.
- Fend, Helmut. (2005). *Entwicklungspsychologie des Jugendalters* (3., durchgesehene Aufl.). Wiesbaden: VS Verlag.
- Flammer, August & Alsaker, Françoise. (2011). *Entwicklungspsychologie der Adoleszenz. Die Erschliessung innerer und äusserer Welten im Jugendalter*. Bern: Hans Huber.
- Filipp, Sigrun Heide & Aymanns, Peter. (2018). *Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens* (2., aktual. Aufl.) Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Filipp, Sigrun Heide & Aymanns, Peter. (2010). *Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens* (1. Aufl.) Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Fröhlich-Gildhoff, Klaus & Rönna-Böse, Maike. (2011). *Resilienz* (2., durchgesehene Aufl.). München: Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG.
- Hildenbrand, Bruno. (2016). Resilienz, Krise und Krisenbewältigung. In Rosmarie Welter-Enderlin & Bruno Hildenbrand (Hrsg.), *Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände* (5. Aufl.) (S. 207-231). Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
- Hurrelmann, Klaus. (2004). *Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die Sozialwissenschaftliche Jugendforschung* (7., überarb. Aufl.). Weinheim und München: Juventa.
- Hurrelmann, Klaus. (2002). *Einführung in die Sozialisationstheorie* (8., überarb. Aufl.). Weinheim und Basel: Beltz.
- Hülshoff, Thomas. (2017). *Psychosoziale Intervention bei Krisen und Notfällen*. München und Basel: Ernst Reinhardt Verlag.
- Jordan, Erwin & Sengling Dieter. (2000). *Kinder und Jugendhilfe. Einführung in Geschichte und Handlungsfelder, Organisationsformen und gesellschaftliche Problemlagen*. Weinheim und München: Juventa.
- Jungbauer, Johannes. (2017). *Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters*. Weinheim: Beltz Juventa.

- Kunz, Stefanie, Scheurmann, Ulrike & Schürmann, Ingeborg. (2009). *Krisenintervention. Ein fallorientiertes Arbeitsbuch für Praxis und Weiterbildung* (3., aktual. Aufl.). Weinheim und München: Juventa.
- Niederbacher, Arne & Zimmermann, Peter. (2011). *Grundwissen Sozialisation. Einführung zur Sozialisation im Kindes- und Jugendalter* (4., überarb. Aufl.). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Ortiz-Müller, Wolf, Scheuermann, Ulrike, Gahleitner & Silke Birgitta. (Hrsg.). (2010). *Praxis Krisenintervention. Handbuch für helfende Berufe: Psychologen, Ärzte, Sozialpädagogen, Pflege- und Rettungskräfte* (2., überarb. Aufl.) Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Remschmidt, Helmut. (1992). *Adoleszenz. Entwicklung und Entwicklungskrisen im Jugendalter*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Rönnau-Böse, Maïke & Fröhlich-Gildhoff. (2015). *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne* (1. Aufl.). Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Sonneck, Gernot, Kapusta, Nestor, Tomandl, Gerald & Voracek, Martin. (Hrsg.). (2016). *Krisenintervention und Suizidverhütung* (3., aktual. Aufl.). Wien: facultas.
- Stein, Claudius. (2009). *Spannungsfelder der Krisenintervention. Ein Handbuch für die psychosoziale Praxis*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Wustmann Seiler, Corina. (2016). *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern* (6. Aufl.). Berlin: Cornelsen Verlag GmbH.

Quellenverzeichnis

Kokon. (2019). *Krisenberatung*. Gefunden am 3. August 2019

unter <https://kokon-zh.ch/kinder-und-jugendliche/krisenberatung.html>

Pro Juventute. (2019). *Beratung + Hilfe 147*. Gefunden am 2. August 2019

unter <https://www.projuventute.ch/Beratung-Hilfe-147.1377.0.html>

Schlupfhuus e.V. (o. J.). *Angebot für Jugendliche*. Gefunden am 2. August 2019

unter <http://www.schlupfhuus.ch/html/index.php?id=28>

Abbildungsverzeichnis

Abbildung Deckblatt: Wegweiser

(Quelle: gefunden am 9. September 2019 unter
https://cdn.pixabay.com/photo/2014/09/30/09/03/directory-466938_960_720.jpg)

Abbildung 1: Lebensveränderungs- und Entwicklungskrise

(Quelle: Sonneck zit. in Enke, 2003, S. 19)

Literaturverzeichnis:

Enke, Thomas. (2003). *Sozialpädagogische Krisenintervention bei delinquenten Jugendlichen. Eine Längsschnittstudie zu Verlaufsstrukturen von Jugenddelinquenz*. Weinheim und München: Juventa.

Abbildung 2: Das Belastungs-Bewältigungs-Modell

(Quelle: Hurrelmann, 2002, S. 271)

Literaturverzeichnis:

Hurrelmann, Klaus. (2002). *Einführung in die Sozialisationstheorie*. (8., überarb. Aufl.). Weinheim und Basel: Beltz.

Abbildung 3: Resilienzfaktoren

(Quelle: Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015, S. 18)

Literaturverzeichnis:

Rönna-Böse, Maïke & Fröhlich-Gildhoff. (2015). *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne* (1. Aufl.). Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.

Abbildung 4: Grundprinzipien der Krisenintervention

(Quelle: Stein, 2009, S. 153-154)

Literaturverzeichnis:

Stein, Claudius. (2009). *Spannungsfelder der Krisenintervention. Ein Handbuch für die psychosoziale Praxis*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.

Tabellenverzeichnis

- Tabelle 1: Gefährdung in Krisen
(Quelle: Stein, 2009, S. 98)
Literaturverzeichnis:
Stein, Claudius. (2009). *Spannungsfelder der Krisenintervention. Ein Handbuch für die psychosoziale Praxis*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Tabelle 2: Warnsignale
(Quelle: Stein, 2009, S. 101)
Literaturverzeichnis:
Stein, Claudius. (2009). *Spannungsfelder der Krisenintervention. Ein Handbuch für die psychosoziale Praxis*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Tabelle 3: Einflussfaktoren auf den Verlauf der Adoleszenz
(Quelle: Sonneck, Kapusta, Tomandl und Voracek, 2016, S. 128)
Literaturverzeichnis:
Sonneck, Gernot, Kapusta, Nestor, Tomandl, Gerald & Voracek, Martin. (Hrsg.). (2016). *Krisenintervention und Suizidverhütung* (3., aktual. Aufl.). Wien: facultas.
- Tabelle 4: Psychische Störungen
(Quelle: Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 226-227)
Literaturverzeichnis:
Ortiz-Müller, Wolf, Scheuermann, Ulrike, Gahleiter & Silke Birgitta. (Hrsg.). (2010). *Praxis Krisenintervention. Handbuch für helfende Berufe: Psychologen, Ärzte, Sozialpädagogen, Pflege- und Rettungskräfte* (2., überarb. Aufl.) Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Tabelle 5: Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung
(Quelle: Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 226-227)
Literaturverzeichnis:
Ortiz-Müller, Wolf, Scheuermann, Ulrike, Gahleiter & Silke Birgitta. (Hrsg.). (2010). *Praxis Krisenintervention. Handbuch für helfende Berufe: Psycholo-*

gen, Ärzte, Sozialpädagogen, Pflege- und Rettungskräfte (2., überarb. Aufl.)
Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.

Tabelle 6: Familiäre Belastungsfaktoren
(Quelle: Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 227)

Literaturverzeichnis:

Ortiz-Müller, Wolf, Scheuermann, Ulrike, Gahleiter & Silke Birgitta. (Hrsg.). (2010). *Praxis Krisenintervention. Handbuch für helfende Berufe: Psychologen, Ärzte, Sozialpädagogen, Pflege- und Rettungskräfte* (2., überarb. Aufl.) Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.

Tabelle 7: Soziale und kulturelle Faktoren
(Quelle: Meurer, 2010, zit. in Ortiz-Müller, Scheuermann und Gahleitner, 2010, S. 227-228)

Literaturverzeichnis:

Ortiz-Müller, Wolf, Scheuermann, Ulrike, Gahleiter & Silke Birgitta. (Hrsg.). (2010). *Praxis Krisenintervention. Handbuch für helfende Berufe: Psychologen, Ärzte, Sozialpädagogen, Pflege- und Rettungskräfte* (2., überarb. Aufl.) Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.

Tabelle 8: Kriseninterventionsangebote der Sozialen Arbeit

Quellenverzeichnis:

Kokon. (2019). *Krisenberatung*. Gefunden am 3. August 2019 unter <https://kokon-zh.ch/kinder-und-jugendliche/krisenberatung.html>

Pro Juventute. (2019). *Beratung + Hilfe 147*. Gefunden am 2. August 2019 unter <https://www.projuventute.ch/Beratung-Hilfe-147.1377.0.html>

Schlupfhuus e.V. (o. J.). *Angebot für Jugendliche*. Gefunden am 2. August 2019 unter <http://www.schlupfhuus.ch/html/index.php?id=28>

Tabelle 9: Ziele von Krisenintervention

(Quelle: Stein, 2009, S. 152)

Literaturverzeichnis:

Stein, Claudius. (2009). *Spannungsfelder der Krisenintervention. Ein Handbuch für die psychosoziale Praxis*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.

Erklärung

Ich erkläre hiermit:

dass ich die vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe und ohne Benützung anderer als der angegebenen Hilfsmittel verfasst habe.



St. Gallen, 7. Oktober 2019

Unterschrift

Veröffentlichung Bachelorarbeit

Ich bin damit einverstanden, dass meine Bachelor Thesis bei einer Bewertung mit der Note 5.5 oder höher, der Bibliothek für die Aufnahme ins Ausleiharchiv und für die Wissensplattform Ephesos zur Verfügung gestellt wird.

ja

nein



St. Gallen, 7. Oktober 2019

Unterschrift