



# „Starke“ Persönlichkeiten „bilden“



# „Starke“ Persönlichkeiten „bilden“

*Niemand kann sicher voraussagen, wie ein heutiges Kind sein Erwachsenenleben gestalten und bewältigen wird. Aber wir kennen die häufigsten Entwicklungsrisiken und wir wissen, was die ‚Krisenstärke‘ junger Persönlichkeiten ‚ausbildet‘.*

## Risiko-Faktoren

Die Liste psychosozialer Entwicklungsrisiken ist lang:

- frühkindliche (Geburts-) Komplikationen
- jüngeres Geschwister vor dem 2. Lebensjahr
- geringes Alter bei hoch belastenden Ereignissen
- Besonderheiten (AD(H)S, Lernbehinderung,...)
- andauernde Disharmonie in der Familie
- sehr strittige Scheidung der Eltern
- mangelhafte Beaufsichtigung
- abwertender Erziehungsstil
- Gewalt in der Familie
- sex. Missbrauch
- Vernachlässigung
- mehrere Umzüge
- andauernde Armut
- besonderer Schuleintritt
- landessprachliche Defizite
- stete Über- oder Unterforderung
- Kriminalität einer Bezugsperson
- psychisch instabile Bezugsperson
- negatives sozio-kulturelles Milieu (Straße)
- Kontakte mit Instanzen der sozialen Kontrolle

Häufig wirken mehrere Risikofaktoren zusammen, und das *vervielfacht* die Problemanfälligkeit, so dass allein schon deshalb vorbeugende Beratungshilfe angezeigt ist. Zudem zeigt die Forschung, dass junge Persönlichkeiten für die Meidung von

Risiken und die Bewältigung von Belastungen ‚gestärkt‘ werden können. Fachleute nennen das die Förderung von ‚Resilienz‘ (Standhaftigkeit).

## **Persönlichkeits-Bildung**

‚Persönlichkeit‘ erweist sich in der Art und Weise, wie jemand in seiner Umwelt mit seinen Anlagen, Erfahrungen und Kompetenzen, also mit sich selbst, umgeht. Der Artikel beschreibt fünf Entwicklungslinien, auch bei Risiken und Belastungen ‚gut mit sich selbst umgehen‘ zu können:

- *achtsame Beziehungen* begründen realistische Identität
  - *sprachliches Lernen* bildet vernünftiges Selbst- und Weltverständnis
  - *vielfältige ‚Anforderungen‘* befähigen kompetente Selbstverwirklichung
  - *angemessene Konsequenzen* kultivieren moralische Willenskraft
  - *verlässliche Unterstützungen* motivieren frühzeitige Selbsthilfe
- Resilienz-Förderung ist also offenbar eine pointierte Persönlichkeits-Bildung.

## **Achtsame Beziehungen begründen realistische Identität**

*Resiliente Menschen wissen, wer sie sind und was sie können.*  
Babys brauchen eine mütterliche Bindungsperson mit beständig liebevoller Fürsorge. Doch bald schon erweitern mehrere Bezugspersonen das Erfahrungs- und Rollenspektrum des Kindes, und zunehmend fließen deutliche Rückmeldungen auch von anderen Kindern in das Selbstbild des Kindes ein. Wo vermitteln die Eltern Selbstvertrauen oder Zweifel? Erwarten die Freunde das Kind, oder muss es sich den Spielkameraden aufdrängen? Spürt ein Schulkind das Zutrauen der Lehrer, oder läuft es nebenher? Findet ein(e) Jugendliche(r) nur Anerkennung für skurrile Frisuren oder auch für sein schräges Musizieren?

Je vielfältiger man sich auf Andere und Themen bezieht, so dass mehr Personen Rückmeldungen geben, desto realistischer wird man sich und die Umwelt sehen - und das macht resilienter.

## **Sprachliches Lernen bildet vernünftiges Selbst- und Weltverständnis**

*Resiliente Menschen kommunizieren und nutzen vorhandenes Wissen.*

Mamas Singsang besänftigt das Baby, Papas Abendgeschichten machen wieder Mut, Schulbücher erklären die Welt, Gespräche lösen Konflikte, das Tagebuch hilft bei der Beziehungsklärung, Diskussionen ergründen neue Möglichkeiten, Gesetze regeln die Zivilisation. Die Sprache ‚konstruiert‘ unsere Weltsicht und ‚Vorsätze‘ steuern unser Verhalten.

Natürlich kann man nicht alles im Voraus erkennen, wissen, gut entscheiden. Aber man kann auf den vermutlich besseren Effekt hin planen. Wer dafür sprachlich ‚fit‘ ist, kommt mit der Welt und sich vernünftiger zurecht - und das schützt vor Risiken und stärkt in Krisen.

## **Vielfältige ´AnfÖrderungen´ befähigen kompetente Selbstverwirklichung**

*Resiliente Menschen wollen lernen und Kompetenzen erlangen.*

Stündlich bildet das kindliche Hirn mehrere Millionen (!) neue Verbindungen aus. Die Art und Weise unserer AnfÖrderungen prägt, *welche* Verbindungsmuster entstehen. Und gute Gefühle dabei, insbesondere Freude und Stolz, motivieren zum Weiterlernen.

Mit zunehmendem Alter sollte der Leistungsstolz das intuitive Lustprinzip überlagern: "Was mit etwas Bemühen meist gelingt, ist angemessen angefordert."

Aber nicht jeder Mensch kann in allen Bereichen gut werden, Freude empfinden, stolz werden. Doch je älter man wird, desto

eher kann man eine Schwäche hier mit einem ‚stolzen Aber‘ von anderswo ausgleichen: „Ich bin nicht so gut in Ballspielen, *aber* ich bin super in Heimat- und Sachkunde!“. Pädagogisch folgt daraus, dass sich jedes ältere Kind in mindestens einem Stolz-Bereich richtig kompetent fühlen muss!

Da wir nicht wissen, in welchem Bereich ein junger Mensch schließlich ‚anbeißt‘, müssen wir vielfältig anregen. Oft fordert und fördert die Schule ausreichend; - aber die allermeisten Erfolgreichen und Resilienten erfuhren auch wesentliche Anförderungen außerhalb ihrer Schulen! „Wer mit zwei Hobbys in die Pubertät geht, kommt mit zumindest einem weiter“.

Die Glückskarten zieht schließlich, wer mit der Ausbildung seine ‚Beruf-ung‘ findet, wer sich auf liebende Partner ‚be-ziehen‘ kann, wer besondere Neigungen in Hobbys ‚um-setzt‘, - all das stärkt auch die Widerstandskräfte der Persönlichkeit.

## **Angemessene Konsequenzen kultivieren moralische Willenskraft**

*Resiliente Menschen haben klare Werte und halten sich daran.*  
Es geht nicht um Konsequenz, damit z.B. Eltern ihre Ruhe haben, sondern um die konsequente Ausbildung moralischer Willenskraft. Denn resiliente Menschen können über ihre Probleme und gesellschaftliche Werte ‚nach-denken‘, vernünftige ‚Vor-Sätze‘ ableiten und sich demgemäß moralisch *verhalten*.

Anders gesagt: Unstimmige Problemanalysen oder unpassende Vorsätze kann man relativ leicht Beraterisch überdenken, aber mangelhafte Willenskraft bei der Umsetzung oder mangelhafte Steuerung des Temperaments bedürfen mühsamer ‚Therapie‘ oder ‚Nachsozialisation‘.

Kinder entwickeln die Fähigkeiten zur Selbststeuerung in einer ziemlich plausiblen Entwicklungsfolge, die in einem Artikel des

Familienhandbuchs ([www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)) unter dem Suchstichwort ‚Konsequenz‘ ausführlicher beschrieben habe. Kurz gefaßt: Angemessene Konsequenzen machen wahrscheinlicher, dass ein Kind sich bemüht, zunächst einfache Weisungen zu befolgen, dann Hinweise mit konsequentem Lob und Tadel, später auch Regeln mit reellem Lohn und praktischer Strafe. Mit den dadurch geübten Fähigkeiten zur Selbststeuerung können junge Leute dann zunehmend eigene Überlegungen und sogar moralische Werte willenskräftig beherzigen, - das verhindert manchen Reifall und hilft aus manchem Loch heraus.

## **Verlässliche Unterstützungen motivieren frühzeitige Selbsthilfe**

*Resiliente Menschen lassen sich frühzeitig kompetent helfen.*

Risiken und Krisen sind unvermeidlich, Hilfe oft unerlässlich. Dafür muss man allerdings auch bereit sein. Und auch hierzu gibt es eine plausible Erfahrungslinie: Vom kleinkindlichen liebevoll-versorgt-Werden über die regulären Vorsorgeuntersuchungen, den absolut verlässlichen Trost in der Familie, erfolgreiche Fördertrainings bei Teilleistungsschwächen und heilsame Krankenbehandlungen, bis zu den geduldigen Unterstützungen bei jugendlichen Krisen.

Später muss man kompetente Hilfen selber suchen, finden und anwenden. Und das üben Kinder, indem sie angemessen an ihren frühen Hilfen und an Unterstützungen im Umfeld beteiligt werden. Kompetente Fachhilfe und zupersichtliche Selbsthilfe sollten einander ergänzen, - Krisenbewältigung jedenfalls braucht beides.

## **Fazit**

*Gute Persönlichkeits-Bildung stärkt die Resilienz.*

Einerseits bedrängen viele Risikofaktoren. Andererseits kann die Krisenstärke heranwachsender Persönlichkeiten aufmerksam ausgebildet werden. Dafür sind alterstypische Entwicklungsschritte und Fördermöglichkeiten bekannt. Vorträge und Kurse an

Volkshochschulen und Familienbildungsstätten vermitteln  
Genauerer.

Aber was genau für ein bestimmtes Kind angezeigt wäre, bedarf kompetenter Analyse und Beratung. Die örtlichen Kinderärzte, KiTas und Schulen kennen die Adressen der jeweils nächsten Erziehungsberatungsstellen (siehe auch [www.bke.de](http://www.bke.de)).

### **Literatur:**

Es gibt viel neue Literatur zum Thema, insbesondere unter den Stichworten 'Resilienz' und 'Stärke'. Die Ansätze variieren jedoch etwas, so dass der vorstehende Artikel übergreifend darlegt und ich keinen Titel hervorhebe.



Landkreis Reutlingen  
Kreisjugendamt  
Januar 2012  
[www.kreis-reutlingen.de](http://www.kreis-reutlingen.de)